VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

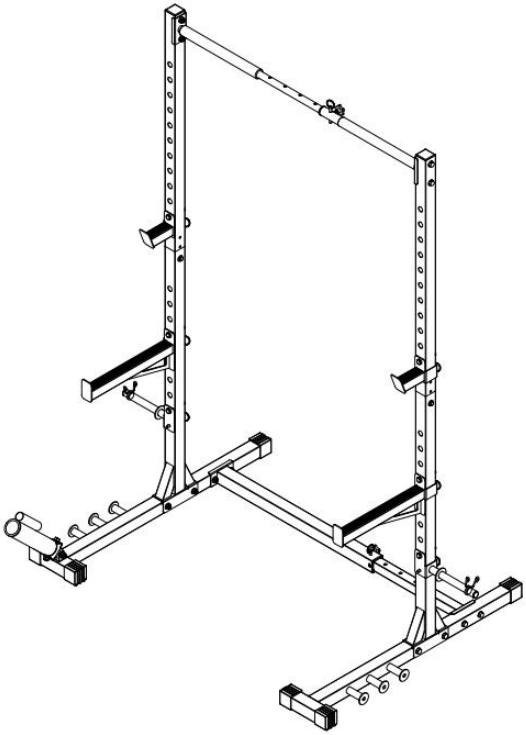
Squat Rack

MODEL: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODEL: SJ7200F



Note:The product picture is for reference, the actual details shall prevail

This is the original instruction, please read all manual instructions carefully before operating. VEVOR reserves a clear interpretation of our user manual. The appearance of the product shall be subject to the product you received. Please forgive us that we won't inform you again if there are any technology or software updates on our product.

Thank you very much for choosing this Product
Please read all of the instructions before using it.The information will help you achieve the best possible results.

Operation safety

Please put this manual in a place easy to check and keep it properly. This instruction manual clearly indicates how to use the equipment safely and correctly, so as to prevent any harm or property loss caused fro you and others.

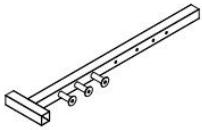
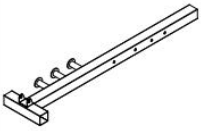
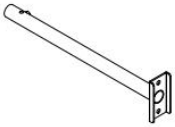
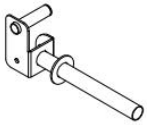
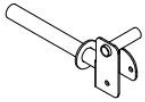
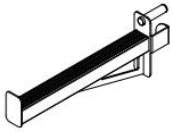
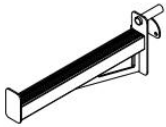
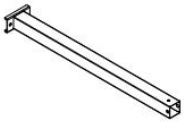
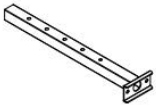
Danger

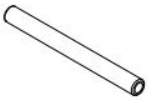
Do not use this product or any available optional equipment without first completely reading and understanding these instructions.
Keep plastic bags away from children to prevent suffocation.
Always keep animals and children away from the push and pull sled
Please do not store the product in a damp place
Do not perform any makeshift repairs or modifications
Do not use it if parts are damaged.
Please choose the appropriate applicable place for use. Do not use it on uneven ground

Warning

The product load-bearing capacity is 980 pounds (Pull-up bar 300 pounds, J-hook 240 pounds, barbell storage bar 100 pounds on one side; safety bar 240 pounds) Exceeding this weight may damage the product.
Before using the equipment, check all parts for shipping damage. if any part is damaged, do notuse it, and contact VEVOR for further instructions.
Before operating the product, ensure that all components are properly and securely assembledand that all fasteners are secure.
If you give this product to someone else, must include this owner's manual.

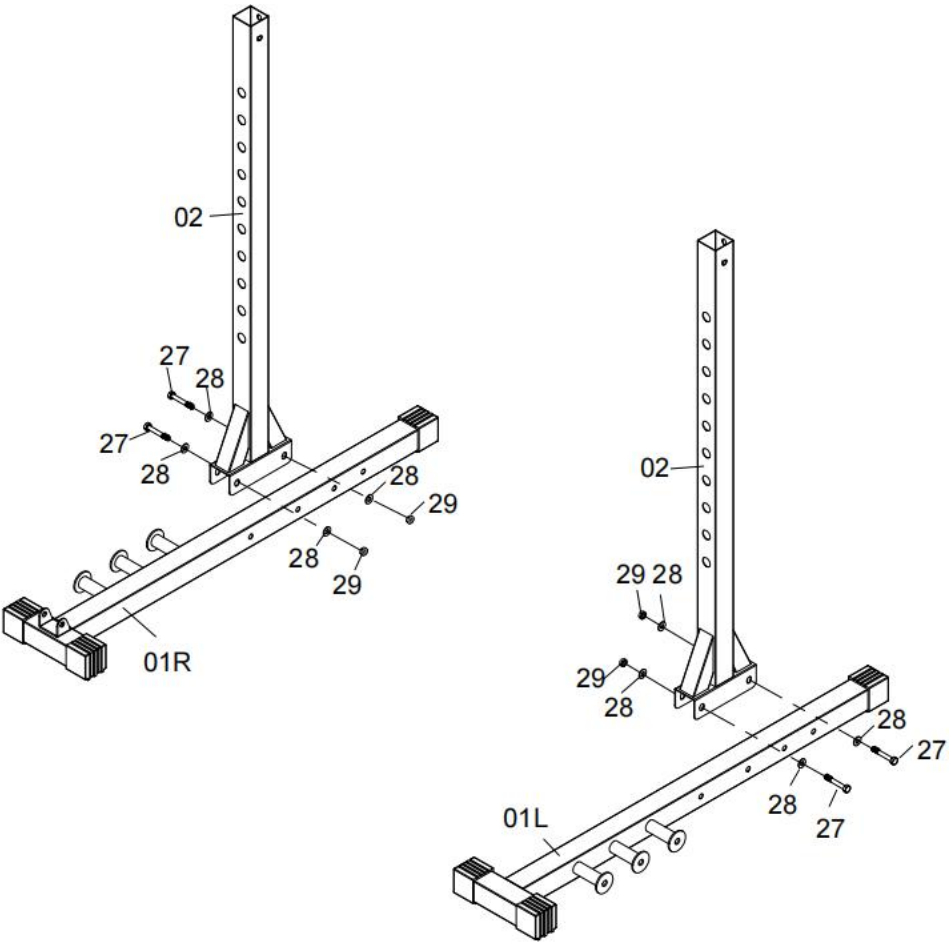
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

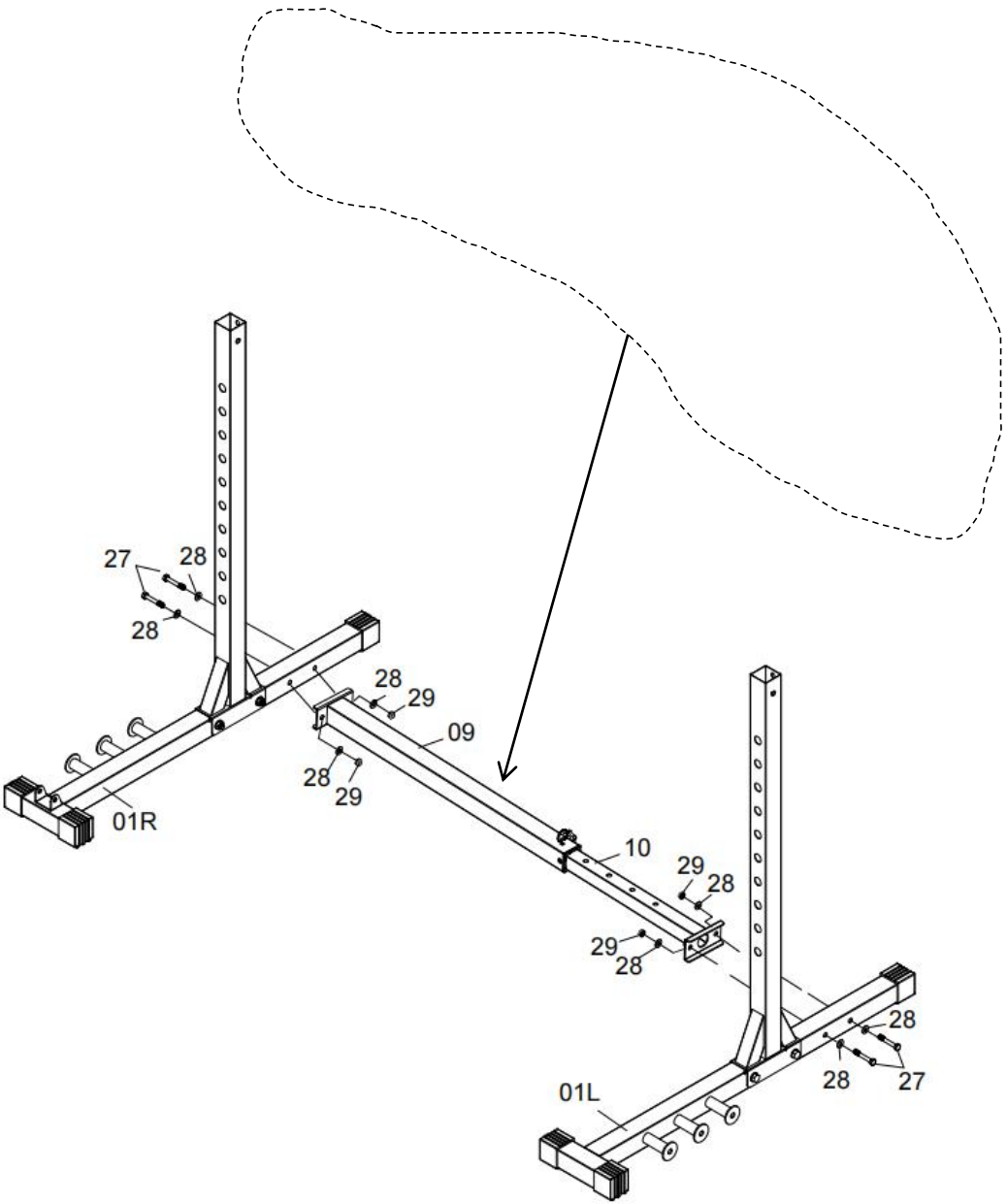
Assembly

STEP 1: As shown in the picture, install the base



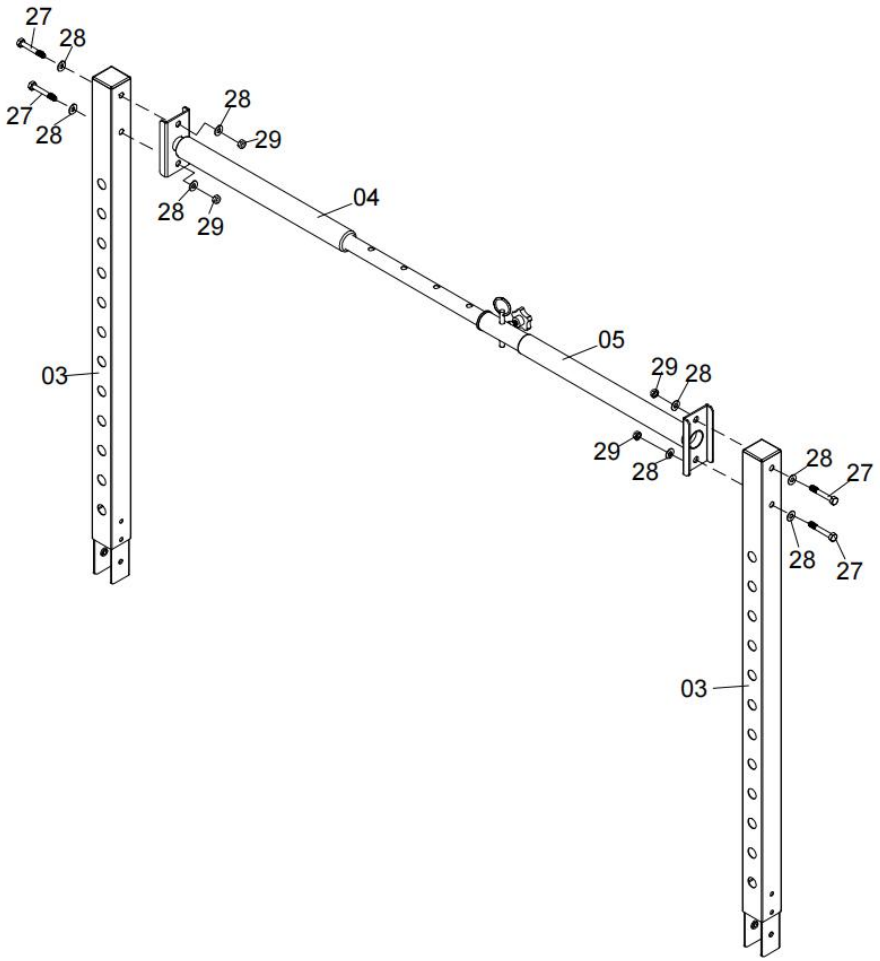
STEP 2: Install the bottom crossbar assembly.



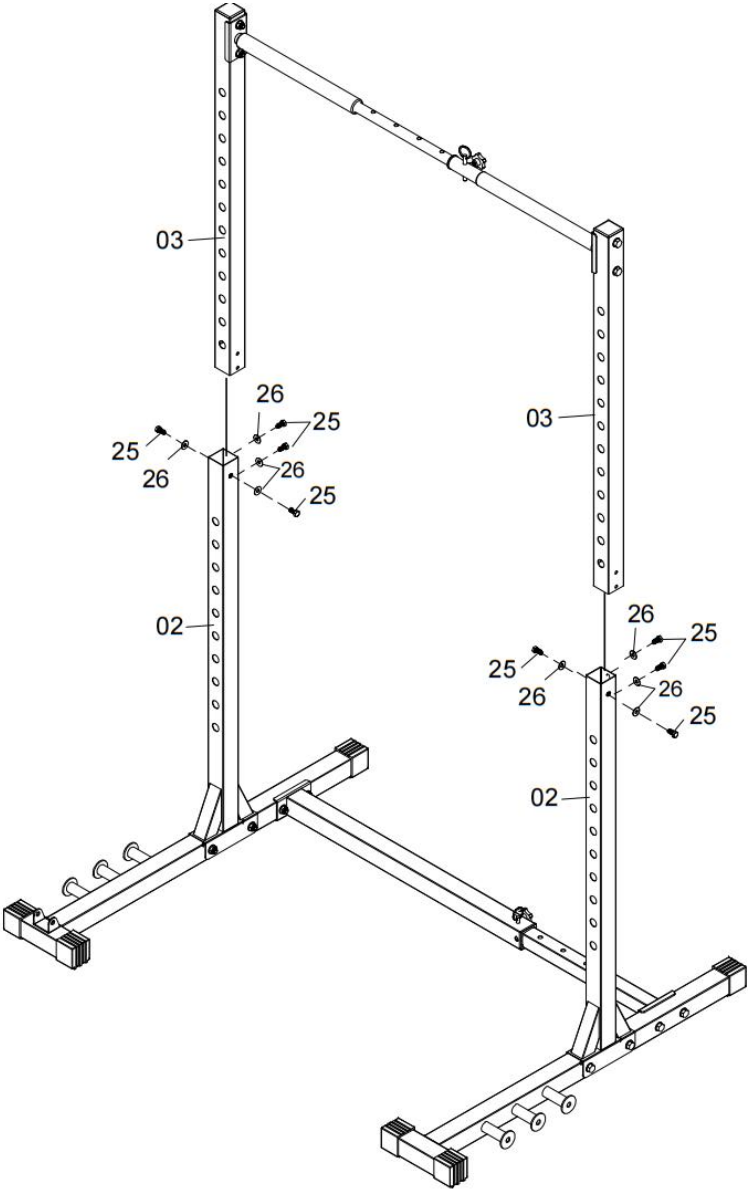


STEP 3: As shown in the picture, Install the upper crossbar assembly

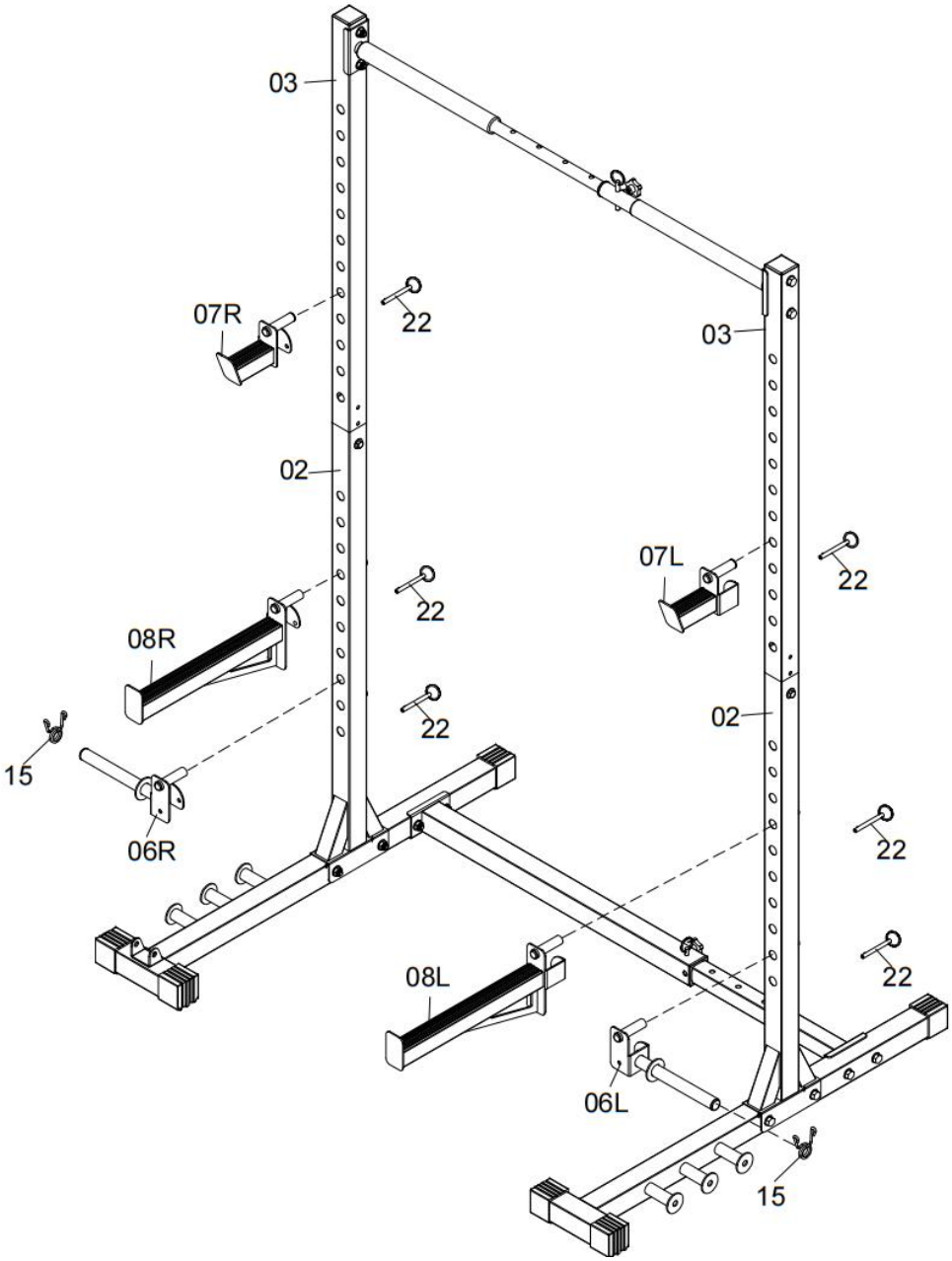




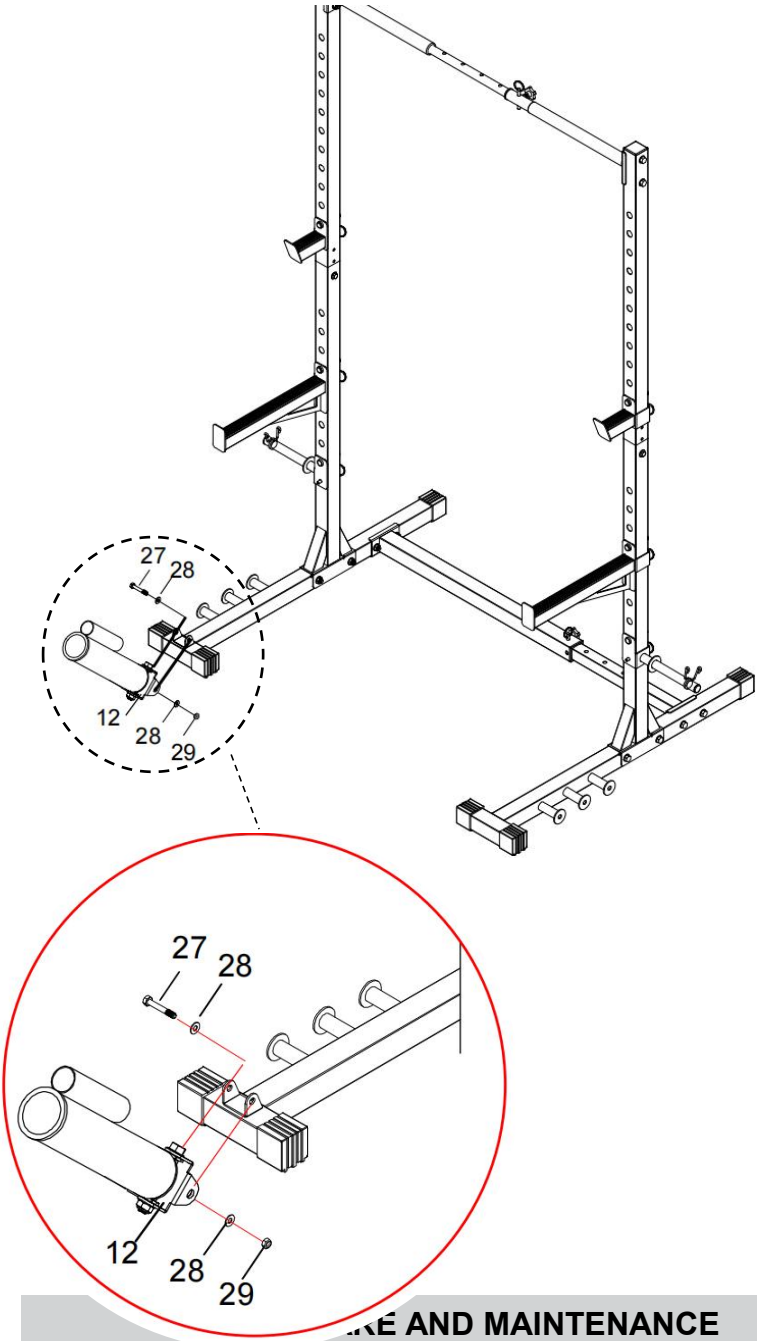
STEP 4: As shown in the picture, assemble the upper and lower parts that have been installed.



STEP 5: As shown in the figure, install the J-shaped hook and the safety bar, and insert the pin .



STEP 6: As shown in the picture, install the barbell shaft sleeve .Finished



RE AND MAINTENANCE

Cleaning:

The surface can be cleaned with a soft damp cloth on a regular basis

Manufacturer: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Address: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.
Imported to AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD NSW 2122 Australia
Imported to USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Place, Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

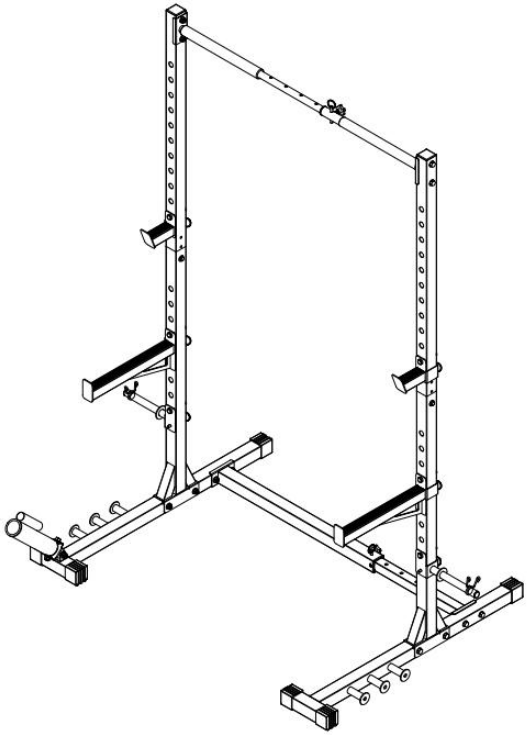
Rack à squats

MODÈLE: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODÈLE: SJ7200F



Remarque : l'image du produit est fournie à titre indicatif.
Ce sont les détails réels qui prévaudront.

Voici le mode d'emploi original. Veuillez lire attentivement toutes les instructions du manuel avant utilisation. VEVOR se réserve le droit d'interpréter ce manuel à sa guise. L'apparence du produit que vous recevrez peut différer. Nous vous prions de nous excuser si nous ne vous informons pas des mises à jour techniques ou logicielles concernant notre

produit.
Merci beaucoup d'avoir choisi ce produit
Veuillez lire attentivement toutes les instructions avant utilisation. Ces informations vous aideront à obtenir les meilleurs résultats possibles.

