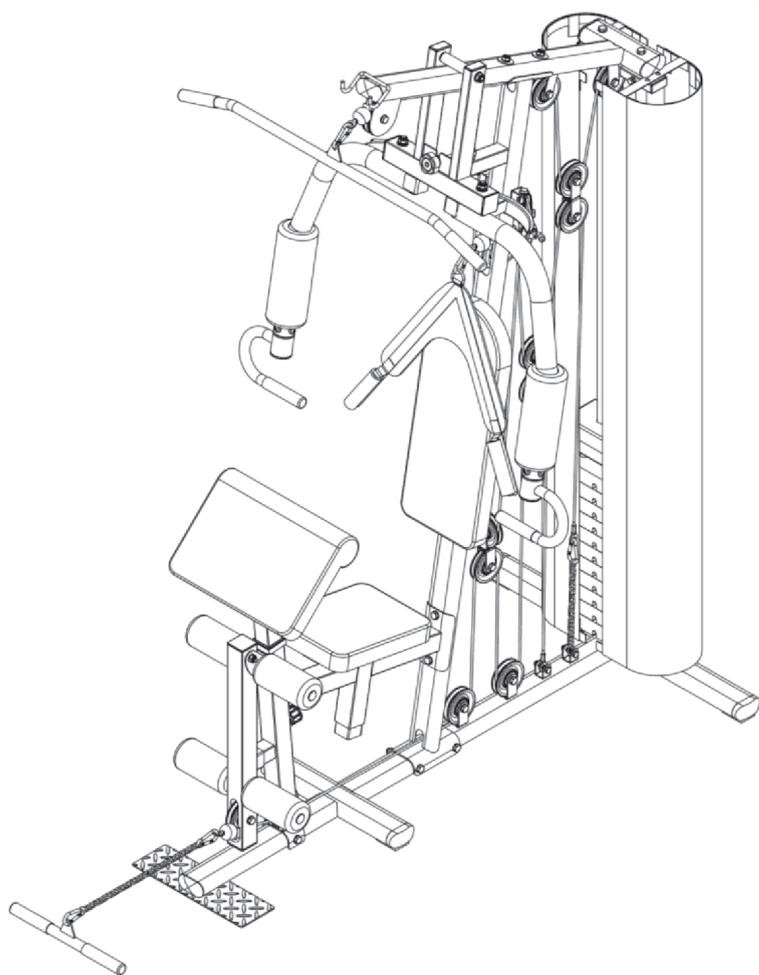


**СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС  
UNIX FIT BLOCK 70 MAX****ВАЖНО**

Перед использованием устройства внимательно прочитайте инструкцию. Сохраните настоящее руководство для дальнейшего использования.

Характеристики продукта могут отличаться от представленных на фотографиях и могут быть изменены производителем без предварительного уведомления.

# UNIX

## Рады приветствовать вас!

Спасибо, что выбрали продукцию нашего бренда. В целях вашей безопасности мы просим вас внимательно изучить инструкцию перед использованием. Если инструкция будет утеряна, вы всегда можете её скачать на официальном сайте [unixfit.ru](http://unixfit.ru)

**UNIX** заботится о своих покупателях, поэтому мы всегда готовы ответить вам на все возникающие вопросы по эксплуатации товара. Для этого обратитесь к своему продавцу или дилеру.

Мы постоянно развиваемся и предлагаем нашим клиентам лучшие и самые современные решения на рынке. Тренажёры и товары для активного отдыха **UNIX** уже более 10 лет пользуются популярностью. Полный ассортимент вы можете изучить на официальном сайте. Для этого наведите камеру на QR-код ниже.

