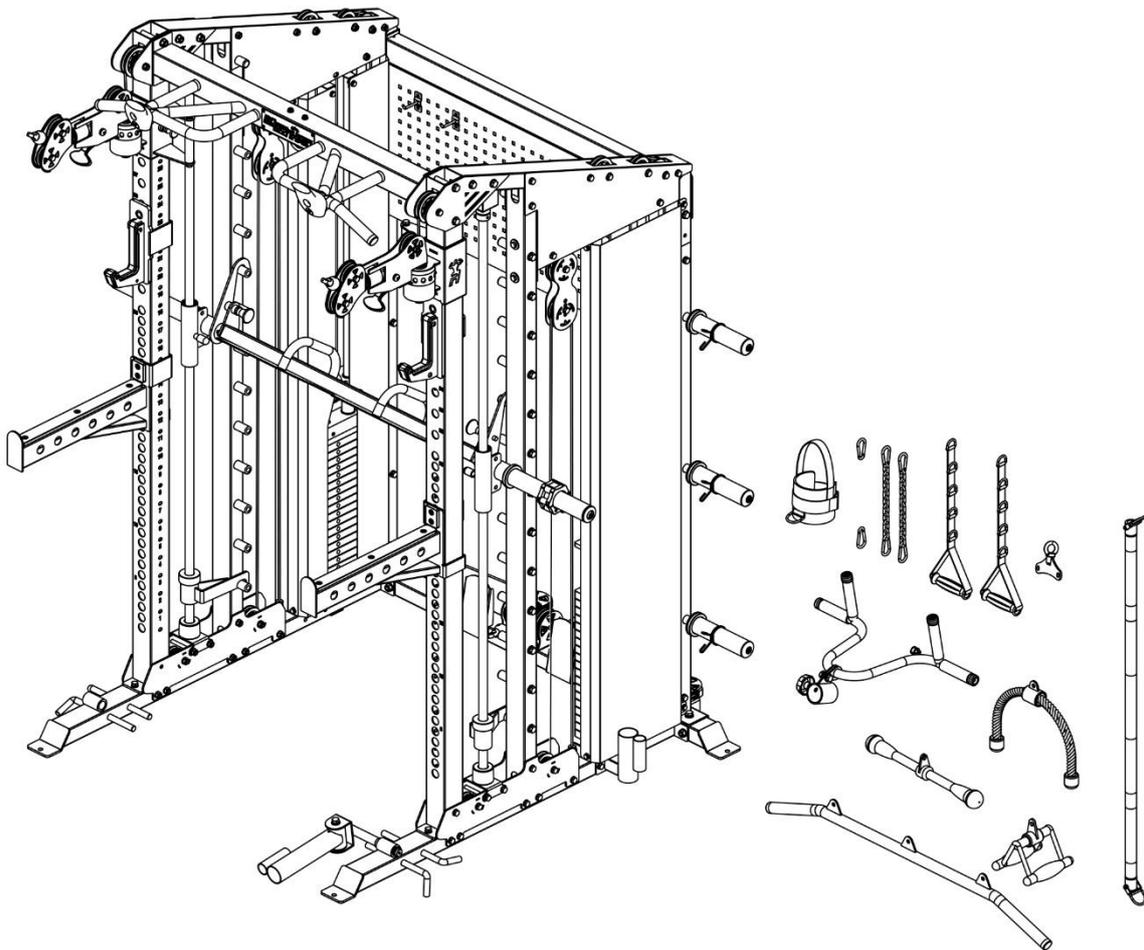




Abilica Premium MultiRack 90

Art.nr. 416 160



Norsk/ Svensk/ English

INNHold / INNEHÅLL / CONTENTS

3		Deleliste / Dellista / Parts List
6		Deletegning / Sprängskiss / Parts Drawing
7		Montering / Assembly
29	DK NO	Viktig informasjon
30		Vedlikehold
30		Kontaktinformasjon
31	SE	Viktig Information
32		Underhåll
32		Kontaktinformation
33	GB	Important information
34		Maintenance
34		Contact information