Operation safety

Veuillez conserver ce manuel dans un endroit facilement accessible et veillez à le ranger correctement. Ce manuel d'instructions explique clairement comment utiliser l'équipement en toute sécurité et correctement, afin de prévenir tout dommage corporel ou matériel, pour vous comme pour autrui.

Danger

N’utilisez pas ce produit ni aucun équipement optionnel disponible sans avoir

préalablement lu et compris l’intégralité de ces instructions.

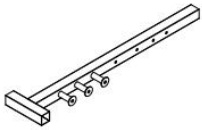
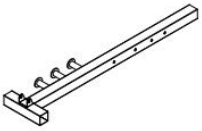
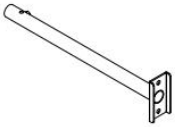
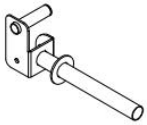
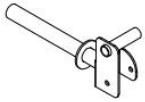
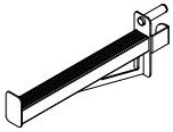
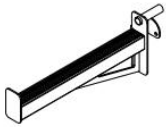
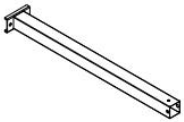
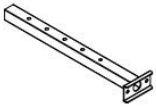
Tenez les sacs en plastique hors de portée des enfants pour éviter tout risque d'étouffement.
Tenez toujours les animaux et les enfants éloignés du traîneau à pousser et à tirer
Veuillez ne pas entreposer le produit dans un endroit humide.
N'effectuez aucune réparation ou modification de fortune.
Ne pas utiliser si des pièces sont endommagées.
Veuillez choisir un endroit approprié pour son utilisation. Ne pas utiliser sur un sol inégal.

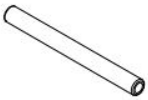
Avertissement

La capacité de charge du produit est de 980 livres (barre de traction 300 livres, crochet en J 240 livres, barre de rangement pour haltères 100 livres d'un côté ; barre de sécurité 240 livres). Le dépassement de ce poids peut endommager le produit.
Avant d'utiliser l'équipement, vérifiez que toutes les pièces n'ont pas été endommagées pendant le transport. Si une pièce est endommagée, ne l'utilisez pas et contactez VEVOR pour obtenir des instructions supplémentaires.

Avant d'utiliser le produit, assurez-vous que tous les composants sont correctement et solidement assemblés et que toutes les fixations sont bien serrées.
Si vous offrez ce produit à quelqu'un d'autre, vous devez impérativement inclure ce manuel d'utilisation.

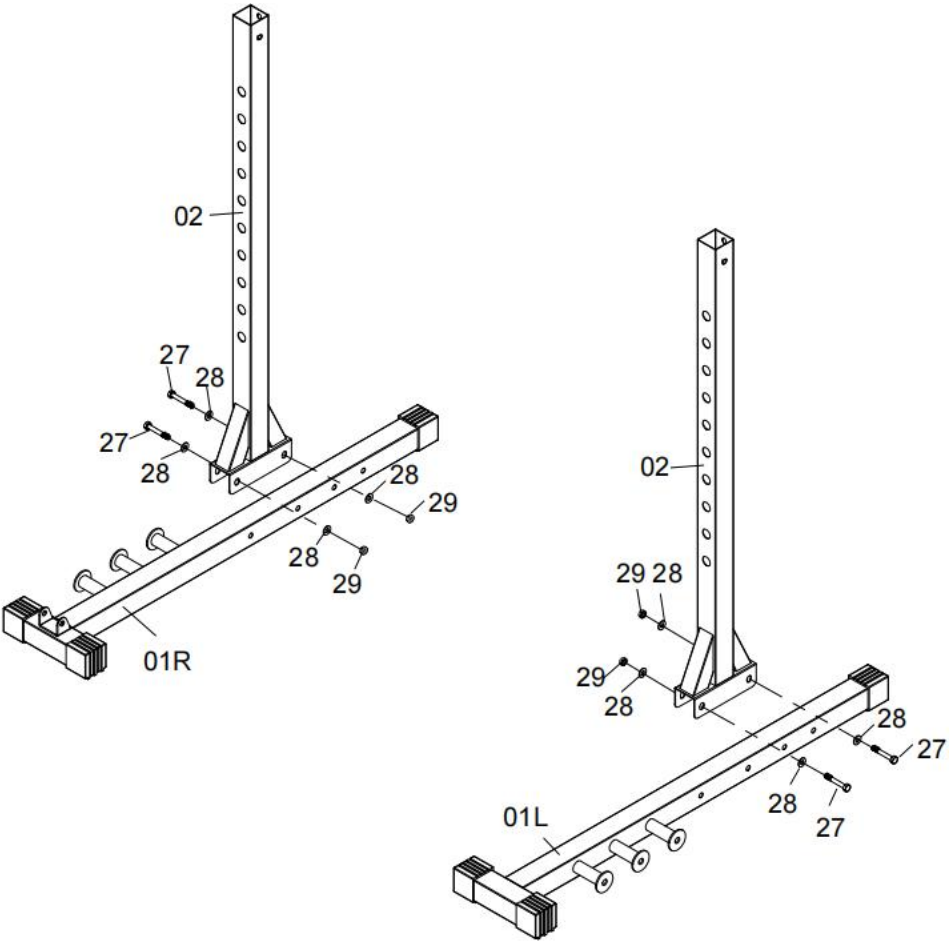
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

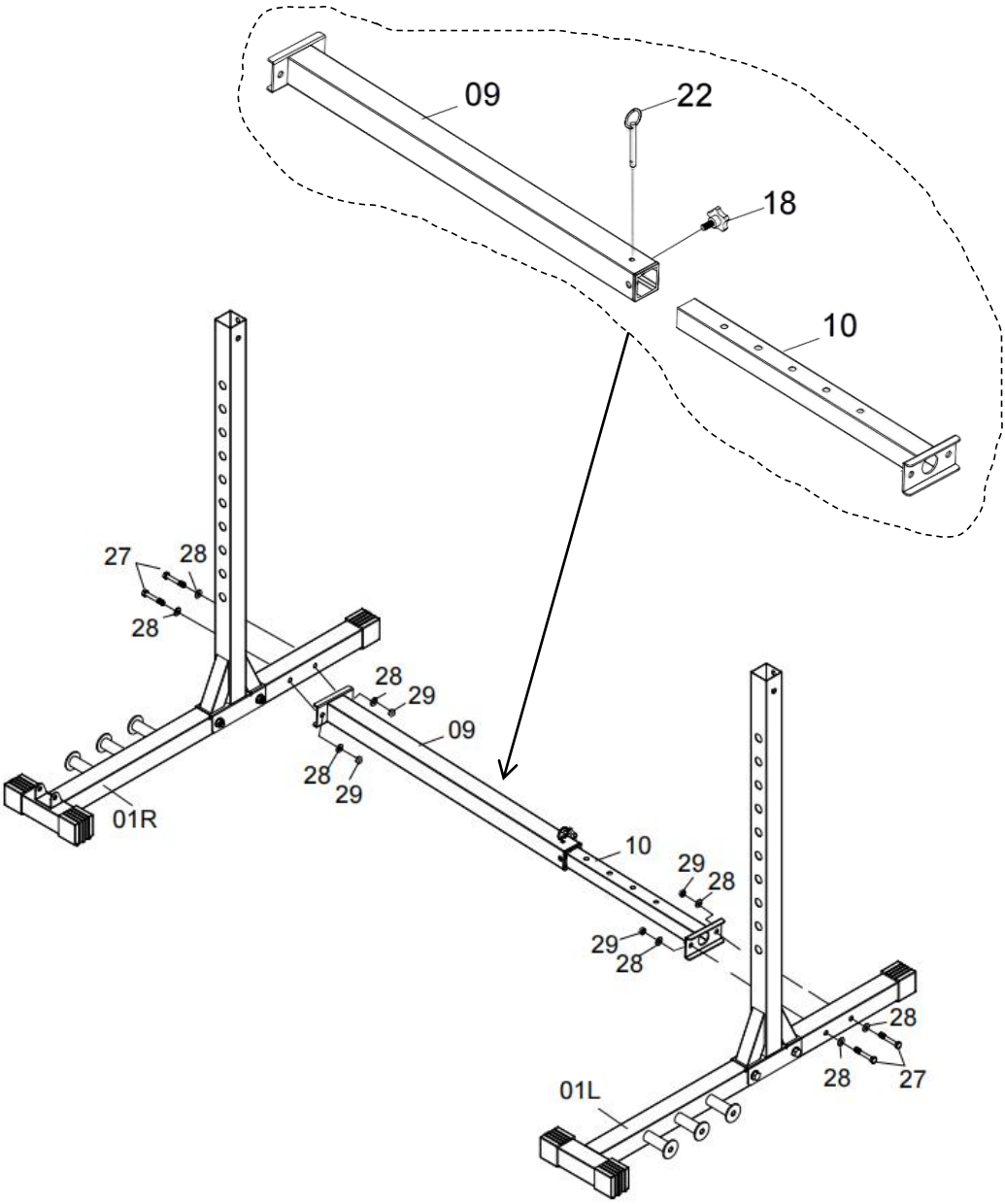
17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

Assembly

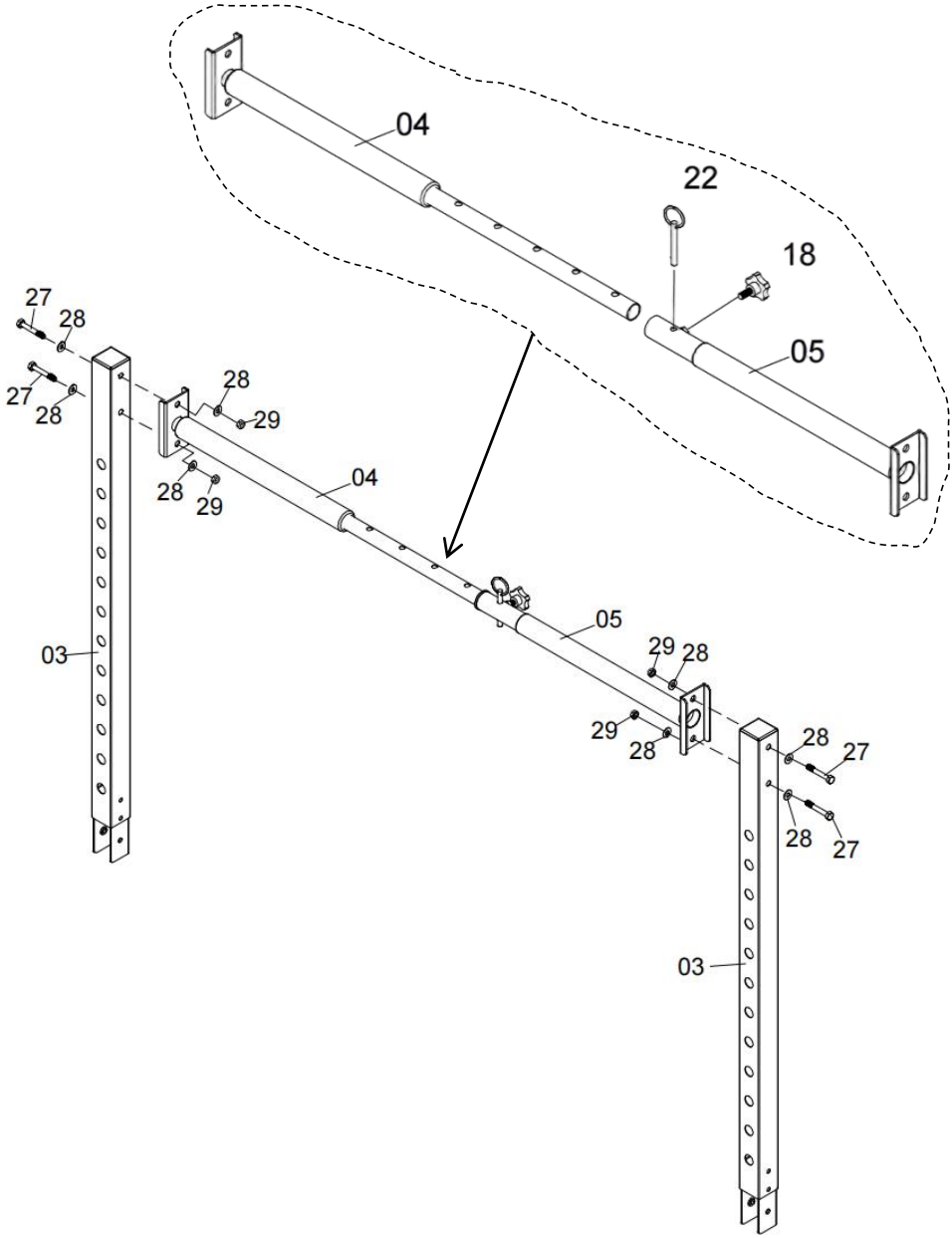
ÉTAPE 1 : Comme indiqué sur l’ image, installez la base



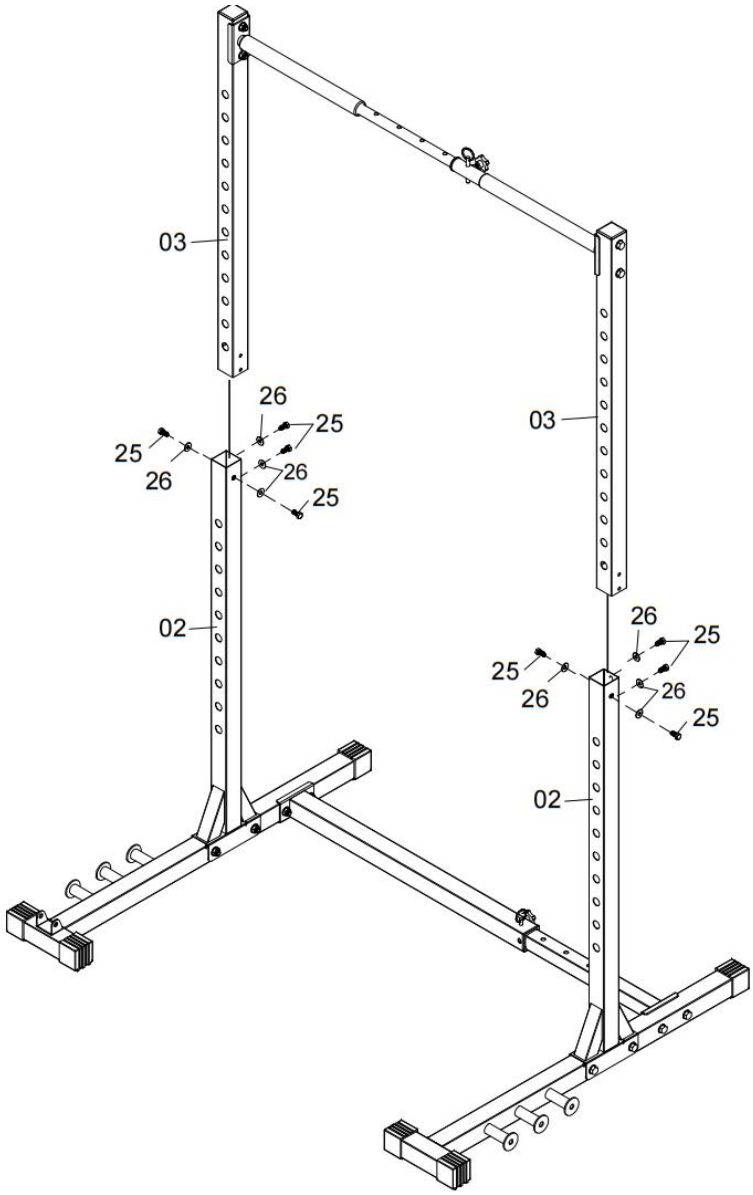
ÉTAPE 2 : Installez l'ensemble de la barre transversale inférieure.



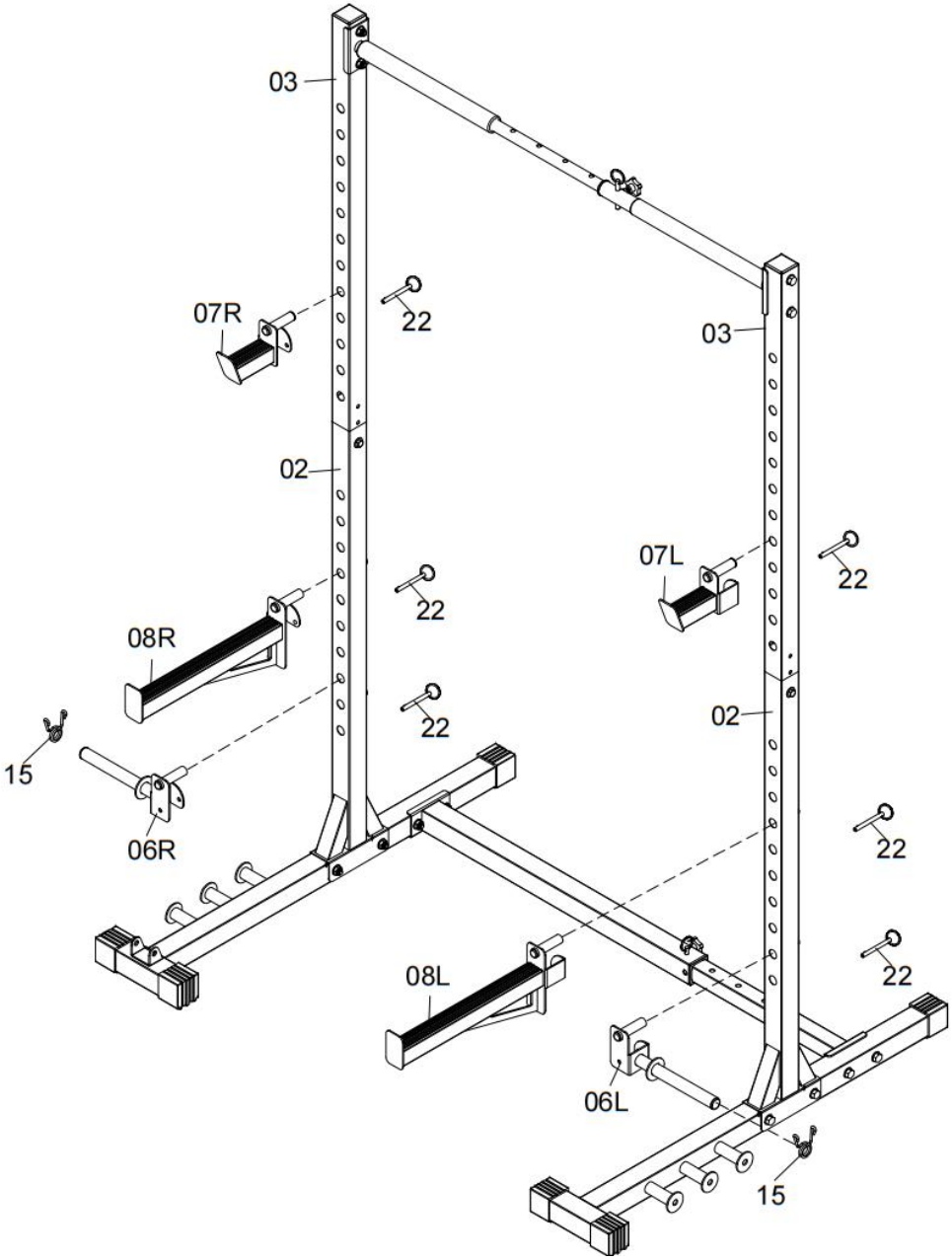
ÉTAPE 3 : Comme indiqué sur l'image, installez l'ensemble de la traverse supérieure.



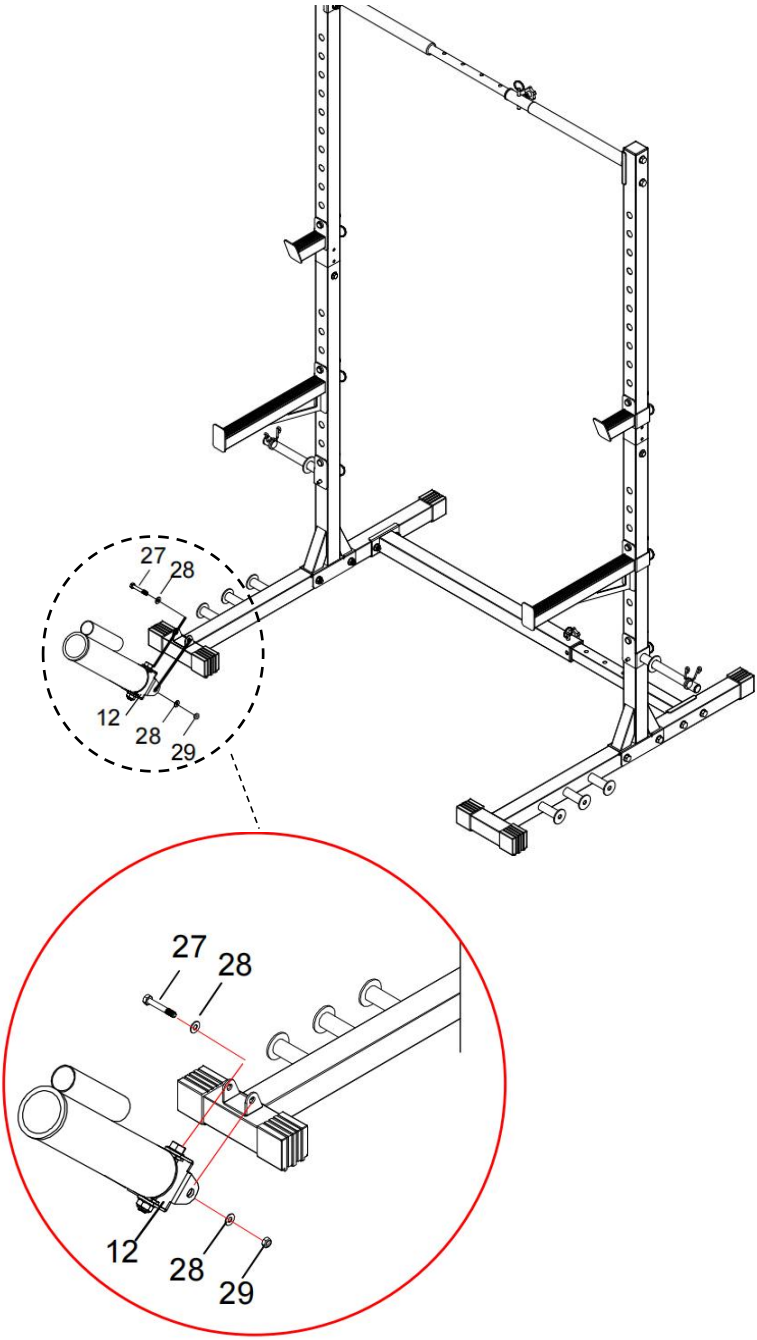
ÉTAPE 4 : Comme indiqué sur l'image, assemblez les parties supérieure et inférieure qui ont été installées.



ÉTAPE 5 : Comme indiqué sur la figure, installez le crochet en forme de J et la barre de sécurité, puis insérez la goupille.



ÉTAPE 6 : Comme indiqué sur l’ image, installez le manchon de la barre d’ haltères. Terminé.



CARE AND MAINTENANCE

Nettoyage:

La surface peut être nettoyée régulièrement avec un chiffon doux et humide.

Fabricant : Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Adresse : Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, Shanghai 200000 CN.
Importé en Australie : SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD
NSW 2122 Australie
Importé aux États-Unis : Sanven Technology Ltd., Suite 250, 9166 Anaheim
Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

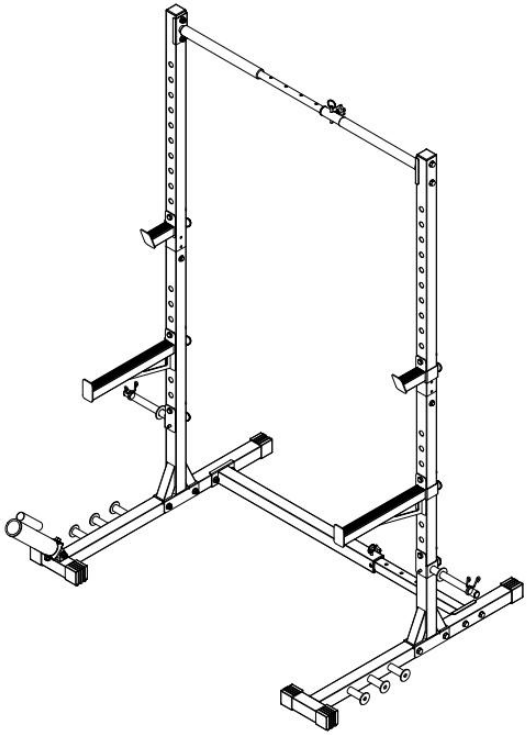
Kniebeugenständer

MODELL: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODELL: SJ7200F



Hinweis: Das Produktbild dient nur als Referenz.
Die tatsächlichen Einzelheiten sind maßgebend.

Dies ist die Originalanleitung. Bitte lesen Sie die gesamte Bedienungsanleitung vor der Inbetriebnahme sorgfältig durch. VEVOR behält sich die Auslegung der Bedienungsanleitung vor. Das Aussehen des Produkts kann von dem gelieferten Produkt abweichen. Wir bitten um Verständnis, dass wir Sie nicht erneut über etwaige Technologie- oder

Software-Updates informieren werden .
Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben.
Bitte lesen Sie vor der Anwendung die gesamte Anleitung sorgfältig durch. Die Informationen helfen Ihnen, optimale Ergebnisse zu erzielen.

