

HUR Analog Machines

Gebruikershandleiding



LEES DIT EERST



Voorafgaand aan het gebruik van onze producten, raden wij u aan om u vertrouwd maken met deze instructies met betrekking tot de HUR-producten die tot uw beschikking staan.

Deze HUR-handleiding is een handleiding voor gebruikers voor de bediening en het onderhoud van HUR-producten.

Correct gebruik en onderhoud zorgen voor een veilige, plezierige en effectieve training ook het verlengen van de levenscyclus van het product. De handleiding helpt u ook om uw klanten vertrouwd te maken met het gebruik van HUR-producten.

Correct gebruik en onderhoud zorgen voor een veilige, plezierige en effectieve training ook het verlengen van de levenscyclus van het product. De handleiding helpt u ook om uw klanten vertrouwd te maken met het gebruik van HUR-producten.

We raden aan dat door HUR geautoriseerd personeel de installatie, het onderhoud en de reparatie uitvoert acties. Uw lokale HUR-dealer helpt u graag verder als u technische ondersteuning nodig heeft of heft HUR product gerelateerde vragen.

Voor ander dan normaal, apparatuur gerelateerd gebruik, wordt aanbevolen de onderstaande instructies te volgen worden gevolgd:

- Verplaats of kantel de apparatuur nooit alleen. Als u het b.v. stofzuigen, zorg dan voor voldoende ondersteuning zodat de machine niet kan kantelen.
- Sluit de HUR-apparatuur niet aan op andere stroombronnen of andere onderdelen / componenten dan die zijn geleverd en goedgekeurd door HUR.
- Als u een defect ontdekt, neem dan contact op met uw HUR-dealer of met HUR-onderhoud. Probeer het niet zelf te repareren.
- Lees de compressorhandleiding en volg de instructies met betrekking tot de bedienings- en onderhoudsprocedures van de compressor.

Deze handleiding beschrijft de algemene HUR-garantievoorwaarden. Controleer de mogelijke regionale / klant specifieke speciale voorwaarden van uw HUR-dealer. In geval van een defect aan uw HUR-product tijdens de garantieperiode dekt de garantie de reparatieonderdelen en componenten die nodig zijn, evenals de reparatiewerkzaamheden (exclusief reiskosten).

HUR is niet verantwoordelijk voor gevolgschade veroorzaakt door apparaat storingen en / of gedurende de tijd dat het apparaat defect is. Defecte apparatuur moet buiten gebruik worden gesteld totdat deze op de juiste manier is gerepareerd.

Vanwege voortdurende productontwikkeling behoudt HUR zich het recht voor om productwijzigingen door te voeren zonder voorafgaande kennisgeving.

Revisiedatum van de handleiding 3 september 2021

Ab HUR OY
Patamäentie 4
67100 Kokkola
FINLAND
Tel. +358 6 832 5500
Email: sales@hur.fi, service@hur.fi
www.hur.fi



INVOERING

In deze gebruikershandleiding vindt u algemene instructies voor het gebruik van HUR-producten. De informatie omvat basisveiligheidsinstructies, instructies voor het gebruik van elke machine, technische informatie van de machine en dagelijkse routines, evenals geplande onderhoudsprocedures.

HUR-producten zijn Fins werk van hoge kwaliteit. We hebben al onze activiteiten onder één dak gecentraliseerd en beheren ze volgens het ISO-gecertificeerde kwaliteitssysteem. Ons bedrijf voldoet aan de kwaliteitscertificeringsvereisten van ISO 9001 en ISO 13485. Elk HUR-product is ontworpen, vervaardigd en getest in onze fabriek in Kokkola.

Uw HUR-dealer beantwoordt graag al uw vragen over HUR-producten. U kunt ze ook feedback geven over onze producten.



INHOUDSOPGAVE

Inhoudsopgave

LEES DIT EERST	2
INVOERING.....	3
INHOUDSOPGAVE.....	4
VEILIGHEIDSMATREGELEN	6
VEILIGHEIDSMATREGELEN EN WAARSCHUWINGEN VOOR EIGENAARS VAN HUR APPARATEN.....	8
1. INSTALLATIE	8
2. GARANTIE.....	10
2.1 Garantievoorwaarden van HUR Oy.....	10
2.2 Over het algemeen over de producten	10
2.3 Garantie	10
2.4 Garantieperiode	10
2.5 Remedie.....	11
2.6 Beperkingen	11
2.7 Meldingen van een defect onder deze garantie	12
2.8 Producten van andere fabrikanten dan HUR.....	12
2.9 Consumentenrechten	12
2.10 Herzieningen van de garantie.....	12
2.11 Toepasselijk recht.....	12
3. BEOOGD GEBRUIK.....	13
4. BASISFUNCTIONALITEIT	14
4.1. Algemene hardware-informatie	14
4.1.1. Afstelling van de rugleuning	15
4.1.2. Zithoogteverstelling	15
4.1.3. Veiligheidsgordel	15
4.1.4. Bereikbegrenzers	15
5. FUNCTIONALITEIT VAN DE APPARATUUR	17
5.1. 3110 Biceps / Triceps	17
5.2. 3120 / 5120 Push Up / Pull Down	18
5.3. 3125 Dip / Shrug.....	19
5.4. 3140 / 5140 Chest Press	20
5.5. 3150 Lat Pull.....	20
5.6. 3160 / 5160 Pec Deck.....	21
5.7. 3175 / 5175 Optimal Rhomb	21

5.8.	3310 / 5310 Abdomen/Back.....	22
5.9.	3320 Back Extension	23
5.10.	3330 Twist	24
5.11.	5340 Twist Rehab.....	24
5.12.	3510/5510 Body Extension.....	25
5.13.	3520 / 5520 Adduction / Abduction.....	26
5.14.	3530 / 5530 Leg Extension / Curl	27
5.15.	3540 / 5540 Leg Press.....	27
5.16.	5546 Leg Press Incline	28
5.17.	9110 Biceps / Triceps Easy Access	29
5.18.	9120 Push Up / Pull Down Easy Access	29
5.19.	9125 Dip / Shrug Easy Access.....	31
5.20.	9140 Chest Press Easy Access	32
5.21.	9150 Lat Pull Easy Access.....	32
5.22.	9160 Pec Deck Easy Access	33
5.23.	9175 Optimal Rhomb Easy Access.....	33
5.24.	9310 Abdomen / Back Easy Access	34
5.25.	9330 Twist Easy Access.....	36
5.26.	HUR Pulleys	37
6.	ONDERHOUD	39
6.1.	HUR Reinigingsdoekjes	40
6.2.	HUR Desinfectiedoekjes.....	40
7.	TECHNISCHE DATA	42
7.1.	Operatie omgeving:.....	44
7.2.	Transportomgeving	44
7.3.	Opslagomgeving	44
7.4.	Stroomvoorziening	44

VEILIGHEIDSMATREGELEN

- Pas HUR-apparatuur niet aan of gebruik deze niet zonder de juiste begeleiding van opgeleid personeel.
- Lees voor gebruik aandachtig waarschuwborden, gebruiksaanwijzingen en veiligheidsinstructies die op het apparaat kunnen zijn aangebracht.
- Voor een veilige bediening van het apparaat is vanwege de bewegende hefboomarmen een veiligheidszone van minimaal één meter voor en een veiligheidszone van 0,6 meter aan beide zijden en achter het apparaat vereist. Controleer voordat u het apparaat gebruikt of er zich geen andere personen of voorwerpen in de veiligheidszone bevinden.
- Draag altijd geschikte sportschoenen en kleding bij het gebruik van de apparatuur.
- Het gebruik van apparatuur onder invloed van alcohol, drugs, medicijnen of kalmerende middelen is verboden.
- Stop onmiddellijk met trainen als u misselijkheid, duizeligheid of pijn ervaart tijdens uw training en raadpleeg uw arts.
- Raadpleeg uw arts voordat u begint met trainen of uw training geschikt is voor u, vooral als u een pacemaker heeft, als u zwanger bent, als u borstvoeding geeft of als u andere lichamelijke handicaps heeft.
- Houd kinderen zonder toezicht uit de buurt van apparatuur.
- De apparatuur is niet bedoeld voor kinderen onder de 14 jaar.
- Eén persoon moet het HUR-apparaat tegelijk bedienen of gebruiken.
- Houd de weergave-eenheid droog.
- Gebruik geen beschadigde apparatuur. Als het apparaat niet goed werkt, probeer het dan niet zelf te repareren. Breng het personeel op de hoogte van het probleem.
- Onjuist gebruik kan leiden tot persoonlijk letsel of schade aan apparatuur en verwijdt alle aansprakelijkheid van de fabrikant en maakt de garantie ongeldig.
- Deze veiligheidsinstructies en waarschuwingen moeten dicht bij de apparatuur op een prominente plaats worden geplaatst. Veiligheidsinstructies, waarschuwingen en mogelijke gevaren moeten aan elke gebruiker van de apparatuur worden gewezen. De fabrikant aanvaardt geen verantwoordelijkheid voor letsel of schade aan personen of eigendommen.
- Lichaamsbeweging kost energie en kan zweten veroorzaken, dus voldoende voeding en vochtinname voorafgaand aan het sporten is ook belangrijk. Zware maaltijden bestaande uit moeilijk verteerbare ingrediënten moeten worden vermeden.
- Als het trainingsprogramma krachttraining of andere zware oefeningen omvat, is het raadzaam om een goede warming-up uit te voeren, b.v. op de hometrainer of loopband.
- Afkoeloefeningen, spieronderhoud (strekken etc.), evenals vocht- en voedingsbalans zijn belangrijke maatregelen na de training. Ze voorkomen spierpijn en spierstijfheid.
- Als u ongewone pijn voelt na de training, vraag dan medisch advies aan uw arts.