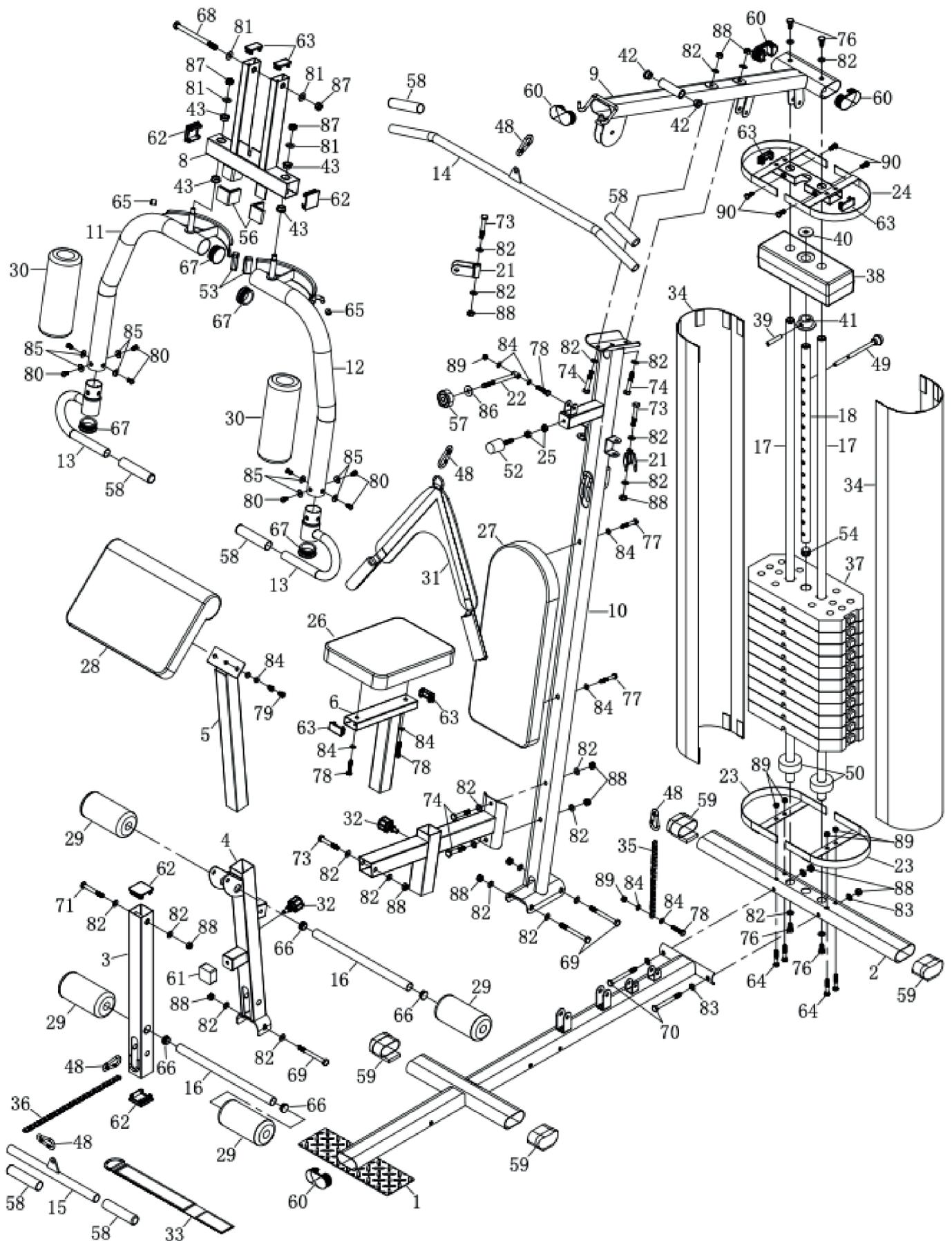


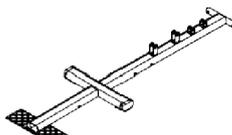
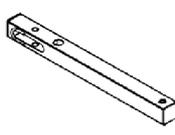
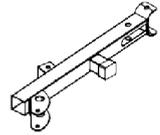
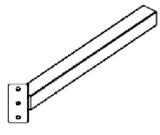
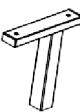
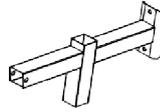
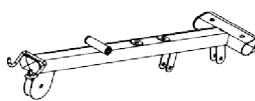
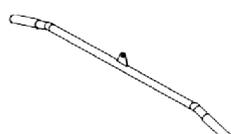
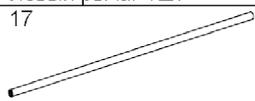
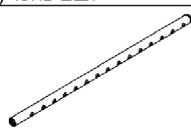
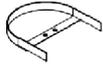
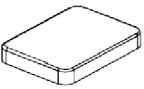
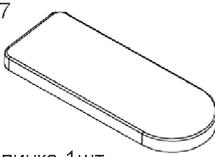
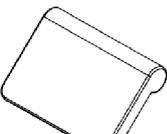
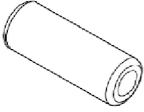
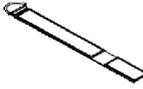
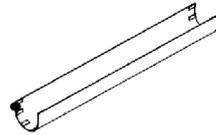
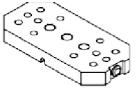
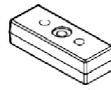
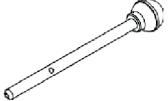
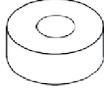
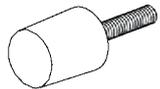
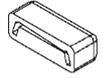
[UNIXFIT.RU](http://UNIXFIT.RU)

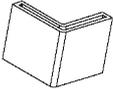
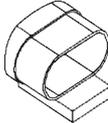
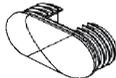
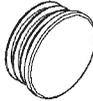
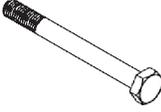
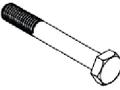
# СОДЕРЖАНИЕ