d

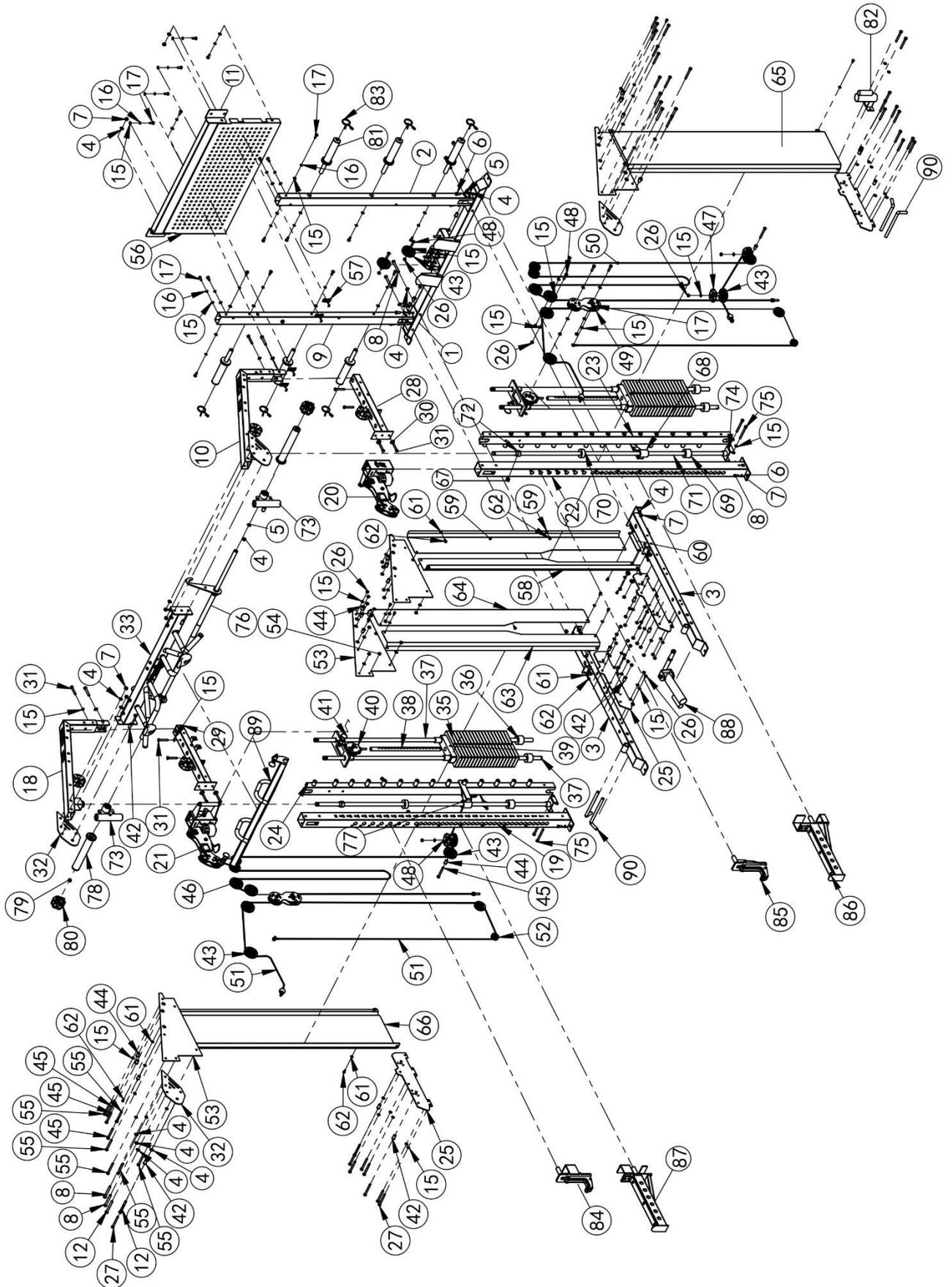
DELELISTE / DELLISTA / PARTS LIST

No.	Part Name	Specifications	QTY
1	3133 Rear Base Assembly	Assembly	1
2	3133 Rear Column Assembly (Right)	Assembly	1
3	3133 Lower Side Bracket Weldment (Right)	Weldment	2
4	φ12 Flat Washer	φ12	38
5	φ12 Spring Washer	φ12	8
6	M12×25 Hex Bolt	M12×25	4
7	M12 Lock Nut	M12	16
8	M12×100 Hex Bolt	M12×100	8
9	3133 Rear Column Assembly (Le□)	Assembly	1
10	3133 Upper Right Beam Assembly	Assembly	1
11	3133 Rear Cross Tube Weldment	Weldment	1
12	M12×105 Hex Bolt	M12×105	4
13	M12×70 Hex Bolt	M12×70	2
14	M12×95 Hex Bolt	M12×95	2
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	112
16	φ10 Spring Washer	φ10	24
17	M10×25 Hex Bolt	M10×25	26
18	3133 Upper Le□ Beam Assembly	Assembly	1
19	3133 Front Guide Tube Le□ Weldment	Weldment	1
20	3133 Sliding Sleeve Assembly (Right)	Assembly	1
21	3133 Sliding Sleeve Assembly (Le□)	Assembly	1
22	3133 Front Guide Tube Right Weldment	Weldment	1
23	3133 Right Middle Column Assembly	Assembly	1
24	3133 Le□ Middle Column Assembly	Assembly	1
25	3133 Bottom Fixing Plate	T5	4
26	M10 Lock Nut	M10	49
27	M10×100 Hex Bolt	M10×100	19
28	3133 Middle Column Crossbar Assembly	Assembly	1
29	3133 Middle Column Crossbar Assembly (Le□)	Assembly	1
30	φ10 Large Flat Washer (GB Standard)	φ30×φ10×3	6
31	M10×70 Hex Bolt	M10×70	10
32	3133 Front Trim Panel	T5	4
33	3133 Front Upper Crossbeam Assembly	Assembly	1
35	3058 Cast Iron Weight (90KG)	90kg	2

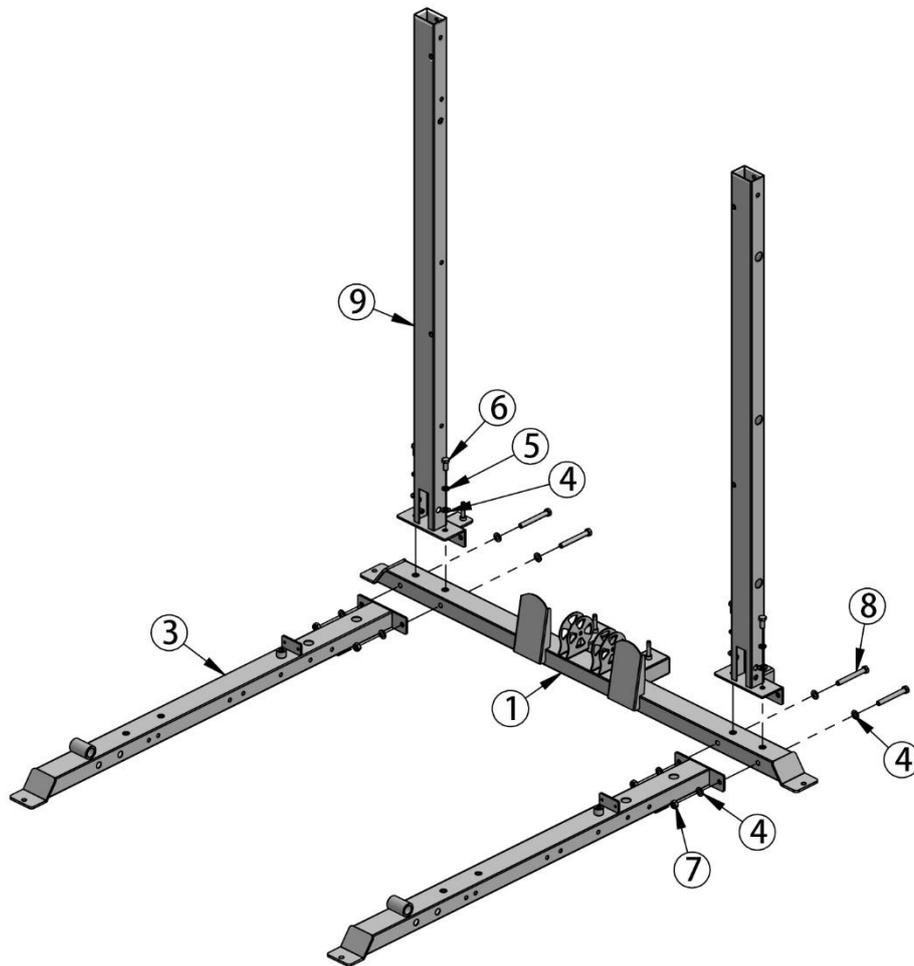
36	60-27 Shock Absorber Pad	$\phi 60 \times \phi 27 \times 42$	4
37	3133 Weight Guide Rod Assembly	Assembly	4
38	3058 Lifting Rod (90KG)	$\phi 25$	2
39	10×60 Straight Groove Elastic Cylindrical Pin	10×60	2
40	3075 Weight Block Pulley Frame Assembly	Assembly	2
41	2KG Auxiliary Weight Assembly	Assembly	2
42	$\phi 20 \times \phi 16 \times 10.2 \times 33$ Powder - coated Sleeve	$\phi 20 \times \phi 16 \times 10.2 \times$	12
43	$\phi 92$ Pulley (Powder - coated Sleeve)	$\phi 92$	16
44	Powder Metallurgy Sleeve	$\phi 20 \times \phi 16 \times 10.2 \times$	16
45	M10×90 Hex - head Bolt	M10×90	8
46	$\phi 75$ Pulley	$\phi 75$	6
47	3133 Pulley Baffle	T3	4
48	M10×45 Hex - head Bolt	M10×45	6
49	Movable Pulley Bracket Assembly	Assembly	2
50	3133 Fly - bird Steel Wire Rope	Assembly	2
51	3133 Fly - bird Lower Steel Wire Rope	$\phi 5$	2
52	$\phi 50$ Pulley	$\phi 50$	2
53	3133 Outer Trim Panel	T3	2
54	3083 Short Hanging Rod Shaft	$\phi 25 \times 35 - M10$	2
55	M10×95 Hex - head Bolt	M10×95	14
56	3133 Rear Back Panel	T1.5	1
57	3088B Single Inclined Hook - 50	50mm	4
58	3133 Right Inner Panel Left	T1	1
59	3133 Right Inner Panel Right	T1	1
60	3133 Inner Panel Connecting Plate	T3	2
61	$\phi 8$ Flat Washer	$\phi 8$	24
62	M8×16 Hex - head Bolt	M8×16	24
63	3133 Left Inner Panel Left	T1	1
64	3133 Left Inner Panel Right	T1	1
65	3133 Outer Protective Cover Right	T1	1
66	3133 Outer Protective Cover Left	T1	1
67	M8X10 Headless Socket - head Cap Screw	M8*10	2
68	3000 Safety Hook Right Assembly	Assembly	1
69	Barbell Rod Shock - absorbing Pad	$\phi 60 \times \phi 26 \times 45$	2