De HUR-apparatuur is bedoeld voor gebruik in fitnesscentra en revalidatie. De HUR-apparatuur mag alleen worden gebruikt voor het beoogde doel. Onjuist gebruik kan leiden tot verwondingen en schade aan de apparatuur, en kan de garantie en aansprakelijkheid van de fabrikant doen vervallen. Onjuist gebruik omvat elk ander gebruik dan het beoogde doel van de apparatuur en elk gebruik dat niet in overeenstemming is met de instructiehandleiding.



VEILIGHEIDSMAAATREGELEN EN WAARSCHUWINGEN VOOR EIGENAARS VAN HUR APPARATEN

- Zorg ervoor dat de slangen en kabels correct zijn geïnstalleerd, zodat niemand erover kan struikelen.
- Laat niemand de HUR-apparatuur aanpassen of bedienen zonder de juiste begeleiding van getraind personeel.
- Zorg ervoor dat de gebruikers de waarschuwingsborden, gebruiksaanwijzingen en veiligheidsinstructies die eventueel op het apparaat zijn aangebracht, zorgvuldig lezen.
- Informeer gebruikers over de veiligheidszone van minimaal één meter voor en 0,6 meter veiligheidszone aan weerszijden van en achter het apparaat vanwege de bewegende hefboomarmen.
- Zorg ervoor dat de gebruikers, voordat ze het apparaat gebruiken, zich ervan vergewissen dat er zich geen andere mensen of voorwerpen in de veiligheidszone bevinden.
- Gebruikers dienen tijdens het gebruik van de apparaten altijd geschikte sportschoenen en kleding te dragen.
- Het gebruik van apparatuur is verboden onder invloed van alcohol, drugs, medicijnen of kalmerende middelen.
- Zorg ervoor dat de gebruikers onmiddellijk stoppen met trainen als ze misselijkheid, duizeligheid of pijn voelen tijdens de training, en adviseer hen om onmiddellijk contact op te nemen met hun arts.
- Klanten die een pacemaker hebben, die zwanger zijn, een kind borstvoeding geven of andere lichamelijke handicaps hebben, moeten toestemming van een arts hebben alvorens HUR-apparatuur te gebruiken.
- Als de klant aan het apparaat is vastgemaakt, bijvoorbeeld door het dragen van handschoenen met polsband, laat de klant dan niet onbeheerd achter tijdens de training.
- Gebruik geen beschadigde apparatuur. Als het apparaat niet goed werkt, probeer het dan niet zelf te repareren. Meld het probleem bij HUR-onderhoud.
- Defecte apparatuur wordt na ontdekking van het defect onmiddellijk buiten gebruik gesteld. Het apparaat moet zodanig zijn gemarkeerd dat het gebruik ervan duidelijk verboden is. Meld het probleem bij HUR-onderhoud.
- Een apparaat moet ook buiten gebruik worden gesteld als de waarschuwing labels van het apparaat zodanig zijn beschadigd dat ze niet leesbaar zijn.
- Neem alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen in de gebruikersinstructies in acht en lees de gebruikers- en onderhoudsinstructies.
- Onjuist gebruik en het mislukken van basisonderhoud kunnen leiden tot letsel bij de gebruiker en schade aan de apparatuur. Bovendien ontheffen deze factoren de fabrikant van alle aansprakelijkheid en maken ze de garantie ongeldig.
- HUR-veiligheidsinstructies en waarschuwingen voor gebruikers moeten op een prominente plaats dicht bij de apparatuur worden geplaatst. Veiligheidsinstructies, waarschuwingen en mogelijke gevaren moeten worden gewezen op elke gebruiker van de apparatuur. De fabrikant is niet verantwoordelijk voor letsel of schade aan personen of eigendommen.
- De apparaten mogen niet worden blootgesteld aan direct zonlicht, overmatig stof, vocht, mechanische trillingen en schokken.
- Het maximale lichaamsgewicht van de gebruiker is 250 kg.

1. INSTALLATIE

installatieproces. Bovendien is een ervaren installatie-expert bekend met de details van elk apparaat.

De HUR-apparatuur is bedoeld voor gebruik binnenshuis. De apparatuur mag niet nat worden en contact met vocht moet worden vermeden. Als het transport of de opslag heeft plaatsgevonden bij temperaturen onder het vriespunt, moeten alle modellen met elektrische componenten een periode van ongeveer een uur krijgen om op kamertemperatuur te komen voordat ze worden geïnstalleerd of gebruikt. De apparatuur moet op een harde, vlakke en vlakke ondergrond worden geplaatst. Om storingen te voorkomen, moet de apparatuur op een zo droog mogelijke plaats, met een constante temperatuur en stofvrij worden bewaard.

OPMERKING! Vloermateriaal met een lage soortelijke weerstand wordt aanbevolen.



WAARSCHUWING! De apparatuur moet op een stevige, vlakke en rechte ondergrond worden geïnstalleerd.



WAARSCHUWING! Het is zeer onwaarschijnlijk, maar mogelijk, dat de machines door overmatige kracht kunnen kantelen of kantelen. Het kantelen kan worden voorkomen door de machines op de vloer te bevestigen

2. GARANTIE

2.1 Garantievoorwaarden van HUR Oy

Deze garantievoorwaarden van HUR Oy (hierna "HUR") zijn van toepassing op elk apparaat of accessoire (hierna "Product") vervaardigd door HUR. De koper van het product (hierna "koper" genoemd) accepteert deze garantievoorwaarden en stemt ermee in zich eraan te houden door een product van HUR te kopen. De garantie vervalt als de koper niet aan alle voorwaarden voldoet.

2.2 Over het algemeen over de producten

Alle producten zijn ontwikkeld en vervaardigd door HUR in Kokkola, Finland. Het productieproces van HUR omvat lassen, schilderen, montage, eindinspectie en verpakking. Het kwaliteitscontrolesysteem van HUR is speciaal ontworpen voor het fabricageproces van fitness- en revalidatieapparatuur en maakt deel uit van het door HUR gecertificeerde ISO 9001, ISO 13485 kwaliteitsmanagementsysteem. Ondanks voortdurende kwaliteitscontrole kunnen er defecten of storingen optreden in een enkel product of onderdeel.

2.3 Garantie

HUR garandeert de koper dat alle producten vrij zijn van defecten in materiaal en vakmanschap gedurende de garantieperiode zoals gespecificeerd in sectie 2.4. HUR zal alle defecten in materiaal en vakmanschap van producten verhelpen in overeenstemming met deze garantievoorwaarden. Deze garantievoorwaarden zijn de enige garantievoorwaarden die van toepassing zijn op producten. Deze garantievoorwaarden worden uitgedrukt in plaats van alle andere garanties of aansprakelijkheden met betrekking tot defecten of onvolkomenheden, verborgen of anderszins, en elke andere verplichting of aansprakelijkheid die voortvloeit uit een of ander defect in producten. De remedie die onder deze garantievoorwaarden valt, is de enige, exclusieve en enige remedie die beschikbaar is voor de koper. HUR is in geen geval aansprakelijk voor andere verplichtingen of aansprakelijkheden. HUR verwierpt en sluit alle andere expliciete of impliciete garanties uit, inclusief elke garantie van verkoopbaarheid of geschiktheid voor een bepaald doel.

2.4 Garantieperiode

De garantieperioden van HUR-producten zijn als volgt: tien (10) jaar voor het gelaste structurele frame van het product, drie (3) jaar voor alle andere producten met uitzondering van elektronische componenten en bekleding, die een garantieperiode van één (1) jaar hebben. Alle onderdelen die aan een gelast structureel frame zijn vastgeschroefd, worden beschouwd als andere producten met drie (3) jaar garantie. De hierna toepasselijke periode wordt beschouwd als de "Garantieperiode". De garantieperiode begint op de datum waarop de koper het product heeft gekocht en ontvangen en de installatie van het product heeft goedgekeurd door ondertekening en datering van het HUR-garantieactiveringsformulier (hierna de "WAF") en wanneer WAF is geretourneerd aan HUR. Elke reparatie of vervanging op basis van deze garantievoorwaarden verlengt de garantieperiode niet. De aansprakelijkheid van HUR op basis van deze garantievoorwaarden is beperkt tot alleen dergelijke defecten die binnen de garantieperiode optreden en aan HUR worden gemeld.

De garantieperiodes van de reserveonderdelen zijn dezelfde als hierboven vermeld voor

verschillende onderdelen, d.w.z. drie (3) jaar voor alle andere onderdelen, met uitzondering van elektronische componenten en bekleding, die een garantieperiode van één (1) jaar hebben. Bovendien hebben de onderdelen die met bouten aan het gelaste structurele frame zijn bevestigd een garantieperiode van drie (3) jaar. De garantieperiode gaat voor pneumatische reserveonderdelen in op de leveringsdatum. De garantieperiode begint voor andere reserveonderdelen op de datum waarop de datum van inbedrijfstelling van het reserveonderdeel, het bestelnummer van het reserveonderdeel en, indien beschikbaar, het serienummer van het reserveonderdeel aan HUR wordt meegedeeld. Als de gevraagde informatie niet aan HUR wordt doorgegeven, begint de garantieperiode van het reserveonderdeel op de leveringsdatum. Elke reparatie of vervanging van het reserveonderdeel op basis van deze garantievoorwaarden verlengt de garantieperiode van het reserveonderdeel niet.