Operation safety

Bitte bewahren Sie diese Bedienungsanleitung an einem leicht zugänglichen Ort auf und verwahren Sie sie ordnungsgemäß. Diese Bedienungsanleitung erklärt genau, wie Sie das Gerät sicher und korrekt bedienen, um Schäden und Sachschäden für Sie und andere zu vermeiden.

Gefahr

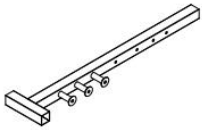
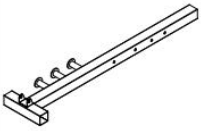
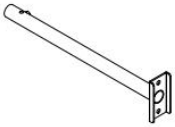
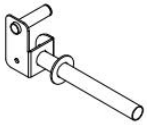
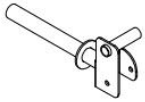
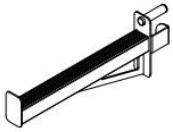
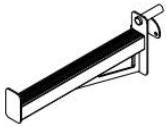
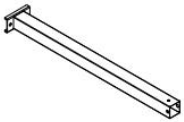
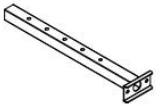
Verwenden Sie dieses Produkt oder jegliches optionale Zubehör nicht, ohne diese Anweisungen vorher vollständig gelesen und verstanden zu haben.
Plastiktüten sollten von Kindern ferngehalten werden, um Erstickungsgefahr zu vermeiden.
Halten Sie Tiere und Kinder stets vom Schiebe- und Ziehschlitten fern.
Bitte lagern Sie das Produkt nicht an einem feuchten Ort.
Führen Sie keine provisorischen Reparaturen oder Änderungen durch.
Verwenden Sie es nicht, wenn Teile beschädigt sind.
Bitte wählen Sie den geeigneten Einsatzort. Nicht auf unebenem Untergrund verwenden.

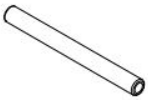
Warnung

Die maximale Belastbarkeit des Produkts beträgt 980 Pfund (Klimmzugstange 300 Pfund, J-Haken 240 Pfund, Hantelablage 100 Pfund auf einer Seite; Sicherheitsstange 240 Pfund). Eine Überschreitung dieses Gewichts kann das Produkt beschädigen.
Prüfen Sie vor der Inbetriebnahme alle Teile des Geräts auf Transportschäden. Sollte ein Teil beschädigt sein, verwenden Sie es nicht und kontaktieren Sie VEVOR für weitere Anweisungen.
Vor der Inbetriebnahme des Produkts ist sicherzustellen, dass alle Komponenten ordnungsgemäß und sicher montiert sind und alle Befestigungselemente fest

angezogen sind.
Wenn Sie dieses Produkt an jemand anderen weitergeben, muss diese Bedienungsanleitung beigefügt werden.

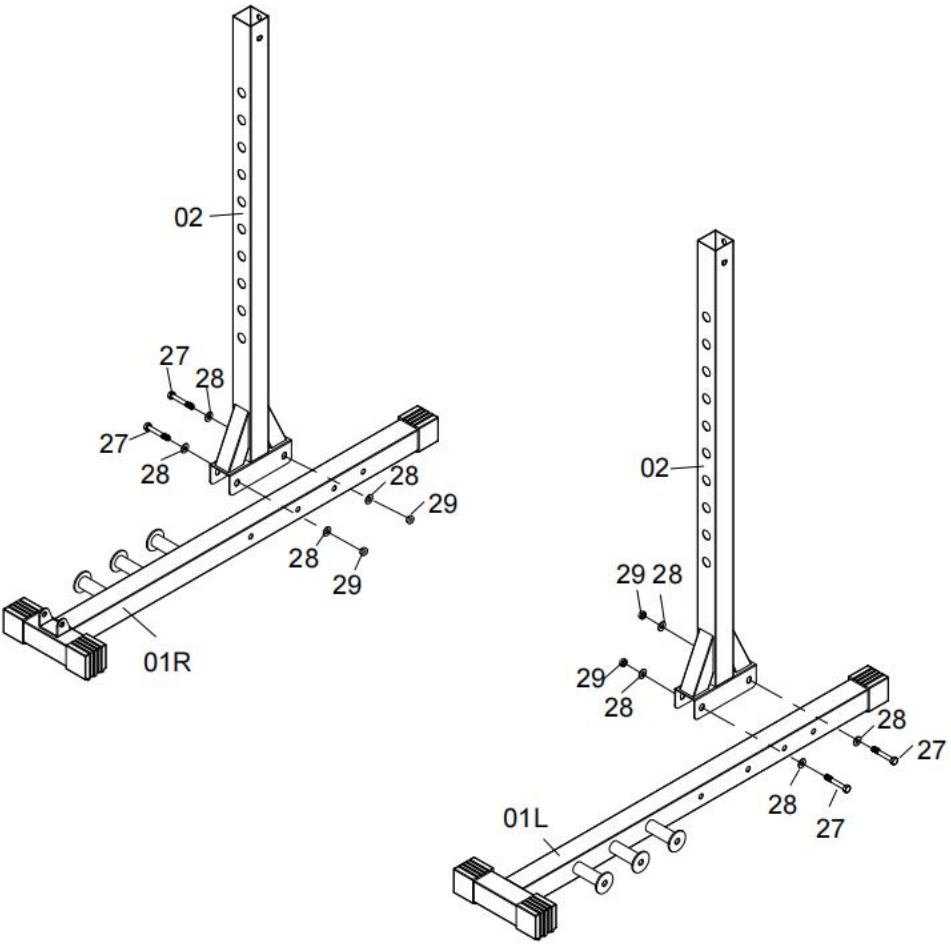
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

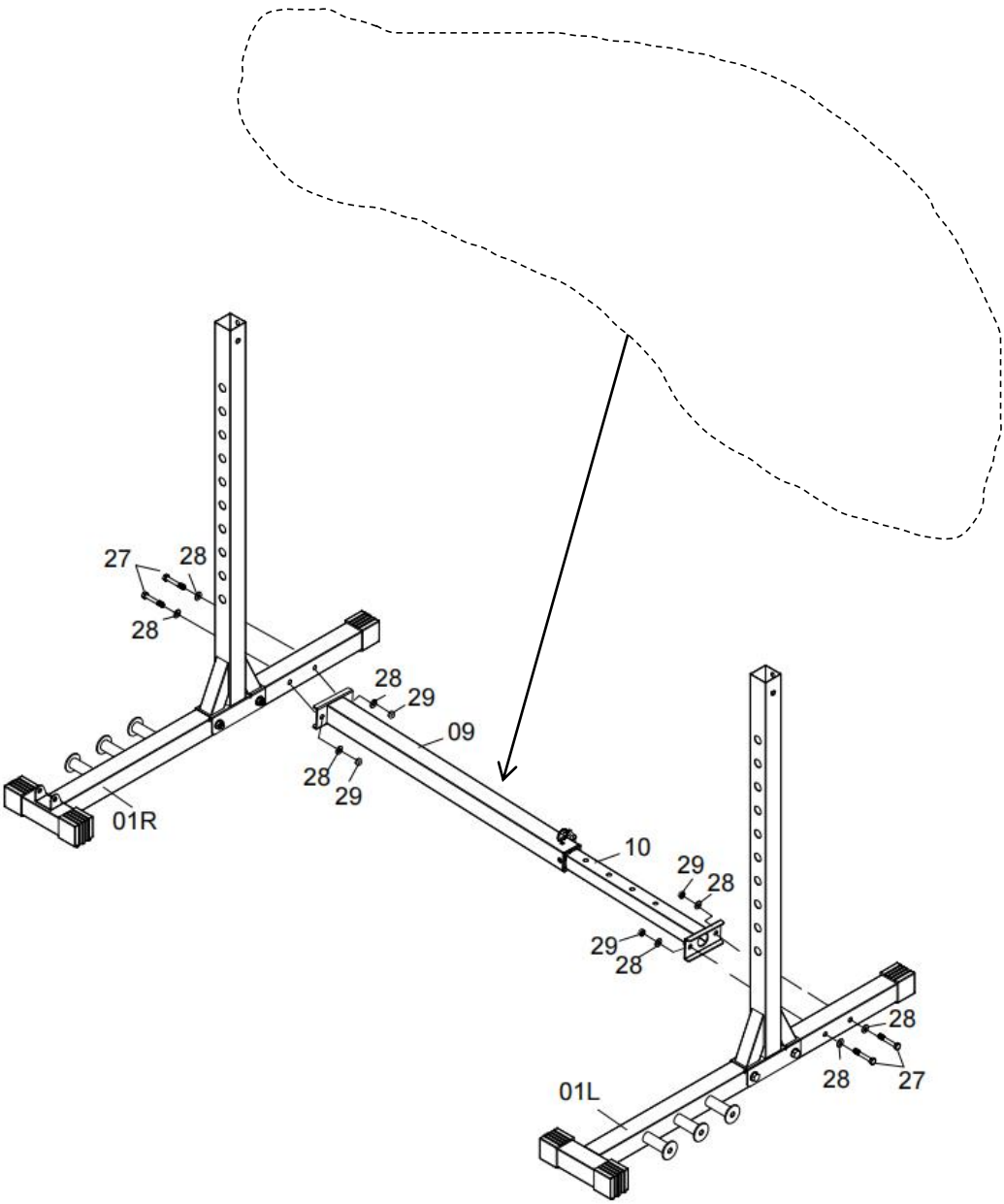
Assembly

SCHRITT 1: Installieren Sie die Basis wie in der Abbildung gezeigt.

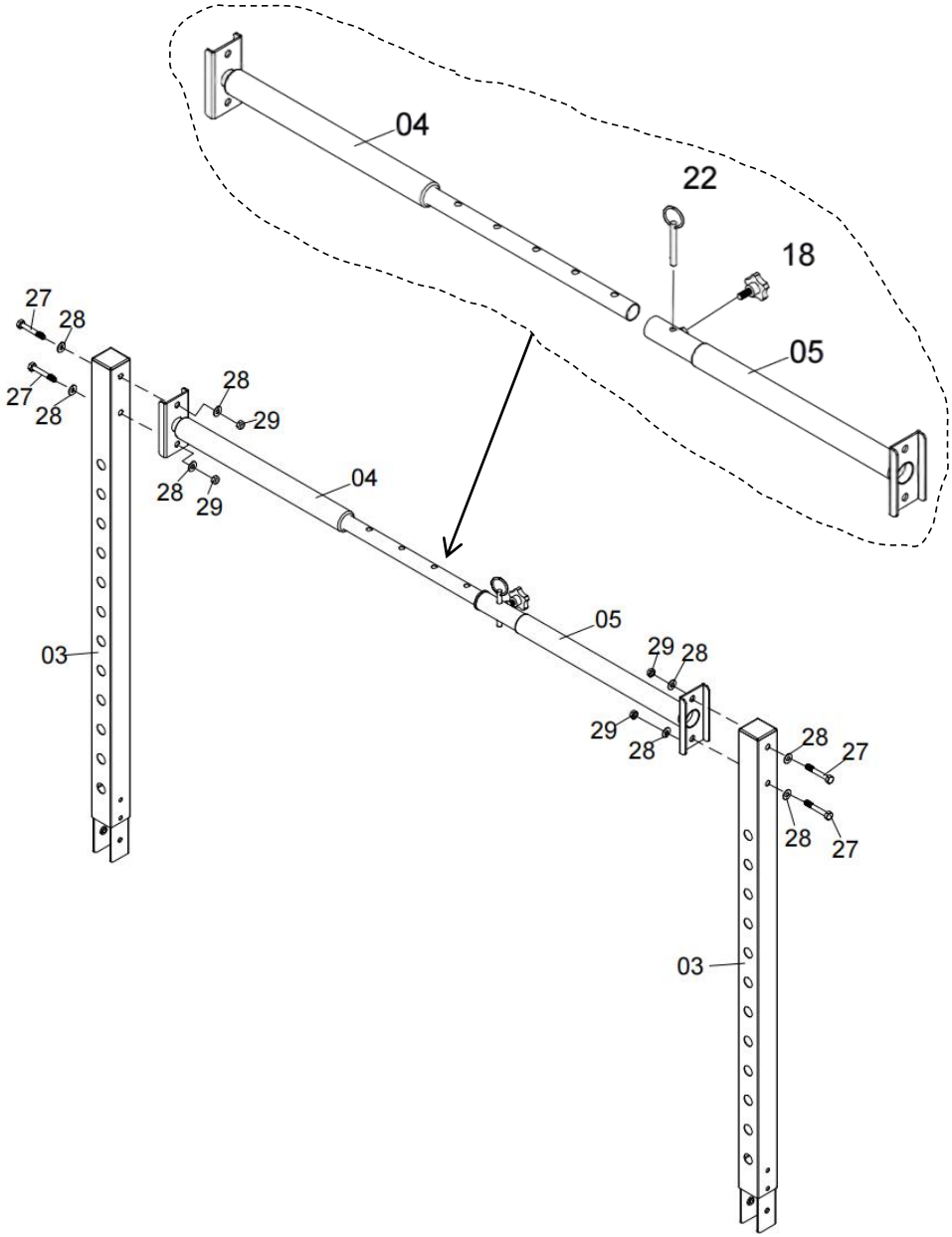


SCHRITT 2: Montieren Sie die untere Querträgerbaugruppe.

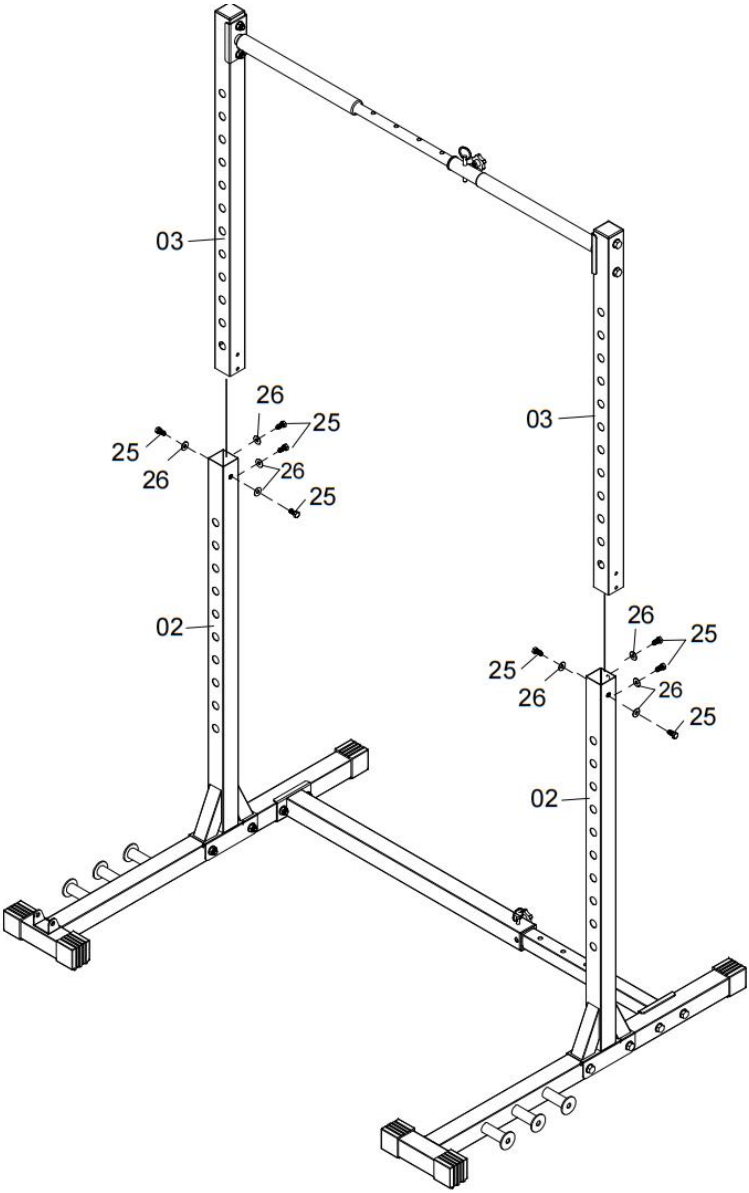




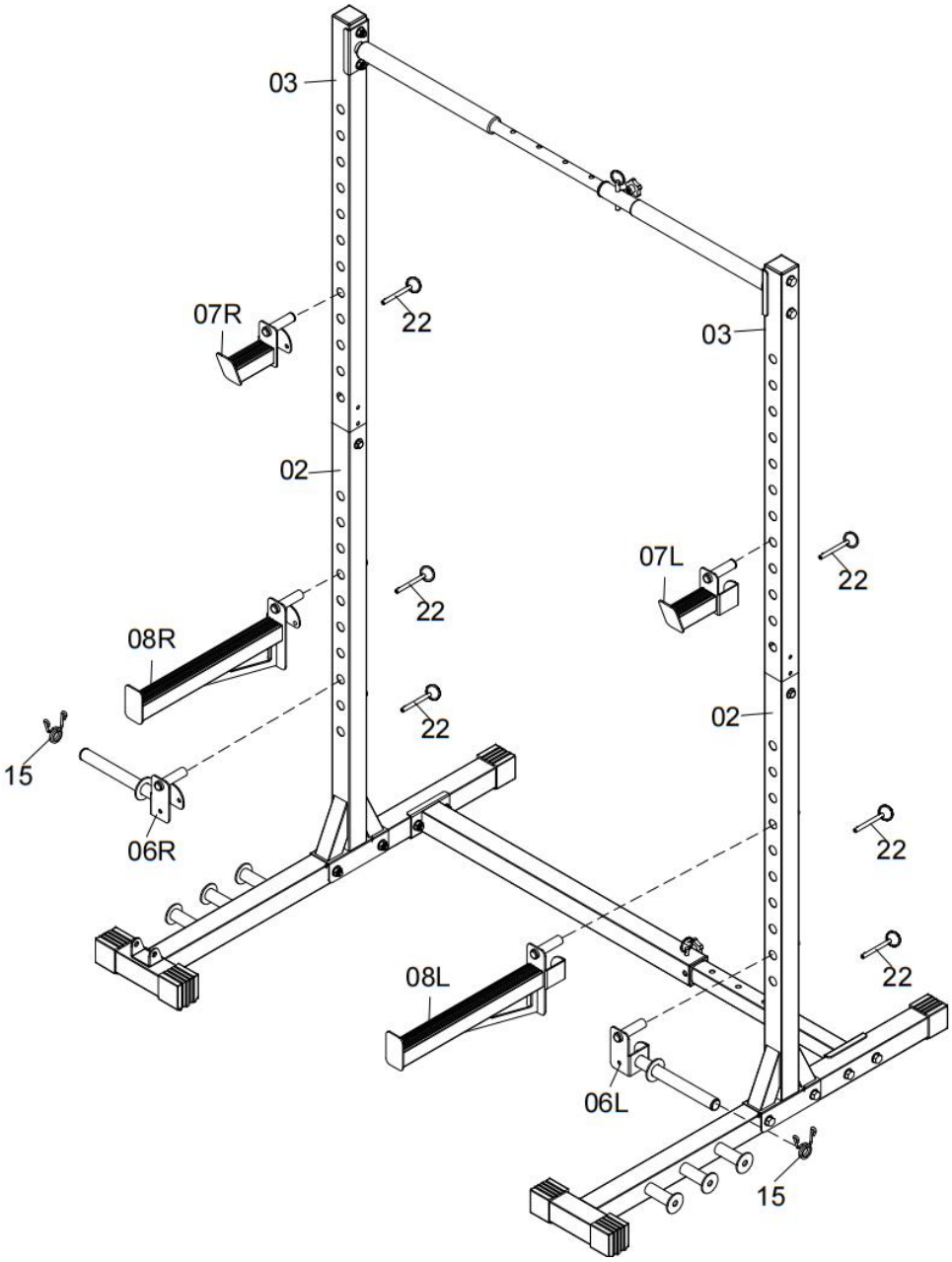
SCHRITT 3: Montieren Sie die obere Querträgerbaugruppe wie in der Abbildung gezeigt.



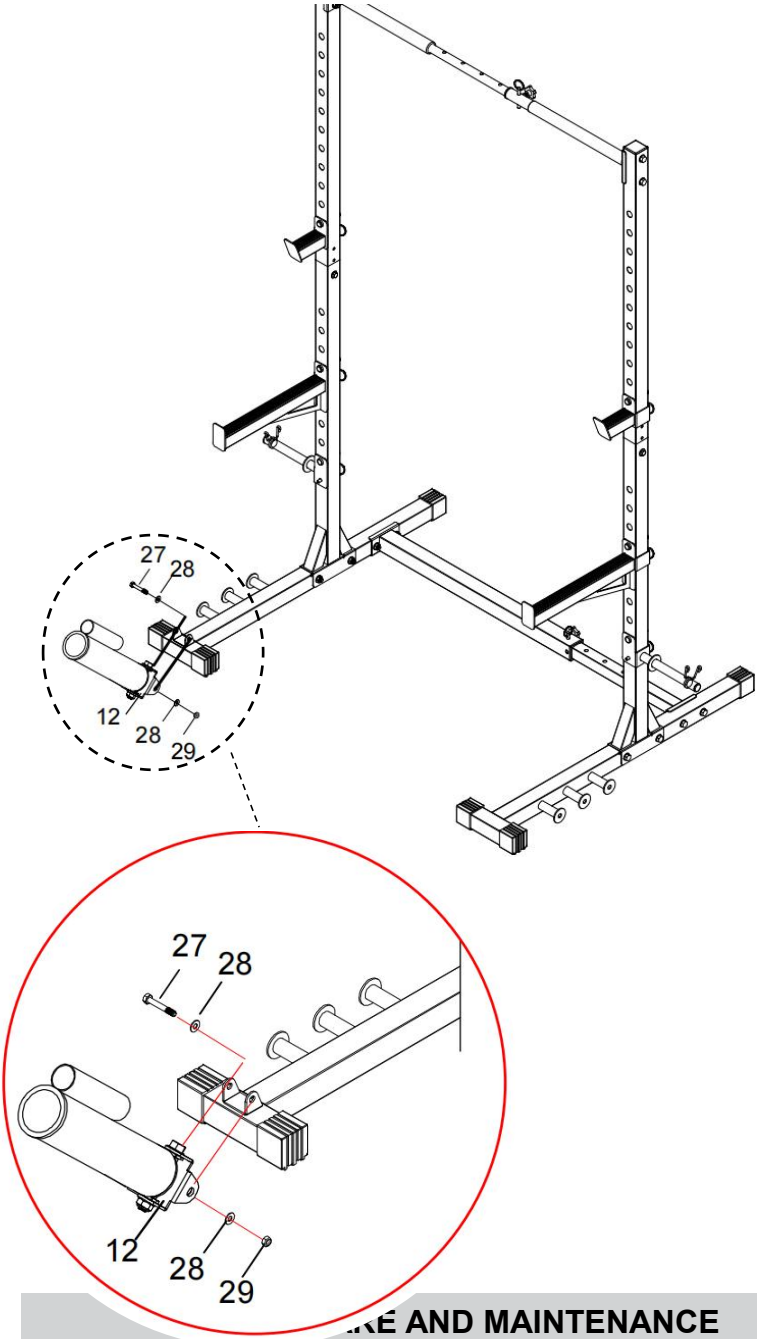
SCHRITT 4: Montieren Sie, wie im Bild gezeigt, die bereits installierten oberen und unteren Teile.



SCHRITT 5: Montieren Sie wie in der Abbildung gezeigt den J-förmigen Haken und den Sicherheitsbügel und setzen Sie den Stift ein.



SCHRITT 6: Wie in der Abbildung gezeigt, montieren Sie die Hantelstangenhülse. Fertig.



RE AND MAINTENANCE

Reinigung:

Die Oberfläche kann regelmäßig mit einem weichen, feuchten Tuch gereinigt werden.

Hersteller: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Adresse: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, Shanghai 200000 CN.
Importiert nach Australien: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREET, EASTWOOD
NSW 2122 Australien
Importiert in die USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Ort, Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

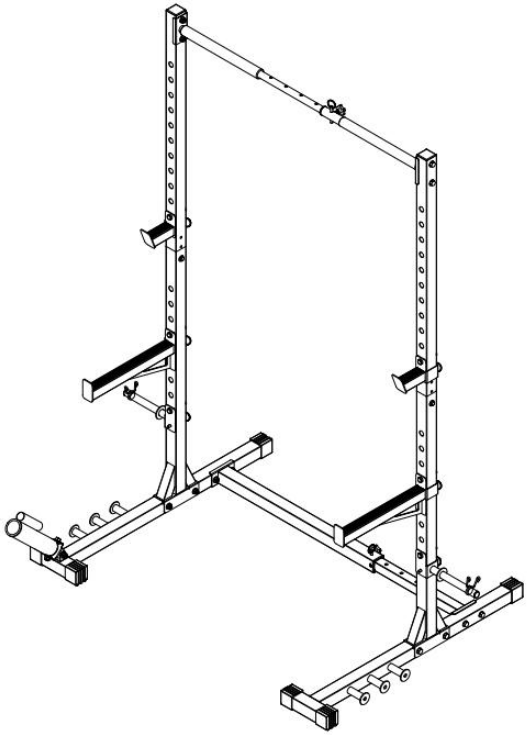
Rack per squat

MODELLO: MODELLO SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODELLO: MODELLO SJ7200F



Nota: l'immagine del prodotto è solo di riferimento, prevarranno i dettagli effettivi

Queste sono le istruzioni originali, si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni del manuale prima dell'uso. VEVOR si riserva la piena interpretazione del proprio manuale utente. L'aspetto del prodotto dipenderà dal prodotto ricevuto. Vi preghiamo di scusarci se non vi informeremo più in caso di aggiornamenti tecnologici o software sul nostro

prodotto.
Grazie mille per aver scelto questo prodotto
Si prega di leggere attentamente tutte le istruzioni prima dell'uso. Le informazioni fornite vi aiuteranno a ottenere i migliori risultati possibili.