Схема устройства и список деталей _____	3
Инструкция по сборке _____	6

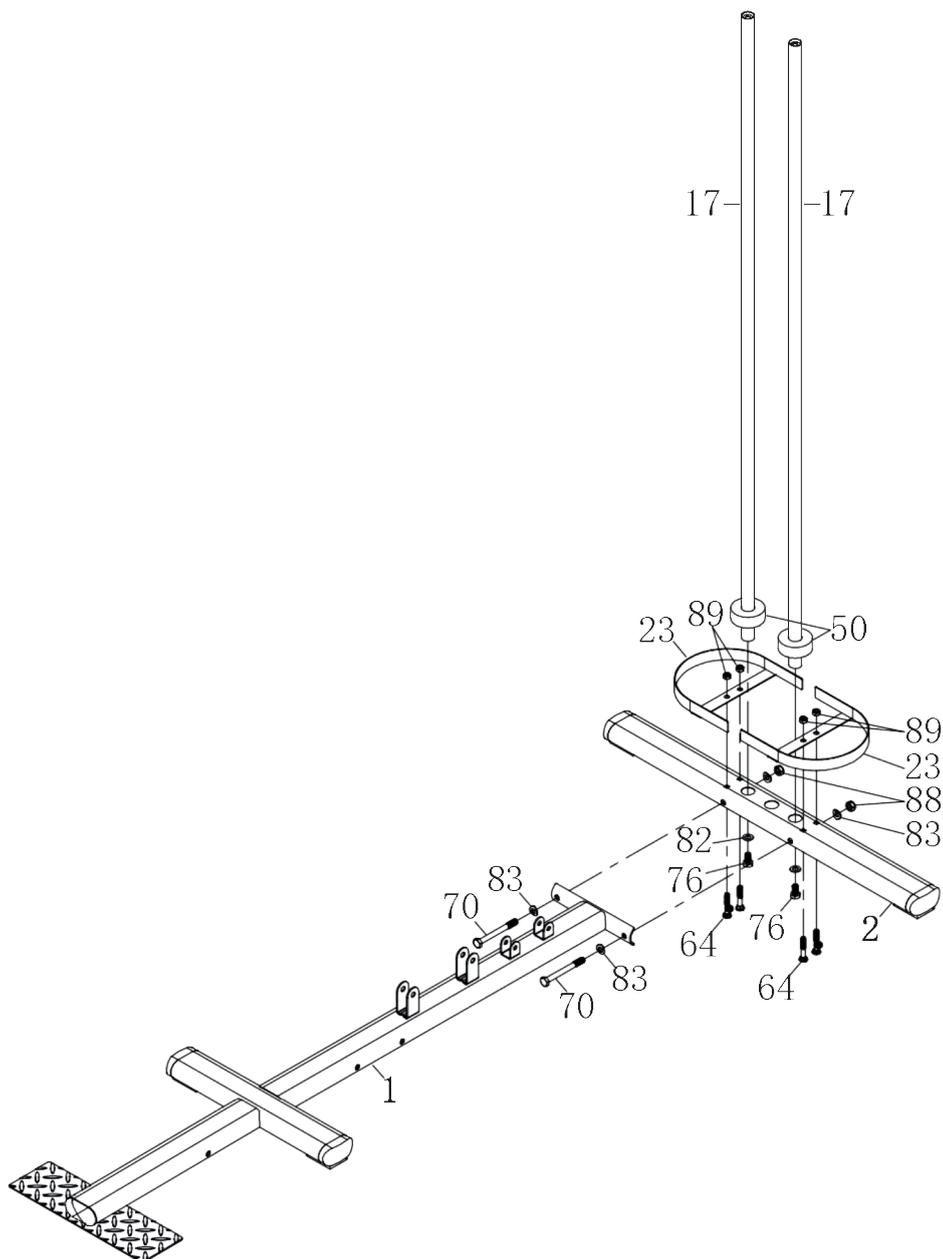
# 1. Схема устройства и список деталей



1  Основная рама 1шт	2  Задняя опора 1шт	3  Рама рычага для ног 1шт	4  Передняя опора 1шт	5  Опора подлокотника 1шт
6  Рама сиденья 1шт	7  Опора сиденья 1шт	8  Нажимная балка 1шт	9  Верхняя перекладина 1шт	10  Основная стойка 1шт
11  Правый рычаг 1шт	12  Левый рычаг 1шт	13  Поручень 2шт	14  Штанга 1шт	15  Нижняя планка 1шт
16  Мягкий валик 2шт	17  Направляющий стержень 2шт	18  Селектор веса 1шт	19  U-образная скоба 2шт	20  Обратная скоба 1шт
21  Одношквивный блок 2шт	22  Трубка 1шт	23  Опора для весов 2шт	24  Верхняя опора для весов 1шт	25 Уже установлено  Шестигранная гайка M10 2шт
26  Сиденье 1шт	27  Спинка 1шт	28  Подлокотник 1шт	29  Малая мягкая накладка 2шт	30  Мягкая накладка 2шт
31  Петля Береша 1шт	32  Ручка 2шт	33  Ремешок для ног 1шт	34  Кожух 2шт	35  Цепь (короткая) 1шт
36  Цепь (длинная) 1шт	37  Грузовая пластина 11шт	38  Верхняя пластина 1шт	39  Штифт вала селектора 1шт	40  Большая шайба M12 1шт
41  Втулка вала селектора 1шт	42 Уже установлено  Смазочная втулка (малая) 2шт	43 Уже установлено  Смазочная втулка (большая) 4шт	44  Верхний трос 1шт	45  Трос рычага 1шт
46  Нижний трос (длинный) 1шт	47  Трос петли Береша (короткий) 1шт	48  Карабин 5шт	49  Штифт фиксации веса 1шт	50  Резиновая прокладка 1шт
51  Шкив 16шт	52 Уже установлено  Бампер 1шт	53 Уже установлено  Заглушка 2шт	54 Уже установлено  Круглая заглушка 1шт	55  Втулка шкива 4шт

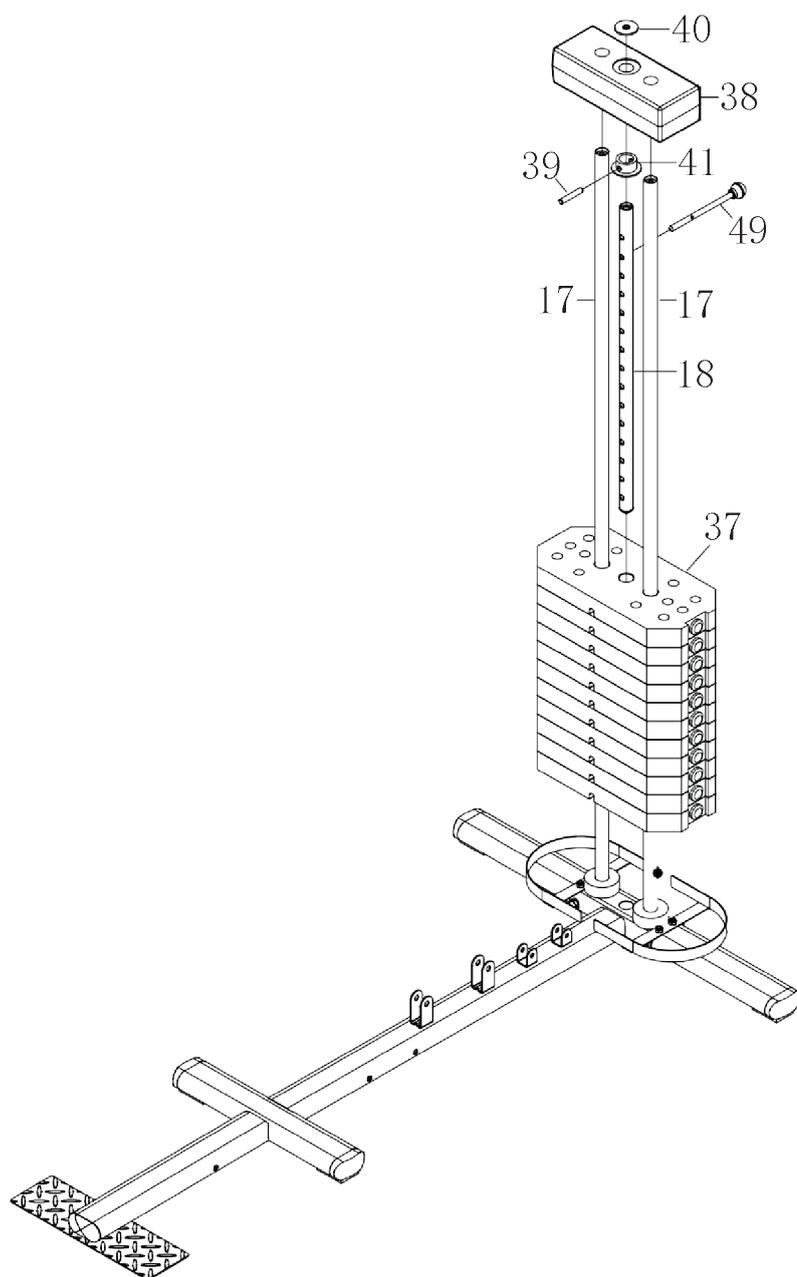
56 Уже установлено  Заглушка квадрат. 2шт	57  Гайка "цветок" 1шт	58 Уже установлено  Рукоять 6шт	59 Уже установлено  Овальная заглушка 4шт	60 Уже установлено  Овальная заглушка 40×80мм 4шт
61 Уже установлено  Квадратная заглушка 38мм 2шт	62 Уже установлено  Квадратная заглушка 50мм 4шт	63 Уже установлено  Квадратная заглушка 25×50мм 6шт	64  Кареточный винт М8×55 4шт	65 Уже установлено  Пластиковый кожух 2шт
66 Уже установлено  Круглая заглушка 25мм 4шт	67 Уже установлено  Круглая заглушка 50мм 4шт	68  Шестигранный винт М12×155мм 1шт	69  Шестигранный винт М10×105мм 3шт	70  Шестигранный винт М10×100мм 2шт
71  Шестигранный винт М10×75мм 1шт	72  Шестигранный винт М10×70мм 2шт	73  Шестигранный винт М10×65мм 3шт	74  Шестигранный винт М10×60мм 4шт	75  Шестигранный винт М10×40мм 14шт
76 Уже установлено  Шестигранный винт М10×20мм 4шт	77  Шестигранный винт М8×55мм 2шт	78  Шестигранный винт М8×40мм 5шт	79  Шестигранный винт М8×15мм 2шт	80  Винт М8×16мм 8шт
81 Уже установлено 2шт  Шайба М12 4шт	82 Уже установлено 4шт  Шайба М10 58шт	83  Дуговая шайба М10 4шт	84  Шайба М8 12шт	85  Дуговая шайба М8 8шт
86  Шайба 830*810 1шт	87 Уже установлено 2шт  Нейлоновая гайка М12 3шт	88  Нейлоновая гайка М10 29шт	89  Нейлоновая гайка М8 7шт	90  Шестигранный винт М8*20 4шт