2.5 Remedie

In het geval van een defect dat onder deze garantievoorwaarden valt, zal HUR het defecte product, onderdeel of onderdeel van het product herstellen, repareren of vervangen, of naar eigen goeddunken de prijs van het defecte product aan de koper terugbetalen. Voorwaarde voor de oplossing is dat uit onderzoek van HUR blijkt dat het Product of het onderdeel of het onderdeel van het Product defect is. Elk vervangen Product, onderdeel of onderdeel van het Product wordt eigendom van HUR.

Tenzij anders overeengekomen, is HUR niet aansprakelijk voor enige kosten, uitgaven, verlies of schade, direct of indirect en al dan niet gevolgschade. HUR heeft geen enkele verantwoordelijkheid met betrekking tot de geschiktheid van het Product voor enig doel van de Koper. Tenzij anders overeengekomen, draagt de Koper de kosten van reparatiewerkzaamheden en alle andere kosten die zijn gemaakt in verband met de reparatie, vervanging, demontage, installatie en transport van een Product, onderdeel of onderdeel. Als het defecte Product, onderdeel of een onderdeel van het Product naar HUR zal worden vervoerd, door HUR's zal, voor reparatie of vervanging, HUR ook de kosten en het risico draagt van het transport van het apparaat van de Koper naar HUR.

2.6 Beperkingen

De verplichtingen van HUR op basis van deze garantievoorwaarden zijn alleen van toepassing op defecten die optreden tijdens de garantieperiode. Het product had moeten worden gebruikt voor het specifieke doel, zoals aangegeven in de gebruikershandleiding. Alle instructies voor gebruik, installatie en onderhoud moeten worden opgevolgd.

De verplichtingen van HUR zijn niet van toepassing op normale slijtage van onderdelen in enig Product, onderdeel of onderdeel van het Product; onderdelen die routinematig vervangen moeten worden of defecten als gevolg van normale slijtage of achteruitgang. De garantie dekt geen natuurlijk defect, normale slijtage van onderdelen en daardoor veroorzaakte defecten. De verplichtingen van HUR zijn niet van toepassing op defecten als gevolg van redenen buiten de controle van HUR, zoals nalatigheid of fouten bij het onderhouden, hanteren of opslaan van de Producten; wijziging of wijziging van of toevoeging aan de Producten zonder de voorafgaande schriftelijke toestemming van HUR; het niet opvolgen van de instructies van HUR, verkeerde montage, ongeschikt gebruik of niet-geautoriseerde reparaties of reparaties die niet naar behoren zijn uitgevoerd. De garantie dekt geen schade aan apparatuur die is veroorzaakt door een onderhoudsdienst die niet is geautoriseerd door HUR. Persoonlijk letsel of schade toegebracht aan een persoon of een ander object valt niet onder deze garantievoorwaarden. Instructies voor de installatie en het onderhoud van de producten zijn beschikbaar in de afzonderlijke technische handleiding van HUR. HUR-apparatuur

mag alleen worden geïnstalleerd door een geautoriseerde HUR-installateur.

Deze beperkte garantie is alleen van toepassing op de oorspronkelijke koper. De rechten van de koper op basis van deze garantievoorwaarden kunnen niet worden overgedragen aan een derde partij. De Koper zal een naar behoren ingevuld bestand, WAF, terugsturen naar HUR om de Garantie te activeren binnen één (1) maand na de datum waarop het Product werd ontvangen. De garantie is niet van toepassing als WAF niet naar behoren is ingevuld en naar HUR is geretourneerd.

2.7 Meldingen van een defect onder deze garantie

De Koper zal HUR schriftelijk (HUR Claim Form aanbevolen) op de hoogte stellen van elk defect dat onder deze Garantievoorwaarden valt binnen twee (2) weken nadat het defect is ontdekt. Dergelijke kennisgevingen zijn een voorwaarde voor enige vergoeding en bevatten ten minste de volgende details:

- type en serienummer van het defecte product;
- datum van levering van het product aan de koper en de locatie van het product;
- informatie over het gebruik van het product;
- gedetailleerde beschrijving van het defect.

De Koper zal onmiddellijk alle aanvullende informatie verstrekken over het defect en het optreden ervan waar HUR redelijkerwijs om kan verzoeken. Na ontvangst van de kennisgeving van de Koper en de hierboven genoemde informatie, zal HUR het Product, onderdeel of onderdeel herstellen. Het Product, onderdeel of onderdeel zal, indien HUR dit vereist, samen met de hierboven genoemde informatie aan HUR teruggestuurd worden voor inspectie.

2.8 Producten van andere fabrikanten dan HUR

HUR importeert en levert apparatuur en producten van andere fabrikanten. Deze garantievoorwaarden zijn ook van toepassing op andere producten met uitzondering van de garantieperiode. De garantieperiodes van andere producten zijn als volgt:

Compressor Garantietermijn twee (2) jaar.

2.9 Consumentenrechten

Een consument kan recht hebben op wettelijke rechten in overeenstemming met de toepasselijke nationale wetgeving met betrekking tot consumentenrechten. Niettegenstaande enige bepaling van deze garantievoorwaarden, hebben deze garantievoorwaarden geen invloed op de wettelijke rechten van een consument.

2.10 Herzieningen van de garantie

HUR behoudt zich het recht voor om deze garantievoorwaarden op elk moment te wijzigen.

2.11 Toepasselijk recht

Deze garantievoorwaarden worden beheerst en geïnterpreteerd in overeenstemming met de wetten van Finland. Elk geschil zal worden beslecht door de rechtbanken van Finland.

Deze garantievoorwaarden zijn geldig vanaf 1 januari 2021.

3. BEOOGD GEBRUIK

3110 Biceps/Triceps: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de arm.

3120 / 5120 Push Up/Pull Down: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van het bovenlichaam.

3125 Dip/Shrug: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van arm, schouder en bovenrug.

3140 / 5140 Chest Press: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van spierkracht van borst en arm.

3160 / 5160 Pec Deck: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van spierkracht van de schouder.

3175 / 5175 Optimal Rhomb: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de bovenrug.

3310 / 5310 Buik/Rug: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van spierkracht van buik en rug.

3320 Back Extension: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de rug.

3330 Twist: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de romprotator.

5340 Twist Rehab: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de romprotator.

3510 / 5510 Body Extension: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van het achterste been en de heup.

3520 / 5520 Adductie/Abductie: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van spierkracht van heup en dijbeen.

3530 / 5530 Leg Extension/Curl: Oefenmachine bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de dij

3540 / 5540 Leg Press: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van het been.

5546 Leg Press Incline: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van het been.

9110 Biceps/Triceps Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de arm.

9120 Push Up/Pull Down Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van het bovenlichaam.

9125 Dip/Shrug Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de arm, schouder en bovenrug.

9140 Chest Press Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de borst- en armspieren.

9150 Lat Pull Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de schouder en bovenrug.

9160 Pec Deck Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van spierkracht van de schouder.

9175 Optimal Rhomb Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de bovenrug.

9310 Abdomen/Back Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van spierkracht van buik en rug.

9330 Twist Easy Access: Trainingsapparaat bedoeld voor het verbeteren en behouden van de spierkracht van de romprotator.

8820 HUR Pulley (max. 20 kg) wandmontage: hometrainer bedoeld voor functionele training.

8830 HUR Pulley (max. 30 kg) wandmontage: hometrainer bedoeld voor functionele training.

8821 HUR Pulley (max. 20 kg) vrijstaand: hometrainer bedoeld voor functionele training.

8831 HUR Pulley (max. 30 kg) vrijstaand: hometrainer bedoeld voor functionele training.

4. BASISFUNCTIONALITEIT

4.1. Algemene hardware-informatie

De trainingsweerstand van HUR-apparatuur kan traploos worden aangepast dankzij het pneumatische weerstandsmechanisme. De trainingsweerstand wordt geselecteerd door op de plus (+) of min (-) toetsen te drukken. Plus (+) verhoogt de weerstand door de druk in het apparaat te verhogen, min (-) vermindert de weerstand door de druk te verlagen. De manometer op het apparaat geeft het weerstandsniveau aan.

Easy Access-apparatuur wordt geleverd met paddenstoelknoppen van standaardformaat, waardoor het gemakkelijker is om de weerstand aan te passen, bijvoorbeeld voor personen die problemen hebben met de vingercoördinatie. Met de paddenstoelknoppen wordt de trainingsweerstand op dezelfde manier aangepast als bij standaardknoppen. Plus (+) verhoogt de weerstand en min (-) vermindert de weerstand door de druk te verlagen.

OPMERKING! Kleine veranderingen in de meteraflezing tijdens inspanning zijn normaal. Het Natural Transmission™-mechanisme egaliseert de weerstandscurve, ongeacht lichte drukveranderingen.

OPMERKING! Bij het wisselen van bewegingsrichting kan een sissend geluid optreden, wat normaal is. Het geluid wordt veroorzaakt door het ledigen van de druk.



WAARSCHUWING! Druk niet tegelijkertijd op de plus (+) en min (-) toetsen. Gelijktijdig indrukken van de knoppen laat de druk direct door het apparaat gaan, wat een onnodige belasting van het druknet veroorzaakt en de levenscyclus van apparatuur:

Sommige HUR-apparaten hebben een dubbele functie, d.w.z. één apparaat kan worden gebruikt om tegengestelde spiergroepen te trainen. De keuzeschakelaar met dubbele functie wordt gebruikt om te selecteren welke van de bewegingsrichtingen moet worden gebruikt. Draai de keuzeschakelaar met de klok mee of tegen de klok in om de oefening te veranderen. Easy Access-apparatuur heeft een joystickachtige keuzeschakelaar om de bewegingsrichting te veranderen door deze omhoog of omlaag te draaien.

