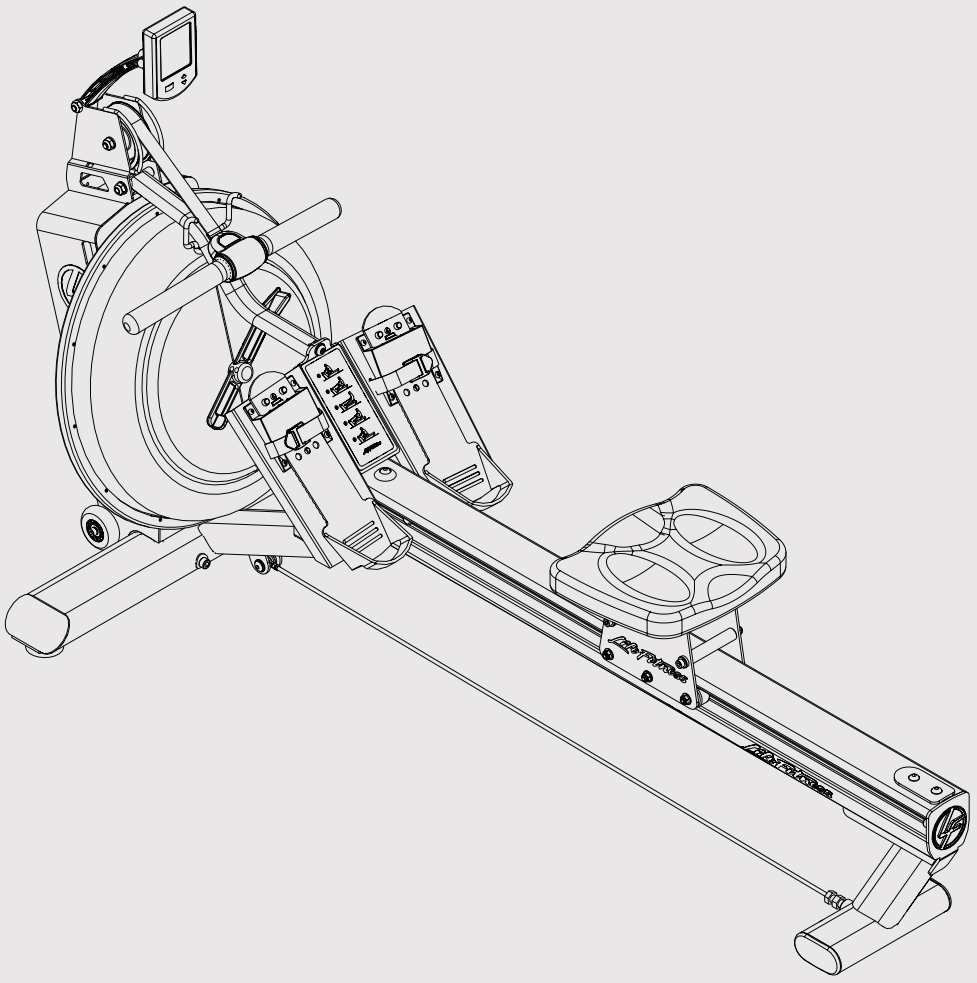
Row GX™ Trainer

Assembly Instructions ● Aufbauanleitung ● Instructions d'assemblage



1000952-0001 REV AB

Operation Manuals and other Product Information available at https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

أدلة التشغيل ومعلومات أخرى عن الجهاز متاحة على الموقع https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

操作マニュアルおよびその他の製品情報については、https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents をご覧ください。

如需操作手册和其他产品信息，请登录：https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

操作手冊和其他產品資訊請見 https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

작동 설명서 및 기타 제품 정보는 https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents 에서 찾을 수 있습니다.

Trobareu el manual de funcionament i altra informació de producte a https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Mae Llawlyfrau Gweithredu a Gwybodaeth Arall am Beiriannau ar gael yn https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Die Betriebsanleitung und andere Produktinformationen erhalten Sie unter https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Encontrará el manual de funcionamiento y otra información de producto en https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Erabiltzailearen Eskuliburua eta Beste Produktuei buruzko Informazioa eskuratu https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents gunean

Käyttöoppaat ja muut tuotetiedot ovat saatavana osoitteessa https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Les manuels d’utilisation, ainsi que d’autres informations sur les Produits, sont disponibles sur https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Felhasználói kézikönyvek és más termékinformációk: https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Manuali di funzionamento e altre informazioni sui prodotti disponibili su https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Manuali di funzionamento e altre informazioni sui prodotti disponibili su https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Instrukcje obsługi i inne informacje o produktach dostępne na stronie https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Manuais de Operação e Informações sobre outros produtos disponíveis em https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Руководства по эксплуатации и другую касающуюся нашей продукции информацию можно найти, перейдя по ссылке https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents

Kullanım Kılavuzları ve Diğer Ürün Bilgileri https://www.lftechsupport.com/web/document-library/documents’da bulunmaktadır

SAFETY INFORMATION

It is the sole responsibility of the purchaser of LIFE FITNESS products to read the owner's manual and warning labels and instruct all individuals, whether they are the end user or supervising personnel, on proper usage of the equipment.

UNDERSTANDING EACH AND EVERY WARNING TO THE FULLEST IS IMPORTANT. IF ANY OF THESE WARNINGS ARE UNCLEAR, CONTACT LIFE FITNESS CUSTOMER SERVICE IMMEDIATELY AT 1-800-735-3867.

This equipment is categorized as class S per EN ISO 20957-1. As such this equipment is only intended for commercial, institutional and/or studio facilities. It is not intended for home use. Contact LIFE FITNESS with any questions regarding this classification.

It is recommended that all users of LIFE FITNESS exercise equipment be informed of the following information prior to use.



ACCESS CONTROL

LIFE FITNESS recommends that all commercial fitness equipment be used in a supervised area. It is recommended that the equipment be located in an access controlled area. Control is the responsibility of the facility owner.



INSTALLATION

SECURING EQUIPMENT - LIFE FITNESS recommends that all equipment be secured to a solid, level surface to stabilize it and eliminate rocking or tipping over. This must be performed by a licensed contractor.



PROPER USAGE

1. Do not use any equipment in any way other than designed or intended by the manufacturer. It is imperative that LIFE FITNESS equipment is used properly to avoid injury.

2. Injuries may result if exercising improperly or excessively. It is recommended that all individuals consult a physician prior to commencing an exercise program. If at any time during exercise you feel faint, dizzy or experience pain, STOP EXERCISING and consult your physician.

