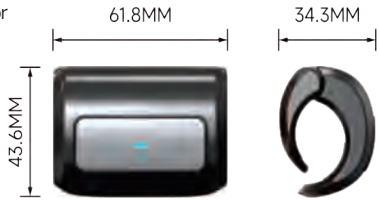
Bluetooth-Controller – Anwendung und Sicherheit

Der Bluetooth-Controller wurde speziell für den Einsatz mit verschiedenen Trainingszubehörteilen entwickelt. Er ist flexibel, abnehmbar und kann an Zubehör wie Trizepsseil, Langhantel, Rudergriff und weiteren Trainingsgeräten montiert werden.



Sicherheit auf Knopfdruck

Mit nur einem Klick kann der Widerstand entweder freigegeben oder aktiviert werden. Diese Funktion dient der Sicherheit beim Training, insbesondere bei plötzlicher Erschöpfung oder Kraftverlust. Der Controller ermöglicht so eine sofortige Entlastung oder Widerstandsaufnahme, um Überlastung und Verletzungen zu vermeiden.

Intuitive Platzierung

Während des Trainings wird der Controller in Daumennähe an der linken oder rechten Hand befestigt. Er kann an einer beliebigen Position betätigt werden, die mit dem ausgestreckten Daumen erreichbar ist. So bleibt die volle Kontrolle auch während intensiver Belastung erhalten.



Vor der ersten Nutzung

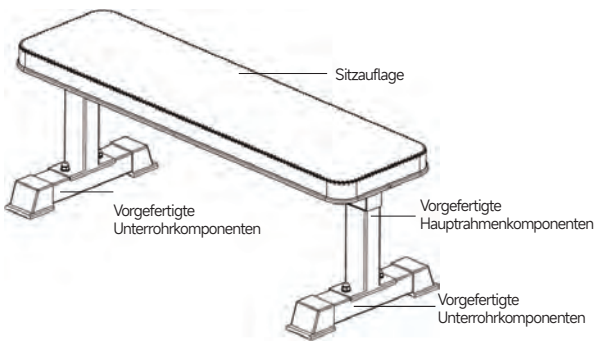
1. Entfernen Sie das weiße Isolierpapier der Batterie.
2. Drücken Sie die Taste am Controller – ein blaues Licht leuchtet auf und zeigt an, dass Bluetooth aktiviert ist.
3. Wischen Sie auf dem Bildschirm des All-in-One-Krafttrainingsgeräts vom oberen Bildschirmrand nach unten, tippen Sie auf „Bluetooth-Verbindung“ und verbinden Sie sich mit dem „Bluetooth Controller“.
4. Öffnen Sie den Modus „Freies Training“, starten Sie das Training, wählen Sie einen beliebigen Widerstand aus und testen Sie die Funktion des Bluetooth-Controllers. Die Taste sollte ordnungsgemäß reagieren.

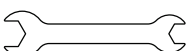
Bedienungsanleitung Fitnessbank

1. Die Gesamtstruktur dieses Produkts besteht hauptsächlich aus Metall, Leder und Kunststoff.
2. Dieses Produkt muss zusammen mit dem Krafttrainingsgerät verwendet werden.
3. Wenn Sie Probleme mit Herzfrequenz, Blutdruck oder Cholesterin haben, konsultieren Sie bitte einen Arzt, um sicherzustellen, dass Ihr Gesundheitszustand für die Nutzung dieses Produkts geeignet ist.
4. Achten Sie auf Körpersignale. Falsches oder übermäßiges Training kann Ihrer Gesundheit schaden.
5. Wenn Sie während der Installation oder Nutzung dieses Produkts Mängel feststellen oder ungewöhnliche Geräusche hören, stellen Sie die Benutzung sofort ein und verwenden Sie es erst weiter, wenn das Problem behoben ist.
6. Dieses Produkt ist ausschließlich für den Innen- und Heimgebrauch bestimmt und darf nicht als medizinisches Gerät verwendet werden.
7. Das maximale Benutzergewicht für dieses Produkt beträgt 120kg.

1. Teileübersicht und Zubehörliste

Bitte überprüfen Sie nach dem Auspacken die Anzahl der Teile. Bei Abweichungen wenden Sie sich bitte umgehend an den Kundendienst.



Werkzeugliste	
 M6×20 Schraube *6 Stück	 Einfacher Schraubenschlüssel *1
 M6 Unterlegscheibe *6 Stück	 Inbusschlüssel *1

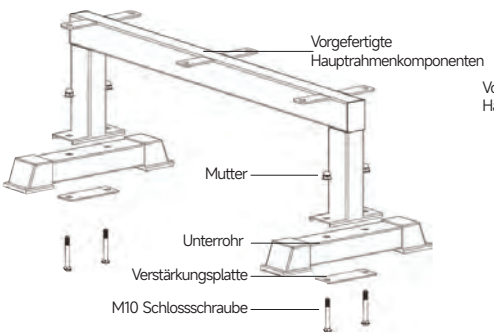
*Durch Produktänderungen können die abgebildeten Zeichnungen in der Anleitung von den tatsächlichen Teilen abweichen.