4.1.1. Afstelling van de rugleuning

Sommige HUR-apparatuur heeft de mogelijkheid om de rugleuning handmatig te verstellen om een geschikte trainingshouding voor gebruikers, ongeacht hun grootte, mogelijk te maken. Til de handvatten achter de rugleuning omhoog en beweeg de rugleuning naar voren of naar achteren tot de gewenste afstand. Leun niet tegen de rugleuning terwijl u deze verstelt.



WAARSCHUWING! Pas op dat uw vingers niet klem komen te zitten in het verstelbare rugsteunmechanisme. Om letsel te voorkomen, pakt u tijdens het afstellen alleen de verstelhendels met het rode uiteinde en het gewatteerde deel van de rugleuning vast

4.1.2. Zithoogteverstelling

De zithoogte van een apparaat kan traploos worden aangepast om een geschikte trainingshouding voor gebruikers, ongeacht hun grootte, mogelijk te maken. Pak de voorste delen van de zijranden van de zitting met beide handen vast en til de zitting op tot de gewenste hoogte. Om de stoel te verlagen, pakt u de achterste zijranden van de stoel vast, kantelt u de voorkant iets omhoog en laat u de stoel zakken tot de gewenste hoogte. Met het stoelvergrendelingsmechanisme van de HUR-uitrusting kan de stoel op de gewenste hoogte worden vergrendeld zonder extra vergrendelingen, wanneer deze zich op de gewenste hoogte bevindt, laat u gewoon uw greep los.



WAARSCHUWING! Zorg ervoor dat uw vingers niet tussen het stoelverstelmechanisme en het frame komen. Om letsel te voorkomen, grijpt u alleen het gevoerde gedeelte van de stoel vast bij het verstellen van de zithoogte

4.1.3. Veiligheidsgordel

Sommige HUR-apparatuur heeft een veiligheidsgordel, die de gebruiker helpt om tijdens het sporten in het apparaat te blijven. Maak de veiligheidsgordel vast door de gespen tegen elkaar te drukken totdat u een klikgeluid hoort. Span de riem aan door aan het vrije uiteinde van de riem te trekken. Open de veiligheidsgordel door aan beide zijden op de snelspanner te drukken.



WAARSCHUWING! Zorg ervoor dat er geen huid tussen het snelontgrendelingsmechanisme komt. Om letsel te voorkomen, drukt u alleen op de uiteinden van de snelsluiting en wees voorzichtig bij het bevestigen van de veiligheidsgordel.

4.1.4. Bereikbegrenzers

Sommige HUR Medical-apparaten hebben bereikbegrenzers op de apparaten. Met bereikbegrenzers wordt de reikwijdte van de beweging beperkt in situaties waarin de

gebruiker om de een of andere reden niet in staat is om het volledige bewegingsbereik van het apparaat te benutten. Draai de hendel met de klok mee om de bereikbegrenzer vast te zetten en tegen de klok in om de bereikbegrenzer los te maken. Door op de rode knop op de handgreep te drukken, kan de handgreep vrij worden gedraaid, bijvoorbeeld als de handgrepen dicht bij elkaar staan en elkaars beweging verhinderen.

NOTE! The range limiters are intended for limiting the range of motion of the device, not for compensating users' height.



WAARSCHUWING! Gebruik geen gereedschap om de bereikbegrenzer vast of los te draaien, zodat deze niet te strak wordt en afstellingsproblemen veroorzaakt voor de volgende gebruiker. Een handmatig uitgevoerde en redelijke aanscherping is voldoende om de bereikbegrenzer op het gewenste punt te houden



VOORZICHTIGHEID! Pas de bereikbegrenzer niet aan voordat de werklast op nul (0) staat!

5. FUNCTIONALITEIT VAN DE APPARATUUR

OPMERKING! De afbeeldingen van de machines in deze sectie zijn richtinggevend.

5.1. 3110 Biceps / Triceps

Uitrusting afstelling:

Pak de voorste delen van de zijranden van de zitting met beide handen vast en til de zitting op tot de gewenste hoogte. Om de zitting te verlagen, pakt u de achterste zijranden van de zitting vast, kantelt u de voorkant iets omhoog en laat u de zitting zakken zodat uw borst tegen het kussen rust. De stoel vergrendelt automatisch op zijn plaats.



Biceps oefening:

Plaats je armen onder de rollen. Laat uw borst en ellebogen rusten op de steunkussens, aan de uiteinden van de draaipunten van de hefboomarm. Oefening door afwisselend uw armen te buigen en de hefboomarmen omhoog te tillen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Triceps oefening:

Plaats je armen op de rollen. Laat uw borst en ellebogen op de steunkussens rusten. Oefening door afwisselend uw armen uit te strekken en de hefboomarmen naar beneden te laten zakken. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrusting oefeningen:

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (BICEPS of TRICEPS).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door de keuzeschakelaar te draaien.

5.2. 3120 / 5120 Push Up / Pull Down

Uitrusting afstelling:

Stel de hoogte van de stoel in door het achterste deel van de stoel met beide handen op te tillen, zodat wanneer de hefboomarm in de laagste stand staat, de handgrepen zich op schouderhoogte bevinden. De stoel vergrendelt automatisch. Maak de veiligheidsgordel zo nodig vast.

Stel indien nodig de bereikbegrenzers (5120) bij door de hendels aan de zijkanten te draaien zodat de hefboomarm niet verder omhoog of omlaag gaat dan gewenst. De handgreep van de bereikbegrenzer wordt losgemaakt door deze als een schroef tegen de klok in te draaien en met de klok mee vast te draaien. Maak indien nodig de veiligheidsgordel vast.



Push Up oefening: Oefening door de hefboomarmen met uw handen omhoog te duwen, uw polsen recht te houden en tegen de rugleuning aan te leunen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Pull Down oefening: Oefening door de hefboomarmen met uw handen naar beneden te trekken en langzaam terug te keren naar de startpositie..

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (PUSH UP of PULL DOWN).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.

OPMERKING! Houd bij het verhogen van de weerstand in de Pull Down-oefening met uw linkerhand de hefboomarm vast, zodat deze niet te hoog oploopt.

3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.



VOORZICHTIGHEID! Pas op voor bewegende hefboomarmen.

5.3. 3125 Dip / Shrug

Stel de hoogte van de stoel in door het achterste deel van de stoel met beide handen op te tillen, zodat wanneer de hefboomarm in de laagste stand staat, de armen volledig zijn uitgestrekt. De stoel vergrendelt automatisch.

Stel de bereikbegrenzer zo in dat wanneer de hefboomarmen omhoog zijn, de handgrepen zich onder de borst bevinden.



Dip oefening: Oefening door met uw handen de hefboomarmen naar beneden te duwen, uw polsen recht te houden en tegen de rugleuning aan te leunen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Shrug oefening: Oefen door de hefboomarmen vast te pakken en uw schouders op te tillen. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (DIP of SHRUG).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door de trainingskeuzeschakelaar te draaien.

5.4. 3140 / 5140 Chest Press

Equipment adjustment: Set the height of the seat by lifting the rear part with both hands so that the lever arm handles are at armpit level. The seat locks into place automatically.



Chest Press oefening: Oefening door de hefboomarmen naar voren te duwen. Houd je ellebogen horizontaal en je polsen recht. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.5. 3150 Lat Pull

Uitrusting instellen: Stel de zithoogte in door deze aan het achterste deel van de zitting op te tillen, zodat uw borst tegen het kussen rust. De stoel vergrendelt automatisch.



Lat Pull oefening: Oefening door de hefboomarmen naar u toe te trekken. Houd je borst tegen het kussen gedrukt. Keer langzaam terug naar de startpositie

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.6. 3160 / 5160 Pec Deck

Uitrusting afstelling: Stel de hoogte van de stoel in door het achterste deel van de stoel met beide handen op te tillen, zodat de onderkant van het hefboomarmkussen zich op borsthoogte bevindt. De stoel vergrendelt automatisch.



Pec Deck oefening: Oefening door de hefboomarmen samen met uw onderarmen te drukken. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.7. 3175 / 5175 Optimal Rhomb

Uitrusting instellen: Stel de zithoogte in door deze aan het achterste deel van de zitting op te tillen, zodat uw borst tegen het kussen rust. De stoel vergrendelt automatisch. Pak de handvatten vast met rechte polsen.



Optimal Rhomb oefening: Oefening door de hefboomarmen met uw handen naar achteren te trekken en uw schouderbladen naar elkaar toe te trekken. Keer langzaam terug naar de startpositie..

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.8. 3310 / 5310 Abdomen/Back

Uitrusting afstelling: De afstand tussen de zitting en de rollen kan worden aangepast, waardoor een geschikte trainingspositie voor alle gebruikers mogelijk is. Til de achterste voet van de stoel op aan de zwarte hendels en verplaats de stoel naar de gewenste positie. Laat de stoel zakken om deze op zijn plaats te vergrendelen.

 **WAARSCHUWING!** Zorg ervoor dat de stoel goed vergrendeld is na het verstellen van de afstand voordat u begint met trainen. Een slecht vergrendelde stoel kan tijdens het sporten verschuiven en een gevaarlijke situatie veroorzaken.

Stel de hoogte van de zitting in door deze met beide handen van achteren op te tillen, zodat het hefboomarmkussen zich boven de borstkas bevindt. De stoel vergrendelt automatisch.