Operation safety

Si prega di conservare il presente manuale in un luogo facilmente consultabile e di conservarlo correttamente. Il presente manuale di istruzioni indica chiaramente come utilizzare l'apparecchiatura in modo sicuro e corretto, al fine di prevenire danni o perdite di proprietà a voi e ad altri.

Pericolo

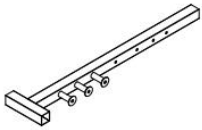
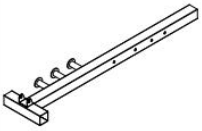
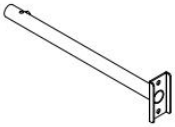
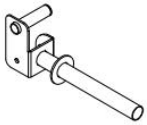
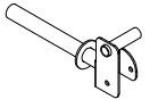
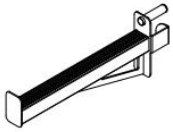
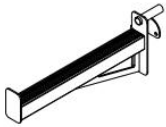
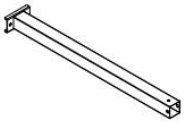
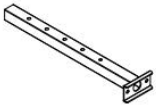
Non utilizzare questo prodotto o qualsiasi apparecchiatura opzionale disponibile senza prima aver letto e compreso attentamente queste istruzioni.
Tenere i sacchetti di plastica lontano dalla portata dei bambini per evitare il soffocamento.
Tenere sempre animali e bambini lontani dalla slitta trainata da cavalli
Si prega di non conservare il prodotto in un luogo umido
Non effettuare riparazioni o modifiche improvvisate
Non utilizzarlo se alcune parti sono danneggiate.
Si prega di scegliere il luogo appropriato per l'uso. Non utilizzarlo su terreni irregolari.

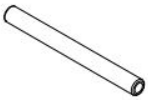
Avvertimento

La capacità di carico del prodotto è di 980 libbre (barra per trazioni 300 libbre, gancio a J 240 libbre, barra porta bilanciere 100 libbre su un lato; barra di sicurezza 240 libbre). Superare questo peso potrebbe danneggiare il prodotto.
Prima di utilizzare l'attrezzatura, controllare che tutte le parti non abbiano subito danni durante il trasporto. Se una parte è danneggiata, non utilizzarla e contattare VEVOR per ulteriori istruzioni.
Prima di utilizzare il prodotto, assicurarsi che tutti i componenti siano montati correttamente e saldamente e che tutti i dispositivi di fissaggio siano ben fissati.
Se si cede questo prodotto a qualcun altro, è necessario includere anche questo

manuale d'uso.

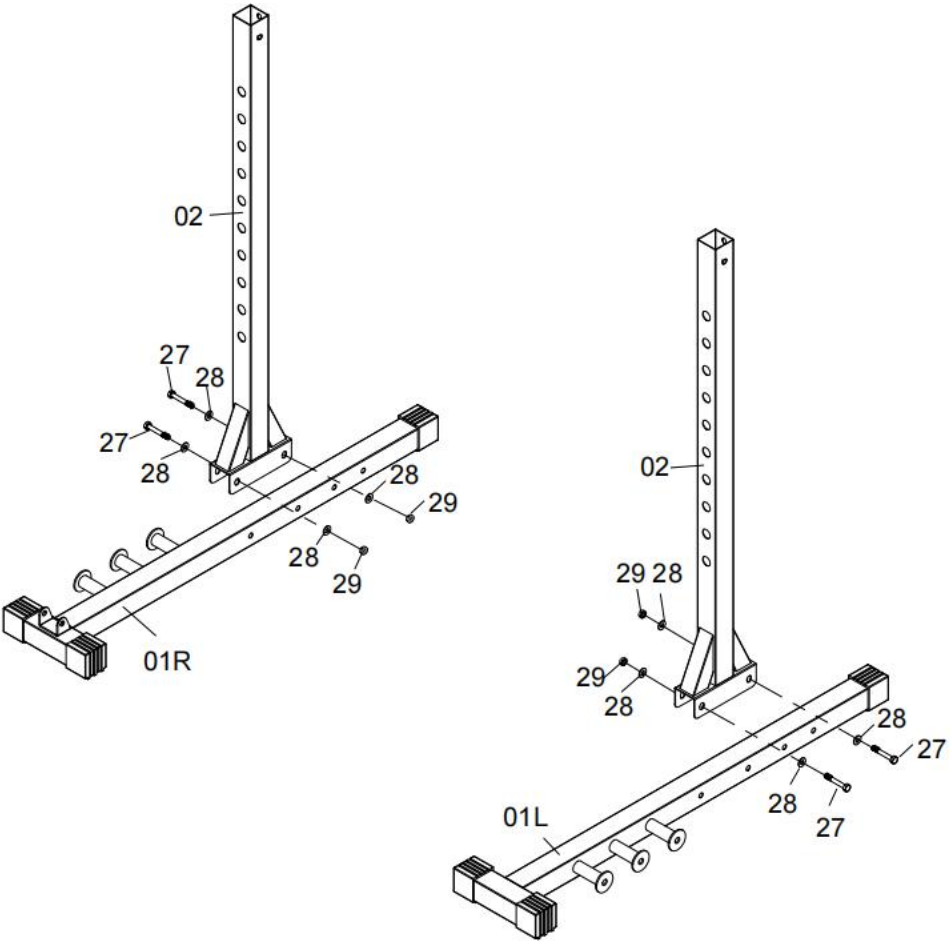
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

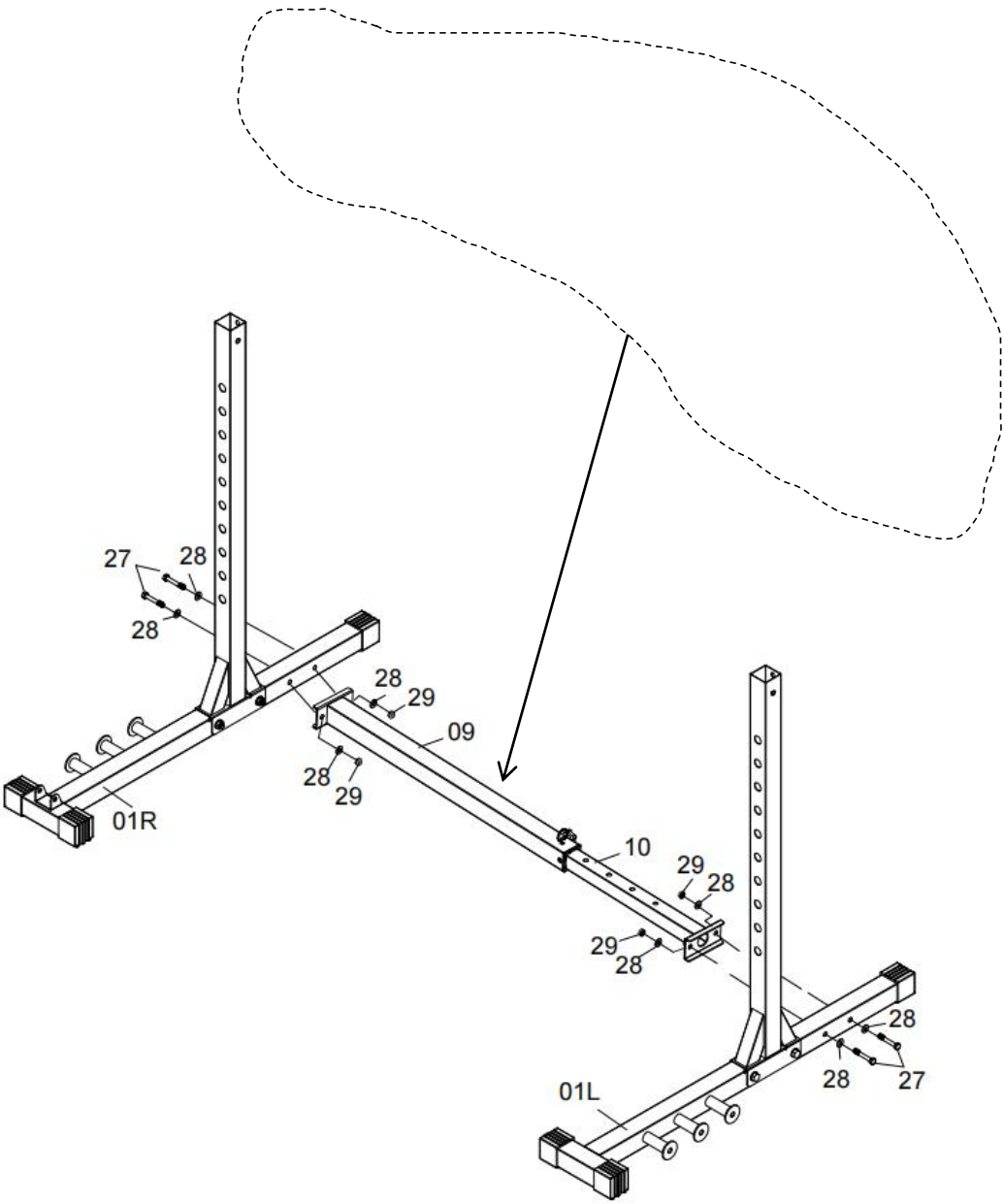
Assembly

PASSAGGIO 1: Come mostrato nell'immagine, installare la base

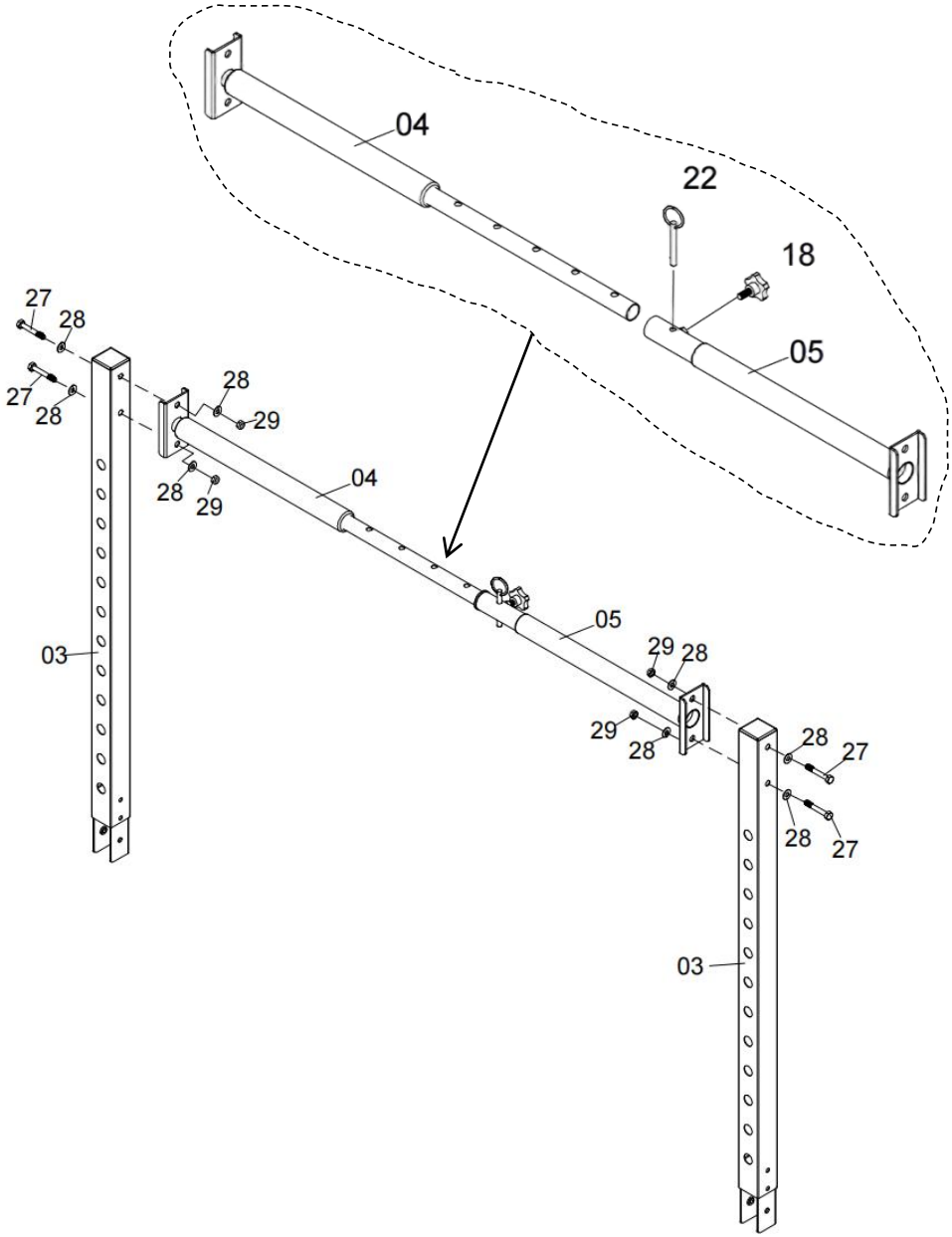


FASE 2: Installare il gruppo traversa inferiore.

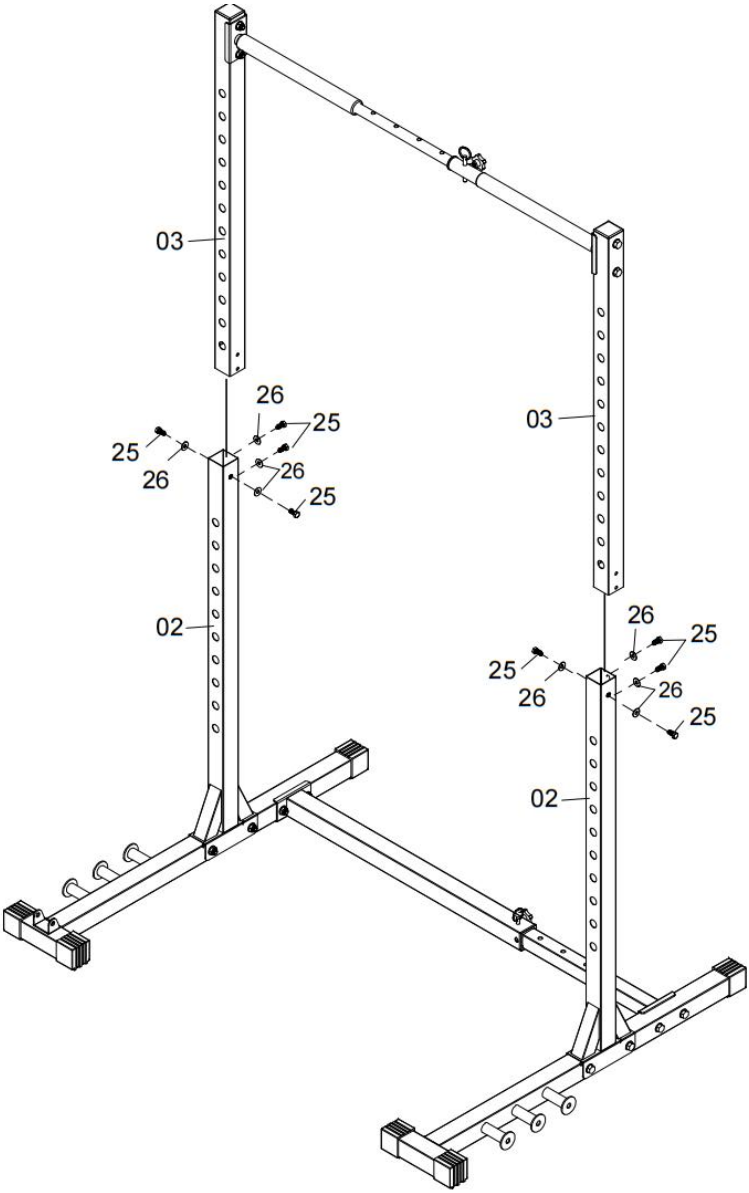




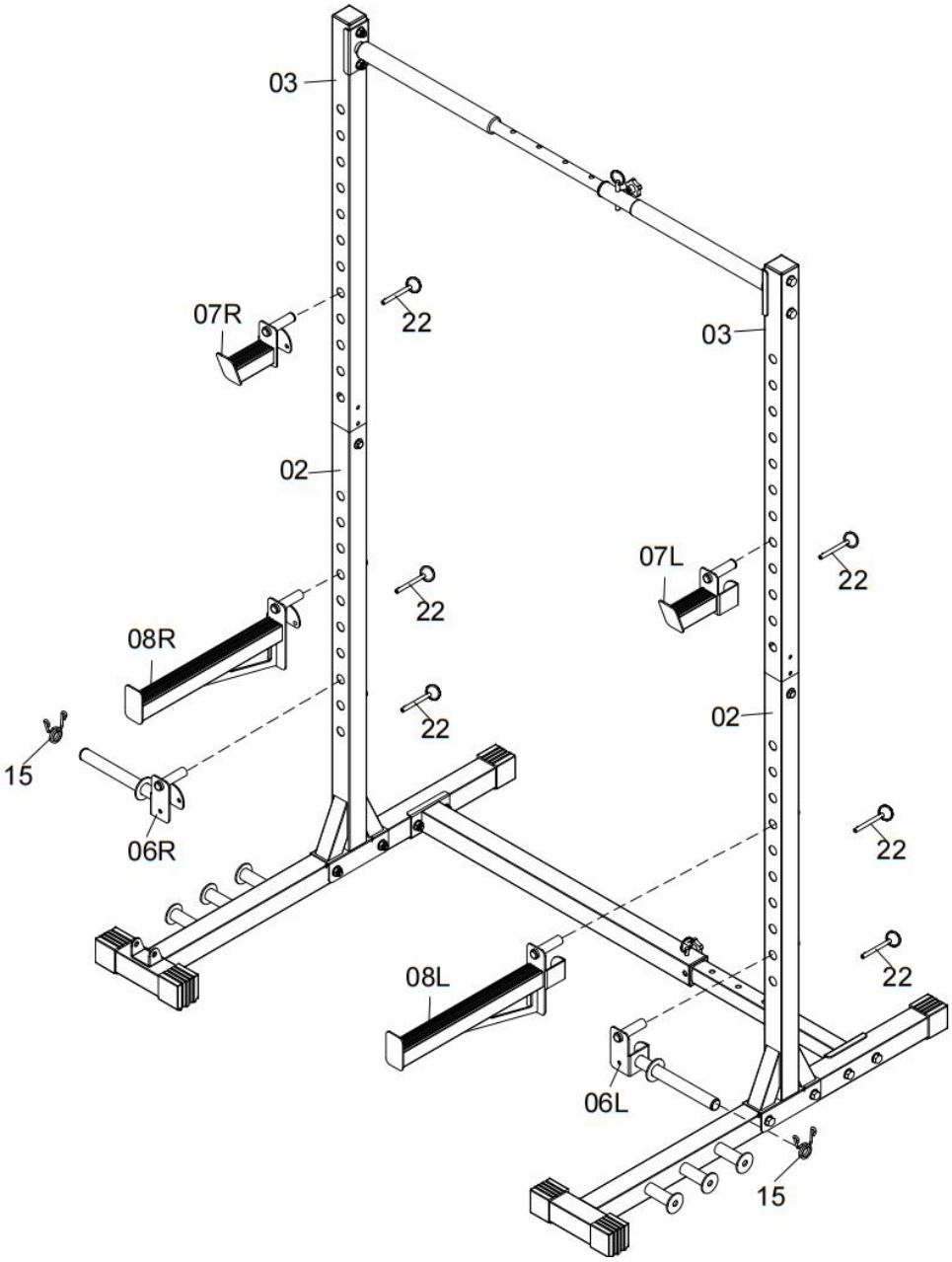
FASE 3: Come mostrato nell'immagine, installare il gruppo della barra trasversale superiore



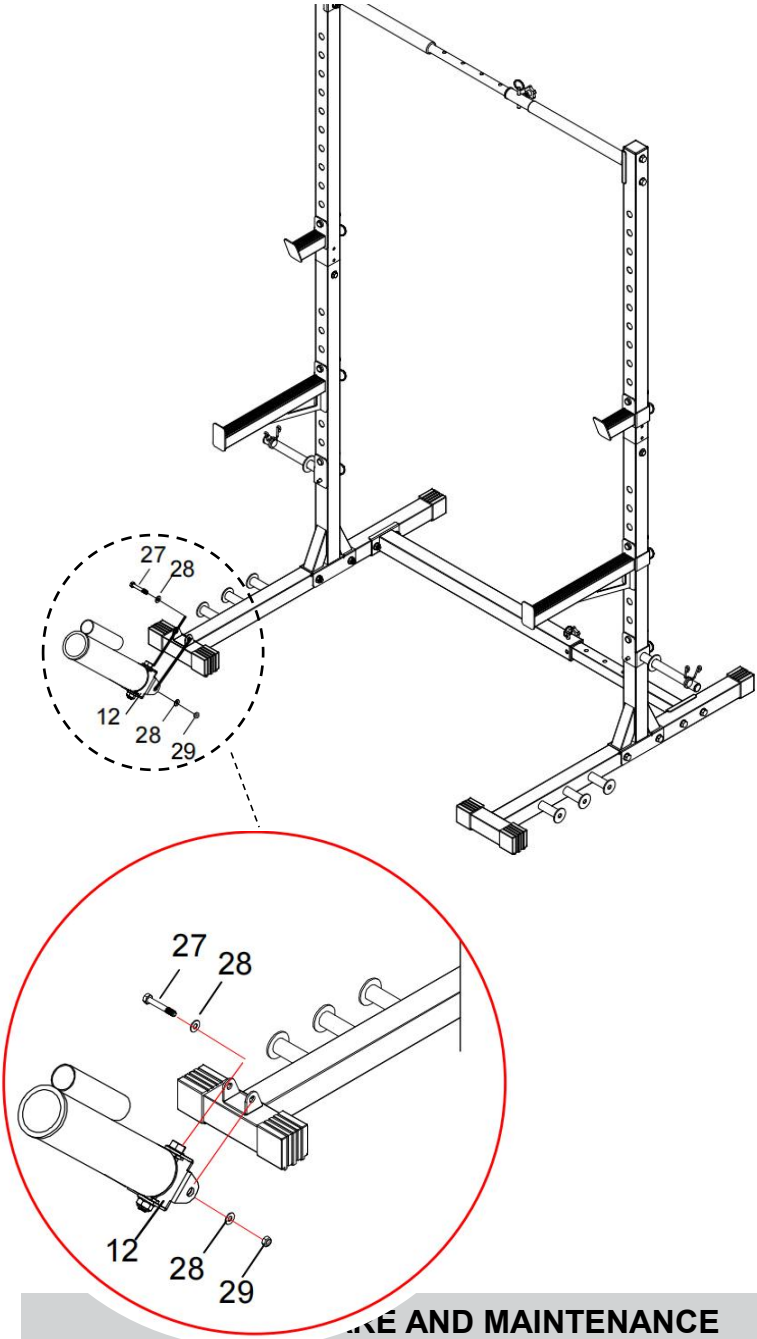
FASE 4: Come mostrato nell'immagine, assemblare le parti superiore e inferiore che sono state installate.



FASE 5: Come mostrato nella figura, installare il gancio a J e la barra di sicurezza e inserire il perno.



FASE 6: Come mostrato nell'immagine, installare il manicotto dell'albero del bilanciere. Finito



RE AND MAINTENANCE

Pulizia:

La superficie può essere pulita regolarmente con un panno morbido e umido

Produttore: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Indirizzo: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, Shanghai 200000 CN.
Importato in AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD Nuovo Galles del Sud 2122 Australia
Importato negli USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Luogo, Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

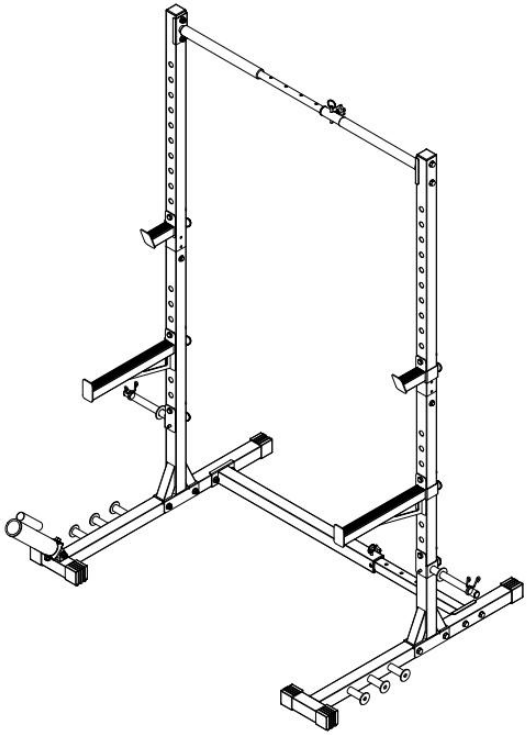
Soporte para sentadillas

MODELO: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODELO: SJ7200F



Nota: La imagen del producto es solo de referencia.
Prevalecerán los detalles reales.