Bedienungsanleitung Fitnessbank

2. Montageschritte

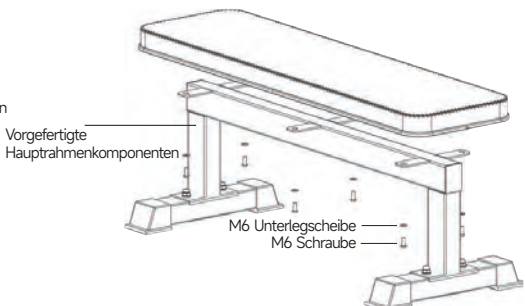
Schritt 1:

Führen Sie die [M10 Schlossschrauben *4] der vorgefertigten Unterrohreinheit von unten nach oben durch die Löcher der Verstärkungsplatte, des Unterrohrs und des Hauptrahmens. Befestigen Sie alles mit [Muttern *4]. (Siehe Abbildung) Hinweis: Der Vierkantansatz der Schraube muss in das Vierkantloch der Verstärkungsplatte eingesetzt werden. Zum Schluss mit dem einfachen Schraubenschlüssel festziehen.



Schritt 2:

Verwenden Sie die [M6×20 Schrauben *6] und [M6 Unterlegscheiben *6] aus dem Werkzeugset, um die Sitzauflage am Hauptrahmen zu befestigen. (Siehe Abbildung) Mit dem Inbusschlüssel festziehen.



Gebrauchsanleitung für den Standfuß



Produktbeschreibung

1. Der Standfuß besteht aus hochfestem Kohlenstoffstahl, ist stabil und zuverlässig, mit einer mattschwarzen, abriebfesten Lackierung.

2. Der Standfuß ermöglicht eine Geräteinstallation ohne Bohren und ermöglicht einen späteren Ortswechsel des Gerätes.

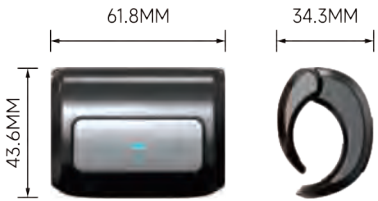
Gebrauchsanweisung

1. Der Standfuß ist nur mit den Geräten POWER S/O/U kompatibel und darf nicht mit anderen Geräten verwendet werden.

2. Der Standfuß muss auf einem ebenen Boden aufgestellt werden.

Bluetooth Controller Instructions

Designed for products, the controller is flexible and detachable, and can be installed on physical accessories such as tricep rope, cross bar, rowing bar, etc. One-click force release and one-click force application to protect sports safety.
When in use, it is installed near the thumbs of the left or right hand (you can press anywhere with your thumb extended). During training, if you encounter exhaustion and loss of power, you can use the button to release resistance/apply resistance with one click.



Before first use

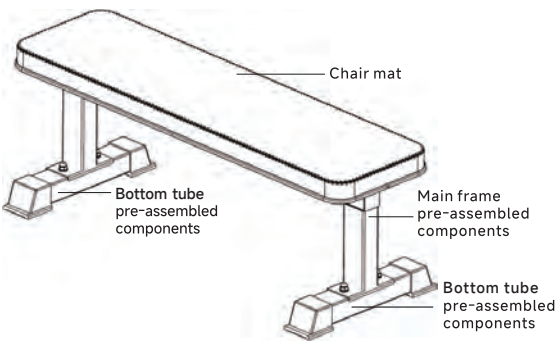
1. Remove the white battery isolation paper.
2. Press the button and a blue light will appear, indicating that bluetooth is turned on.
3. Pull down from the top of the all-in-one strength training machine screen, click "Bluetooth Connection", and connect to the "Bluetooth Controller".
4. Click free training - start training directly, select any resistance to activate, and test that the bluetooth button function is normal and available.

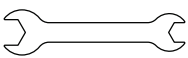
Fitness Bench Product Manual

1. The overall structure of this product is mainly made of metal, leather and plastic.
2. This product requires use with the strength training machine.
3. If you have heart rate, blood pressure and cholesterol problems, please consult a doctor to ensure that your physical condition is suitable for using this product.
4. Pay attention to body signals. Incorrect and excessive exercise may harm your health.
5. If you find any defects or hear any abnormal sounds during installation or use of this product, please stop using it immediately and do not continue until the issue is resolved.
6. This product is intended for indoor and home use only and cannot be used as medical equipment.
7. The maximum user weight for this product is 120kg.