Stel indien nodig de bereikbegrenzers (5310) aan de zijkant af door aan de hendels te draaien, zodat de hefboomarm tijdens de oefening niet verder draait dan gewenst.

De apparaten hebben verstelbare hefboomarmen (5310), waardoor individuele aanpassingen voor gebruikers van verschillende groottes mogelijk zijn. Trek de rode ontgrendelingshendel naar buiten en draai tegelijkertijd de rol in de gewenste positie. Laat de hendel los om de arm te vergrendelen.

 **WAARSCHUWING!** Zorg ervoor dat de hefboomarm altijd in de daarvoor bestemde gleuf is vergrendeld. Anders kan de hefboomarm tijdens het sporten bewegen en gevaar opleveren.



Abdomen oefening: Ga zo zitten dat de hefboomarm tegen uw borst ligt. Oefening door de roller voorzichtig met uw handen vast te houden en de hefboomarm met uw buikspieren naar beneden te duwen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Abdomen Left oefening: Ga zijwaarts op de stoel naar links zitten. Werk met uw buik door de hefboomarm naar beneden te duwen en weerstand te behouden bij de teruggaande beweging.



Abdomen Right oefening: Ga zijwaarts op de stoel naar rechts zitten. Werk met uw buik door de hefboomarm naar beneden te duwen en weerstand te behouden bij de teruggaande beweging.



Back oefening: Ga zo zitten dat de hefboomarm tegen uw schouderbladen ligt en de rugleuning uw buik ondersteunt. Oefening door de hefboomarm naar beneden te duwen door uw onderrugspieren te gebruiken, met uw handen gekruist op uw borst. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.9. 3320 Back Extension

Uitrustingsafstelling: Stel de hoogte van de zitting in door deze met beide handen van achteren op te tillen, zodat het hefboomarmkussen zich op schouderbladhoogte bevindt en uw voeten ontspannen op de vloer rusten. De stoel vergrendelt automatisch.



Back Extension oefening: Ga zo zitten dat de hefboomarm tegen uw schouderbladen ligt. Oefening door de hefboomarm naar beneden te duwen door uw onderrugspieren te gebruiken, met uw handen gekruist op uw borst. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.10. 3330 Twist

Twist oefening:



Naar rechts : Ga zo in de machine staan dat het juiste steunkussen tussen de dijen zit. Plaats uw linkerarm achter de achterkant van de rol en de rechterarm gebogen aan de linkerkant van de rol vooraan.

Oefening door je lichaam naar rechts te draaien, met je rug recht, de ogen volgen de beweging. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Naar links: Ga zo in de machine staan dat het linker steunkussen tussen de dijen zit. Plaats uw rechterarm achter de achterkant van de rol en de linkerarm gebogen aan de rechterkant van de rol vooraan.

Oefening door je lichaam naar links te draaien, met je rug recht, de ogen volgen de beweging. Keer langzaam terug naar de startpositie

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.11. 5340 Twist Rehab

Uitrusting afstellen: Stel indien nodig de bereikbegrenzers op de voetsteun af door de schroeven zo te draaien dat de hendels tijdens het sporten niet verder draaien dan gewenst. De schroef van de bereikbegrenzer wordt losgedraaid door hem tegen de klok in te draaien, om hem met de klok mee vast te draaien. Pas de rugleuning naar wens aan door de schroef aan de achterkant los te draaien en het steunkussen op te tillen of te laten zakken tot een geschikte positie. Draai de schroef weer op zijn plaats vast.

Met bereikbegrenzers wordt de reikwijdte van de beweging beperkt in situaties waarin de gebruiker om de een of andere reden niet in staat is om het volledige bewegingsbereik van het apparaat te benutten. Stel het startpunt in door aan de hendel onder de zitting te trekken en tegelijkertijd de voetsteunen in de gewenste positie te draaien. Laat de hendel los om het geselecteerde startpunt te vergrendelen.



WAARSCHUWING! Zorg ervoor dat na afstelling de arm van de ontgrendelingshendel correct past in de daarvoor bestemde sleuf. Anders kunnen de voetsteunen tijdens het sporten bewegen en gevaar veroorzaken

Ga zitten en plaats uw voeten op de voetsteunen.
Draai oefening:

Rechts: Oefening door de benen naar rechts te draaien, met een rechte rug. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Links: Oefening door de benen naar links te draaien, met een rechte rug. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
 2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.
- Sit down and place your feet on the foot supports.

5.12. 3510/5510 Body Extension

Uitrusting afstelling

Ga op uw rug in de stoel liggen, plaats uw benen op de rollen en maak de veiligheidsgordel vast. Het gebruik van de veiligheidsgordel wordt aanbevolen bij het gebruik van deze machine. De Body Extension machine heeft een release functie die de weerstand snel loslaat. Draai de hendelschakelaar in de console naar de GRATIS positie om de weerstand op te heffen.



WAARSCHUWING! De hendels kunnen snel bewegen. Voordat u op een knop drukt, moet u ervoor zorgen dat niets of niemand de hendels in de weg staat.



Body Extension oefening: Oefening door de hendels afwisselend met uw benen naar beneden te drukken, waarbij u uw billen stevig in de zitting houdt. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de 'vrij/oefen'-schakelaar te draaien.

5.13. 3520 / 5520 Adduction / Abduction

Uitrusting afstellen: Ga zitten en plaats uw voeten op de voetsteunen.

Stel indien nodig de bereikbegrenzers (5520) op de voetsteun af door aan de hendels te draaien, zodat de hendels tijdens het sporten niet verder open gaan dan gewenst. De handgreep van de bereikbegrenzer wordt losgemaakt door hem tegen de klok in te draaien als een schroef, om hem vast te draaien met de klok mee.



Adduction oefening: Oefening door de hendels samen met uw benen in te drukken. Leun met je rug tegen de stoel. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Abduction oefening: Oefening door de hendels met uw benen uit elkaar te drukken. Leun met je rug tegen de stoel. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (ADDUCTIE of ABDUCTIE).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.

5.14. 3530 / 5530 Leg Extension / Curl

Afstelling uitrusting: Stel indien nodig de bereikbegrenzers af door de hendels aan de zijkant te draaien, zodat het kniegewricht tijdens het sporten niet meer kan worden gebogen of gestrekt dan gewenst. De handgreep van de bereikbegrenzer wordt losgemaakt door hem als een schroef tegen de klok in te draaien, om hem vast te draaien met de klok mee.

Ga op de zitting zitten zodat de knieën op het bovenste kussen rusten. Stel de rugleuning af door de handgreep aan de achterkant op te tillen en de rugleuning op de gewenste hoogte te zetten. Stel de onderste steunkussens af door aan de hendel te trekken zodat de rol ca. 10 cm boven je hiel.

De machine heeft gevoerde beenriemen om de dijen tijdens het sporten vast te zetten. Maak de riem vast door de gespen van de riem samen te drukken totdat u een klikgeluid hoort. Trek de riem strak door aan het vrije uiteinde van de riem te trekken. Open de riem door aan beide kanten op de snelspanner te drukken.

 **WAARSCHUWING!** Zorg ervoor dat uw huid niet tussen het snelontgrendelingsmechanisme blijft. Om letsel te voorkomen, drukt u alleen op de snelsluiting aan de uiteinden en wees voorzichtig bij het vastmaken van de riem. Sommige machines hebben verstelbare hendels om een geschikte trainingshouding mogelijk te maken voor gebruikers, ongeacht hun grootte. Trek de rode ontgrendelingshendel naar buiten en draai tegelijkertijd de rol in de gewenste positie. Laat de hendel los om de hendel te vergrendelen.

 **WARNING!** Make sure that after adjustment, the release handle arm fits properly in the intended slot. Otherwise, the lever can move during exercise and cause danger.



Leg Extension oefening: Plaats de voeten onder de onderste rollen en maak de veiligheidsgordel vast. Oefening door de hendels afwisselend met uw benen omhoog te duwen, keer langzaam terug naar de startpositie.



Leg Curl oefening: Plaats de voeten onder de onderste rollen en maak de veiligheidsgordel vast. Oefening door de hendels afwisselend met uw benen omhoog te duwen, keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (EXTENSION of CURL).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.

5.15. 3540 / 5540 Leg Press

Uitrusting afstelling: Stel de rugleuning van de hendel aan de achterkant zo af dat uw benen in de uitgangspositie een hoek van 90 graden maken. De machine heeft beenriemen, waarmee de voeten aan de voetensteunen kunnen worden bevestigd..

Sommige machines hebben een vergrendeling om het gewenste startpunt van de beweging te bepalen. Draai de sterschroef aan de zijkant los (tegen de klok in) en verplaats de schroef horizontaal van 'Lock' naar 'Unlock'. Verplaats de hendel naar het gewenste startpunt en draai de sterschroef vast in de 'Lock'-positie. Herhaal op de andere hendel. Als u het hele bewegingsbereik van de machine wilt gebruiken, draait u de schroef vast in de stand 'Ontgrendelen'.

OPMERKING! Vraag indien nodig iemand om hulp, omdat het moeilijk kan zijn om de hendel alleen vast te houden terwijl u de schroef vastdraait.



Leg Press oefening: Oefening door de hendels afwisselend met uw benen naar voren te duwen, waarbij u uw onderrug stevig in de zitting houdt. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Equipment exercises

1. Adjust the resistance with '+' and '-' buttons.
2. After exercise, release the resistance of the machine with the '-' button.