3. Keep body parts (hands, feet, hair, etc.), clothing and jewelry away from moving parts to avoid injury.



INSPECTION

1. DO NOT use or permit use of any equipment that is damaged and/or has worn or broken parts. For all LIFE FITNESS equipment use only replacement parts supplied by LIFE FITNESS.

2. Cables and belts pose an extreme liability if used when frayed. Always replace any cable or belt at first sign of wear (consult LIFE FITNESS if uncertain).

3. MAINTAIN LABELS AND NAME PLATES - Do not remove labels for any reason. They contain important information. If unreadable or missing, contact LIFE FITNESS for a replacement.

4. EQUIPMENT MAINTENANCE - Preventative maintenance is the key to smooth operating equipment as well as to keep your liability to a minimum. Equipment needs to be inspected at regular intervals.

5. Ensure that any person(s) making adjustments or performing maintenance or repair of any kind is qualified to do so. LIFE FITNESS will provide service and maintenance training at our corporate facility upon request or in the field if proper arrangements are made.

6. Before any use, examine all accessories approved for use with the LIFE FITNESS equipment for damage or wear.

7. DO NOT ATTEMPT TO USE OR REPAIR ANY ACCESSORY APPROVED FOR USE WITH THE LIFE FITNESS EQUIPMENT WHICH APPEARS TO BE DAMAGED OR WORN.

OPERATING WARNINGS

1. It is the purchaser's sole responsibility to properly instruct its end users and supervising personnel as to the proper operating procedures of all LIFE FITNESS equipment.

2. Keep children away from LIFE FITNESS equipment. Parents or others supervising children must provide close supervision of children if the equipment is used in the presence of children.

3. This product is not intended for use by children less than 13 years old.

4. Do not allow users to wear loose fitting clothing or jewelry while using equipment. It is also recommended to have users secure long hair back and up to avoid contact with moving parts.

5. All bystanders must stay clear of all users, moving parts and attached accessories and components while machine is in operation.



WARNING: Do not insert fingers into tank!



WARNING: Do not fill past the calibration mark as indicated on the tank level sticker or water spillage can occur.



WARNING: Never operate this rower without feet properly secured in Footstraps,or without the sliding portion of the Slider Footplate locked into position!



Health and Environmental Regulations Warning - This product may contain chemicals known to the State of California to cause cancer, birth defects, or other reproductive harm. For more information related to the European Commission Regulation (EC) No. 1907/2006 (REACH) and the California Safe Drinking Water and Toxic Enforcement Act of 1986 (Proposition 65), please visit https://www.lftechsupport.com/web/guest/environmental-regulations-information.

SICHERHEITSINFORMATIONEN

Der Käufer von LIFE FITNESS Produkten trägt die alleinige Verantwortung dafür, die Bedienungsanleitung und die Warnhinweise zu lesen und alle Personen, sowohl Benutzer als auch Aufsichtspersonal, in die ordnungsgemäße Benutzung des Geräts einzuweisen.

SIE MÜSSEN ALLE WARNUNGEN UMFASSENDE VERSTANDEN HABEN. SOLLTEN WARNUNGEN UNKLAR SEIN, WENDEN SIE SICH UMGEHEND AN DEN LIFE FITNESS KUNDENDIENST UNTER 1-800-735-3867.

Dieses Gerät ist ein Gerät der Kategorie S gemäß EN ISO 20957-1. Es ist nur für die Verwendung in kommerziellen oder institutionellen Einrichtungen und/oder Fitnessstudios vorgesehen. Es ist nicht für den Heimgebrauch konzipiert. Wenden Sie sich an LIFE FITNESS, falls Sie Fragen zur Klassifizierung haben.

Wir empfehlen allen Benutzern von LIFE FITNESS Trainingsgeräten, vor dem Gebrauch folgende Informationen zu beachten.



ZUGANGSKONTROLLE

LIFE FITNESS empfiehlt, dass alle kommerziellen Fitnessgeräte unter Beaufsichtigung verwendet werden. Daher sollten sie möglichst in einem Bereich aufgestellt werden, dessen Zugang kontrolliert ist. Diese Kontrolle liegt in der Verantwortung des Studioeigentümers.



AUFBAU

BEFESTIGUNG DER GERÄTE - LIFE FITNESS empfiehlt die Befestigung aller Geräte auf einer festen, ebenen Oberfläche zwecks Stabilisierung und Vermeidung von Wippen oder Umkippen. Die Befestigung muss über einen lizenzierten Subunternehmer erfolgen.



ORDNUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH

1. Die Geräte dürfen keinesfalls zweckentfremdet werden. LIFE FITNESS Geräte müssen unter Beachtung der Herstelleranweisungen verwendet werden, um Verletzungen zu vermeiden.

2. Falsches oder übermäßiges Training kann zu Verletzungen führen. Daher sollte vor Beginn eines Trainingsprogramms einen Arzt konsultiert werden. Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl oder Schmerzen auftreten, brechen Sie das Training SOFORT ab, und konsultieren Sie einen Arzt.

3. Halten Sie Körperteile (Hände, Füße, Haare usw.), Bekleidung und Schmuck von beweglichen Teilen fern, um Verletzungen zu vermeiden.



PRÜFUNG

1. Geräte, die beschädigt sind und/oder an denen Teile verschlissen oder gebrochen sind, dürfen NICHT genutzt werden. Verwenden Sie für alle LIFE FITNESS Geräte ausschließlich Ersatzteile von LIFE FITNESS.

2. Ausgefranste Seilzüge und Riemen stellen ein großes Verletzungsrisiko dar. Tauschen Sie Seilzüge stets beim ersten Anzeichen von Verschleiß aus. Bei Fragen hierzu wenden Sie sich bitte an LIFE FITNESS.

3. AUF AUFKLEBER UND TYPENSCHILDER ACHTEN - Aufkleber dürfen auf keinen Fall entfernt werden. Sie enthalten wichtige Informationen. Fordern Sie bei unleserlichen oder fehlenden Aufklebern bei LIFE FITNESS Ersatz an.

4. GERÄTEWARTUNG - Vorbeugende Wartungsarbeiten ist grundlegend für den ordnungsgemäßen Betrieb des Geräts sowie zur Minderung von Verletzungsrisiken. Das Gerät muss regelmäßig untersucht werden.

5. Stellen Sie sicher, dass Einstellungen sowie Wartungs- oder Reparaturarbeiten ausschließlich von qualifizierten Personen durchgeführt werden. LIFE FITNESS führt auf Anfrage Service- und Wartungsschulungen in unserer Hauptniederlassung durch, bei entsprechender Vereinbarung auch vor Ort.