Estas son las instrucciones originales. Lea atentamente todas las instrucciones del manual antes de usar el producto. VEVOR se reserva el derecho de interpretar este manual de usuario. El aspecto del producto puede variar. Le pedimos disculpas por no informarle sobre actualizaciones de tecnología o software de nuestro producto.

Muchas gracias por elegir este producto.
Lea todas las instrucciones antes de usarlo. La información le ayudará a obtener los mejores resultados posibles.

Operation safety

Por favor, guarde este manual en un lugar de fácil acceso y consérvelo en buen estado. Este manual de instrucciones indica claramente cómo utilizar el equipo de forma segura y correcta, para evitar cualquier daño o pérdida material que pueda sufrir usted o terceros.

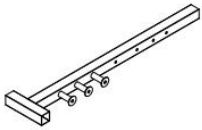
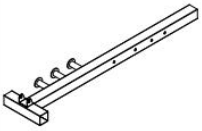
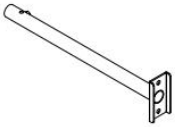
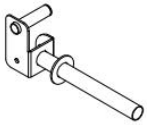
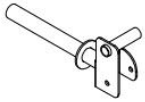
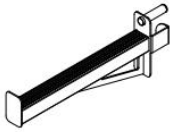
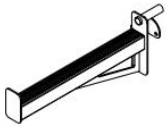
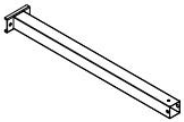
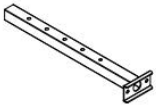
Peligro

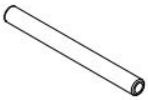
No utilice este producto ni ningún equipo opcional disponible sin antes leer y comprender completamente estas instrucciones.
Mantenga las bolsas de plástico fuera del alcance de los niños para evitar la asfixia.
Mantenga siempre a los animales y a los niños alejados del trineo de empuje y tracción.
Por favor, no guarde el producto en un lugar húmedo.
No realice reparaciones ni modificaciones improvisadas.
No lo utilice si alguna pieza está dañada.
Por favor, elija el lugar adecuado para su uso. No lo utilice sobre terreno irregular.

Advertencia

La capacidad de carga del producto es de 980 libras (barra de dominadas 300 libras, gancho en J 240 libras, barra de almacenamiento de pesas 100 libras en un lado; barra de seguridad 240 libras). Exceder este peso puede dañar el producto.
Antes de utilizar el equipo, revise todas las piezas para detectar posibles daños ocasionados durante el envío. Si alguna pieza está dañada, no la utilice y póngase en contacto con VEVOR para recibir instrucciones adicionales.
Antes de utilizar el producto, asegúrese de que todos los componentes estén correctamente ensamblados y de forma segura, y que todos los elementos de fijación estén bien sujetos.
Si regala este producto a otra persona, debe incluir este manual del propietario.

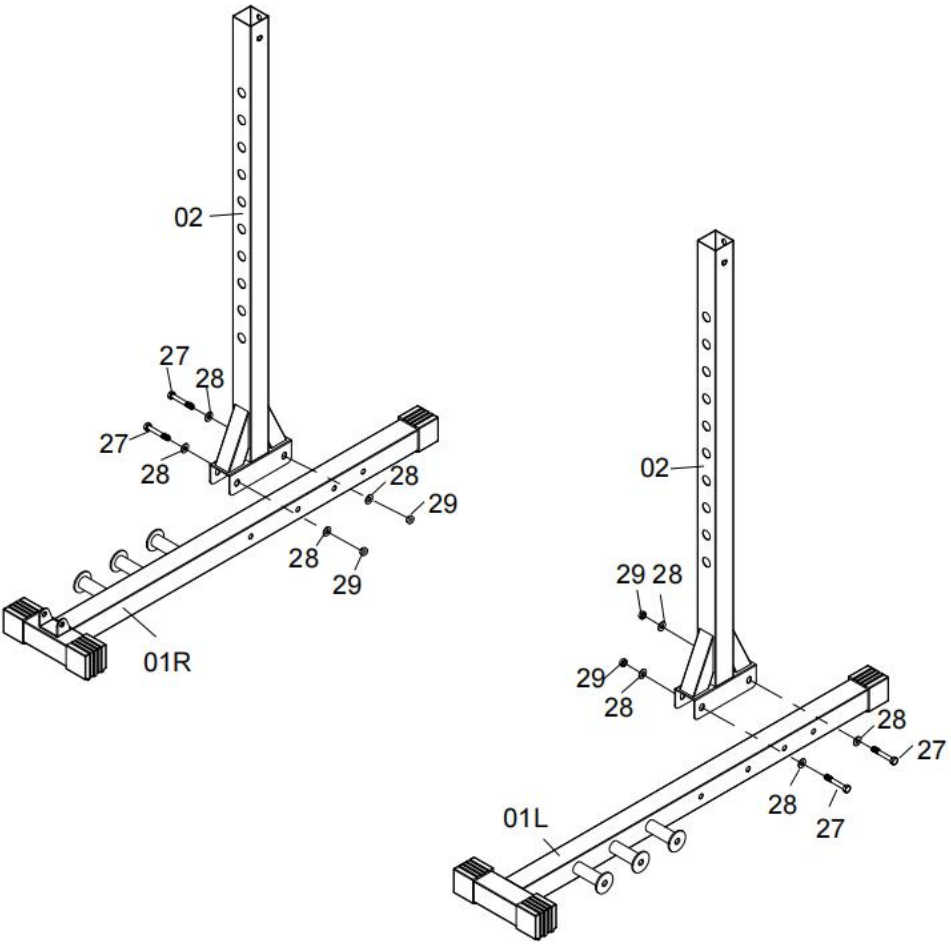
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

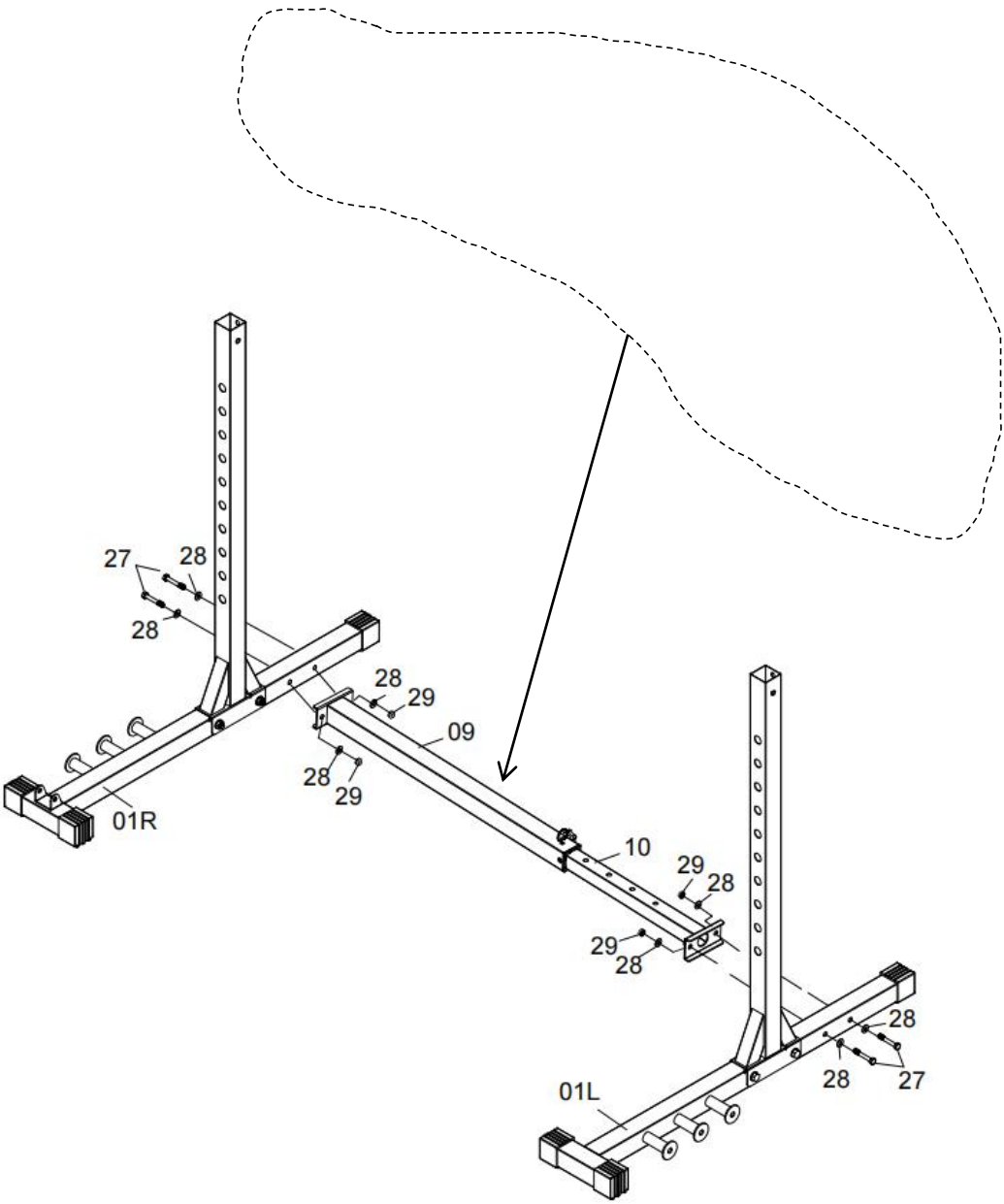
Assembly

PASO 1: Como se muestra en la imagen, instale la base.

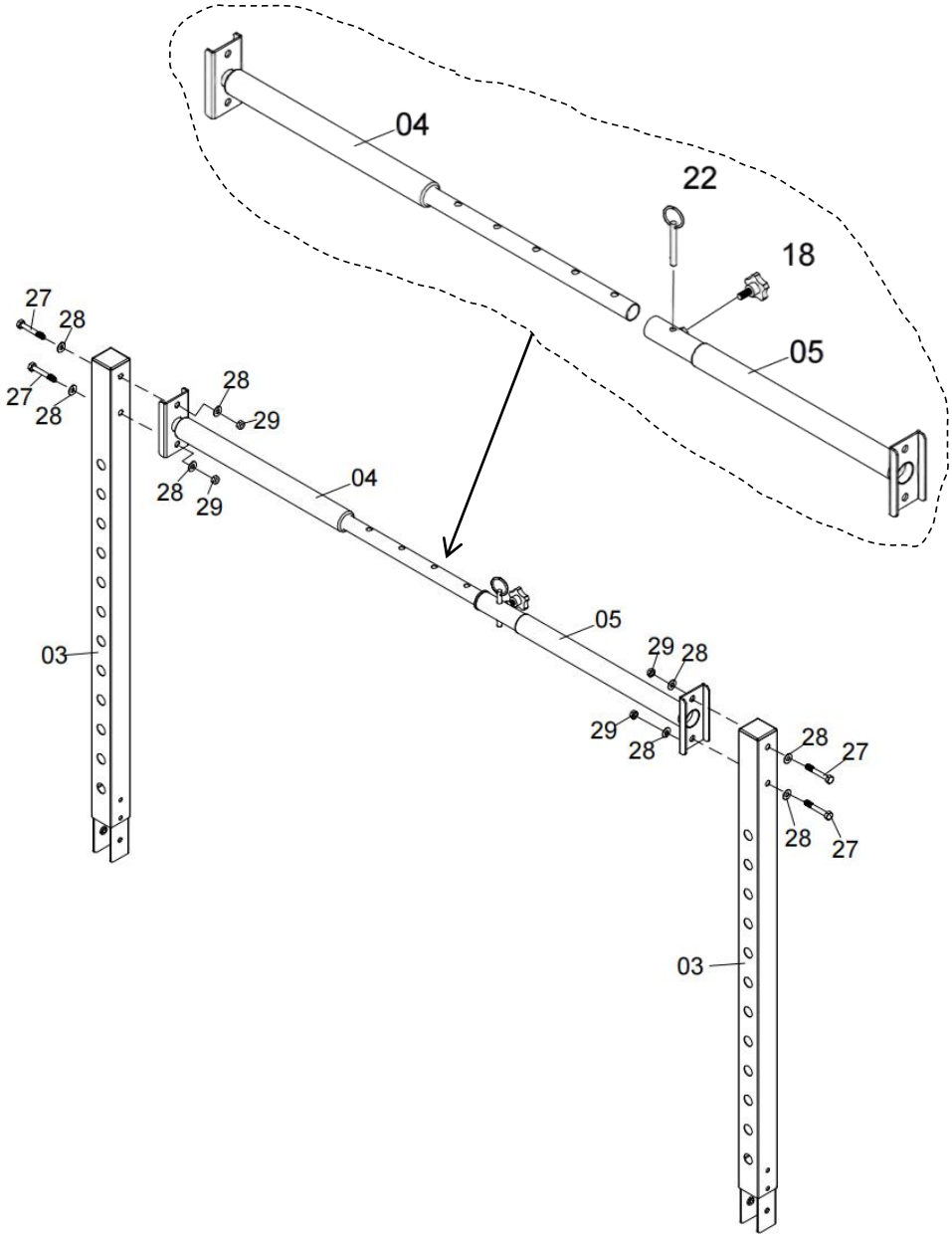


PASO 2: Instale el conjunto de la barra transversal inferior.

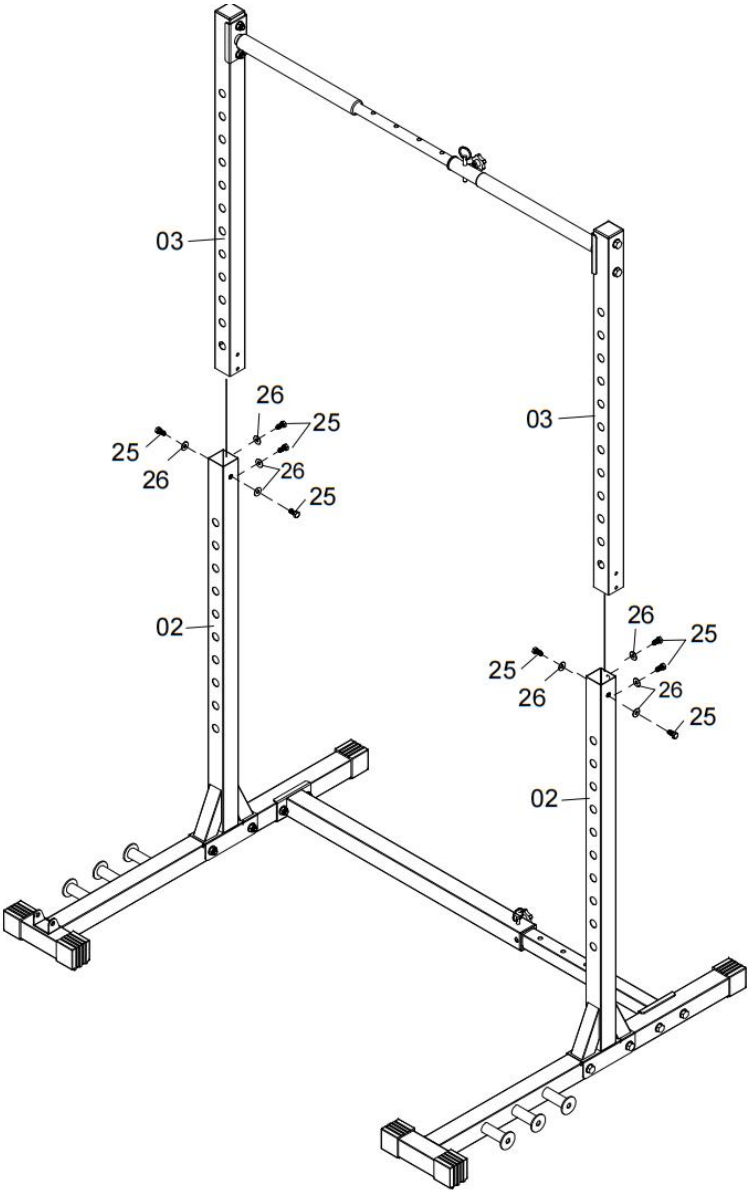




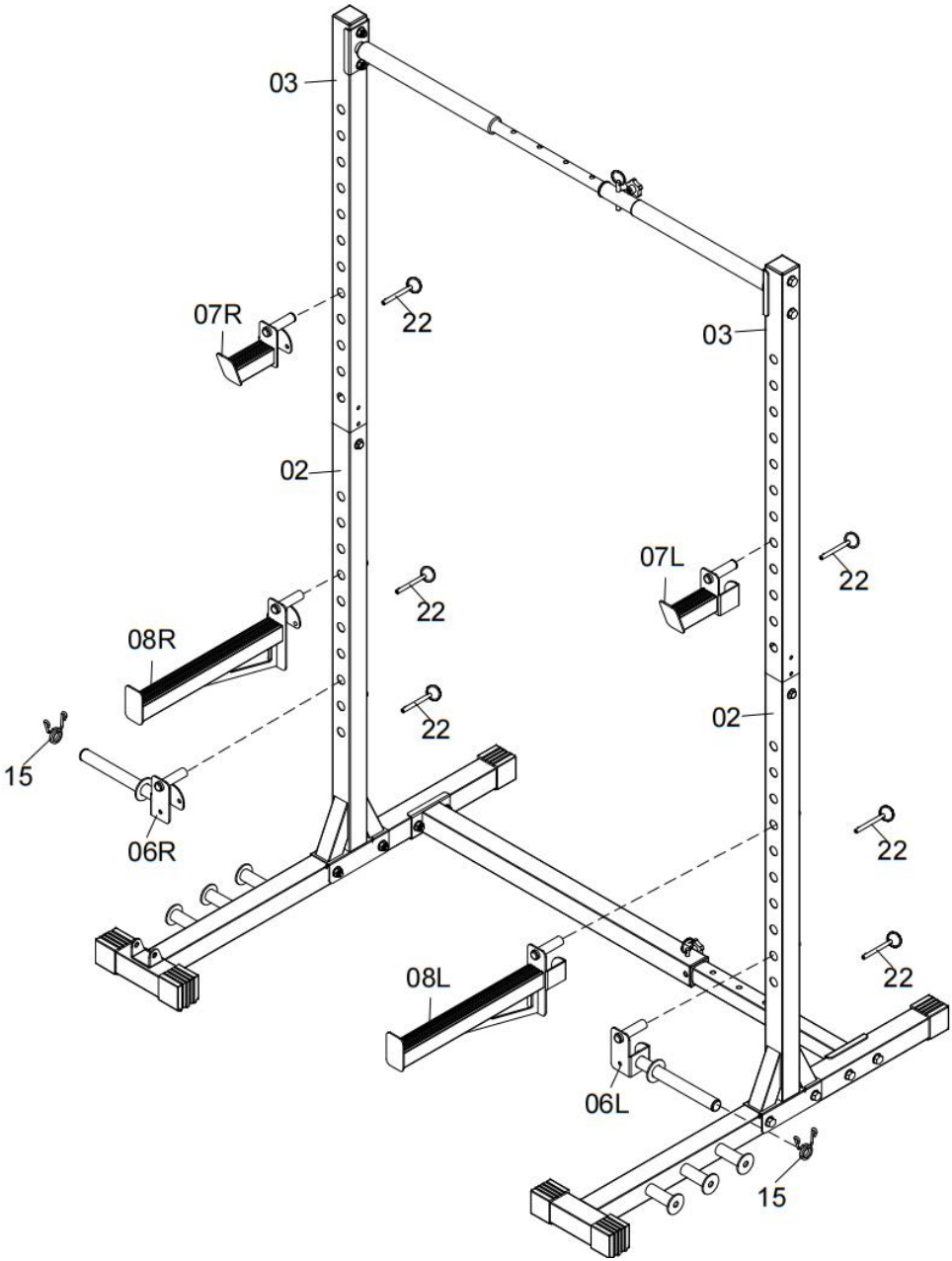
PASO 3: Como se muestra en la imagen, instale el conjunto de la barra transversal superior.



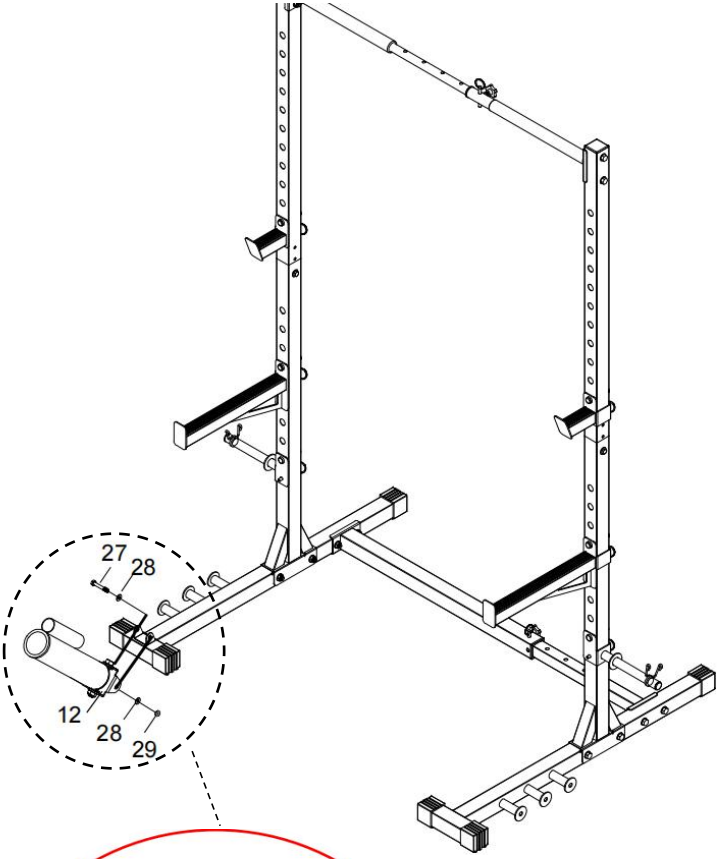
PASO 4: Como se muestra en la imagen, ensamble las partes superior e inferior que se han instalado.

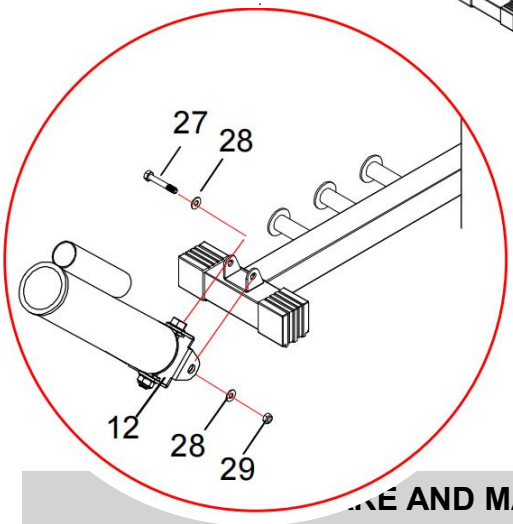


PASO 5: Como se muestra en la figura, instale el gancho en forma de J y la barra de seguridad, e inserte el pasador.



PASO 6: Como se muestra en la imagen, instale el manguito del eje de la barra. ¡Listo!





RE AND MAINTENANCE

Limpieza:
La superficie se puede limpiar regularmente con un paño suave y húmedo.

Fabricante: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Dirección: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, Shanghai 200000 CN.
Importado a Australia: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREET, EASTWOOD
Nueva Gales del Sur 2122 Australia
Importado a EE. UU.: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim
Lugar: Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

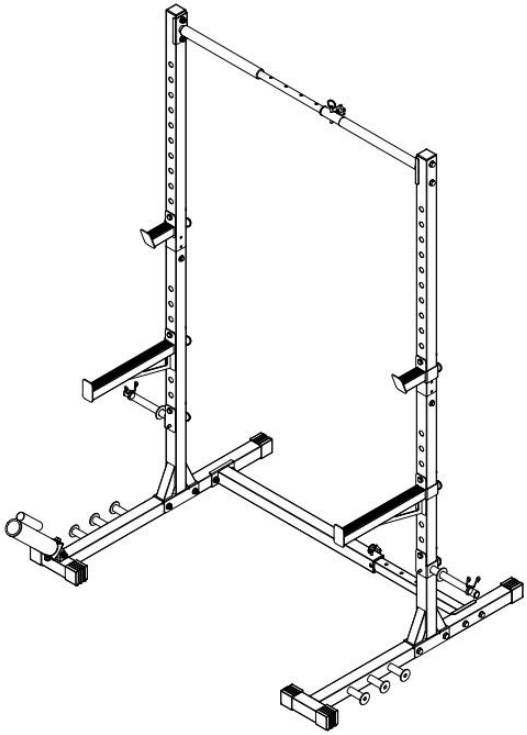
Stojak do przysiadów

MODEL: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODEL: SJ7200F



Uwaga: Zdjęcie produktu ma charakter poglądowy,

rzeczywiste szczegóły mają pierwszeństwo

To jest oryginalna instrukcja obsługi. Przed użyciem prosimy o dokładne zapoznanie się z treścią instrukcji. Firma VEVOR zastrzega sobie prawo do jednoznacznej interpretacji niniejszej instrukcji obsługi. Wygląd produktu zależy od stanu, w jakim go otrzymali Państwo. Prosimy o

wyrozumiałość, ale nie będziemy Państwa ponownie informować o aktualizacjach technologicznych lub oprogramowania naszego produktu.
Dziękujemy bardzo za wybór tego produktu
Przed użyciem należy przeczytać całą instrukcję. Zawarte w niej informacje pomogą uzyskać najlepsze możliwe rezultaty.