5.16. 5546 Leg Press Incline

Uitrusting afstelling:

De machine heeft elektrisch verstelbare rugsteun en schouderrollen, waardoor het voor de gebruiker gemakkelijker is om de oefenpositie al zittend aan te passen. Stel de rugsteun en schouderrollen af vanaf het display of de tuimelschakelaars met de meter. Druk de bovenste tuimelschakelaar naar links (A) om de rugleuning dichterbij de verticale positie te brengen en naar rechts (B) om de helling van de rugleuning te vergroten. De rugleuning vergrendelt op zijn plaats wanneer u stopt met het indrukken van de schakelaar. Door de helling van de rugleuning te veranderen, richt de oefening zich op verschillende spieren. Druk de onderste tuimelschakelaar naar links (C) om de schouderrollen omhoog te brengen en naar rechts (D) om ze omlaag te brengen. De schouderrollen klikken op hun plaats wanneer u stopt met het indrukken van de schakelaar. Stel de schouderrollen zo af dat ze de schouders ondersteunen.



Leg Press Incline oefening: Oefening door de hendel met uw benen naar voren te duwen. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.17. 9110 Biceps / Triceps Easy Access

Uitrusting afstelling:

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u uw ellebogen op het steunkussen kunt plaatsen. U kunt ook met één arm tegelijk oefenen op de machine, met uw rolstoel onder een kleine hoek.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u met uw ellebogen op het steunkussen leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch.



Biceps oefening: Plaats je armen onder de rollen. Laat uw ellebogen rusten op de steunkussens, aan de uiteinden van de draaipunten van de hefboomarm. Oefening door afwisselend uw armen te buigen en de hefboomarmen omhoog te tillen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Triceps oefening: Plaats je armen op de rollen. Laat uw ellebogen op de steunkussens rusten. Oefening door afwisselend uw armen uit te strekken en de hefboomarmen naar beneden te laten zakken. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (BICEPS of TRICEPS).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.

5.18. 9120 Push Up / Pull Down Easy Access

Uitrusting afstelling

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u ook op de rugleuning van de machine leunt.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u ook tegen de rugleuning van de machine leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch.

Stel indien nodig de bereikbegrenzers af door de hendels aan de zijanten zo te draaien dat de hefboomarm

niet meer stijgt of daalt dan gewenst. De handgreep van de bereikbegrenzer wordt losgemaakt door deze als een schroef tegen de klok in te draaien en met de klok mee vast te draaien. Maak indien nodig de veiligheidsgordel vast.



Push Up oefening: Oefening door de hefboomarmen omhoog te duwen, de polsen recht te houden en op de rugleuning te leunen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Pull Down oefening: Oefening door de hefboomarmen met uw handen naar beneden te trekken, keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (PUSH UP of PULL DOWN).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.

OPMERKING! Houd bij het verhogen van de weerstand in de Pull Down-oefening met uw linkerhand de hefboomarm vast, zodat deze niet te hoog oploopt.

3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.



VOORZICHTIGHEID! Pas op voor bewegende hefboomarmen.

5.19. 9125 Dip / Shrug Easy Access

Uitrusting afstelling

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u ook op de rugleuning van de machine leunt.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u ook tegen de rugleuning van de machine leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch.

Stel indien nodig de bereikbegrenzers bij door aan de hendels aan de zijkant te draaien, zodat de hefboomarmen tijdens het sporten niet te hoog of te laag kunnen bewegen. De handgreep van de bereikbegrenzer wordt losgemaakt door deze als een schroef tegen de klok in te draaien en met de klok mee vast te draaien.

Het apparaat heeft horizontaal verstelbare hefboomarmen, waardoor gebruikers de optimale oefenpositie kunnen bereiken tijdens het sporten, met of zonder gebruik van een rolstoel.

Draai de schroef op de hefboomarm met de klok mee om hem vast te zetten en tegen de klok in om hem los te maken. Wanneer de schroef is losgedraaid, duwt of trekt u de hefboomarm tot de gewenste breedte en draait u de schroef vast.



WAARSCHUWING! Gebruik geen gereedschap om de schroef van de bereikbegrenzer vast te draaien, zodat deze niet te strak wordt en afstellingsproblemen veroorzaakt voor de volgende gebruiker. Een handmatig uitgevoerde en redelijke aanscherping is voldoende om de bereikbegrenzer op het gewenste punt te houden.



Dip oefening: Oefening door met uw handen de hefboomarmen naar beneden te duwen, uw polsen recht te houden en tegen de rugleuning aan te leunen. Keer langzaam terug naar de startpositie.



Shrug oefening: Pak de hefboomarmen vast en til uw schouders op. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (DIP of SHRUG).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.

5.20. 9140 Chest Press Easy Access

Uitrusting afstelling

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u ook op de rugleuning van de machine leunt.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u ook tegen de rugleuning van de machine leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch

Het startpunt van de training kan worden bepaald met behulp van het vergrendelingsmechanisme van het apparaat.

Zorg ervoor dat er geen druk in het apparaat staat, d.w.z. dat de weerstand nul is, voordat u het vergrendelingsmechanisme afstelt.

Trek de pin van het vergrendelingsmechanisme aan de zijkant van het apparaat naar buiten en plaats deze op het gewenste punt, terwijl u tegelijkertijd aan de hendel trekt zodat deze aan de rechterkant van de pin blijft. Herhaal aan de andere kant.

OPMERKING! De handgrepen moeten voor de pinnen blijven zodat het vergrendelingsmechanisme goed functioneert. Anders belemmeren de pinnen de beweging in de verkeerde richting.



Chest Press oefening: Oefening door de hefboomarmen naar voren te duwen. Houd je ellebogen horizontaal en je polsen recht. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.21. 9150 Lat Pull Easy Access

Uitrusting afstelling

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u ook op de borststeun van de machine leunt.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u ook tegen de rugleuning van de machine leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch.

Het startpunt van de training kan worden bepaald met behulp van het vergrendelingsmechanisme van het apparaat. Zorg ervoor dat er geen druk in het apparaat staat, d.w.z. dat de weerstand nul is, voordat u het vergrendelingsmechanisme afstelt. Trek de pin van het vergrendelingsmechanisme aan de zijkant van het apparaat naar buiten en plaats deze op het gewenste punt, terwijl u tegelijkertijd aan de hendel trekt zodat deze aan de rechterkant van de pin blijft. Herhaal aan de andere kant.

OPMERKING! De handgrepen moeten voor de pinnen blijven zodat het vergrendelingsmechanisme goed functioneert. Anders belemmeren de pinnen de beweging in de verkeerde richting.

Zet de borststeun omhoog of omlaag door deze iets naar u toe te trekken en het steunkussen een halve slag te draaien. Aanpassing van de borststeun maakt een geschikte trainingshouding mogelijk voor alle gebruikers, ongeacht hun grootte.

 **WAARSCHUWING!** De borststeun is niet stijf. Leun bij het betreden of verlaten van de machine niet op de borststeun.

De machines hebben een ontgrendelfunctie, waardoor het mogelijk is om de handgrepen dichterbij de gebruiker te plaatsen bij het begin van de oefening, waardoor het gemakkelijker wordt om de handgrepen te bereiken. Druk op de knop in het midden van het apparaat om de handgrepen dichterbij te brengen. Na het grijpen van de handgrepen, de weerstand groeit automatisch na enkele seconden naar het gewenste niveau.

 **WAARSCHUWING!** Pas de weerstand aan voordat u de ontgrendelfunctie gebruikt. De hefboomarmensnel kan bewegen.



Lat Pull oefening: Oefen door de hefboomarmen naar u toe te trekken. Houd je borst tegen het kussen gedrukt. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.22. 9160 Pec Deck Easy Access

Uitrustingsafstelling:

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u ook op de rugleuning van de machine leunt.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u ook tegen de rugleuning van de machine leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch.



Pec Deck oefening: Oefening door de hefboomarmen samen met uw onderarmen te drukken. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.23. 9175 Optimal Rhomb Easy Access

Uitrustingsafstelling:

1. Met rolstoel: Stel uzelf zo bij de machine dat u ook op de borststeun van de machine leunt.
2. Met EA-stoel: Stel de stoel zo in dat u ook tegen de rugleuning van de machine leunt. Als u een verstelbare EA-stoel heeft, stelt u de zitting in op de gewenste hoogte door met beide handen vanaf de rugleuning van de zitting op te tillen. De stoel vergrendelt automatisch.

Zet de borststeun omhoog of omlaag door deze iets naar u toe te trekken en het steunkussen een halve slag te draaien. Door de borststeun aan te passen, kunnen mensen van verschillende lengtes de geschikte trainingspositie vinden.

De machines hebben een ontgrendelfunctie, waardoor het mogelijk is om de handgrepen dicht bij de gebruiker te plaatsen bij het begin van de oefening, waardoor het gemakkelijker wordt om de handgrepen te bereiken. Druk op de knop in het midden van het apparaat om de handgrepen dichterbij te brengen. Na het grijpen van de handgrepen, de weerstand groeit automatisch na enkele seconden naar het gewenste niveau.



WAARSCHUWING! Pas de weerstand aan voordat u de ontgrendelfunctie gebruikt. De hefboomarmen kan snel bewegen



Optimal Rhomb oefening: Oefening door de hefboomarmen met uw handen naar achteren te trekken en uw schouderbladen naar elkaar toe te trekken. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.24. 9310 Abdomen / Back Easy Access

Uitrustingsafstelling:

Kies de zitpositie door de knop aan de achterkant op te tillen en te verplaatsen. Zorg ervoor dat de stoel op zijn plaats vergrendelt. Om het apparaat gemakkelijk te kunnen bereiken en verlaten, draait u de rugleuning naar beneden door de rugleuning op te tillen en de steun omlaag te draaien.