6. Untersuchen Sie vor der Verwendung alle für den Gebrauch mit LIFE FITNESS Geräten zugelassene Zubehörteile auf Verschleiß oder Beschädigung.

7. BENUTZEN SIE KEIN ZUBEHÖR, DAS ZWAR FÜR DIE VERWENDUNG MIT LIFE FITNESS GERÄTEN ZUGELASSEN, ABER OFFENSICHTLICH BESCHÄDIGT ODER VERSCHLISSEN IST.

WARNHINWEISE FÜR DIE BEDIENUNG

1. Der Käufer des LIFE FITNESS Geräts trägt die alleinige Verantwortung, Benutzer und Aufsichtspersonal in die ordnungsgemäße Benutzung des Geräts einzuweisen.

2. Halten Sie Kinder vom LIFE FITNESS Gerät fern. Eltern oder andere Personen, die mit der Beaufsichtigung von Kindern betraut wurden, müssen Kinder stets im Auge haben, wenn das Gerät in der Gegenwart von Kindern benutzt wird.

3. Benutzer des Geräts dürfen keine locker sitzende Bekleidung oder Schmuck tragen. Außerdem sollten Benutzer lange Haare zurück binden und den Kontakt mit bewegenden Teilen vermeiden.

4. Alle umstehenden Personen müssen sich fern von Personen, beweglichen Teilen und befestigtem/n Zubehör und Komponenten halten, während das Gerät benutzt wird.

WARNUNG: Stecken Sie Ihre Finger nicht in den Tank!

WARNUNG: Füllen Sie den Tank nicht über die Markierung auf dem Füllstandsanzeiger hinaus ein. Andernfalls kann Wasser austreten.

WARNUNG: Befestigen Sie Ihre Füße beim Training auf diesem Rudergerät immer mit den Fußriemen und achten Sie darauf, dass die Gleitfußplatte immer einrastet!

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Il incombe à l'acheteur des produits LIFE FITNESS de lire le manuel de l'utilisateur ainsi que les étiquettes d'avertissement, et de former toutes les personnes (utilisateurs et personnel de la salle) à l'utilisation correcte de l'équipement.

IL EST IMPORTANT DE BIEN COMPRENDRE TOUS LES AVERTISSEMENTS. SI L'UN DE CES AVERTISSEMENTS N'EST PAS CLAIR, CONTACTEZ IMMÉDIATEMENT LE SERVICE CLIENTÈLE DE LIFE FITNESS AU 1-800-735-3867.

Cet équipement est de classe S conformément à la norme EN ISO 20957-1. Il est par conséquent destiné uniquement à un usage commercial, institutionnel et/ou en studio. Il n'est pas destiné à un usage domestique. Pour toute question concernant cette classification, veuillez contacter LIFE FITNESS.

Avant toute utilisation, tous les utilisateurs d'équipements LIFE FITNESS doivent prendre connaissance des informations suivantes.



ACCÈS CONTRÔLÉ

LIFE FITNESS recommande que tous les équipements commerciaux soient utilisés dans un espace sous surveillance. Il est par ailleurs recommandé que ces équipements soient placés en zone d'accès contrôlé. Le propriétaire du site est responsable du contrôle de l'accès.



INSTALLATION

IMMOBILISER L'ÉQUIPEMENT - LIFE FITNESS recommande que tous les équipements soient fixés sur une surface solide et plane, de façon à assurer leur stabilité et à éliminer les risques de basculement ou de renversement. Cette opération doit être accomplie par une entreprise agréée.



USAGE CORRECT

1. N'utilisez jamais cet équipement d'une façon autre que celle prévue par le fabricant. Il est impératif d'utiliser les appareils LIFE FITNESS correctement pour éviter toute blessure.

2. Un entraînement incorrect ou excessif peut entraîner des blessures. Il est recommandé à tout utilisateur de consulter un médecin avant de commencer le programme d'exercices. Si, à n'importe quel moment pendant l'exercice, vous ressentez un malaise, un étourdissement ou une douleur, CESSEZ IMMÉDIATEMENT DE VOUS ENTRAÎNER et consultez un médecin.

3. Pour éviter de vous blesser, éloignez toutes les parties du corps (mains, pieds, cheveux...), les vêtements et les bijoux des pièces mobiles de l'appareil.



INSPECTION

1. N'utilisez PAS et n'autorisez jamais l'utilisation d'équipements endommagés, ou dont les pièces sont usées ou cassées. Seules les pièces de rechange fournies par LIFE FITNESS peuvent être utilisées sur un appareil LIFE FITNESS.

2. L'utilisation de câbles et de courroies effilochés soulève un gros problème de responsabilité. Remplacez toujours les câbles et courroies aux premiers signes d'usure (consultez LIFE FITNESS en cas de doute).

3. CONSERVEZ LES ÉTIQUETTES ET LES PLAQUES SIGNALÉTIQUES - Ne retirez les étiquettes sous aucun prétexte. Elles contiennent d'importantes informations. Si les étiquettes sont illisibles ou manquantes, contactez LIFE FITNESS pour les faire remplacer.

4. MAINTENANCE DE L'ÉQUIPEMENT - La maintenance préventive est essentielle au bon fonctionnement des appareils et pour limiter votre responsabilité. L'appareil doit être inspecté à intervalles réguliers.

5. Assurez-vous que les personnes procédant aux réglages, à l'entretien ou aux réparations (quelles qu'elles soient) sont qualifiées. LIFE FITNESS propose, sur demande, une formation abordant les réparations et la maintenance dispensée dans les locaux du siège de la société, mais aussi sur le terrain, à condition de prendre des dispositions adéquates.

6. Avant l'utilisation, examinez tous les accessoires homologués pour utilisation avec l'équipement LIFE FITNESS afin de vérifier qu'ils ne sont pas endommagés ou usés.

7. NE TENTEZ JAMAIS D'UTILISER OU DE RÉPARER DES ACCESSOIRES HOMOLOGUÉS POUR UTILISATION AVEC L'ÉQUIPEMENT LIFE FITNESS S'ILS PRÉSENTENT DES SIGNES D'ENDOMMAGEMENT OU D'USURE.

AVERTISSEMENTS RELATIFS AU FONCTIONNEMENT

1. Il incombe à l'acheteur et à lui seul de former correctement les utilisateurs des appareils, ainsi que le personnel d'encadrement, à l'utilisation correcte des équipements LIFE FITNESS.

2. Gardez les appareils LIFE FITNESS hors de portée des enfants. Lorsque ces appareils sont utilisés en présence d'enfants, ces derniers doivent être surveillés attentivement (par leur parent ou toute autre personne qui les surveille).