## 2. Инструкция по сборке



### ШАГ 1:

1. Снимите два шестигранных винта М10х20 мм (76) и две шайбы М10(82) с направляющего стержня (17).
2. Вставьте оба направляющих стержня (17) в заднюю опору (2), используя два шестигранных винта М10х20 мм (76) и две шайбы М10 (82).
3. Прикрепите основную раму (1) к задней опоре (2) с помощью двух шестигранных винтов М10х100 мм (70), четырех дуговых шайб М10 (83) и двух нейлоновых гаек М10 (88).
4. Установите две опоры для весов (23) на оба направляющих стержня (17) с помощью четырех кареточных винтов М8х55 мм (64) и четырех нейлоновых гаек М8 (89).
5. Наденьте две резиновые прокладки (50) на оба направляющих стержня (17).

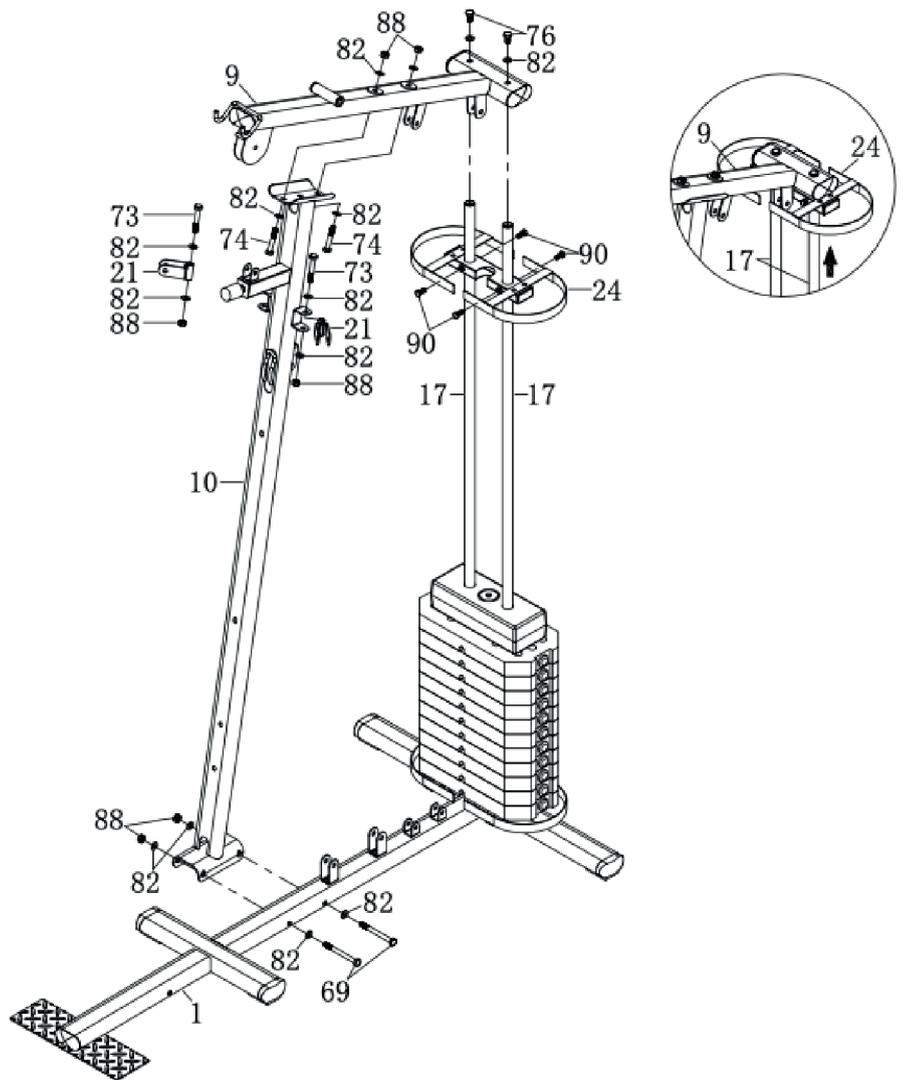


## ШАГ 2:

1. Наденьте одиннадцать грузовых пластин (37) на направляющие стержни (17).
2. Пропустите втулку селектора (41) вниз по селектору веса (18) до первого отверстия, закрепите штифтом селектора (39).
3. Вставьте селектор веса (18) в отверстия грузовых пластин (37).
4. Наденьте верхнюю грузовую пластину (38) на направляющий стержень (17), вставьте штифт фиксации веса (49) в отверстие желаемого веса.
5. Наденьте большую шайбу M12 (40) на верхнюю пластину (38).