Voor toegang kunt u de hefboomarm ook uit de weg draaien door aan de hendel te trekken en de rol rechtop te draaien. Draai de roller weer naar beneden wanneer u klaar bent om te beginnen met trainen.

Stel de zithoogte in op de gewenste hoogte door de schakelaar op het frame omhoog of omlaag te draaien. Maak de veiligheidsgordel zo nodig vast.



Abdomen oefening:

Ga zo zitten dat de hefboomarm tegen uw borst ligt. Oefening door de roller voorzichtig met uw handen vast te houden en de hefboomarm met uw buikspieren naar beneden te duwen. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Buik Linkeroefening: Ga zijwaarts op de stoel naar links liggen. Werk met je buik door de hefboomarm naar beneden te duwen en weerstand te behouden bij de teruggaande beweging.

Buik Oefening Rechts: Plaats uzelf zijwaarts op de stoel met het gezicht naar rechts. Werk met je buik door de hefboomarm naar beneden te duwen en weerstand te behouden bij de teruggaande beweging.



Rug oefening: Ga zo zitten dat de hefboomarm tegen uw schouderbladen ligt en de rugleuning uw buik ondersteunt. Oefening door de hefboomarm naar beneden te duwen door uw onderrugspieren te gebruiken, met uw handen gekruist op uw borst. Keer langzaam terug naar de startpositie

Uitrustingsoefeningen

1. Selecteer de oefening door aan de schakelaar te draaien (ABDOMEN of BACK).
2. Pas de weerstand aan met de '+' en '-' knoppen.
3. Laat na de training de weerstand van de machine los met de '-'-knop of door aan de trainingskeuzeschakelaar te draaien.

5.25. 9330 Twist Easy Access

Uitrusting afstelling:

Om gemakkelijker te kunnen in- en uitstappen, draait u de rol naar beneden door de rol op te tillen. Draai de wals weer omhoog als u bij de machine bent gaan zitten met de voeten aan beide zijden van de wals. De rol vergrendelt automatisch.

U kunt de hefboomarm ook in de uiterste stand vergrendelen, zodat deze als ondersteuning kan worden gebruikt bij het betreden of verlaten van het apparaat. Draai de schakelaar naast de drukindicator naar de 'LOCK'-stand en draai de hendel totdat deze vergrendelt. Laat de hendel los door de schakelaar in de stand 'VRIJ' te draaien.

Twist oefening:



1. Naar rechts: Ga zo in de machine staan dat het juiste steunkussen tussen de dijen zit. Plaats uw linkerarm achter de achterkant van de rol en de rechterarm gebogen aan de linkerkant van de rol vooraan. Oefening door je lichaam naar rechts te draaien, met je rug recht, de ogen volgen de beweging. Keer langzaam terug naar de startpositie.

2. Naar links: Ga zo in de machine staan dat het linker steunkussen tussen de dijen zit. Plaats uw rechterarm achter de achterkant van de rol en de linkerarm gebogen aan de rechterkant van de rol vooraan. Oefening door je lichaam naar links te draaien, met je rug recht, de ogen volgen de beweging. Keer langzaam terug naar de startpositie.

Uitrustingsoefeningen

1. Stel de weerstand in met de '+' en '-' knoppen.
2. Laat na het sporten de weerstand van de machine los met de '-' knop.

5.26. HUR Pulleys

Inclusief modellen:

- 8820 HUR Pulley (max. 20 kg) op de muur gemonteerd
- 8830 HUR Pulley (max. 30 kg) op de muur gemonteerd
- 8821 HUR Pulley (max. 20 kg) vrijstaand
- 8831 HUR Pulley (max. 30 kg) vrijstaand
- 8822 2 in 1 Pulley 20 kg
- 8832 2 in 1 Pulley 30 kg
- 8823 3 in 1 Pulley 20 kg
- 8833 3 in 1 Pulley 30 kg



WAARSCHUWING! Op de vloer gemonteerde apparatuur moet op een stabiele en vlakke ondergrond worden geïnstalleerd. Hur Katrol modellen voor vloermontage **MOETEN AAN DE VLOER WORDEN BEVESTIGD!**



op de muur gemonteerd model vrijstaand model.

Aanpassen Pulley:

Trek aan de oranje hendel aan de zijkant van de kabelkolom en pas de hoogte aan door de kabelkolom omhoog of omlaag te bewegen. Zorg ervoor dat de kabelkolom goed is vergrendeld.



WAARSCHUWING! Zorg ervoor dat de stang van de handgreep goed terug in de gleuf schuift na het afstellen van de kabelkolom. Anders kan de kabelkolom bewegen en een gevaarlijke situatie veroorzaken.



WAARSCHUWING! Als je traint met de Pulley heupband, bevestig dan beide touwen aan de heupband. Als de Pulley-heupband met één touw is bevestigd, kan het losmaken van het touw tot een gevaarlijke situatie leiden.

Als je de steungrepen nodig hebt, trek dan aan de oranje hendel naast het frame en stel de hendels af op het gewenste niveau. Zorg ervoor dat de stang van het handvat terug in de gleuf schuift

Pulley is gemaakt voor verschillende oefeningen voor het onder-, midden- en bovenlichaam. Het apparaat wordt geleverd met instructies voor de meest voorkomende oefeningen en het wordt aanbevolen om deze geïllustreerde instructies op een prominente plaats in de buurt van apparatuur te plaatsen.

Meer instructies voor het trainen met HUR Pulley staan op een video 'HUR Pulley – Functional Trainer'. Katroltraining Naast de algemene introductie worden 17 basisoefeningen voor onder-, midden- en bovenlichaam getoond. HUR Pulley is ontworpen en bedoeld voor het trainen van spieren en kracht. Met de standaarduitrusting, een paar handgrepen en een beenband, is het mogelijk om spieren van bijvoorbeeld armen, benen en bovenlichaam te trainen. Met Pulley accessoires is het mogelijk om het trainen uitgebreider te maken. Populaire Pulley accessoires zijn bijvoorbeeld Pulley roeibank, triceps en pull-down grips en straps. Ze maken het gemakkelijk om verschillende lichaamsdelen en speciale spieren aan te pakken. Opmerkelijk is dat de HUR Pulley ook door rolstoelgebruikers kan worden gebruikt.

OPMERKING! HUR-producten zijn uitsluitend ontworpen en bedoeld voor gebruik in de sportschool, fitnessclub en revalidatie. HUR-producten mogen alleen worden gebruikt waarvoor ze zijn ontworpen en bedoeld. Onjuist gebruik kan leiden tot persoonlijk letsel en schade aan de apparatuur. Onjuist gebruik kan de verantwoordelijkheid van de fabrikant wegnemen en de garantie ongeldig maken. Onder onjuist gebruik wordt verstaan alle handelingen die in strijd zijn met het beoogde gebruik van HUR-producten, en alle handelingen tegen of het niet opvolgen van instructies in deze gebruikershandleiding.

To avoid injuries and damages, pay attention to following:

- Trek de touwen niet te ver naar de zijkant (max. 45°/90°), omdat het touw dan tussen de rollen kan blijven steken.
- Steungrepen zijn bedoeld om steun te geven. Ze mogen niet worden gebruikt voor het onderdompelen, klimmen of dragen van de machine.
- Vermijd rukbewegingen en andere snelle bewegingen bij het trainen met lage weerstand. De cilinder die de weerstand creëert, is niet geschikt voor snelle bewegingen en de touwen kunnen uit de rollen springen.
- Als er druk in het apparaat is, mogen de touwen niet worden uitgetrokken en abrupt worden losgelaten, omdat de druk het touw terugtrekt naar het apparaat en dat kan ervoor zorgen dat de rollen breken als ze bijvoorbeeld hard worden geraakt door een staaf of een greep.



WAARSCHUWING! Onjuist of overmatig sporten kan uw gezondheid schaden.

6. ONDERHOUD

Aanbevelingen voor algemeen onderhoud

	OPERATION	ADDITIONAL INFORMATION
Dagelijks	Veeg de handgrepen, stoffering en verstelknoppen schoon.	Normale dagelijkse routine om de algemene goede hygiëne en comfort te behouden. Het is aan te raden om HUR Reinigings- en desinfectiemiddelen te gebruiken. Gebruik geen afwasmiddel, omdat hierdoor de kunstlederen bekleding uitdroogt.
Wekelijks	Veeg de handgrepen, bekleding en verstelknoppen schoon. Desinfecteer indien nodig.	Het is aan te raden om HUR Reinigings- en desinfectiemiddelen te gebruiken. Gebruik slechts een kleine hoeveelheid water. Gebruik geen producten die alcohol bevatten. Zorg er altijd voor dat het product compatibel is met het oppervlaktmateriaal van de apparatuur die wordt gereinigd als u andere producten gebruikt dan die worden aanbevolen door HUR.
	Controleer de waterafscheider van het persluchtsysteem	Empty it, if the tank liquid level is over the halfway point.
	Controleer het peil van de compressormotor / motorolie.	Voeg eventueel toe. Zie de handleiding van de compressor voor gedetailleerde instructies.
Maandelijks	Kantel het apparaat en maak de vloer onder het apparaat schoon. Kantel het apparaat niet zonder hulp	Veeg de vloer af of gebruik een stofzuiger. Zorg ervoor dat er geen spanning op de luchtslangen of elektrische kabels komt te staan wanneer het apparaat wordt gekanteld. Vermijd contact tussen de reinigingsmiddelen en de onder het apparaat geïnstalleerde onderdelen. Als u denkt dat sommige onderdelen beschadigd zijn, neem dan contact op met service@hur.fi
Halfjaarlijks	Revisie: het gebruik van een geautoriseerde HUR-servicemedewerker wordt aanbevolen	Controle van de basisconditie van het apparaat. • Reiniging en smering van zuigerstangen. • Smering en afstelling van rolkussens. • Controle van de compressor
Jaarlijks	Revisie: het gebruik van een geautoriseerde HUR-servicemedewerker wordt aanbevolen	Controle van de basisconditie van het apparaat. • Reiniging en smering van zuigerstangen. • Smering en afstelling van rolkussens. • Controle van de compressor



WAARSCHUWING! Het veilig houden van de apparatuur is alleen mogelijk als de apparatuur regelmatig wordt geïnspecteerd en gecontroleerd op slijtage en schade.