Operation safety

Prosimy o umieszczenie niniejszej instrukcji w miejscu łatwo dostępnym i prawidłowe jej przechowywanie. Niniejsza instrukcja obsługi jasno wskazuje, jak bezpiecznie i prawidłowo korzystać ze sprzętu, aby zapobiec szkodom i stratom materialnym poniesionym przez Ciebie i inne osoby.

Niebezpieczeństwo

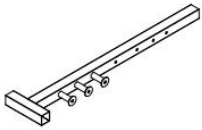
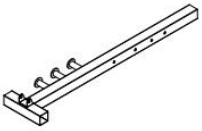
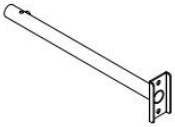
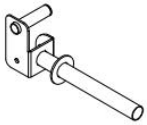
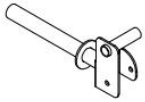
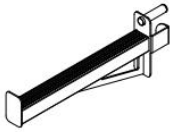
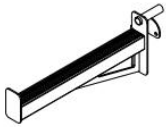
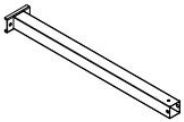
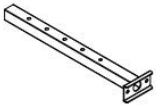
Nie należy używać tego produktu ani żadnego dostępnego wyposażenia opcjonalnego bez uprzedniego dokładnego przeczytania i zrozumienia niniejszej instrukcji.
Aby zapobiec uduszeniu, przechowuj plastikowe torby poza zasięgiem dzieci.
Zawsze trzymaj zwierzęta i dzieci z dala od sanek pchanych i ciągnionych.
Nie przechowywać produktu w wilgotnym miejscu.
Nie wykonuj żadnych doraźnych napraw ani modyfikacji
Nie używaj urządzenia, jeśli jego części są uszkodzone.
Proszę wybrać odpowiednie miejsce użytkowania. Nie używać na nierównym podłożu.

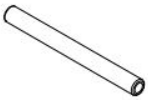
Ostrzeżenie

Nośność produktu wynosi 980 funtów (drążek do podciągania 300 funtów, hak J 240 funtów, drążek do przechowywania sztangi 100 funtów z jednej strony; drążek bezpieczeństwa 240 funtów). Przekroczenie tej wagi może spowodować uszkodzenie produktu.
Przed użyciem sprzętu należy sprawdzić, czy żadna z części nie uległa uszkodzeniu podczas transportu. Jeśli jakakolwiek część jest uszkodzona, nie należy jej używać i skontaktować się z firmą VEVOR w celu uzyskania dalszych instrukcji.

Przed uruchomieniem produktu należy upewnić się, że wszystkie komponenty są prawidłowo i bezpiecznie zmontowane, a wszystkie elementy mocujące są bezpieczne.
Jeśli przekazujesz ten produkt innej osobie, musisz dołączyć do niego instrukcję obsługi.

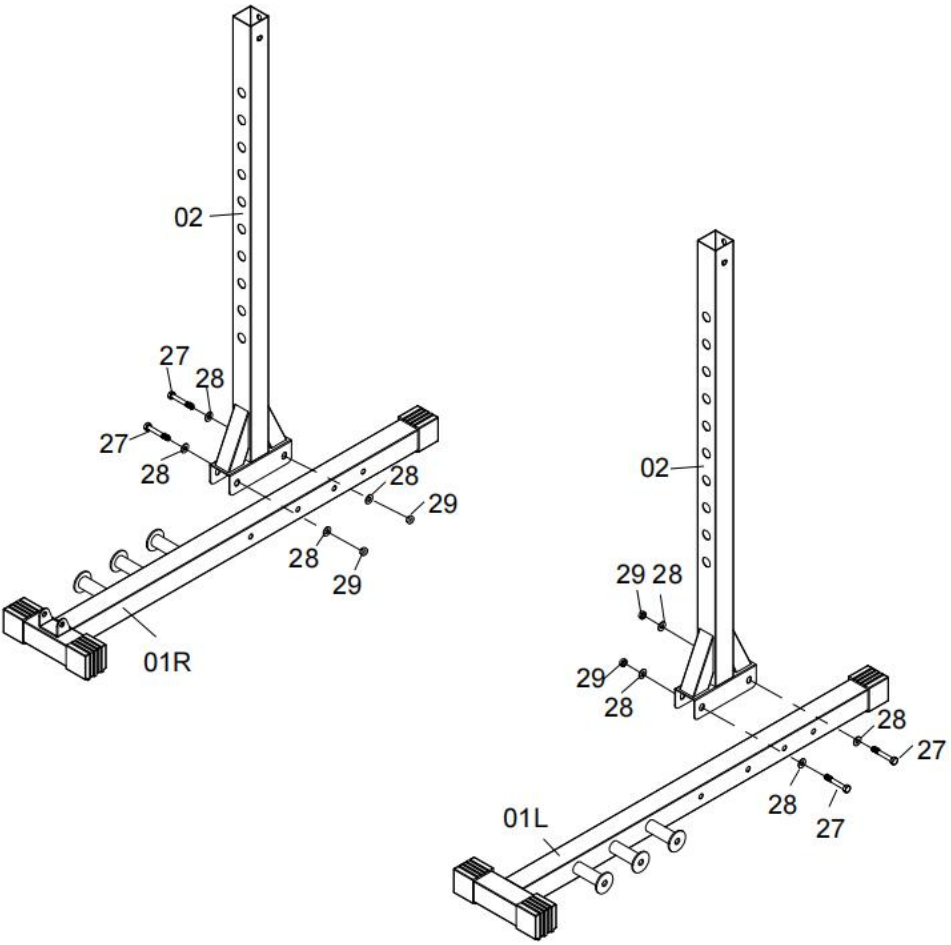
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

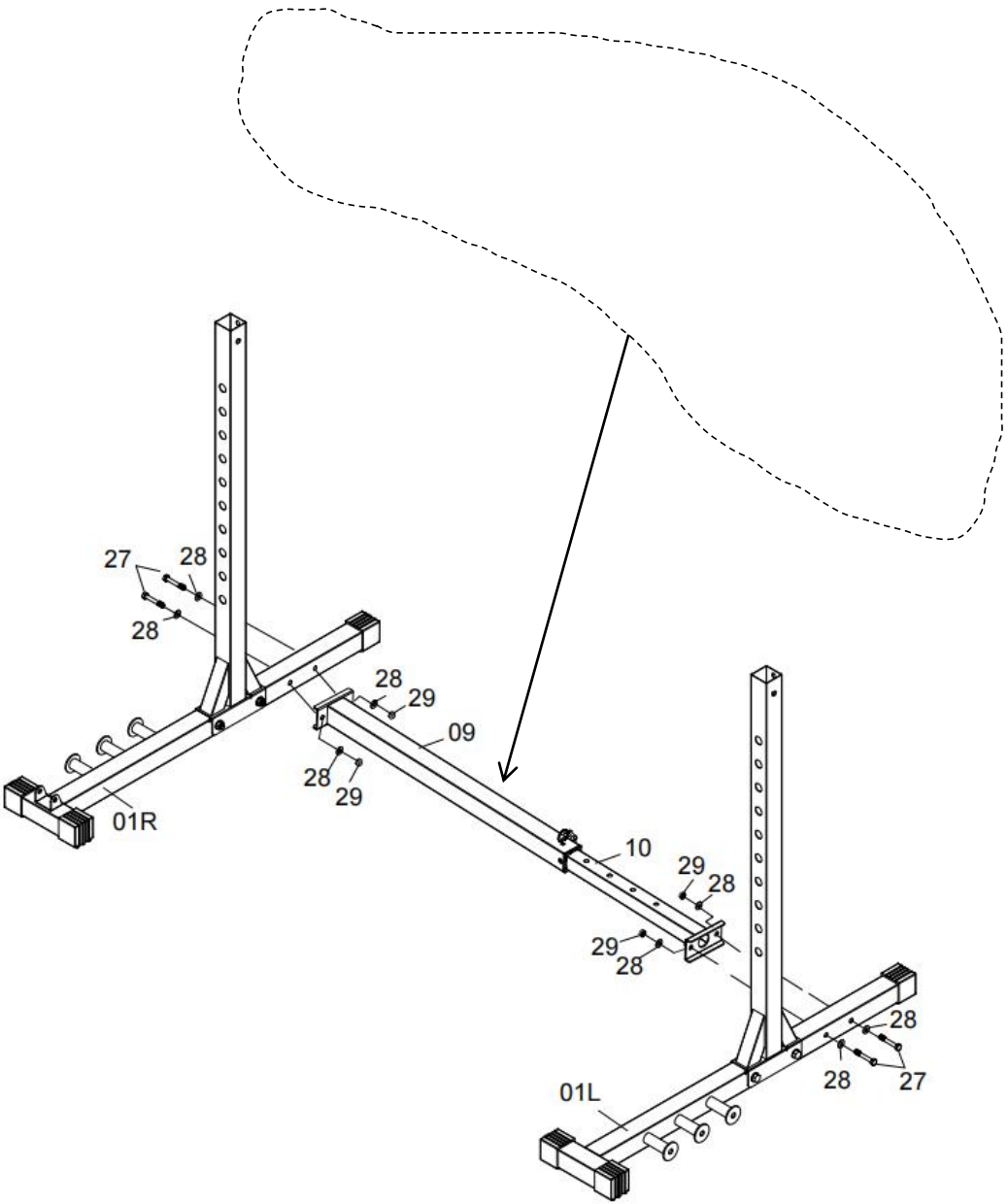
Assembly

KROK 1: Jak pokazano na rysunku, zamontuj podstawę



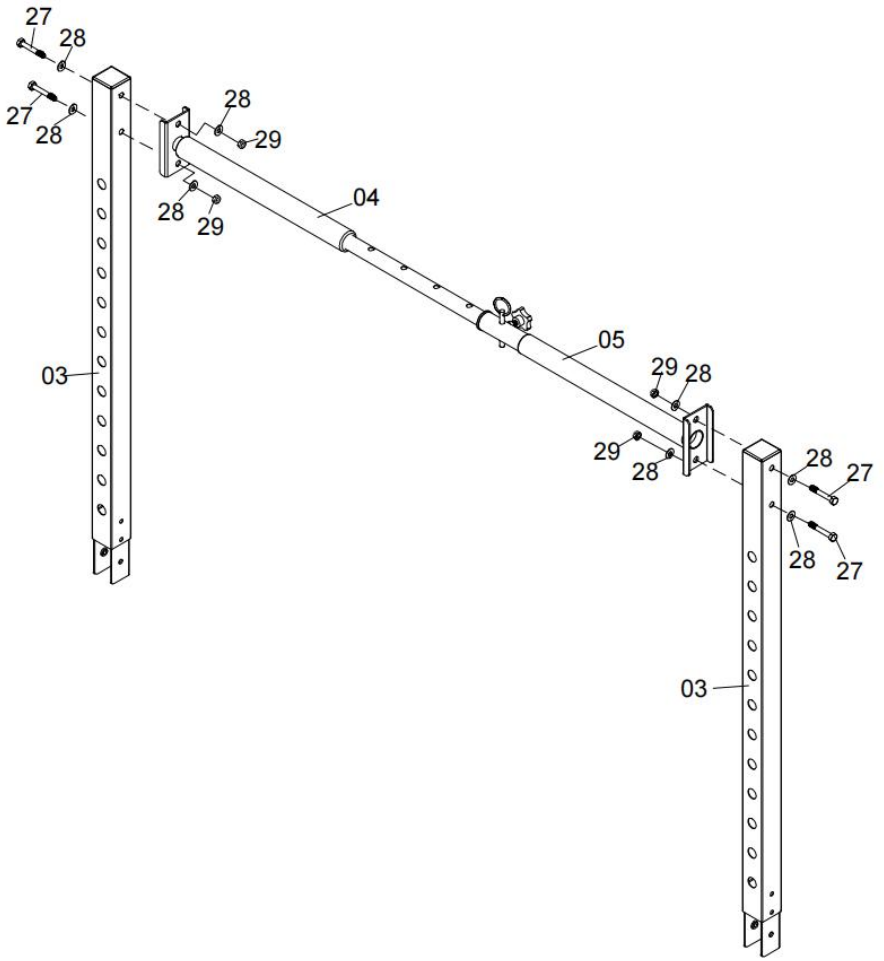
KROK 2: Zamontuj dolną poprzeczkę.



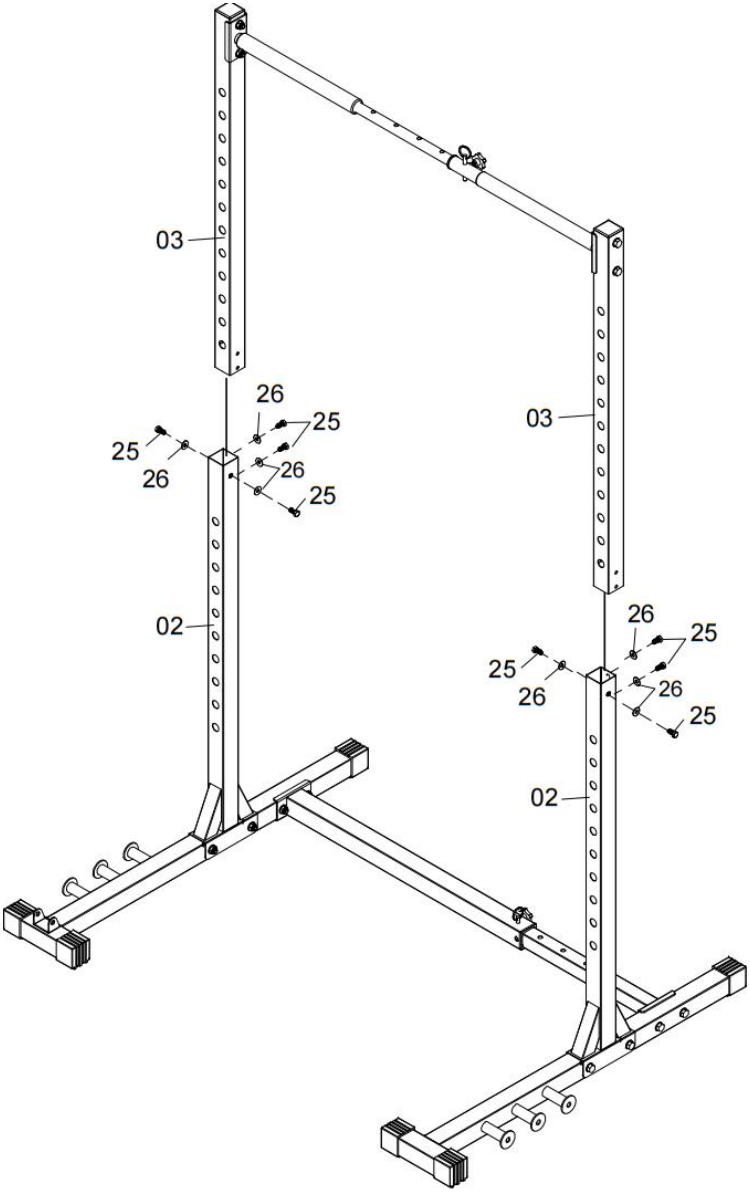


KROK 3: Jak pokazano na rysunku, zamontuj górny zespół poprzeczki

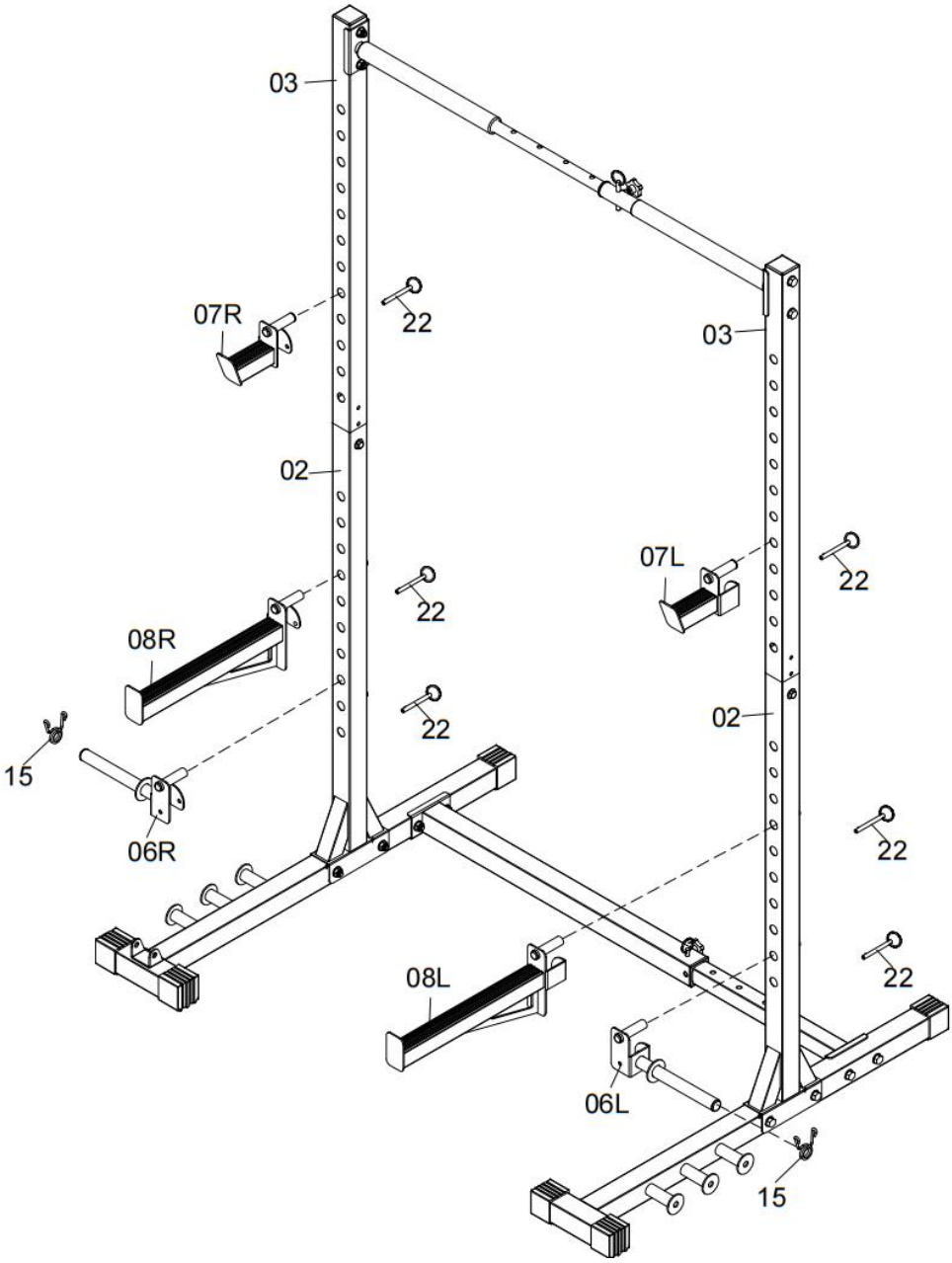




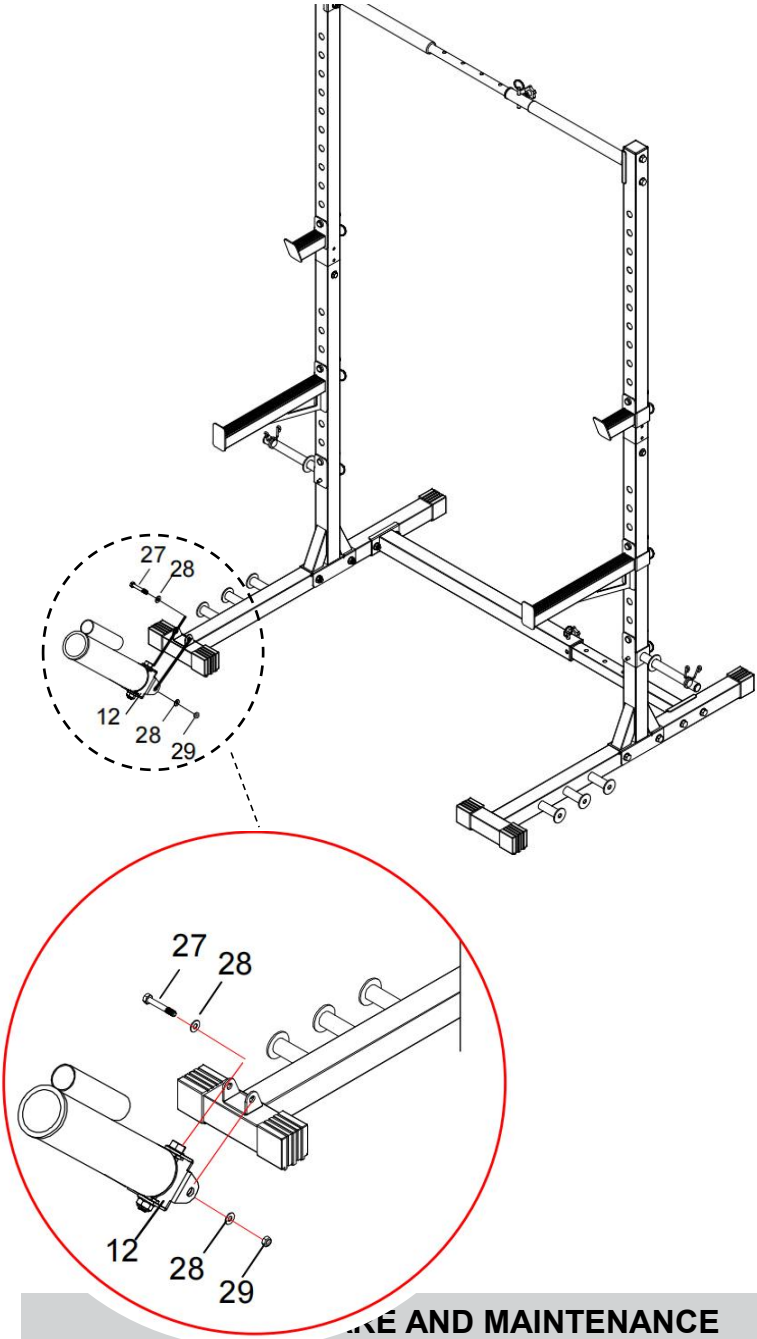
KROK 4: Jak pokazano na rysunku, złóż zamontowaną wcześniej część górną i dolną.



KROK 5: Jak pokazano na rysunku, zamontuj hak w kształcie litery J i drążek zabezpieczający, a następnie włóż sworzeń.



KROK 6: Jak pokazano na rysunku, zamontuj tuleję trzonu sztangi.
Gotowe



RE AND MAINTENANCE

Czyszczenie:

Powierzchnię można regularnie czyścić miękką, wilgotną ściereczką

Producent: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Adres: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, szanghaj 200000 CN.
Importowane do AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD
NSW 2122 Australia
Importowane do USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Miejsce, Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

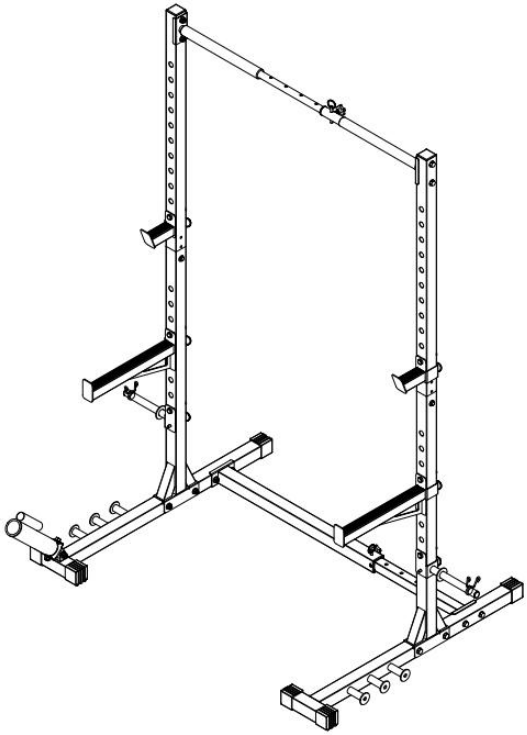
Squat Rack

MODEL: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODEL: SJ7200F



**Let op: de productfoto is ter referentie,
de werkelijke details prevaleren**

Dit is de originele handleiding. Lees alle instructies zorgvuldig door voordat u het product gebruikt. VEVOR behoudt zich het recht voor om de gebruiksaanwijzing duidelijk te interpreteren. Het uiterlijk van het product is afhankelijk van het product dat u hebt ontvangen. Neemt u het ons niet kwalijk dat we u niet meer op de hoogte stellen van eventuele

technologische of software-updates voor ons product.
Hartelijk dank voor het kiezen van dit product
Lees de instructies zorgvuldig door voordat u het product gebruikt. Deze informatie helpt u om de best mogelijke resultaten te behalen.

Operation safety

Bewaar deze handleiding op een gemakkelijk te raadplegen plaats en bewaar hem zorgvuldig. Deze handleiding geeft duidelijk aan hoe u de apparatuur veilig en correct gebruikt, om schade of verlies van eigendommen voor u en anderen te voorkomen.