70	60 - 26 Shock Absorber Pad	$\phi 60 \times \phi 26 \times 25$	2
71	1878 Long - guide Rod	$\phi 25 \times 1878$	2
72	3010 Guide Rod Locking Sleeve	$\phi 40 \times \phi 25.5 \times 35$	2
73	3000 Sliding sleeve Welding Assembly	Assembly	2
74	3133 Guide Rod Bottom Fixed Weldment	Weldment	2
75	M10×110 Hex - head Bolt	M10×110	4
76	3070 Aluminum Barbell Rod Assembly	Assembly	1
77	3000 Safety Hook Left Assembly	Assembly	1
78	3000B Barbell Rod Sleeve Assembly	Assembly	2
79	M12×40 Socket - head Cap Screw with Flat Round Head	M12×40	2
80	Barbell Card $\phi 85 \times \phi 50 \times H49$	$\phi 85 \times \phi 50 \times H49$	2
81	3133 Barbell Hanging Rod Assembly	Assembly	6
82	3000 Barbell Rod Sleeve Welding	Weldment	1
83	$\phi 50$ Butterfly Clip	$\phi 50$	6
84	3133 Short Safety Guard - Left Assembly	Assembly	1
85	3133 Short Safety Guard - Right Assembly	Assembly	1
86	3133 Long Safety Guard Right Assembly	Assembly	1
87	3133 Long Safety Guard Left Assembly	Assembly	1
88	3000 Rotating Rod Assembly	Assembly	1
89	3070 Pedal Plate Assembly	Assembly	1
90	Fixed Elastic Rope	$\phi 17 \times 250 \times 77L$	4
91	Aluminum Alloy Cross - bar Assembly 1130	Assembly	1
92	Puller Assembly	Assembly	1
93	Chain + Hoist Hook	Assembly	2
94	Hook Foot Belt	Leather Belt	1
95	Five - ring Handle Belt	Five - ring	2
96	Hoist Hook	Standard Part	2
97	Bicep Rope	$\phi 28 \times 690$	1
98	3106 Double - pull Plate Assembly	Assembly	1
99	810 Short Straight Pull Handle	Assembly	1
100	810 Triangular Pull Handle	Assembly	1
101	3075 Large Pull Handle Assembly	Assembly	1
102	3133 Top Trim Panel	T3	2