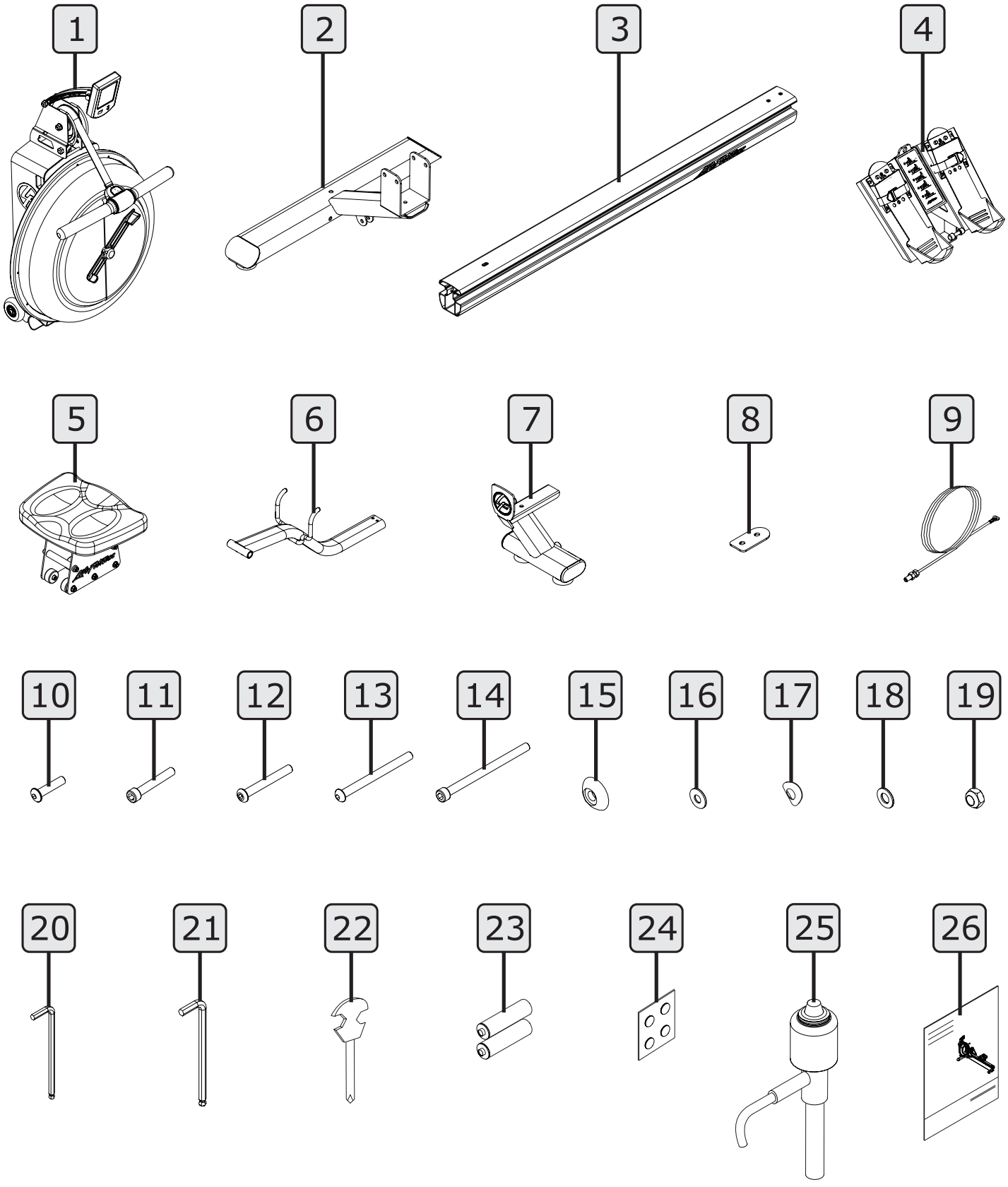
3. N'autorisez en aucun cas les utilisateurs à porter des vêtements amples ou des bijoux lorsqu'ils utilisent l'équipement. Nous recommandons aux utilisateurs qui ont des cheveux longs de les attacher et d'éviter qu'ils n'entrent en contact avec les pièces mobiles.

4. Lorsque l'appareil est utilisé, les observateurs doivent se tenir éloignés des utilisateurs et des pièces mobiles, ainsi que des accessoires et différents composants de l'appareil.

AVERTISSEMENT : N'insérez jamais les doigts dans le réservoir !

AVERTISSEMENT : Ne remplissez pas le réservoir au-delà du trait repère de l'autocollant de niveau du réservoir. L'eau risque sinon de déborder.

AVERTISSEMENT : N'utilisez jamais ce rameur sans fixer correctement vos pieds dans les cales-pieds ou si la partie coulissante du repose-pieds n'est pas correctement verrouillée !


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26

ITEM	QTY	DESCRIPTION	ITEM	QTY	DESCRIPTION	ITEM	QTY	DESCRIPTION
1	1	Mainframe	10	1	Bolt M10x40mm	19	4	Nut
2	1	Baseframe	11	1	Bolt M10x65mm	20	1	6mm Allen Key
3	1	Seat Rail	12	1	Bolt M10x80mm	21	1	8mm Allen Key
4	1	Footplate	13	3	Bolt M10x120mm	22	1	Multi-Tool
5	1	Row Seat	14	4	Hex Head Bolt M10x140mm	23	2	AA Batteries
6	1	S-Bend	15	1	Dome Cap	24	1	Water Treatment Tablets
7	1	Rear Leg	16	9	Washer	25	1	Siphon
8	1	Seat Rail Bracket	17	2	Curved Washer	26	1	Owner's Manual
9	1	Tension Cable	18	4	Plastic Washer			

KOMPO-NENTE	ANZAHL	BESCHREIBUNG	KOMPO-NENTE	ANZAHL	BESCHREIBUNG	KOMPO-NENTE	ANZAHL	BESCHREIBUNG
1	1	Hauptgestell	10	1	Schraube M10x40 mm	19	4	Mutter
2	1	Sockelgestell	11	1	Schraube M10x65 mm	20	1	6 mm-Inbusschlüssel
3	1	Sitzschiene	12	1	Schraube M10x80 mm	21	1	8 mm-Inbusschlüssel
4	1	Fussplatte	13	3	Schraube M10x120 mm	22	1	Multiwerkzeug
5	1	Rudersitz	14	4	Sechskantschraube M10x140 mm	23	2	AA-Batterien
6	1	S-Biegung	15	1	Ventilkappe	24	1	Wasseraufbereit-ungs-tabletten
7	1	Hinteres Bein	16	9	Unterlegscheibe	25	1	Siphon
8	1	Sitzschienen-halterung	17	2	Federscheibe	26	1	Benutzerhandbuch
9	1	Spannseil	18	4	Kunststoffscheibe			