### ШАГ 3:

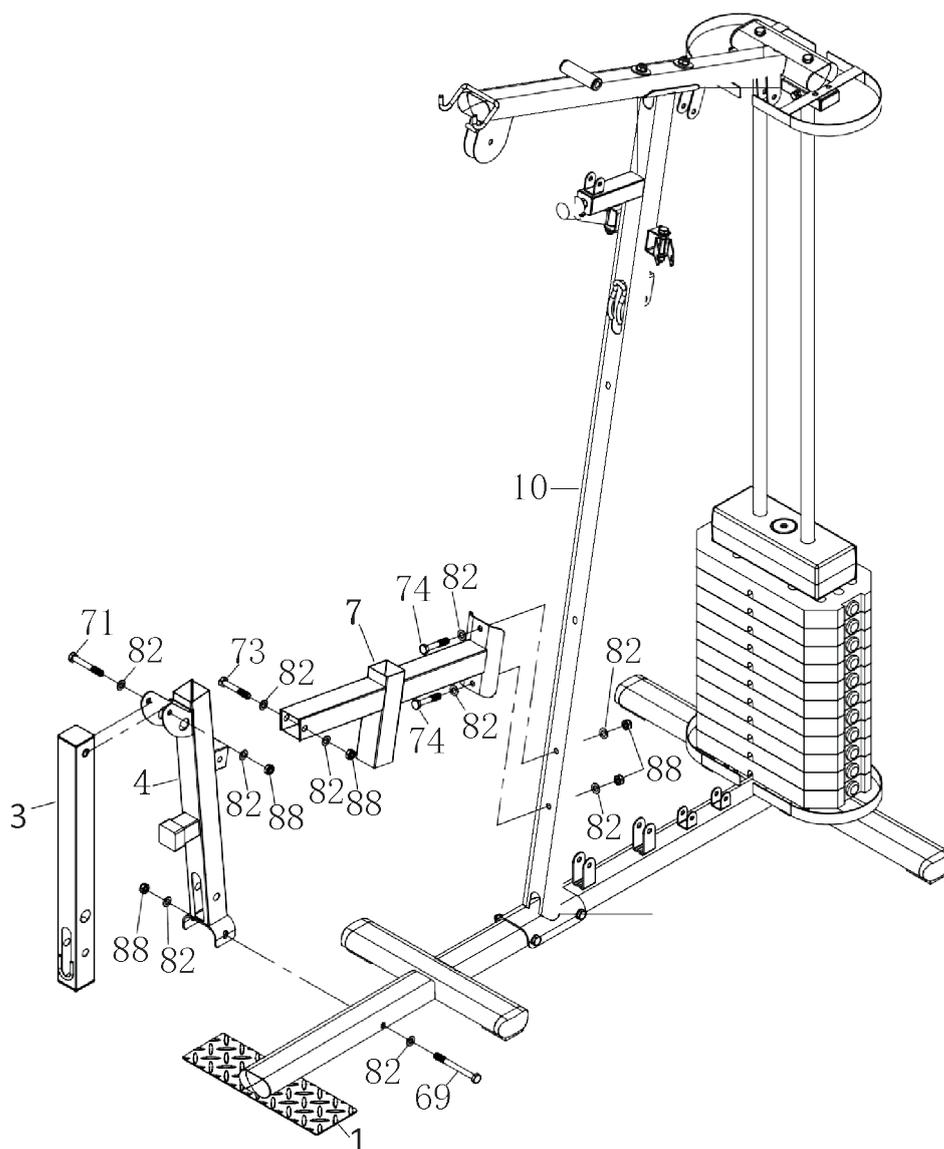
1. Прикрепите верхнюю опору для весов (24) к направляющему стержню (17), используя четыре шестигранных винта M8x20 мм (90).
2. Прикрепите основную стойку (10) к основной раме (1) с помощью двух шестигранных винтов M10x105 мм (69), четырех шайб M10 (82) и двух нейлоновых гаек M10 (88).
3. Снимите два шестигранных винта M10x20 мм (76) и две шайбы M10 (82) направляющего стержня (17).



4. Закрепите верхнюю перекладину (9) на направляющих стержнях (17), используя шестигранные винты M10x20 мм (76) и две шайбы M10 (82).
5. Прикрепите верхнюю перекладину (9) к основной стойке (10), используя два шестигранных винта M10x60 мм (74), четыре шайбы M10 (82) и две нейлоновые гайки M10 (88).

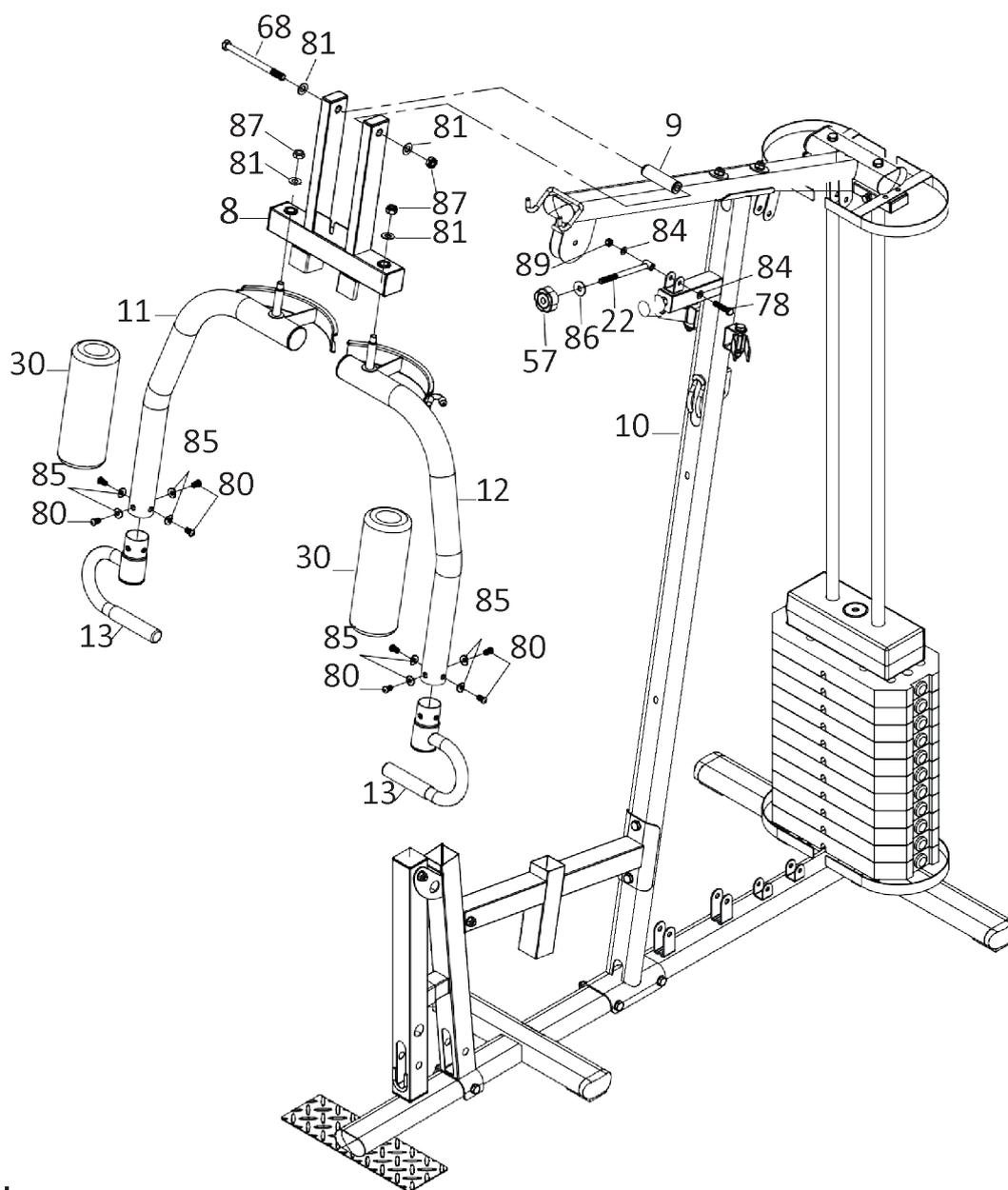
*Примечание:* прикрепите верхнюю опору для весов (24) к направляющему стержню (17), при этом убедитесь, что она располагается достаточно близко к верхней перекладине (9).

6. Прикрепите два одношквивных блока (21) к основной стойке (10), используя два шестигранных винта M10x65 мм (73), четыре шайбы M10 (82) и две нейлоновые гайки M10(88).