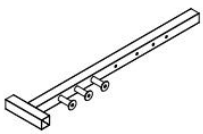
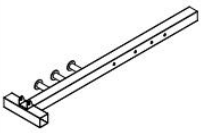
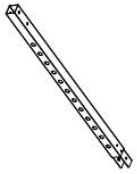
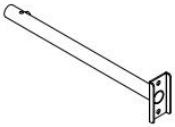
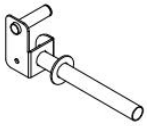
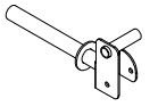
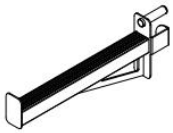
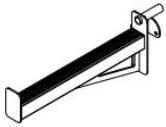
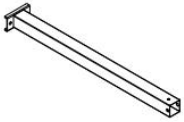
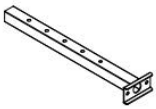
Gevaar

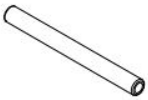
Gebruik dit product of de optionele uitrusting niet zonder eerst deze instructies volledig te hebben gelezen en begrepen.
Houd plastic zakken buiten bereik van kinderen om verstikking te voorkomen.
Houd dieren en kinderen altijd uit de buurt van de duw- en trekslee
Bewaar het product niet op een vochtige plaats
Voer geen provisorische reparaties of aanpassingen uit
Gebruik het niet als er onderdelen beschadigd zijn.
Kies de juiste plaats voor gebruik. Gebruik het niet op oneffen ondergrond.

Waarschuwing

Het draagvermogen van het product bedraagt 980 pond (optrekstang 300 pond, J-haak 240 pond, halterstang 100 pond aan één kant; veiligheidsstang 240 pond). Als u dit gewicht overschrijdt, kan het product beschadigd raken.
Controleer alle onderdelen op transportschade voordat u het apparaat gebruikt. Als een onderdeel beschadigd is, mag u het niet gebruiken en moet u contact opnemen met VEVOR voor verdere instructies.
Controleer voordat u het product gebruikt of alle onderdelen goed en stevig zijn gemonteerd en of alle bevestigingsmiddelen goed vastzitten.
Als u dit product aan iemand anders geeft, moet u de handleiding erbij doen.

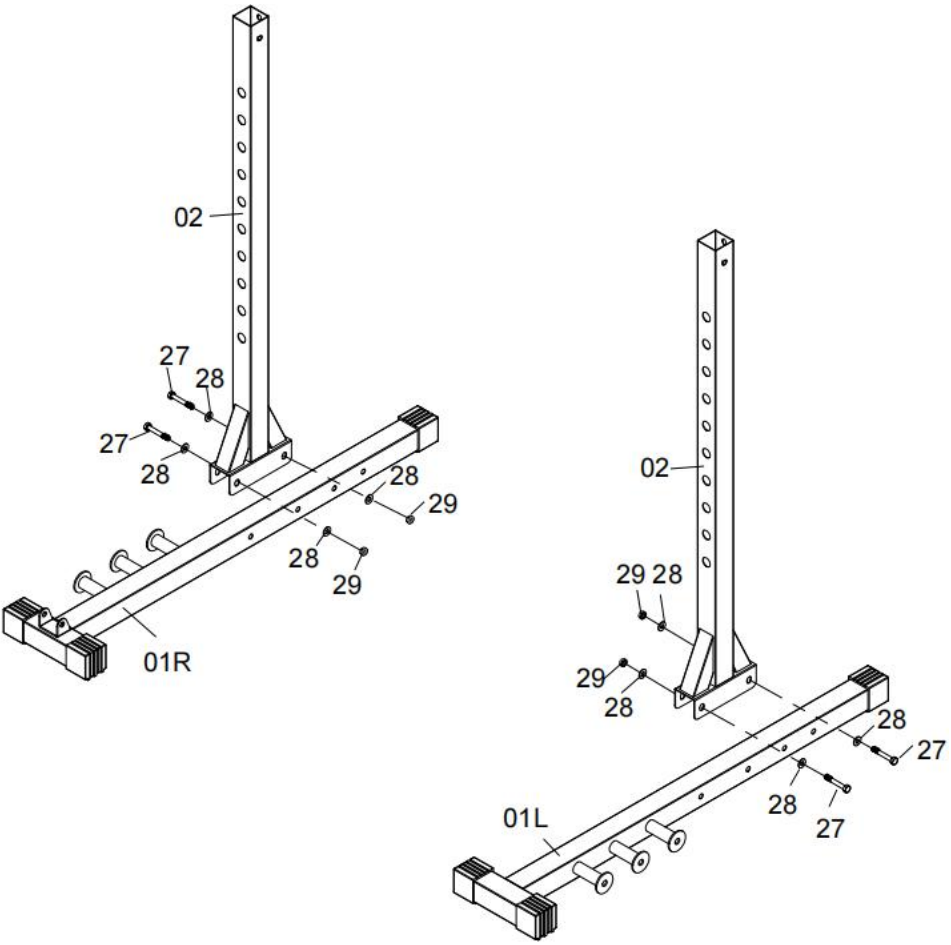
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

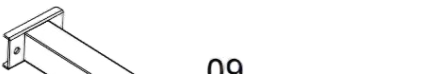
17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

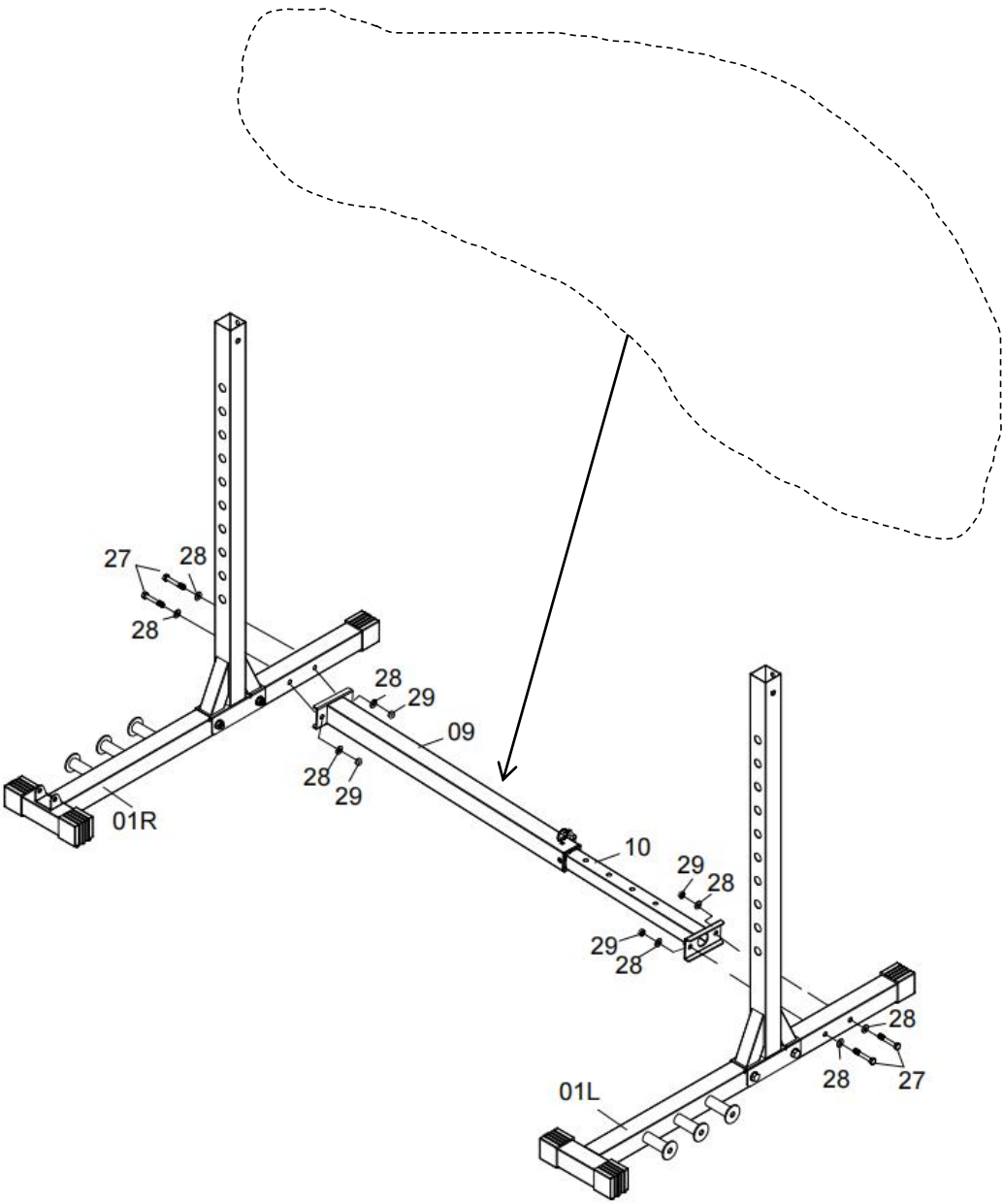
Assembly

STAP 1: Zoals op de afbeelding te zien is, installeert u de basis

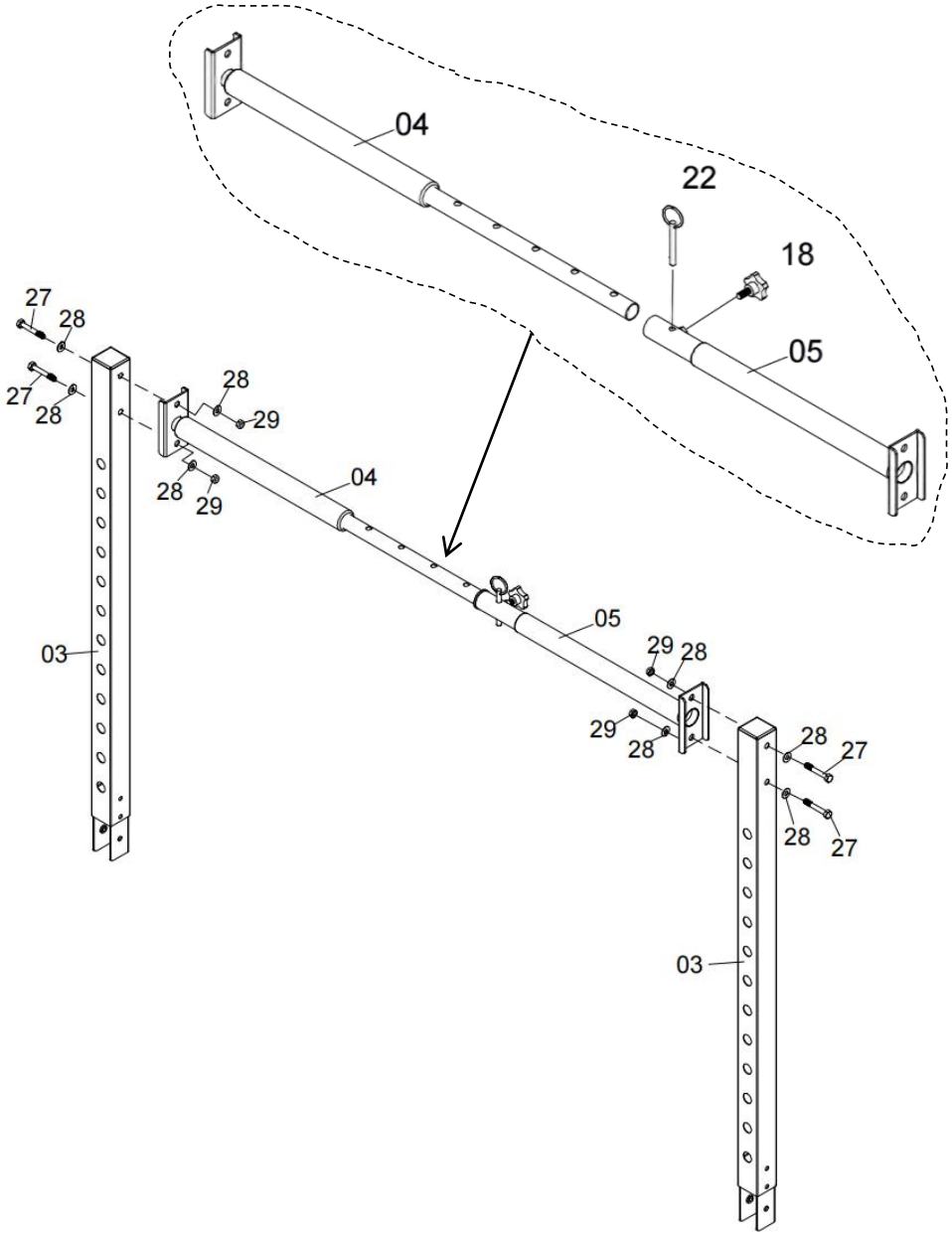


STAP 2: Installeer de onderste dwarsbalk.

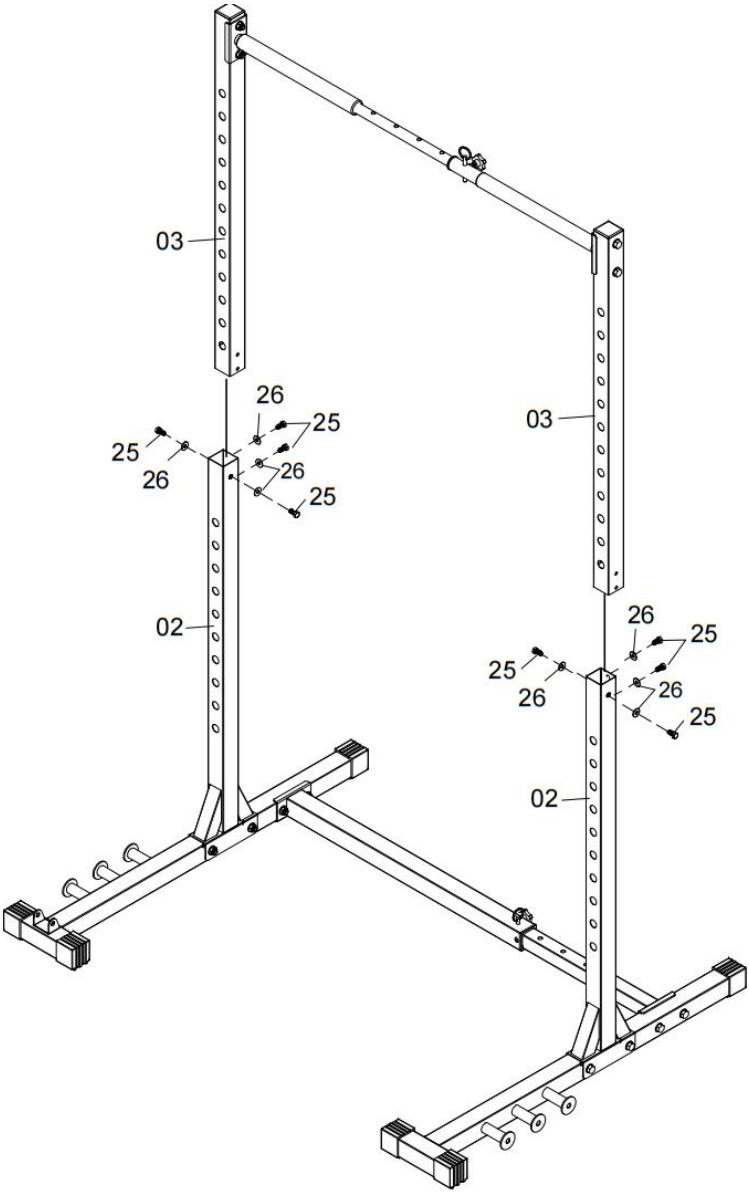




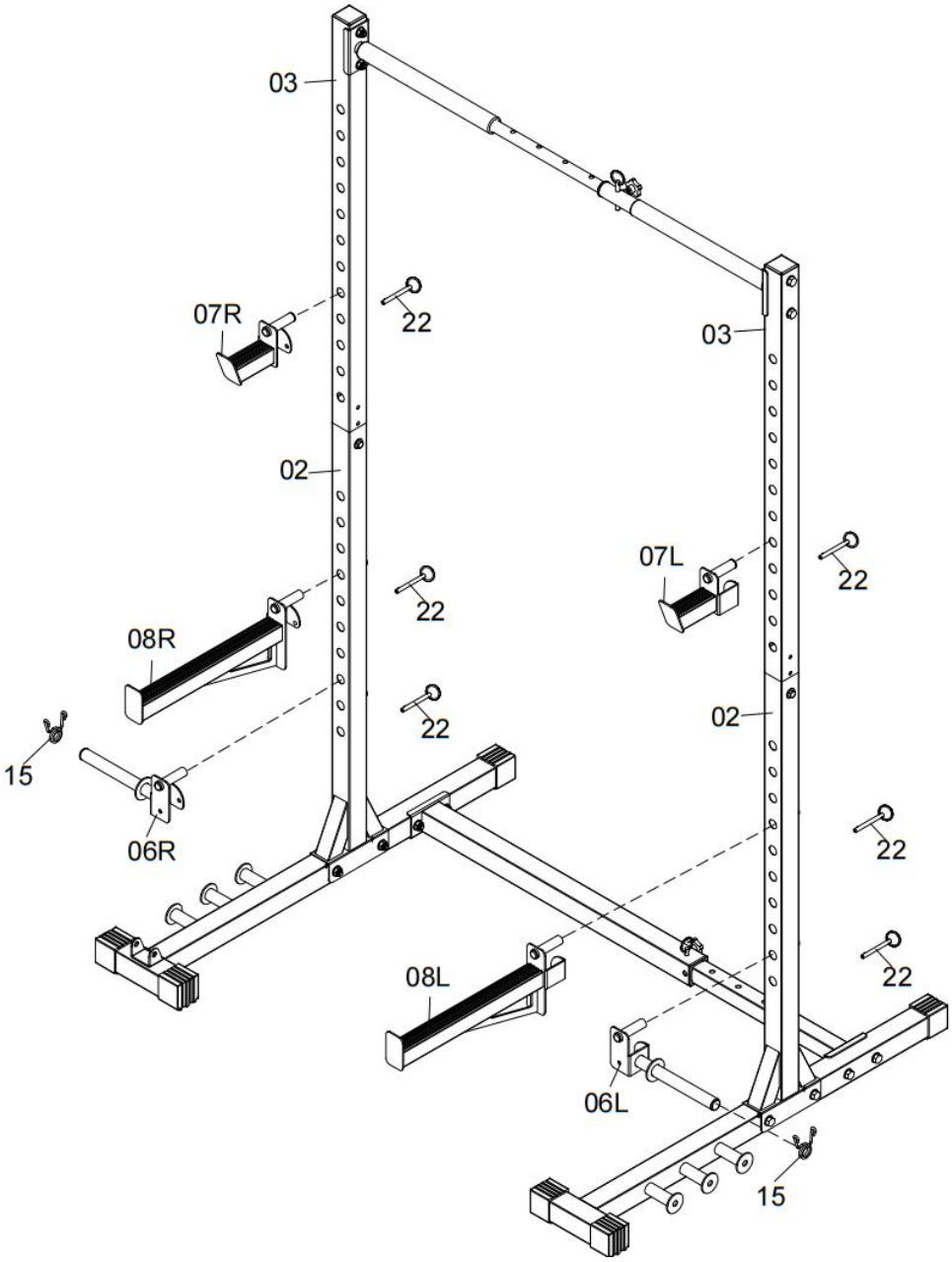
STAP 3: Zoals afgebeeld op de afbeelding, installeer de bovenste dwarsbalkconstructie



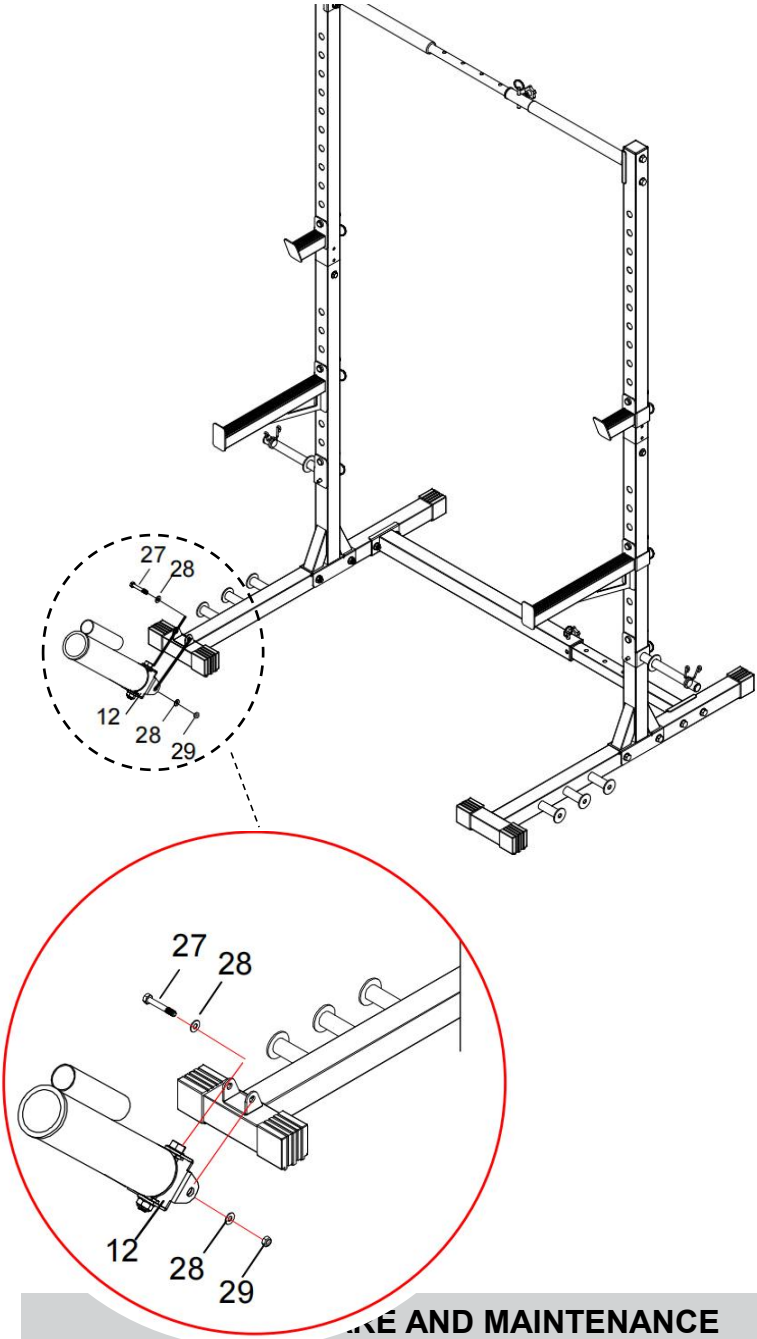
STAP 4: Monteer het bovenste en onderste deel dat u hebt geïnstalleerd, zoals u op de afbeelding kunt zien.



STAP 5: Zoals afgebeeld in de afbeelding, monteer je de J-vormige haak en de veiligheidsstang en plaats je de pen.



STAP 6: Zoals afgebeeld op de afbeelding, installeer de halterstanghuls.
Klaar



RE AND MAINTENANCE

Schoonmaak:

Het oppervlak kan regelmatig worden gereinigd met een zachte, vochtige doek

Fabrikant: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Adres: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, shanghai 200000 CN.
Geïmporteerd naar AUS: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD
NSW 2122 Australië
Geïmporteerd naar de VS: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim
Plaats, Rancho Cucamonga, CA 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.

VEVOR

Upgrade · The Home Creator Way

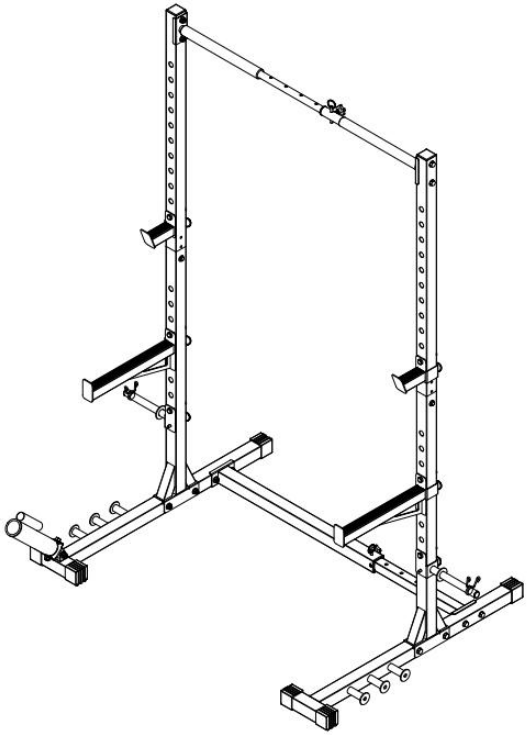
Knäböjställ

MODELL: SJ7200F

VEVOR
Upgrade·The Home Creator Way

Squat Rack

MODELL: SJ7200F



Obs: Produktbilden är endast för referens,
de faktiska detaljerna ska gälla

Detta är originalinstruktionerna, vänligen läs alla instruktioner noggrant innan du använder produkten. VEVOR förbehåller sig en tydlig tolkning av vår användarmanual. Produktens utseende ska vara beroende av den produkt du mottagit. Vi ber om ursäkt för att vi inte kommer att informera

dig igen om det finns några teknik- eller programuppdateringar för vår produkt.
Tack så mycket för att du valde den här produkten
Läs igenom alla instruktioner innan du använder den. Informationen hjälper dig att uppnå bästa möjliga resultat.