DELETEDGNING / SPRÄNGSKISS / PARTS DRAWING

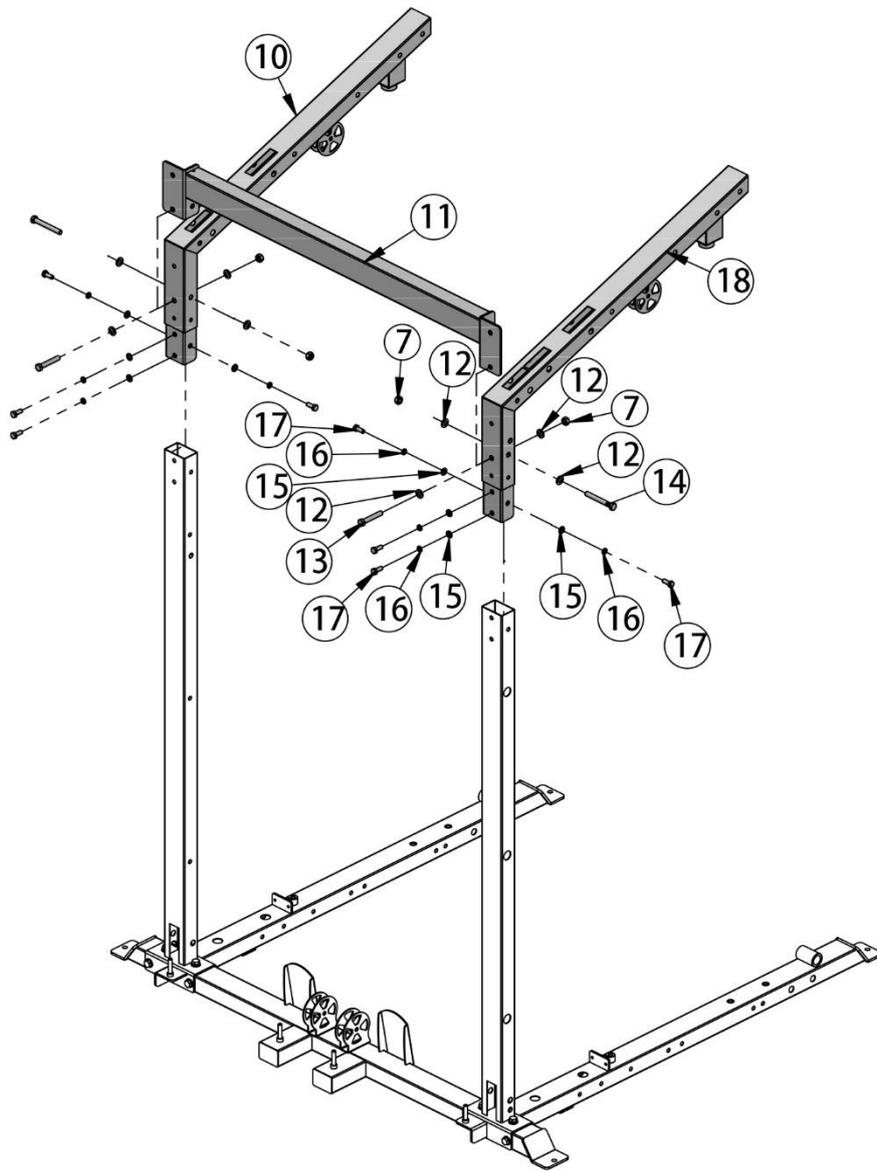


MONTERING / ASSEMBLY



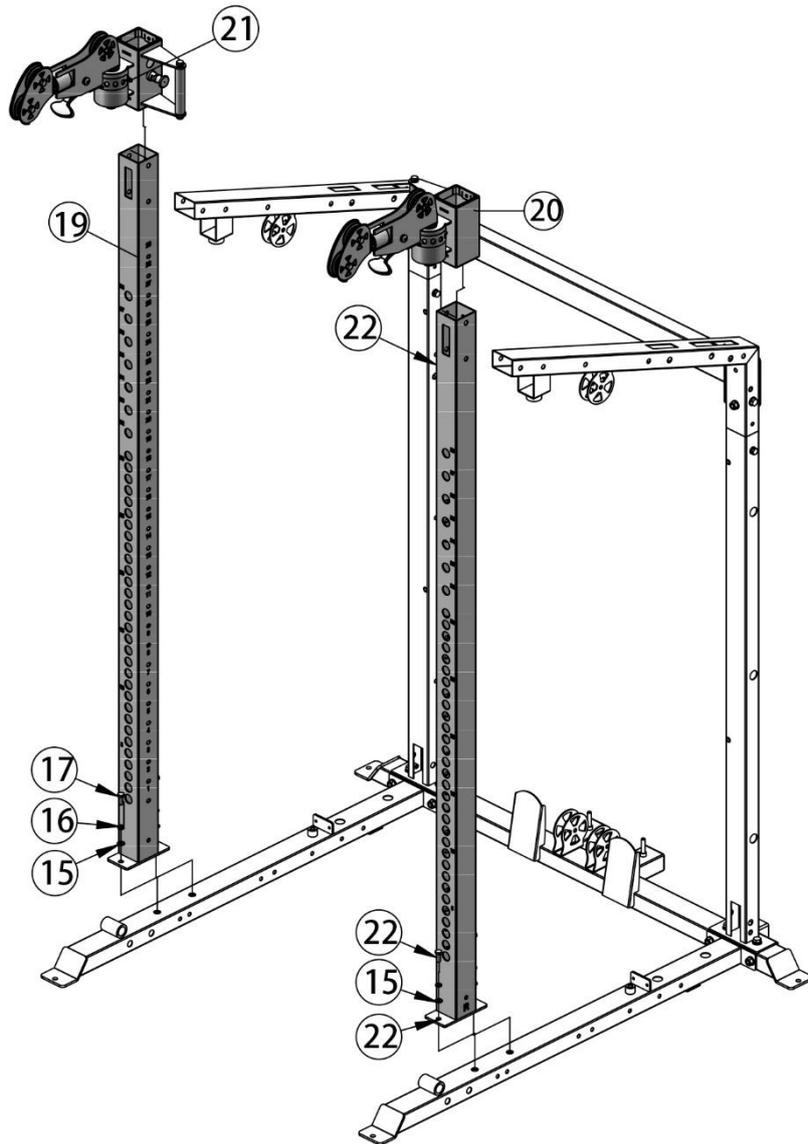
STEP 1

No.	Part Name	Specifications	QTY
1	3133 Rear Base Assembly	Assembly	1
2	3133 Rear Column Assembly (Right)	Assembly	1
3	3133 Lower Side Bracket Weldment (Right)	Weldment	2
4	φ12 Flat Washer	φ12	12
5	φ12 Spring Washer	φ12	4
6	M12×25 Hex Bolt	M12×25	4
7	M12 Lock Nut	M12	4
8	M12×100 Hex Bolt	M12×100	4
9	3133 Rear Column Assembly (Left)	Assembly	1
1	3133 Rear Base Assembly	Assembly	1