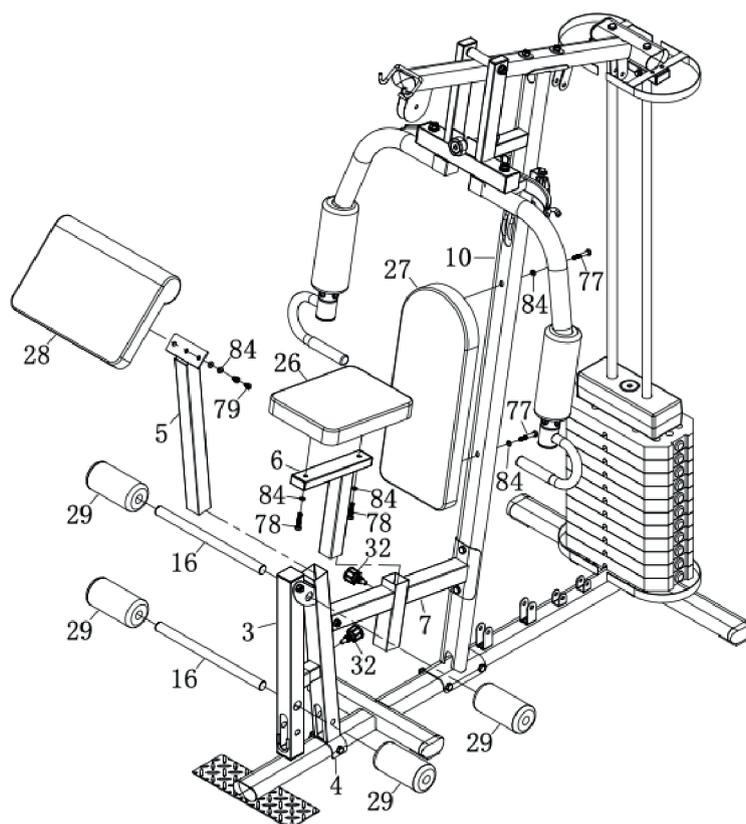
#### ШАГ 4:

1. Прикрепите опору сиденья (7) к основной стойке (10), используя два шестигранных винта М10х60 мм (74), четыре шайбы М10 (82) и две нейлоновые гайки М10 (88).
2. Прикрепите переднюю опору (4) к опоре сиденья (7), используя один шестигранный винт М10х65 мм (73), две шайбы М10 (82) и одну нейлоновую гайку М10 (88).
3. Прикрепите переднюю опору (4) к основной раме (1), используя один шестигранный винт М10х105 мм (69), две шайбы М10 (82) и одну нейлоновую гайку М10 (88).
4. Прикрепите раму рычага для ног (3) к передней опоре (4), используя шестигранный винт М10х75 мм (71), две шайбы М10 (82) и одну нейлоновую гайку М10 (88).



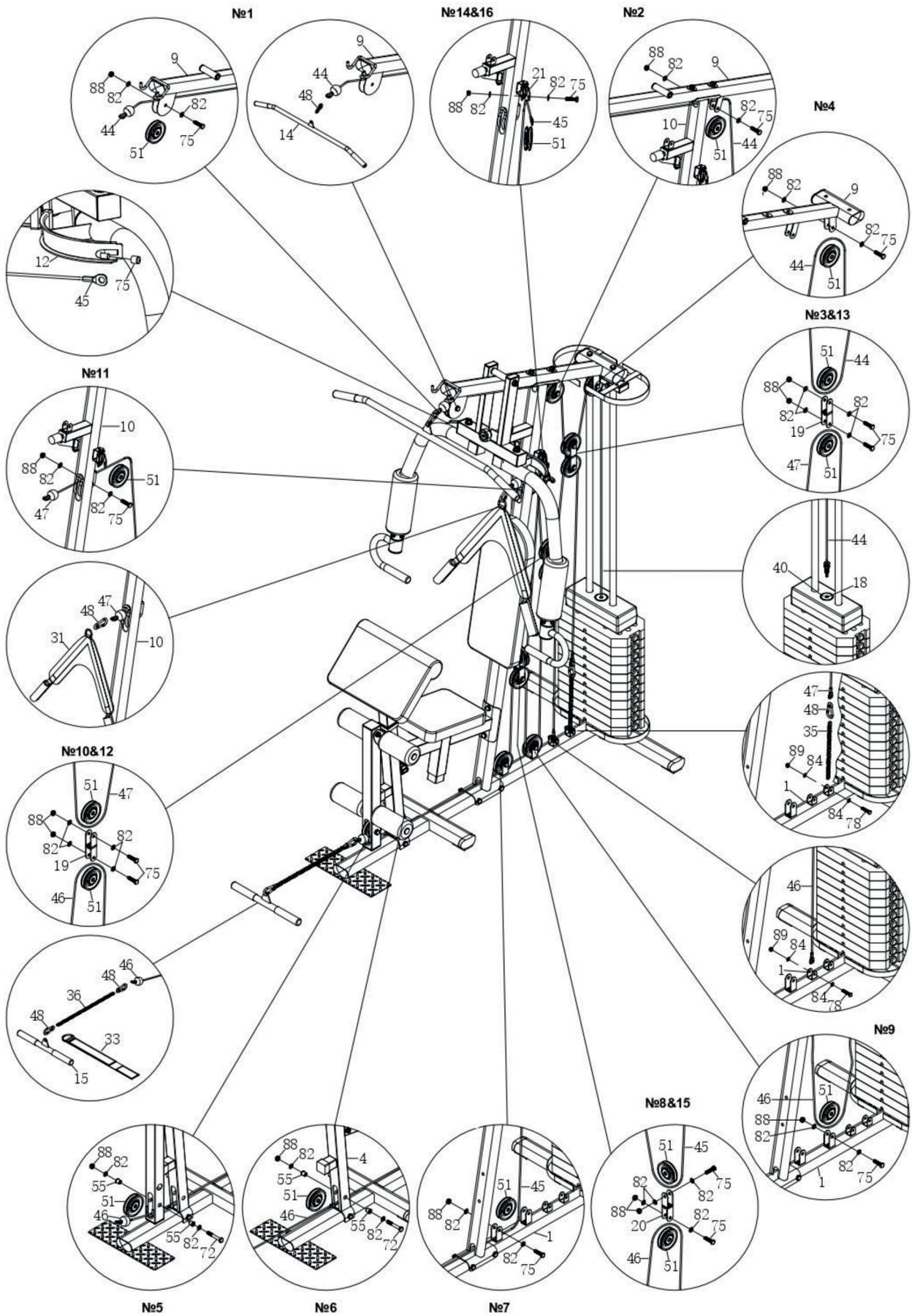
### ШАГ 5:

1. Прикрепите нажимную балку (8) к верхней перекладине (9) с помощью одного шестигранного винта M12x155 мм (68), двух шайб M12 (81) и одной нейлоновой гайки M12 (87).
2. Снимите две шайбы M12 (81) и две нейлоновые гайки M12 (87).
3. Прикрепите правый и левый рычаги (11 и 12) к нажимной балке (8), используя две шайбы M12 (81) и две нейлоновые гайки M12 (87).
4. Наденьте мягкие накладки (30) на правый и левый рычаги (11 и 12).
5. Прикрепите ручки (13) к правому и левому рычагам (11 и 12), используя восемь винтов M8x16 мм (80) и восемь дуговых шайб M8 (85).
6. Прикрепите трубку (22) к основной стойке (10), используя один шестигранный винт M8x40 мм (78), две шайбы M8 (84) и одну нейлоновую гайку M8 (89).
7. Установите шайбу (Ø30xØ10) (86) и гайку-цветок (57) на трубку (22).