ÉLÉMENT	QTÉ	DESCRIPTION	ÉLÉMENT	QTÉ	DESCRIPTION	ÉLÉMENT	QTÉ	DESCRIPTION
1	1	Cadre principal	10	1	Boulon M10 x 40 mm	19	4	Écrou
2	1	Structure de base	11	1	Boulon M10 x 65 mm	20	4	Clé hexagonale 6 mm
3	1	Rail siège	12	1	Boulon M10 x 80 mm	21	1	Clé hexagonale 8mm
4	1	Repose-pieds	13	3	Boulon M10 x 120 mm	22	1	Outil multifonctions
5	1	Siège du rameur	14	4	Vis à tête hexagonale	23	1	Piles AA
6	1	Coude en S	15	1	Capuchon dôme	24	2	Tablettes de traitement de l'eau
7	1	Pied arrière	16	9	Rondelle	25	1	Siphon
8	1	Support Rail siège	17	2	Rondelle incurvée	26	1	Manuel de l'utilisateur
9	1	Câble de tension	18	4	Rondelle en plastique			

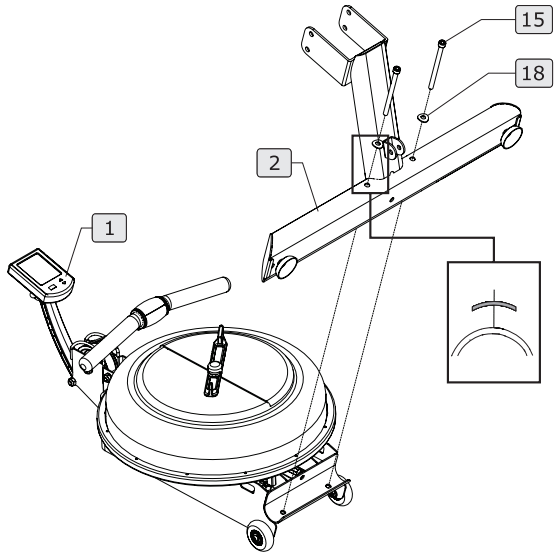
العنصر	الكمية	الوصف	العنصر	الكمية	الوصف	العنصر	الكمية	الوصف
١	١	الهيكل الأساسي	١٠	١	مسمار M10 x ٤٠ مم	١٩	٤	صامولة
٢	١	هيكل القاعدة	١١	١	مسمار M10 x ٦٥ مم	٢٠	١	مفتاح ألين ٦ مم
٣	١	حامل المقعد	١٢	١	مسمار M10 x ٨٠ مم	٢١	١	مفتاح ألين ٨ مم
٤	١	لوح القدم	١٣	٣	مسمار M10 x ١٢٠ مم	٢٢	١	أداة متعددة الاستخدامات
٥	١	مقعد التجديف	١٤	٤	مسمار سداسي الرأس M10 X ١٤٠مم	٢٣	٢	بطاريات AA
٦	١	الانثناء في الوضع S	١٥	١	غطاء القبة	٢٤	١	أقراص معالجة المياه
٧	١	الساق الخلفية	١٦	٩	فلكة	٢٥	١	سيفون
٨	١	دعامة حامل المقعد	١٧	٢	فلكة مقوسة	٢٦	١	دليل المالك
٩	١	كابل شد	١٨	٤	فلكة بلاستيكية	٢٧		

1.

ITEM	QTY
1	1
2	1
15	2
18	2

50%

6.5 FT-LBS (8.8Nm)

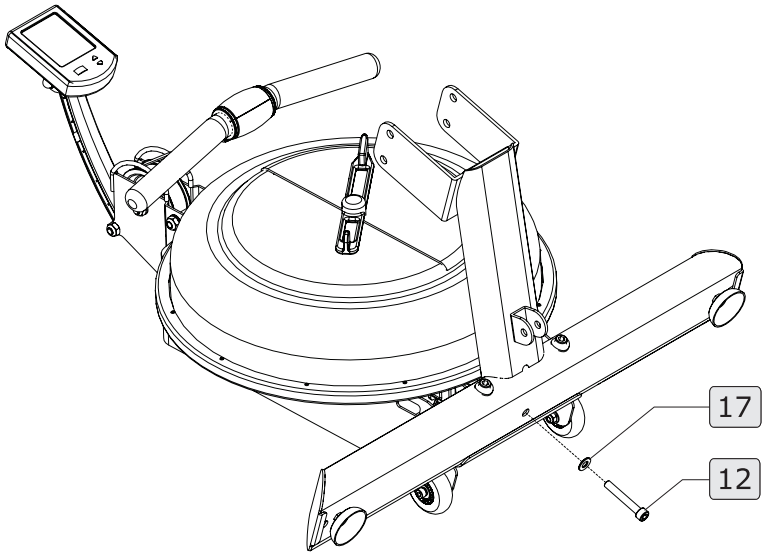


2.

ITEM	QTY
12	1
17	1

50%

6.5 FT-LBS (8.8Nm)

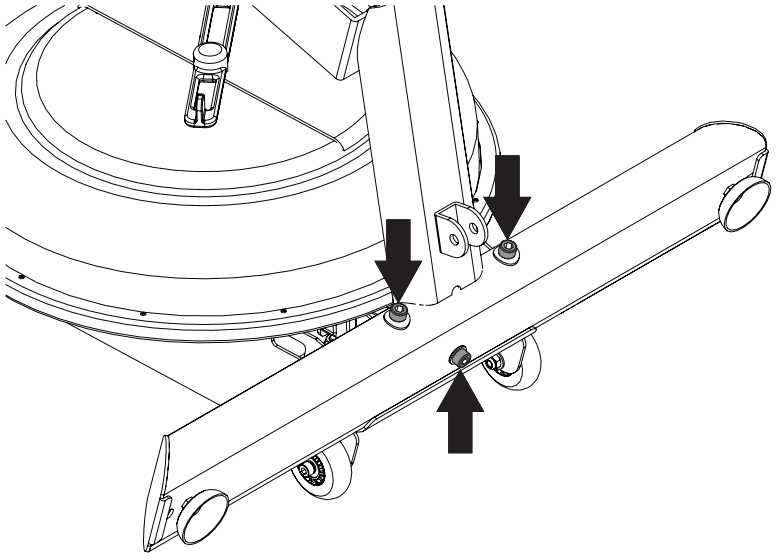


3.