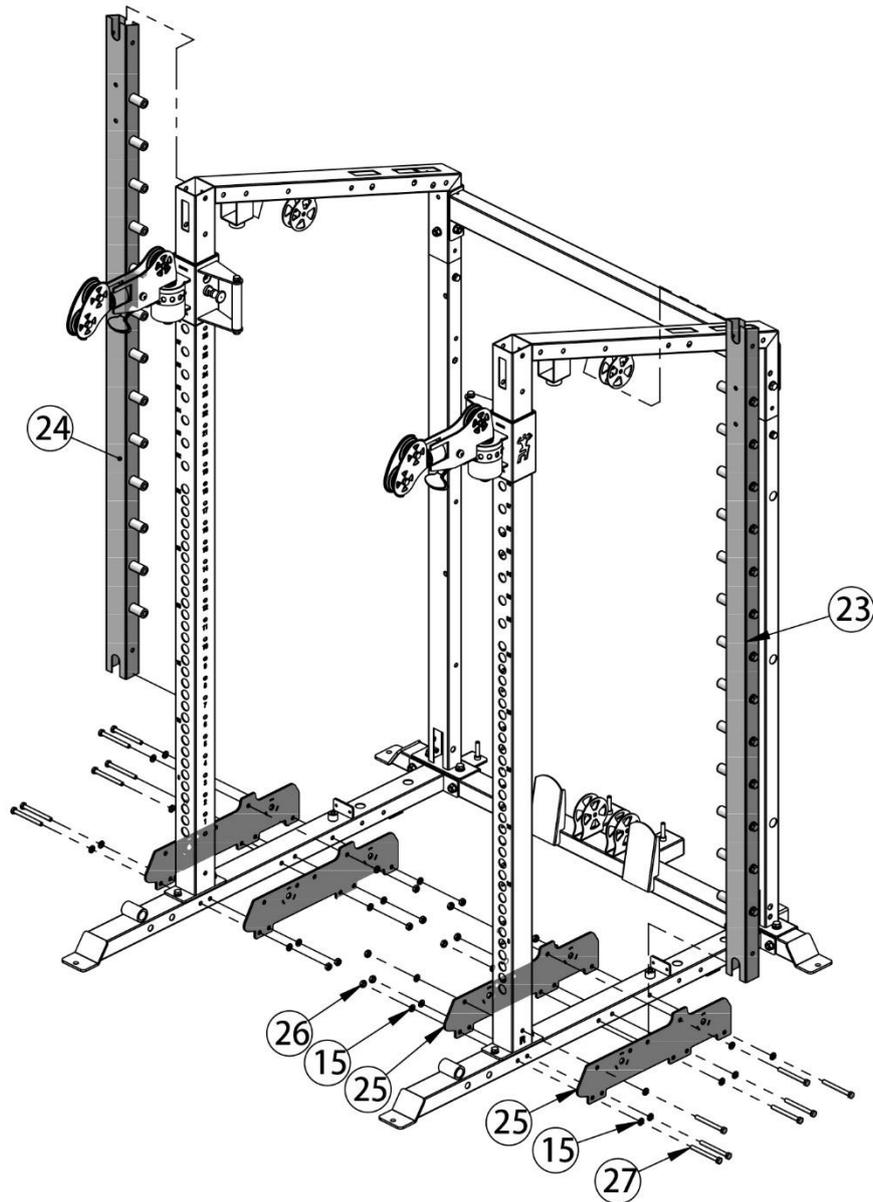
STEP 2

No.	Part Name	Specifications	QTY
10	3133 Upper Right Beam Assembly	Assembly	1
11	3133 Rear Cross Tube Weldment	Weldment	1
12	M12×105 Hex Bolt	M12×105	8
7	M12 Lock Nut	M12	4
13	M12×70 Hex Bolt	M12×70	2
14	M12×95 Hex Bolt	M12×95	2
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	8
16	φ10 Spring Washer	φ10	8
17	M10×25 Hex Bolt	M10×25	8
18	3133 Upper Left Beam Assembly	Assembly	1



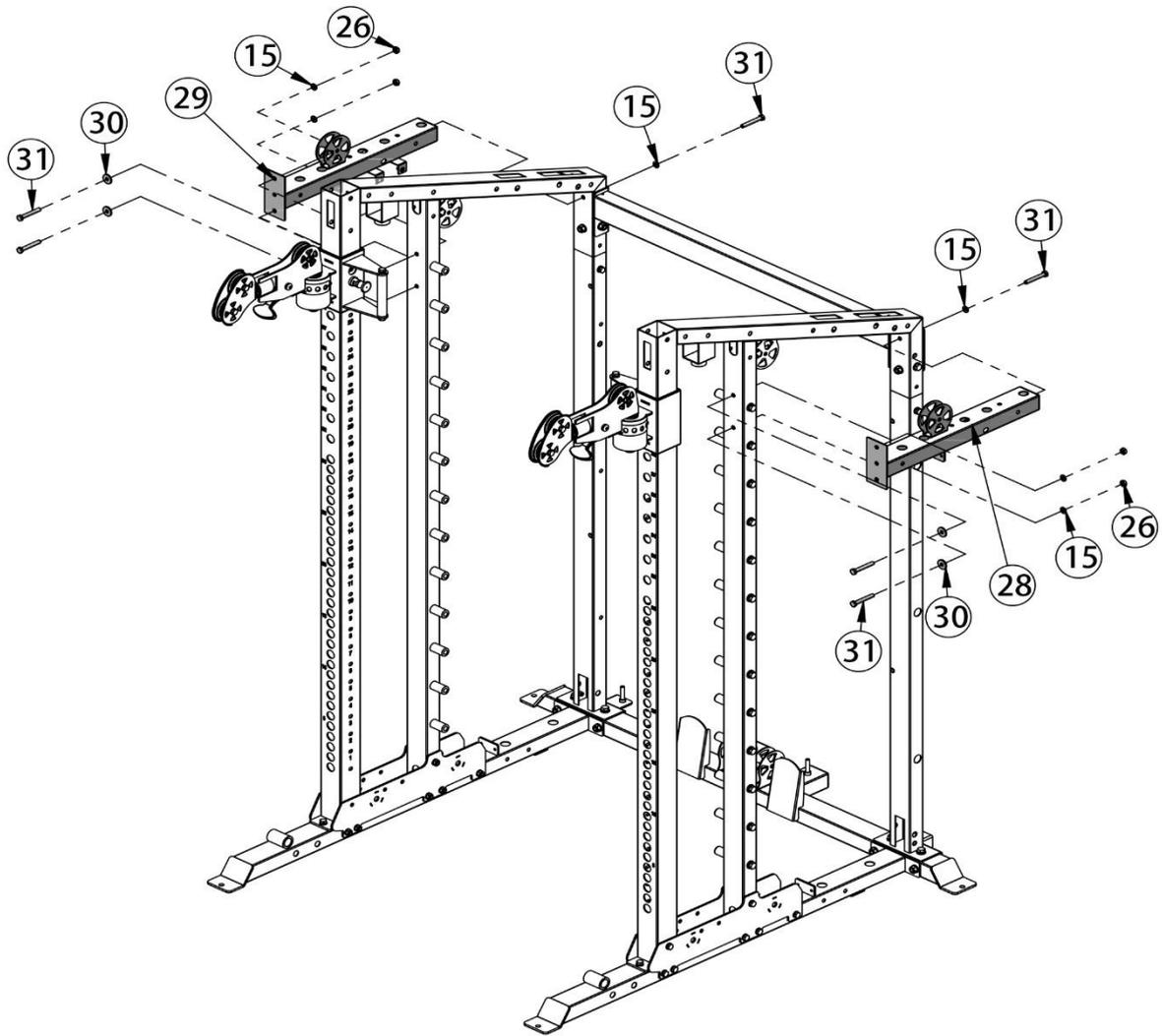
STEP 3

No.	Part Name	Specifications	QTY
19	3133 Front Guide Tube Le□ Weldment	Weldment	1
20	3133 Sliding Sleeve Assembly (Right)	Assembly	1
21	3133 Sliding Sleeve Assembly (Le□)	Assembly	1
22	3133 Front Guide Tube Right Weldment	Weldment	1
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	4
16	φ10 Spring Washer	φ10	4
17	M10×25 Hex Bolt	M10×25	4