WAARSCHUWING! Gebruik geen beschadigde voeding!.

Zie de compressorhandleiding voor gedetailleerde informatie over compressoronderh.

Alle mechanische apparatuur heeft onderhoud nodig. Het zorgt ervoor dat de apparatuur jaar na jaar probleemloos werkt. Bij verwaarlozing van onderhoud kan de garantie komen te vervallen. Om de veiligheid van de gebruiker te garanderen en storingen te voorkomen, wordt aanbevolen dat de gebruiker wordt geïnstrueerd hoe hij de apparatuur moet gebruiken voordat hij de apparatuur zelfstandig gebruikt.

Neem in geval van problemen met uw HUR-product contact op met uw lokale HUR-distributeur of HUR-serviceorganisatie. Ze hebben een geautoriseerde service personeel om u te helpen.

Bij het melden van de storing is het raadzaam om het volgende op te schrijven: informatie:

- Modelnummer van het product
- Wanneer de fout voor het eerst werd gedetecteerd
- Beschrijving van de mislukking. Gebroken, is geen beschrijving. Piepende rol is een voorbeeld van een storingsbeschrijving.
- Uiteraard zijn uw naam en bedrijfsgegevens vereist.

OPMERKING! Het HUR-apparaat is te herkennen aan het serienummer. Het serienummer vindt u op het apparaatframe in combinatie met het typeplaatje.

Enkele basispunten met betrekking tot probleemsituaties:

- Schakel de compressor onmiddellijk uit in geval van luchtlekkage. Als de compressor voor langere tijd draait, zal oververhitting en storing van de compressor optreden. Behalve het aansluiten van de slang, probeer NIET iets te repareren voordat u contact opneemt met HUR-personeel.
- Schakel altijd alle elektronische voedingen uit en koppel ze los van de machine die defect is.
- Zorg ervoor dat kapotte apparatuur niet wordt gebruikt voordat deze wordt gecontroleerd en gerepareerd.
- is not used before it is checked and repaired.

6.1. HUR Reinigingsdoekjes

- bedoeld voor de algehele reiniging van alle HUR-apparatuur.
- bedoeld voor het reinigen van handgrepen en opvulling.
- ook geschikt voor het reinigen van handen.

6.2. HUR Desinfectiedoekjes

- bedoeld voor het reinigen van HUR-apparatuur en de handgrepen en opvulling.
- ook geschikt voor het desinfecteren van touchscreens.



Tip! Als je de wipe na gebruik opbergt in een grip seal bag, kun je deze blijven gebruiken zolang de wipe vochtig is.

OPMERKING! Het is aan te raden om alleen HUR Reinigingsdoekjes en HUR Desinfectiedoekjes te gebruiken voor het reinigen en desinfecteren van de HUR-

apparatuur. Het gebruik van een reinigingsproduct of doekje dat niet compatibel is met het materiaal van het oppervlak van de apparatuur kan schade aan de oppervlakken en de bekleding van de apparatuur veroorzaken. Indien reiniging en desinfectie heeft plaatsgevonden met een ander product dan de door HUR aanbevolen reinigings- en desinfectieproducten, is schade uitgesloten van garantie.

7. TECHNISCHE DATA

In onderstaande tabel vindt u de technische gegevens van analoge HUR machines.

Code	Naam	Gerichte spieren	Grootte (WxLxH cm/in)	Gewicht (kg/lbs)	Max. weerstand (kg)	Cilinders
5120	Push Up / Pull Down Rehab	Upper Body	100 x 150 x 181 /39 x 59 x 71	71/157	60/70	1
5140	Chest Press Rehab	Upper Body	113 x 125 x 137 /44 x 49 x 54	80/176	50	2
5160	Pec Deck Rehab	Upper Body	118 x 100 x 132 /46 x 39 x 52	68/150	40	2
5175	Optimal Rhomb Rehab	Upper Body	106 x 131 x 109 /42 x 52 x 43	67/148	40	2
5310	Abdomen / Back Rehab	Middle body	86 x 90 x 121 / 34 x 35 x 48	64/141	70	1
5340	Twist Rehab	Middle Body	140 x 101 x 118/ 55 x 40 x 46	71/ 157	30	1
5510	Body Extension Rehab	Lower Body	107 x 125 x 114 / 42 x 49 x 45	83/183	70	2
5520	Adduction / Abduction Rehab	Lower Body	147 x 123 x 126 /58 x 48 x 50	71/157	40/50	2
5530	Leg Extension / Curl Rehab	Lower Body	104 x 160 x 137 / 41 x 63 x 54	92/203	40	2
5540	Leg Press Rehab	Lower Body	103 x 170 x 135 /41 x 67 x 53	120/265	150	2
5546	Leg Press Incline Rehab	Lower Body	91 x 224 x 128 / 38 x 88 x 50	115/254	220	1
3110	Biceps / Triceps	Upper Body	108 x 103 x 118 / 43 x 41 x 46	76/168	30	2
3120	Push Up / Pull Down	Upper Body	100 x 150 x 181 /39 x 59 x 71	69/152	60 / 70	1
3125	Dip / Shrug	Upper Body	106 x 98 x 137/42 x 39 x 54	65/143	113 / 102	1
3140	Chest Press	Upper Body	108 x 125 x 137 cm /43 x 49 x 54	78/172	50	2
3150	Lat Pull	Upper Body	94 x 132 x 113 /37 x 52 x 44	63/139	30	2
3160	Pec Deck	Upper Body	118 x 100 x 132 / 46 x 39 x 52	64/141	40	2

3175	Optimal Rhomb	Upper Body	106 x 131 x 109/ 42 x 52 x 43	67/148	40	2
3310	Abdomen / Back	Middle Body	84 x 90 x 121/ 33 x 35 x 48	63/139	70	1
3320	Back Extension	Middle Body	86 x 111 x 115/ 34 x 44 x 45	68/150	70	1
3330	Twist	Middle Body	80 x 130 x 126/ 31 x 51 x 50	54/119	30	1
3510	Body extension	Lower Body	102 x 125 x 114/ 40 x 49 x 45	81/179	70	2
3520	Adduction / Abduction	Lower Body	147 x 123 x 126/ 58 x 48 x 50	66/146	40/50	2
3530	Leg Extension / Curl	Lower Body	101 x 160 x 137/ 40 x 63 x 54	89/196	40	2
3540	Leg Press	Lower Body	103 x 170 x 135/ 41 x 67 x 53	120/265	150	2
9110	Biceps / Triceps Easy Access	Upper Body	118 x 115 x 126 /46 x 45 x 50	86/190	30	2
9120	Push Up / Pull Down Easy Access	Upper Body	107 x 127 x 179 / 42 x 50 x 70	68/150	60/70	1
9125	Dip / Shrug Easy Access	Upper Body	105 x 130 x 108 /41 x 51 x 43	67/148	113/102	1
9140	Chest Press Easy Access	Upper Body	130 x 137 x 105 / 5 x 54 x 41	80/176	50	2
9150	Lat Pull Easy Access	Upper Body	116 x 105 x 110 / 46 x 41 x 43	77/170	30	2
9160	Pec Deck Easy Access	Upper Body	143 x 113 x 138 / 57 x 44 x 54	78/172	40	2
9175	Optimal Rhomb Easy Access	Upper Body	110 x 106 x 114/ 43 x 42 x 45	78/172	40	2
9310	Abdomen / Back Easy Access	Middle Body	86 x 131 x 171 / 34 x 52 x 67	85/187	70	1
9330	Twist Easy Access	Middle Body	80 x 130 x 126 / 31 x 51 x 50	60/132	30	1

8820/8830	HUR Pulley	Multifunctional	80 x 90 x 219 / 31 x 35 x 86	43/95	20/30 (per rope)	1
8821/8831	HUR Pulley	Multifunctional	137 x 136 x 220 / 54 x 54 x 87	69/152	20/30 (per rope)	1

7.1. Operatie omgeving:

Omgevingstemperatuur: 15-35 °C, 59-95 °F.

Relatieve vochtigheid: 30-75 %

Luchtdruk: 70,0-106,0 kPa

7.2. Transportomgeving

Omgevingstemperatuur: -20-60 °C, -4-140 °F.

Relatieve vochtigheid: 45-75 %

Luchtdruk: 50,0-106,0 kPa

7.3. Opslagomgeving

Omgevingstemperatuur: 0-60 °C, 32-140 °F.

Relatieve vochtigheid: 30-75 %

Luchtdruk: 70,0-106,0 kPa

7.4. Stroomvoorziening

Stroomvoorziening: 24VDC/150W, 100-240VAC/50-60Hz.



Ab HUR OY
Patamäentie 4
67100 Kokkola
SUOMI – FINLAND
Tel. +358 6 832
5500
Email: sales@hur.fi,
service@hur.fi
www.hur.fi