Operation safety

Förvara denna manual på en plats där den är lätt att kontrollera och förvara den ordentligt. Denna bruksanvisning anger tydligt hur utrustningen används säkert och korrekt, för att förhindra skador eller egendomsförluster för dig eller andra.

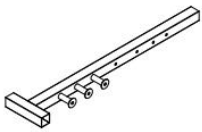
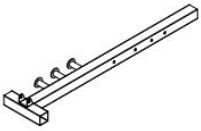
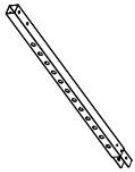
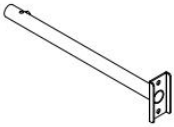
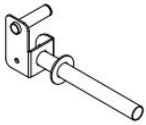
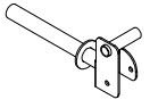
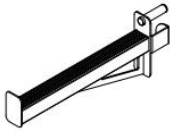
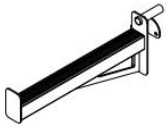
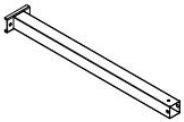
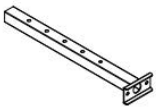
Fara

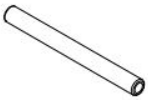
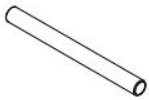
Använd inte denna produkt eller någon tillgänglig tillvalsutrustning utan att först ha läst och förstått dessa instruktioner noggrant.
Håll plastpåsar utom räckhåll för barn för att förhindra kvävning.
Håll alltid djur och barn borta från dragskotern
Förvara inte produkten på en fuktig plats
Utför inga improviserade reparationer eller modifieringar
Använd den inte om delarna är skadade.
Välj lämplig plats för användning. Använd inte på ojämn mark.

Varning

Produktens bärförmåga är 480 kg (pull-up-stång 136 kg, J-krok 100 kg, förvaringsstång för skivstänger 45 kg på ena sidan; säkerhetsstång 100 kg). Överskridande av denna vikt kan skada produkten.
Innan du använder utrustningen, kontrollera alla delar för transportskador. Om någon del är skadad, använd den inte och kontakta VEVOR för ytterligare instruktioner.
Innan produkten används, se till att alla komponenter är korrekt och säkert monterade och att alla fästelement är säkrade.
Om du ger den här produkten till någon annan måste du inkludera denna bruksanvisning.

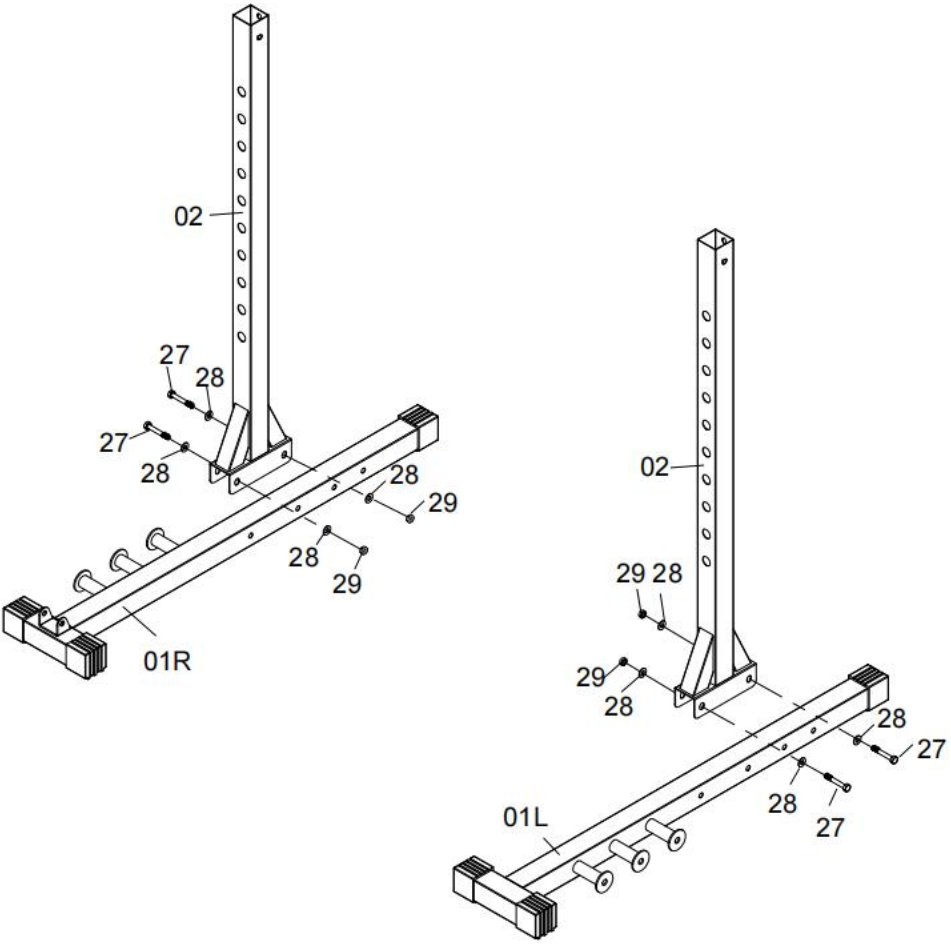
Part List

01L.Left base tube  1PC	01R.Right base tube  1PC	02. Lower upright  2PCS	03.Upper upright  2PCS
04.Chin up bar adjustable tube  1PC	05.Chin up bar  1PC	06L.Left plate storage  1PC	06R.Right plate storage  1PC
07.Left bar catch  1PC	07R.Right bar catch  1PC	08L.Left safety catch  1PC	08R.Right safety catch  1PC
09.Connect tube  1PC	10.Connect adjustable tube  1PC	11.Bar storage  1PC	12.Bar storage bracket  1PC
13.End cap 50*50mm  6PCS	14.Sleeve φ60vs50mm  1PC	15.Spring clip  2PCS	16.Inner end cap 50*50mm  2PCS

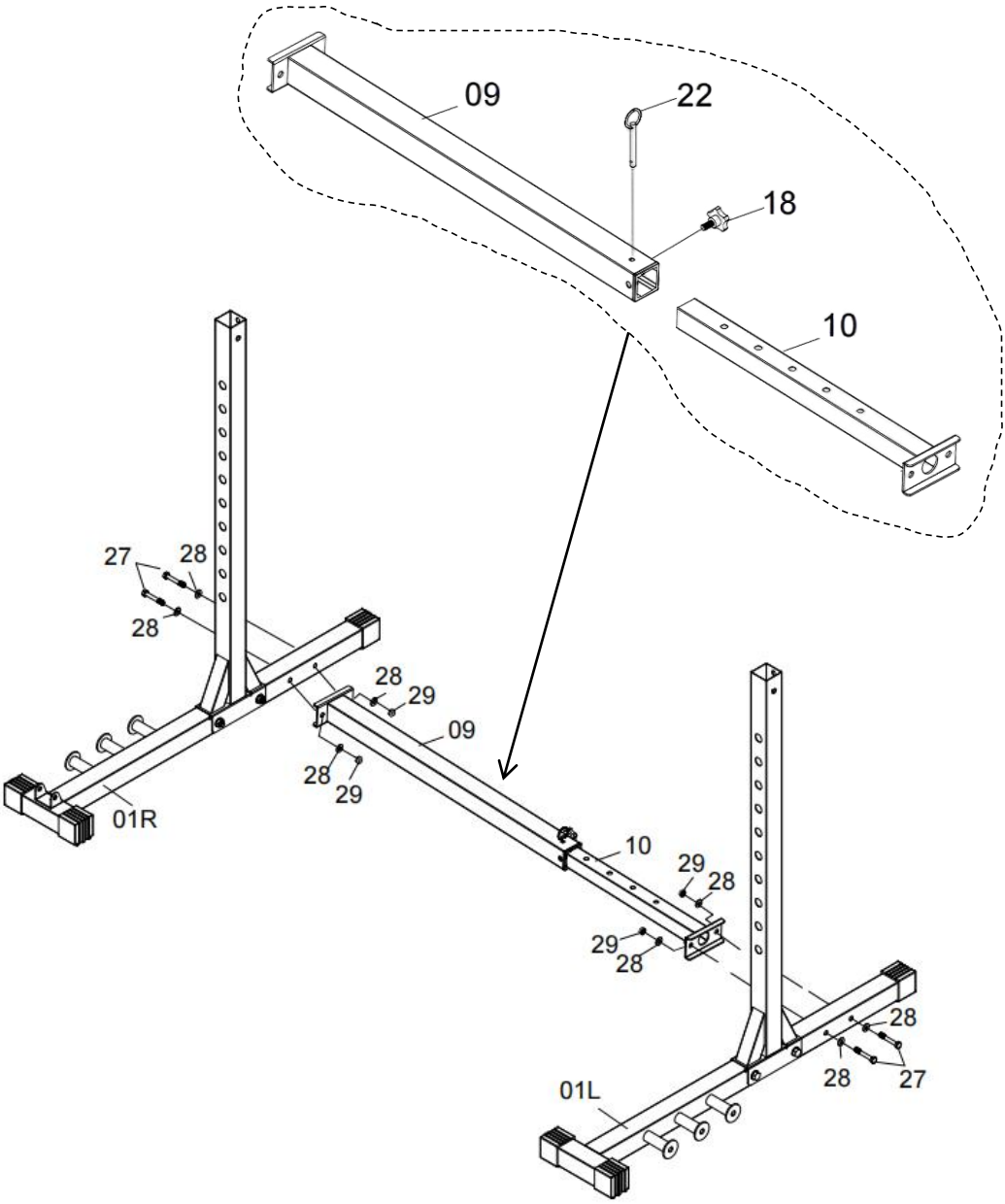
17.Sleeve φ32vs25mm  1PC	18.Knob M18*20mm  2PCS	19.Sleeve 50vs38mm  1PC	20.Round end cap 25mm  2PCS
21.Round end cap 19mm  8PCS	22.Lock pin φ8*60mm  8PCS	23.Foam grip φ36xφ24x380mm  1PC	24.Foam grip φ36xφ29x380mm  1PC
25.Hex bolt M8*20mm  8PCS	26.Flat washer M8  8PCS	27.Hex bolt M10*70mm  13PCS	28.Flat washer M10  28PCS
29.Nylon nut M10  14PCS	30.Hex bolt M10*80mm  1PC		

Assembly

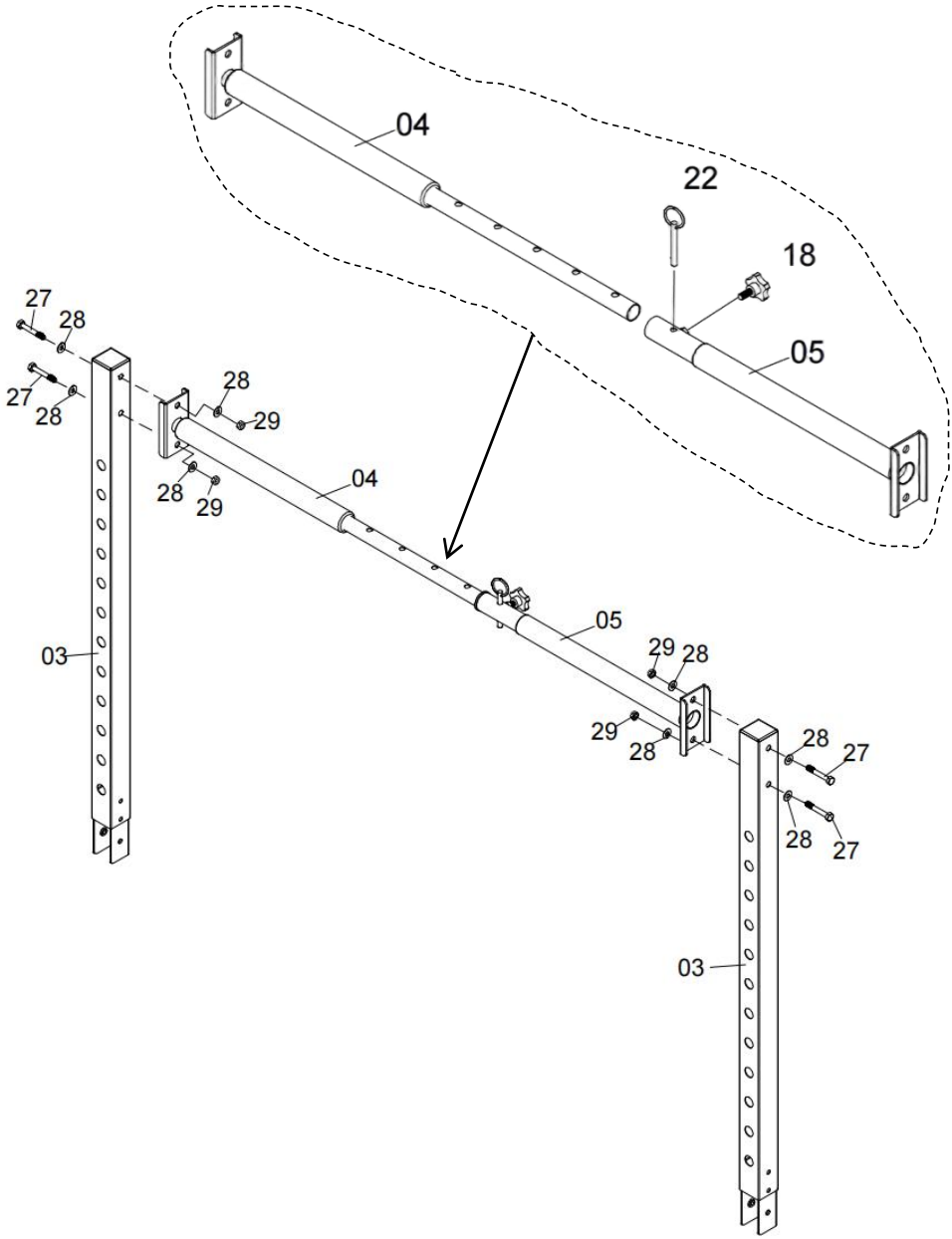
STEG 1: Montera basen som visas på bilden



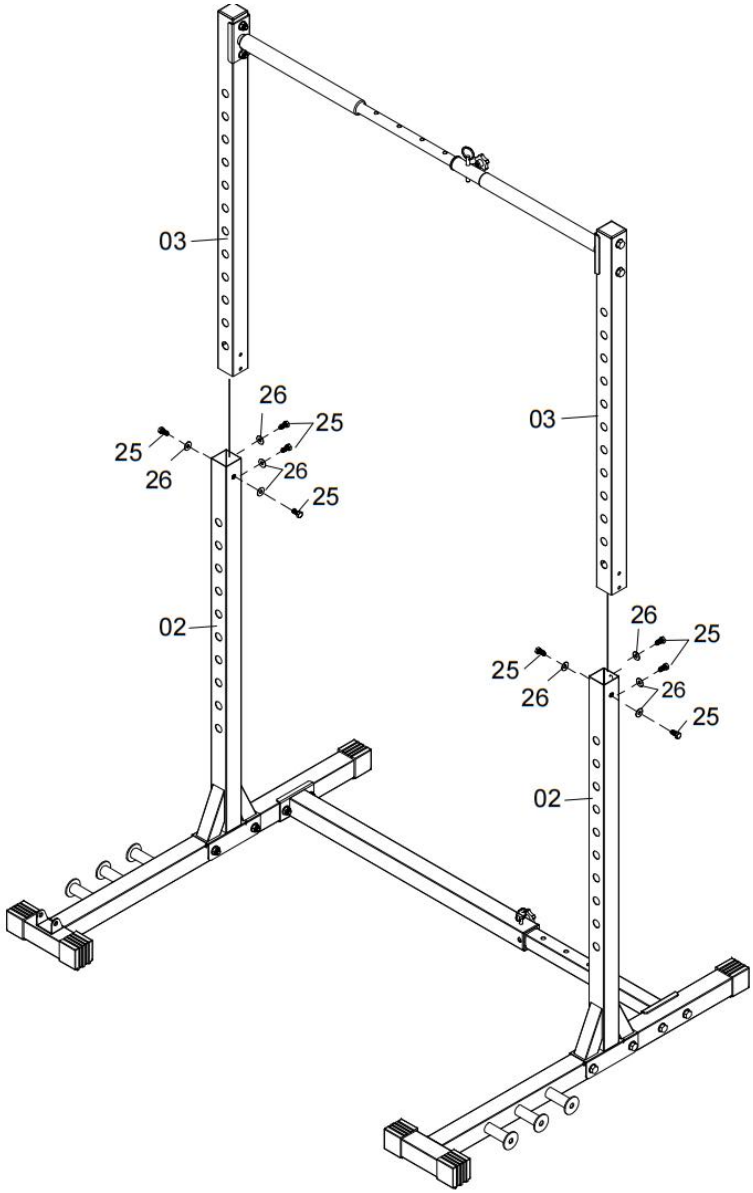
STEG 2: Montera den nedre tvärstaget.



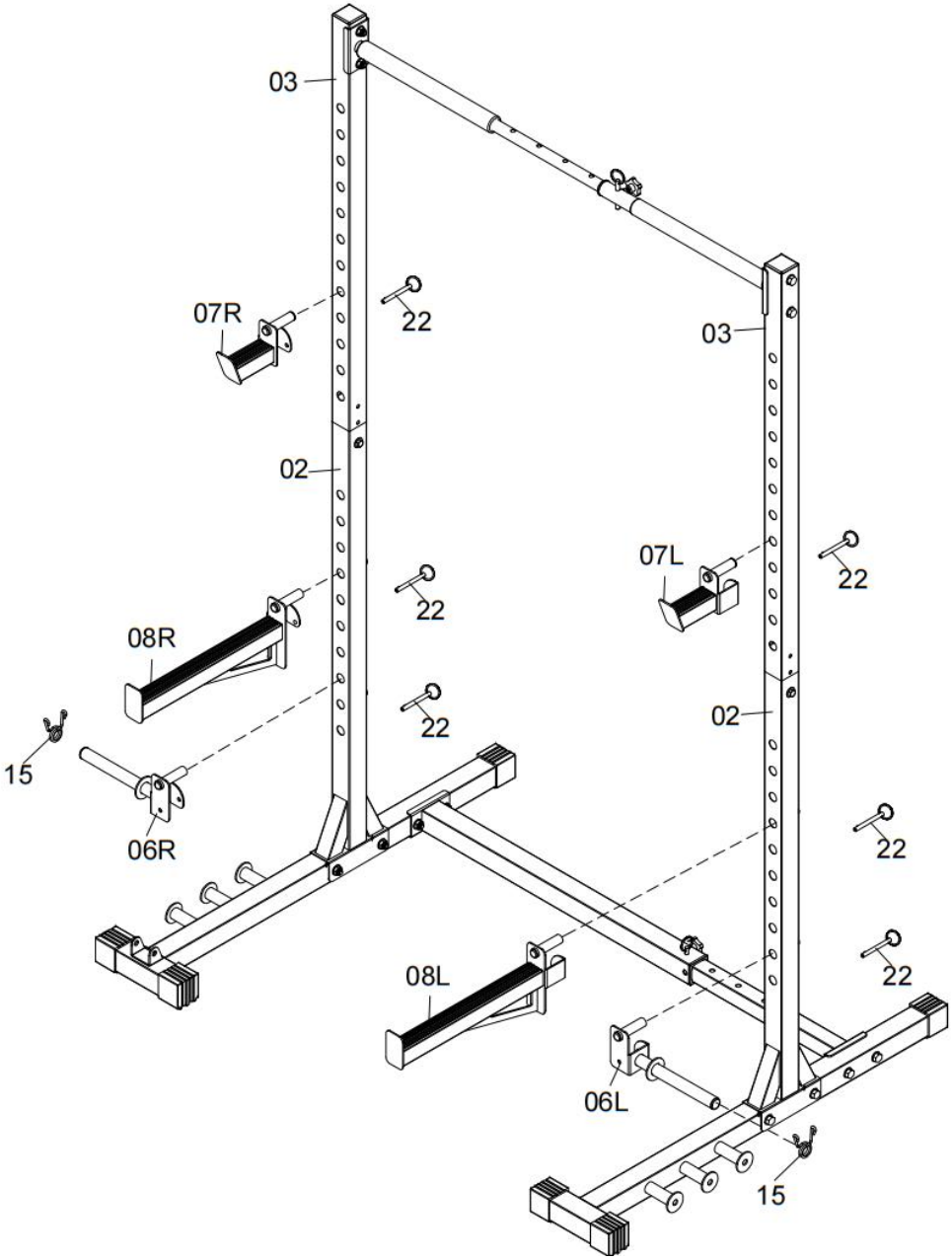
STEG 3: Montera den övre tvärstången som visas på bilden



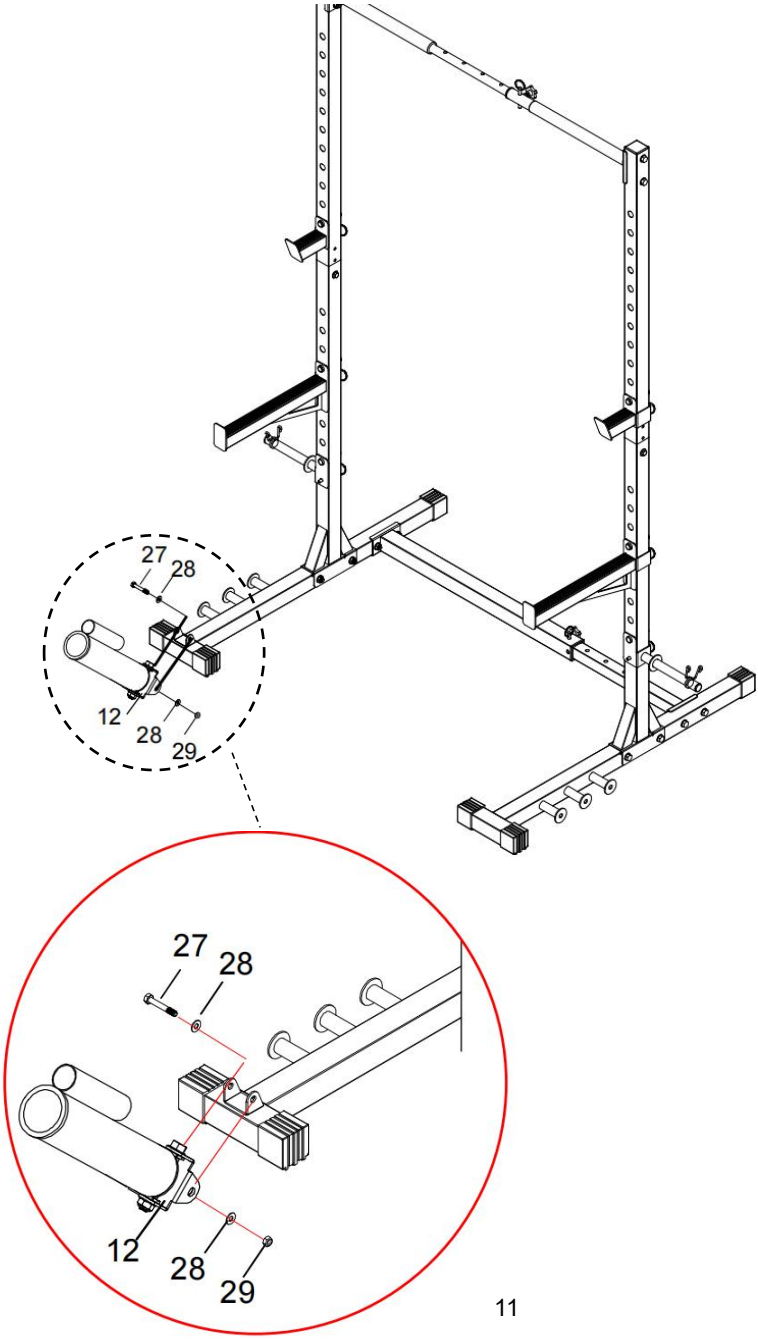
STEG 4: Montera de övre och nedre delarna som har installerats som visas på bilden.



STEG 5: Som visas på bilden, montera den J-formade kroken och säkerhetsstången och sätt i stiftet.



STEG 6: Montera skivstångshylsan som visas på bilden. Färdigt



CARE AND MAINTENANCE

Rengöring:

Ytan kan rengöras regelbundet med en mjuk, fuktig trasa

Tillverkare: Shanghaimuxinmuyeyouxiangongsi
Adress: Shuangchenglu 803nong11hao1602A-1609shi, baoshanqu, Shanghai 200 000 kanadensiska republiken.
Importerad till Australien: SIHAO PTY LTD. 1 ROKEVA STREETEASTWOOD
NSW 2122 Australien
Importerad till USA: Sanven Technology Ltd. Suite 250, 9166 Anaheim Plats, Rancho Cucamonga, Kalifornien 91730

UK	REP

YH CONSULTING LIMITED. C/O YH Consulting Limited Office 147, Centurion House, London Road, Staines-upon-Thames, Surrey, TW18 4AX

EC	REP

E-CrossStu GmbH
Mainzer Landstr.69,
60329 Frankfurt am Main.