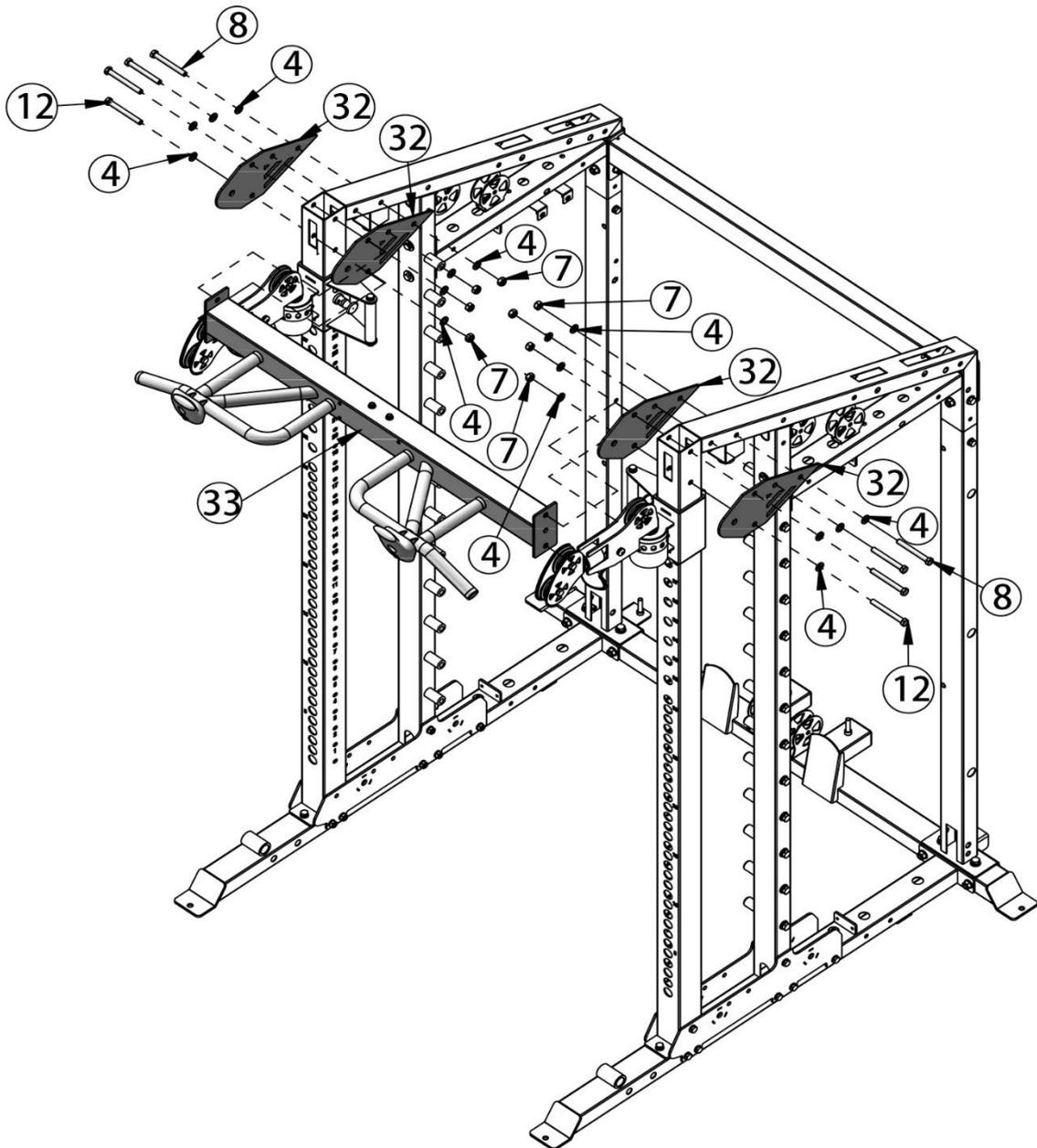
STEP 4

No.	Part Name	Specifications	QTY
23	3133 Right Middle Column Assembly	Assembly	1
24	3133 Left Middle Column Assembly	Assembly	1
25	3133 Bottom Fixing Plate	T5	4
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	26
26	M10 Lock Nut	M10	13
27	M10×100 Hex Bolt	M10×100	13



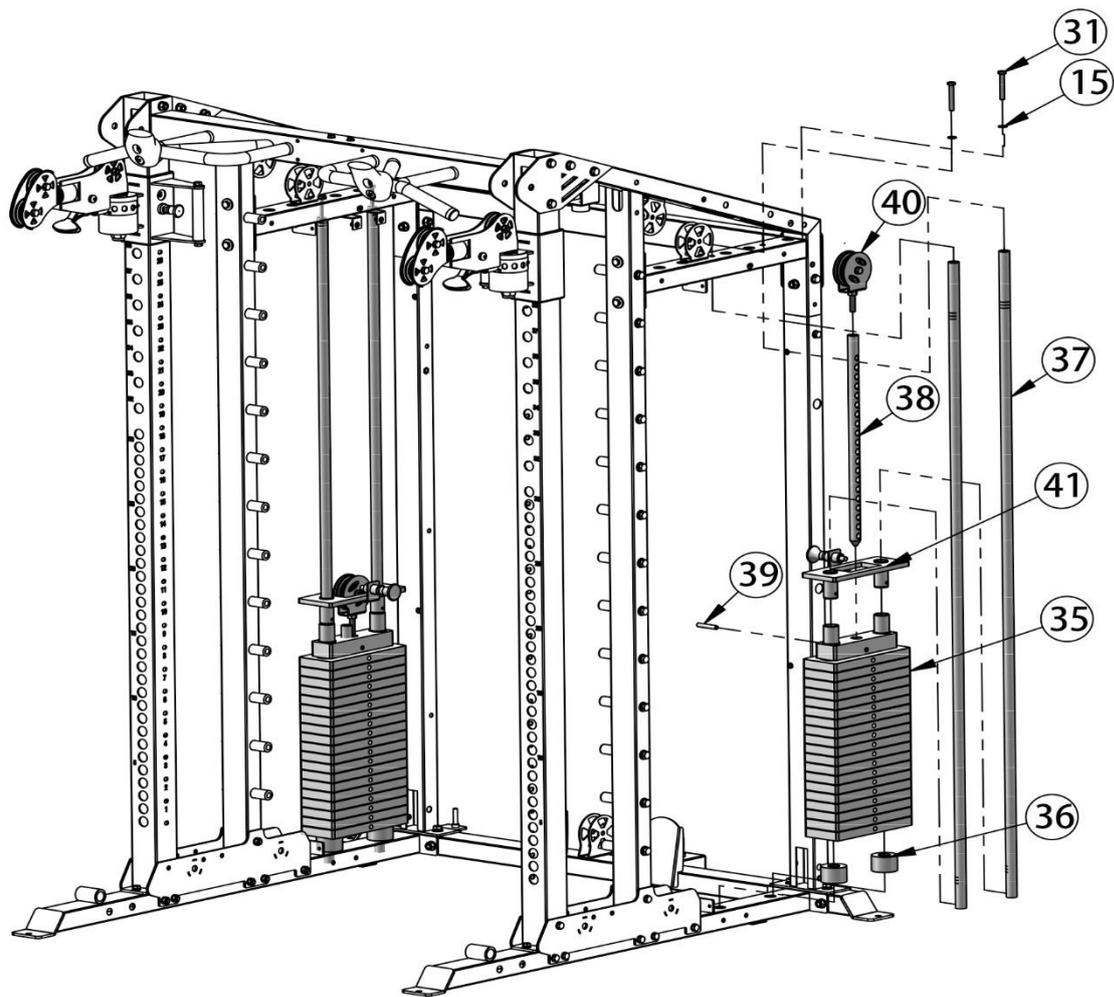
STEP 5

No.	Part Name	Specifications	QTY
28	3133 Middle Column Crossbar Assembly	Assembly	1
29	3133 Middle Column Crossbar Assembly	Assembly	1
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	6
26	M10 Lock Nut	M10	4
30	φ10 Large Flat Washer (GB Standard)	φ30×φ10×3	4
31	M10×70 Hex Bolt	M10×70	6