ITEM	QTY
12	1
15	2

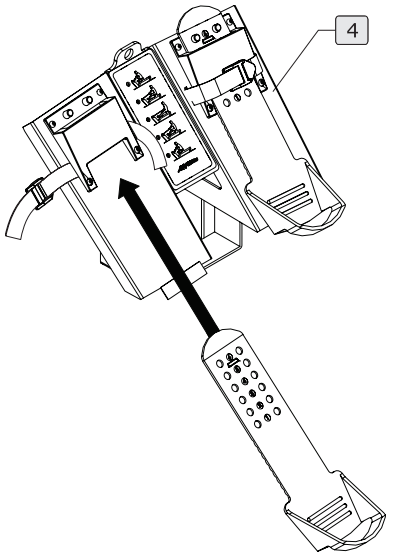
100%

13 FT-LBS (17.6Nm)



4.

ITEM	QTY
4	1

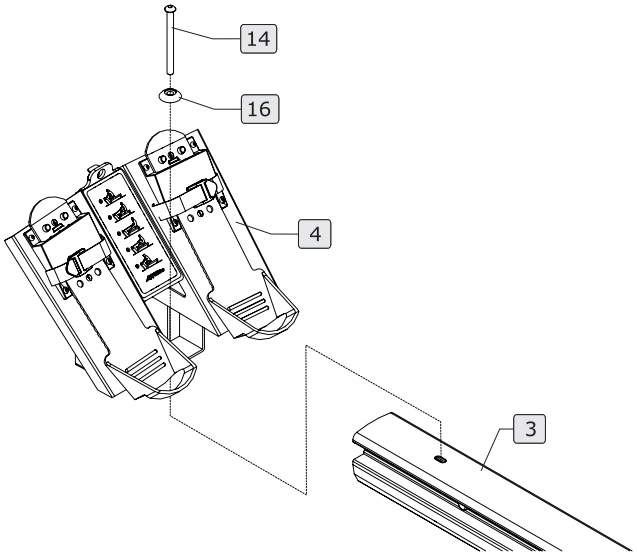


5.

ITEM	QTY
3	1
4	1
14	1
16	1

50%

1 FT-LBS (1.4Nm)

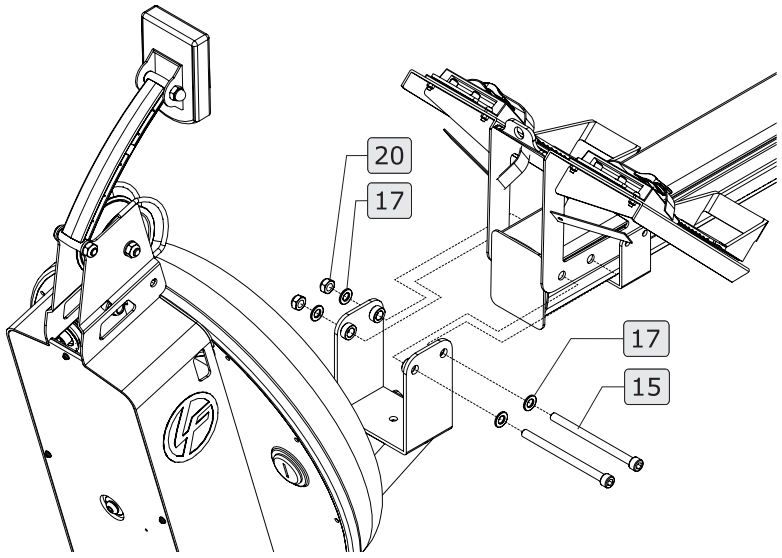


6.

ITEM	QTY
15	2
17	4
20	2

50%

6.5 FT-LBS (8.8Nm)

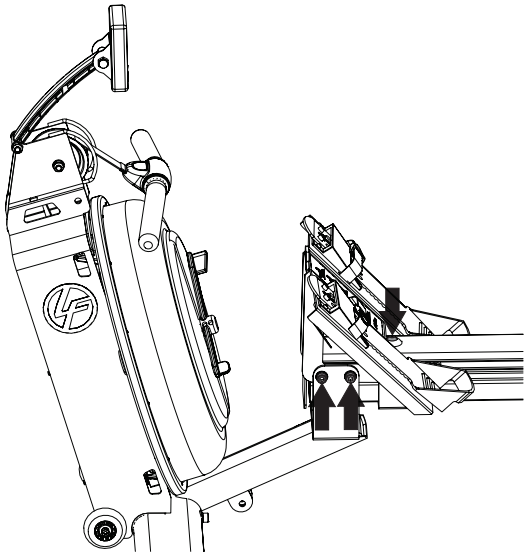


7.

ITEM	QTY
14	1
15	2

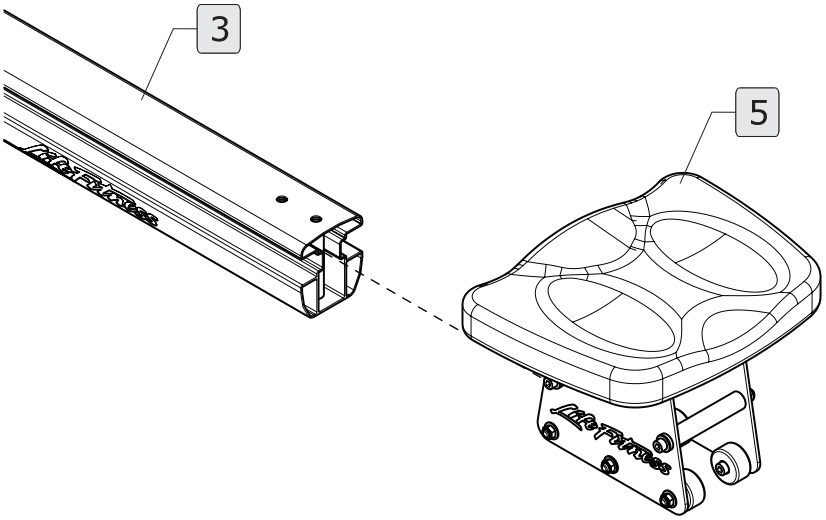
100%

14 - 2 FT-LBS (2.9Nm)
15 - 13 FT-LBS (17.6Nm)



8.

ITEM	QTY
3	1
5	1

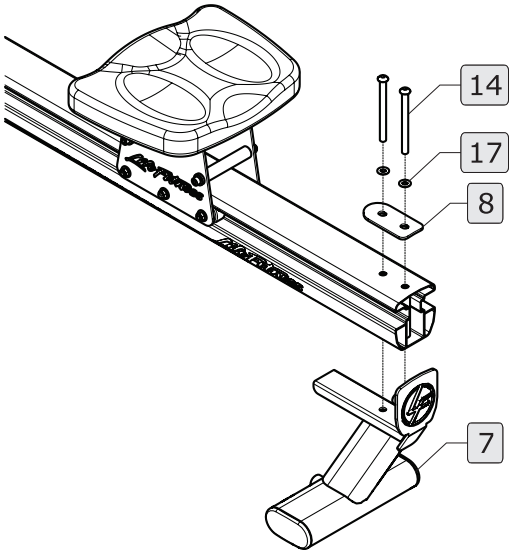


9.