### ШАГ 6:

1. Вставьте два мягких валика (16) в раму рычага для ног (3) и переднюю опору (4).
2. Наденьте четыре малых мягких накладки (29) на мягкие валики (16).
3. Прикрепите спинку (27) к основной стойке (10), используя два шестигранных винта М8х55 мм (77) и две шайбы М8 (84).
4. Прикрепите сиденье (26) к раме сиденья (6), используя два шестигранных винта М8х40 мм (78) и две шайбы М8 (84).
5. Вставьте раму сиденья (6) в опору сиденья (7), зафиксируйте с помощью ручки (32).
6. Прикрепите подлокотник (28) к опоре подлокотника (5), используя два шестигранных винта М8х15 мм (79) и две шайбы М8 (84).
7. Вставьте опору подлокотника (5) в переднюю опору (4) и зафиксируйте с помощью ручки (32).



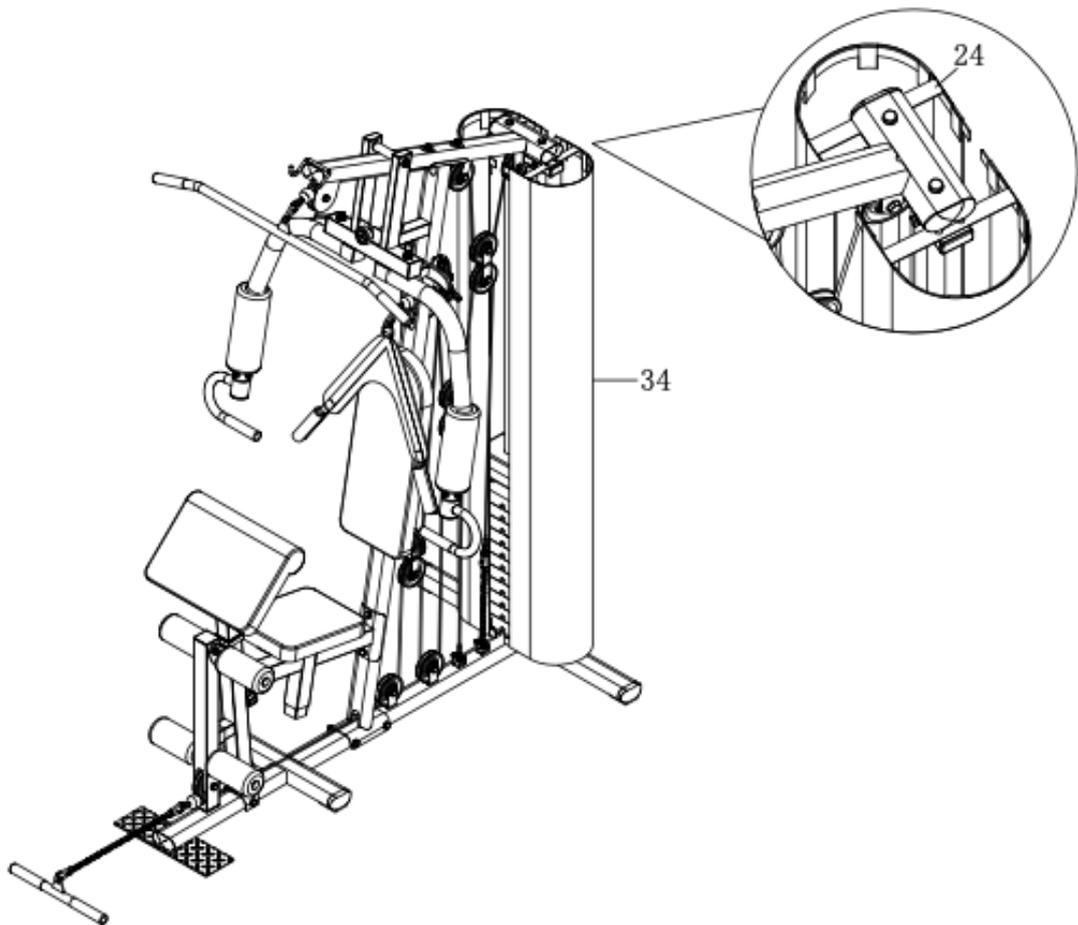
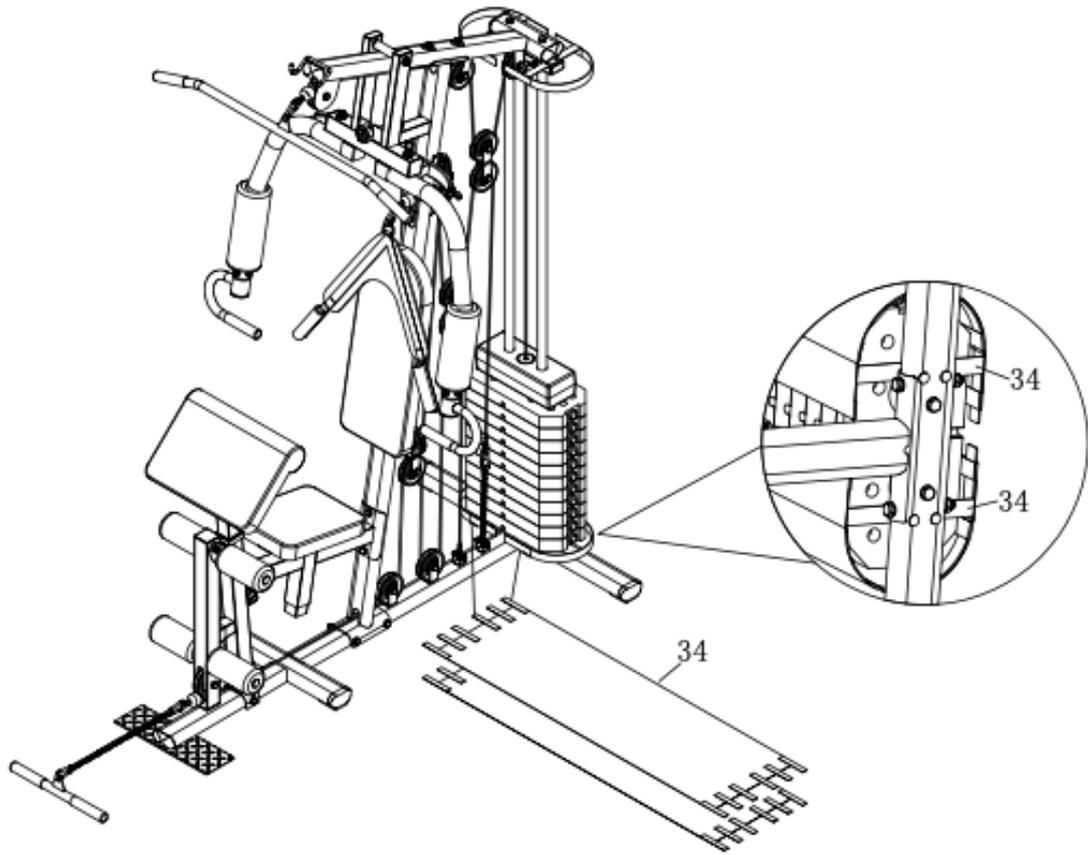
M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).