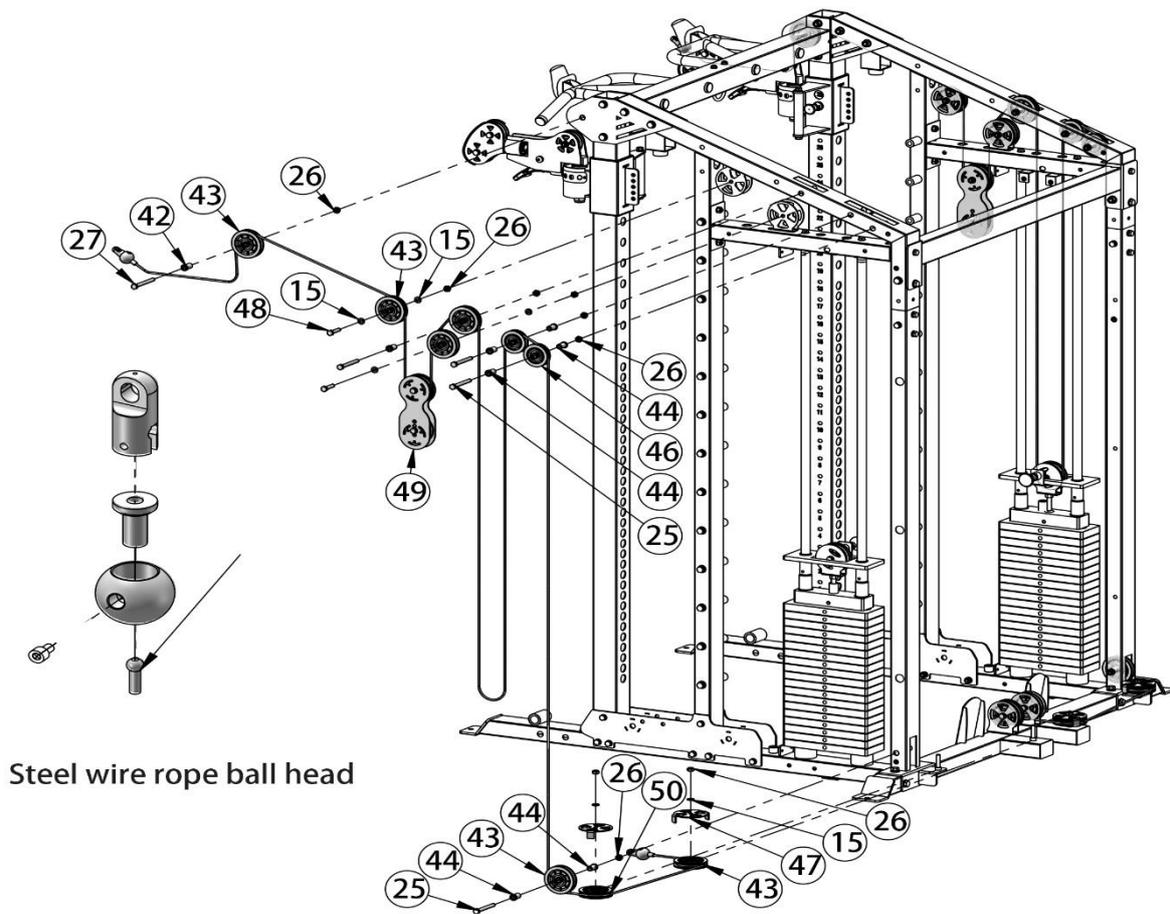
STEP 6

No.	Part Name	Specifications	QTY
32	3133 Front Trim Panel	T5	4
33	3133 Front Upper Crossbeam Assembly	Assembly	1
4	φ12 Flat Washer	φ12	16
7	M12 Lock Nut	M12	8
12	M12×105 Hex Bolt	M12×105	4
8	M12×100 Hex Bolt	M12×100	4