ITEM	QTY
7	1
8	1
14	2
17	2

100%

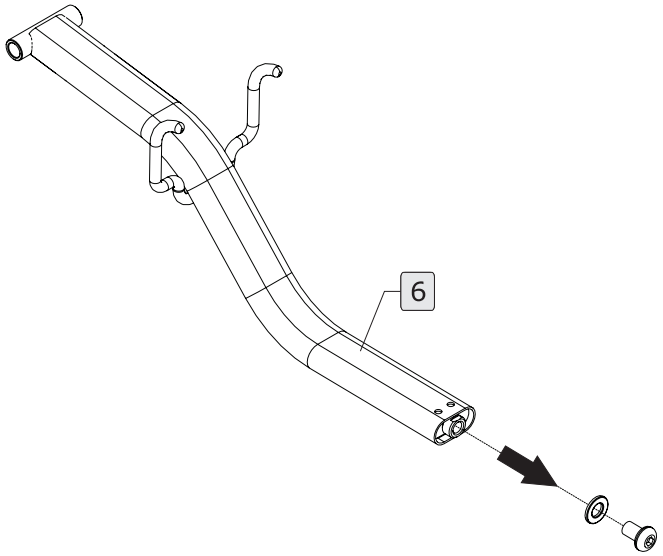
13 FT-LBS (17.6Nm)



10.

ITEM	QTY
6	1

100%

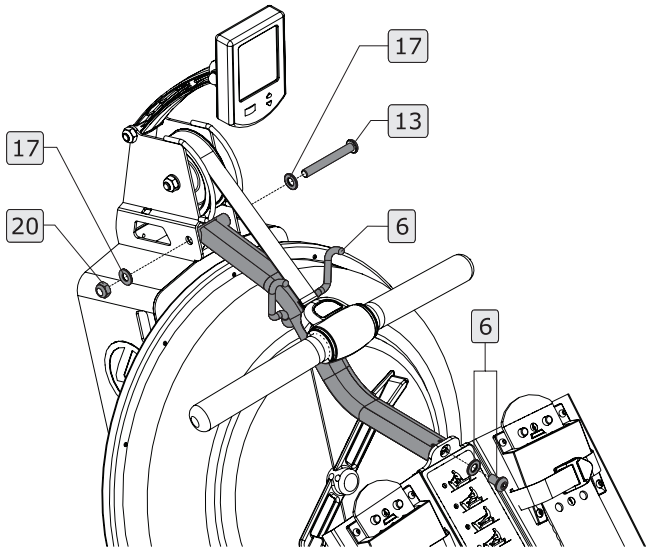


11.

ITEM	QTY
6	1
13	1
17	2
20	1

50%

6.5 FT-LBS (8.8Nm)

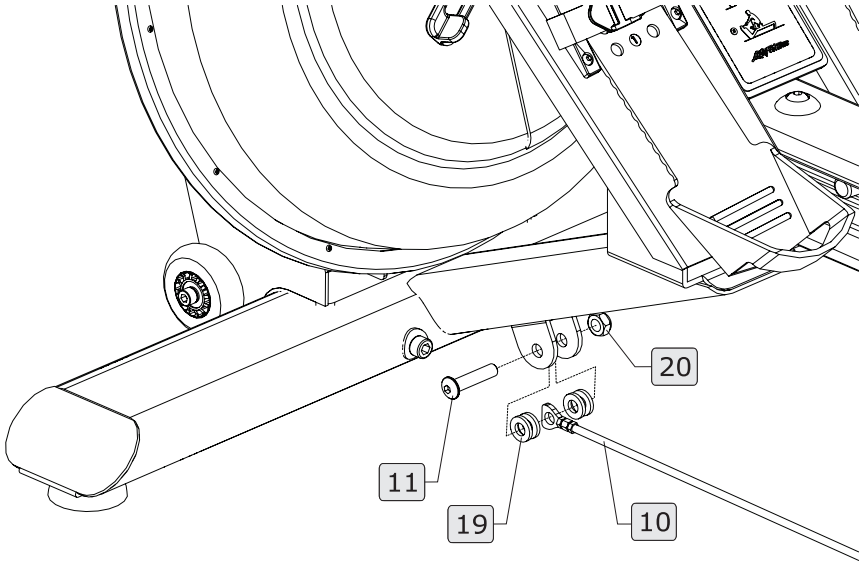


12.

ITEM	QTY
10	1
11	1
19	4
20	1

100%

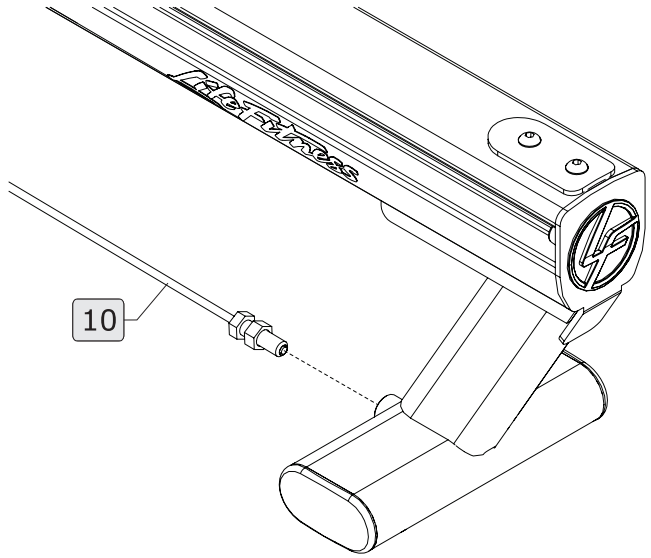
6.5 FT-LBS (8.8Nm)



13.