### 3. Установка нижнего троса (46)

- a). Убедившись, что нижний трос (46) находится в канавке шкива (51), проведите его через раму рычага для ног (3).
- b). Установите шкив №5 (51) и две втулки шкива (55) на раму рычага для ног (3), используя один шестигранный винт M10x70 мм (72), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- c). Установите шкив №6 (51) и две втулки шкива (55) на переднюю опору (4), используя один шестигранный винт M10x70 мм (72), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- d). Установите шкив №7 (51) на основной раме (1), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- e). Установите шкив №8 (51) на обратную скобу (20), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- f). Установите шкив №9 (51) на основную раму (1), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- g). Установите шкив №10 (51) на U-образную скобу (19), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- h). Прикрепите конец нижнего троса (46) к основной раме (1) с помощью одного шестигранного винта M8x40 мм (78), двух шайб M8 (84) и одной нейлоновой гайки M8 (89).
- i). Прикрепите нижнюю планку (15) или ремешок для ног (33) к другому концу нижнего троса (46), используя одну длинную цепь (36) и два карабина (48).

### 4. Установка троса петли Береша (47)

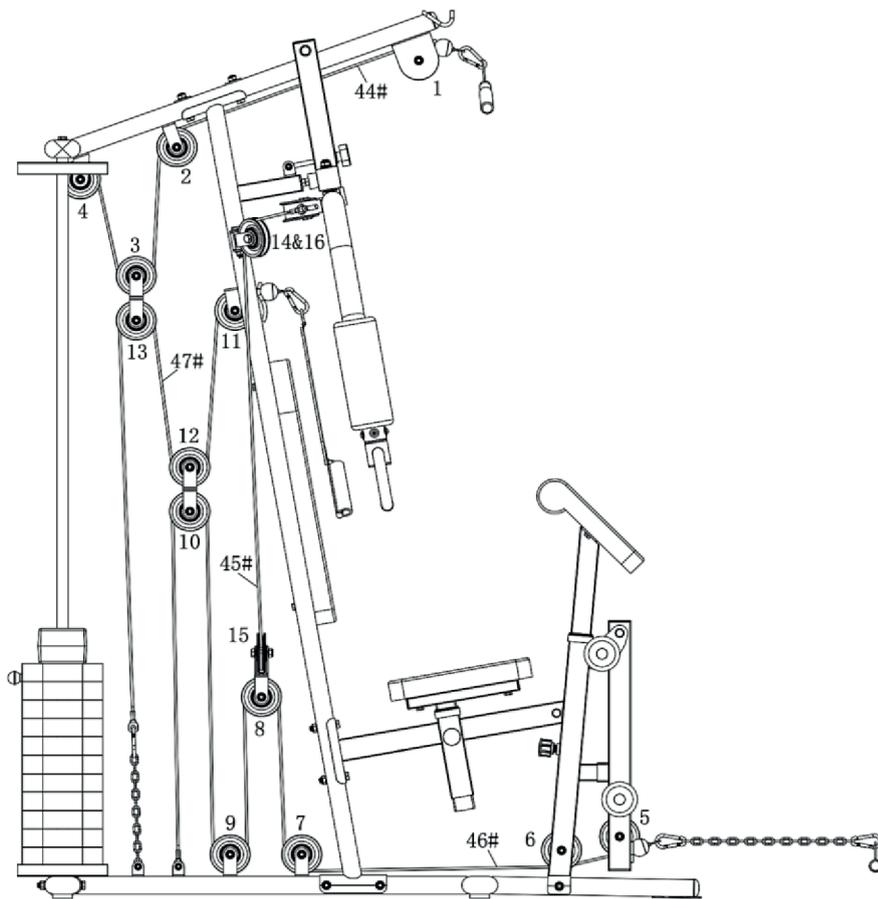
- a) Убедившись, что трос петли Береша (47) находится в канавке шкива (51), проведите его через основную стойку (10).
- b) Установите шкив №11 (51) на основную стойку (10), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- c) Установите шкив №12 (51) на U-образную скобу (19), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- d) Установите шкив №13 (51) на U-образную скобу (19), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- e) Прикрепите конец троса петли Береша (47) к основной раме (1) с помощью одной короткой цепи (35), одного крючка (48), одного шестигранного винта M8x40 мм (78), двух шайб M8 (84) и одной нейлоновой гайки M8 (89).
- f) Прикрепите петлю Береша (31) к другому концу троса петли Береша (47), используя один крючок (48).



## ШАГ 7:

### 1. Начните с верхнего троса (44)

- a). Убедившись, что верхний трос (44) находится в канавке шкива (51), протяните трос (44) через верхнюю перекладину (9).
- b). Установите шкив №1 (51) на верхнюю перекладину (9), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- c). Установите шкив №2 (51) на верхнюю перекладину (9), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- d). Установите шкив №4 (51) на верхнюю перекладину (9), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- e). Закрепите шкив №3 (51) на U-образную скобу U (19), используя один шестигранный винт M10x40 мм (75), две шайбы M10 (82) и одну нейлоновую гайку M10 (88).
- f). Прикрепите винтовой конец верхнего троса (44) к селектору (18) с помощью большой шайбы M12 (40).
- g). Прикрепите штангу (14) к другому концу верхнего троса (44) с помощью одного карабина (48).



### 2. Установка троса рычага (45)

- a). Прикрепите оба конца троса рычага (45) к правому и левому рычагам (11 и 12) с помощью двух пластиковых кожухов (65).
- b). Установите шкивы №14 и 16 (51) на два одношкивных блока (21), используя два шестигранных винта M10x40 мм (75), четыре шайбы M10 (82) и две нейлоновые гайки M10 (88).
- c). Установите шкив №15 (51) на обратную скобу (20), используя один шестигранный винт

**Тренируйтесь  
вместе с *UNIX***