1. Parts Diagram and Accessories List

Please check the quantity of parts after unpacking. If there is any error, please contact after-sales or customer service in time.



Tool List	
 M6×20 Bolt *6PCS	 Simple wrench *1
 M6 Washer *6PCS	 Allen wrench *1

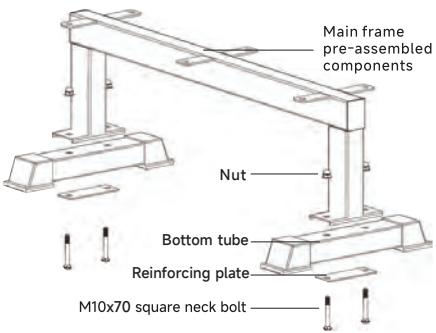
*Due to product changes, the line drawings of parts in the manual may differ from the actual parts.

Fitness Bench Product Manual

2. Installation steps

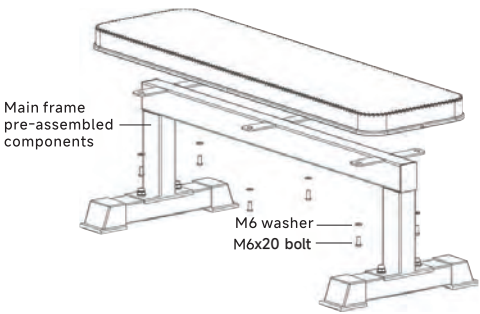
Step 1:

Use the [M10x70 square neck bolt*4] on the bottom tube pre-assembled assembly to pass through the holes of the reinforcement plate, bottom tube and main frame from bottom to top, and use [nut*4] to tighten. (As shown in the figure) Note: The square neck should be inserted into the square hole of the reinforcement plate, and finally tighten with a simple wrench.



Step 2:

Use the [M6×20 bolt*6] and [M6 washer*6] in the tool kit to install the chair pad onto the main frame. (As shown in the figure) Tighten with a allen wrench.



Pedal Usage Instructions

Specification

1. Dimensions: 1235*624*260
2. Weight: 55.6kg
3. Color: Matte Black
4. Main Material: High-Strength Carbon Steel

Installation and Maintenance

1. Check if all materials are complete before assembly.
2. Strictly follow the pedal assembly instructions for installation.
3. Stand on the pedal only after ensuring all screws are securely fastened.
4. Avoid sharp objects from scratching the surface of the pedal

Precaution

1.Ensure to stand inside the pedal while using to avoid it from tipping.

2.When using auxiliary equipment(Fitness bench, Rowing chair and others)on the pedal for training, ensure it pressed down to prevent tipping.

3.Do not intentionally shake the mirror body and arm to avoid accidents.

4.Do not hang heavy objects on the mirror body and arm to prevent accidents.

5.Do not perform dangerous movements unrelated to training on the pedal to prevent accidents.

Gebrauchsanleitung für den Standfuß

Technische Daten

1. Abmessungen: 1235×624×260mm

2. Gewicht: 55,6kg

3. Farbe: Mattschwarz

4. Hauptmaterial: hochfester Kohlenstoffstahl

Installation und Wartung

1. Vor dem Zusammenbau prüfen, ob alle Teile vollständig sind.

2. Die Montageanleitung für den Standfuß strikt befolgen.

3. Erst auf den Standfuß treten, wenn alle Schrauben fest angezogen sind.

4. Scharfe Gegenstände vom Pedal fernhalten, um Kratzer zu vermeiden.

Vorsichtsmaßnahmen

1. Achten Sie darauf, während der Benutzung innerhalb des Standfußes zu stehen, um ein Umkippen zu vermeiden.

2. Wird zusätzliches Zubehör (Fitnessbank, Ruderbank usw.) auf dem Standfuß verwendet, muss dieses fest aufliegen, um ein Kippen zu verhindern.

3. Spiegelgehäuse und Arme nicht absichtlich schütteln, um Unfälle zu vermeiden.

4. Keine schweren Gegenstände an Spiegelgehäuse oder Arme hängen, um Unfälle zu verhindern.

5. Keine gefährlichen Bewegungen auf dem Standfuß ausführen, die nichts mit dem Training zu tun haben, um Unfälle zu vermeiden.

Pedal Usage Instructions



Product Instruction

1. The pedal is made of high-strength carbon steel sturdy and reliable, with a matte black finish and wear-resistant paint.
2. The pedal can be installed without drilling holes and can be placed against the wall or moved.

Usage Instructions

1. The pedal is only compatible with POWER S/O/U machines and cannot be used with other machines.
2. The pedal must be placed on a flat floor.