ITEM	QTY
10	1

100%

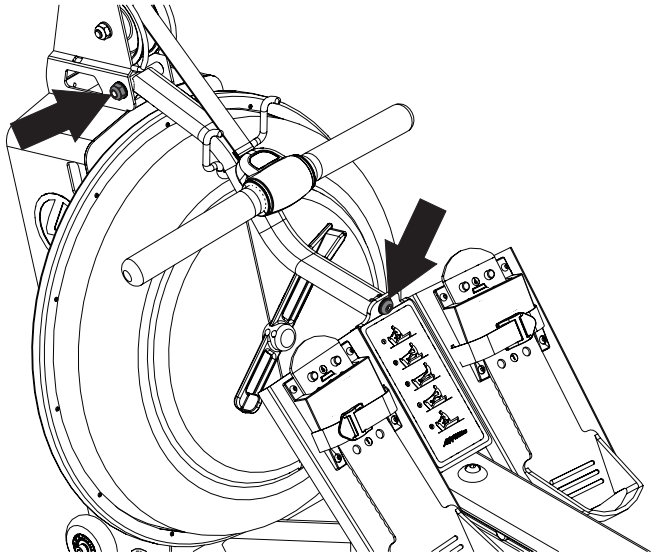


14.

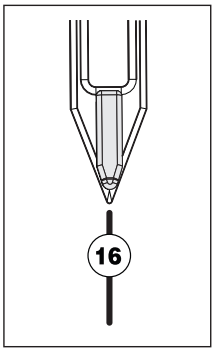
ITEM	QTY
6	1
12	1

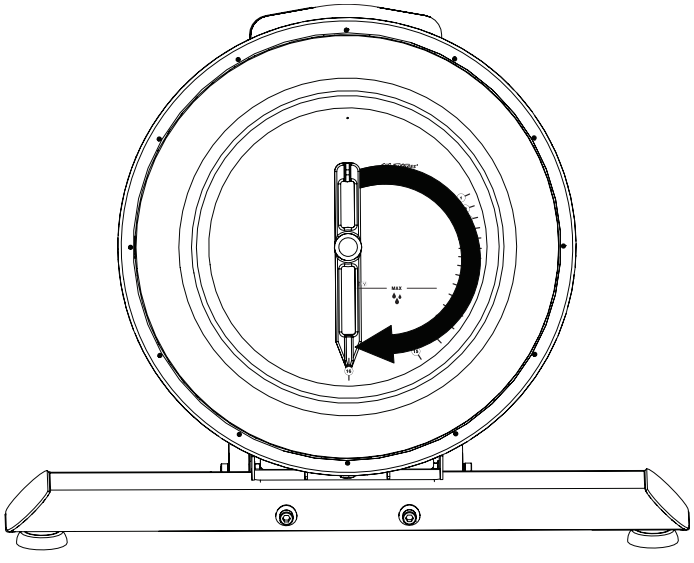
100%

13 FT-LBS (17.6Nm)



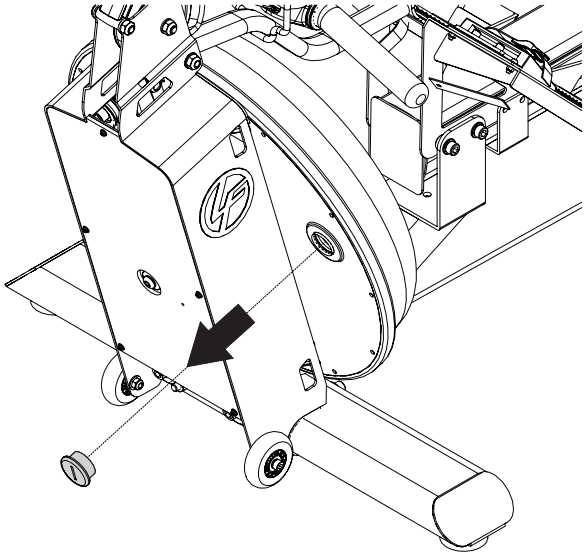
15.





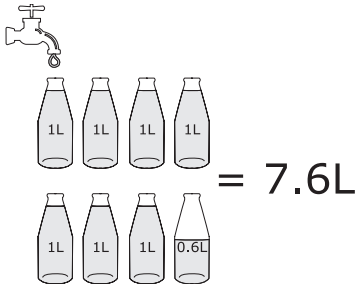
16.

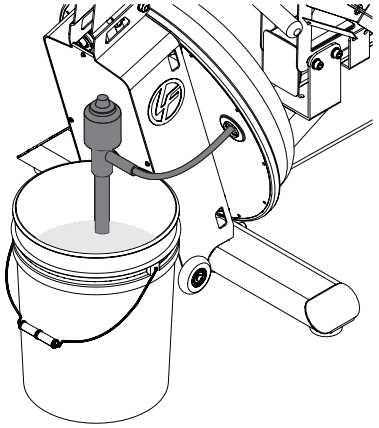


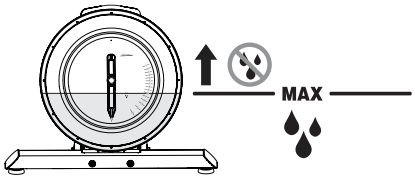


17.

ITEM	QTY
26	1

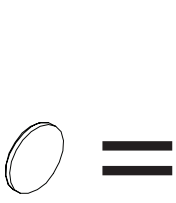


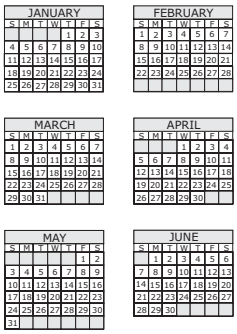


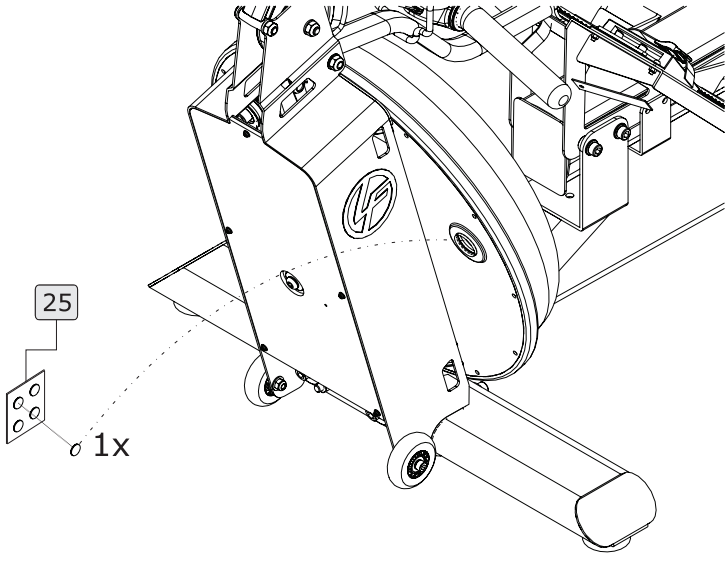


18.

ITEM	QTY
25	1







19.

100%