STEP 7

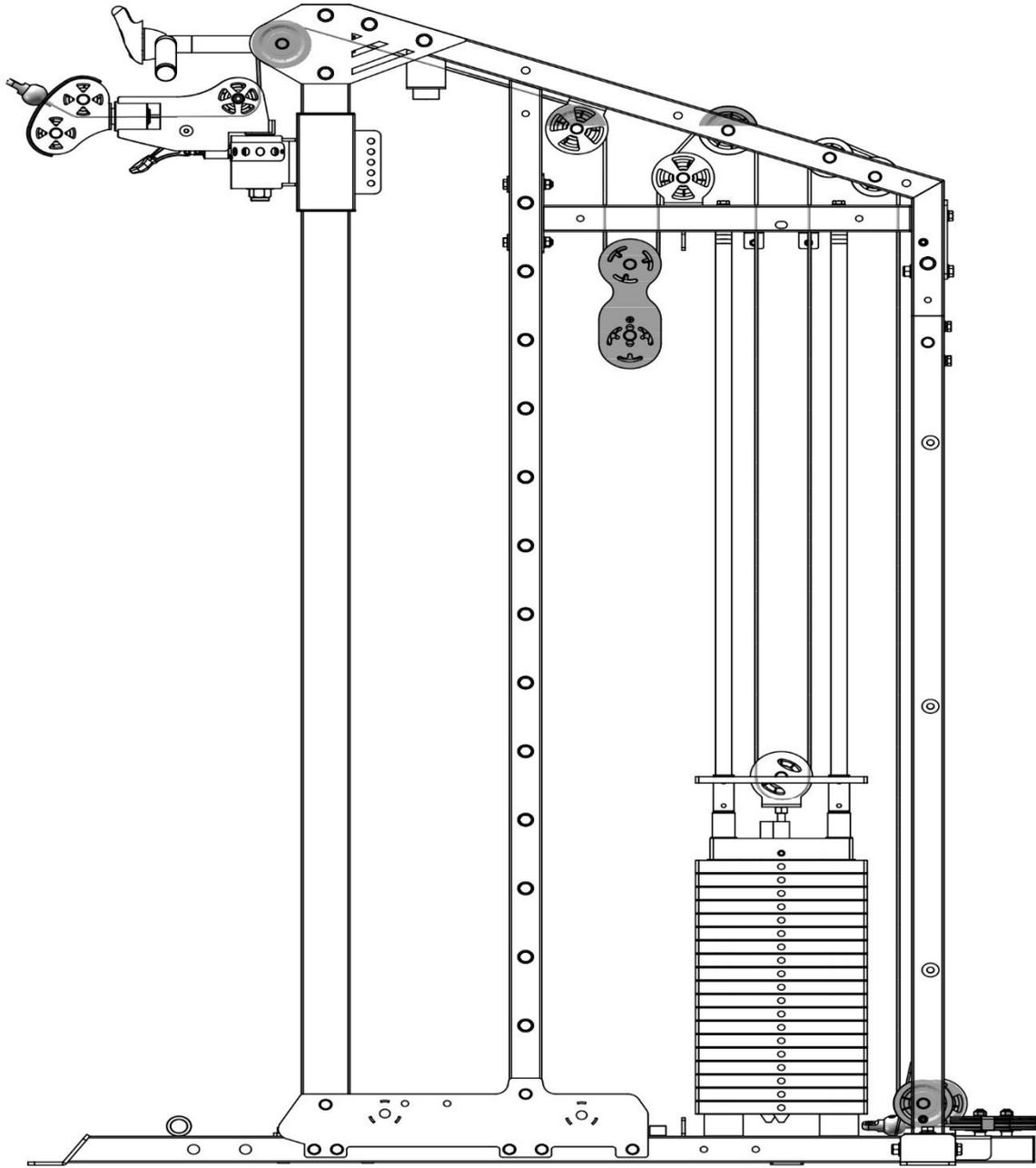
No.	Part Name	Specifications	QTY
35	3058 Cast Iron Weight (90KG)	90kg	2
36	60-27 Shock Absorber Pad	$\phi 60 \times \phi 27 \times 42$	4
37	3133 Weight Guide Rod Assembly	Assembly	4
38	3058 Lifting Rod (90KG)	$\phi 25$	2
39	10×60 Straight Groove Elastic Cylindrical Pin	10×60	2
40	3075 Weight Block Pulley Frame Assembly	Assembly	2
15	$\phi 10$ Flat Washer (GB Standard)	$\phi 10$	4
31	M10×70 Hex Bolt	M10×70	4
41	2KG Auxiliary Weight Assembly	Assembly	2



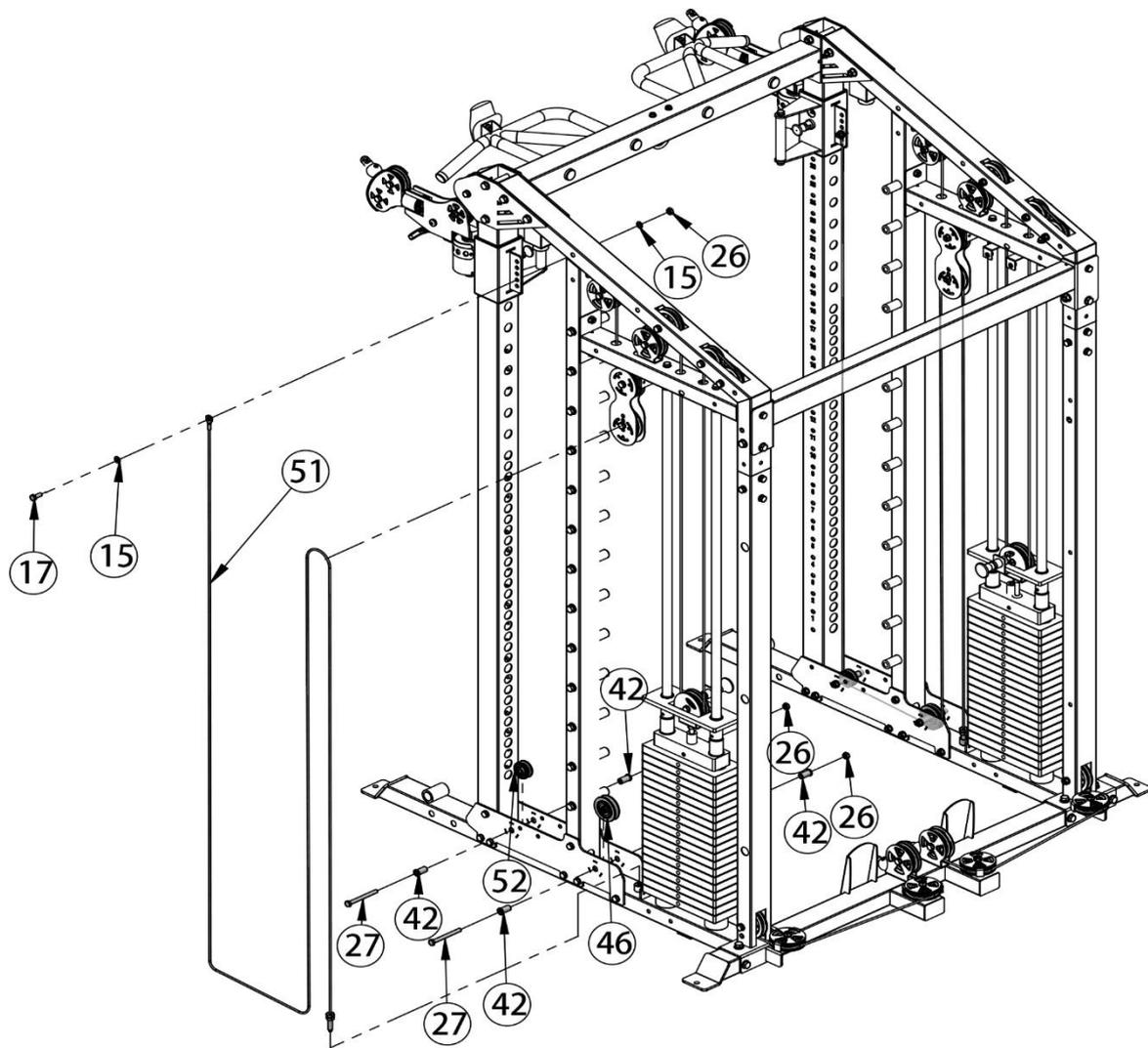
Steel wire rope ball head

STEP 8

No.	Part Name	Specifications	QTY
42	$\varphi 20 \times \varphi 16 \times 10.2 \times 33$ Powder - coated Sleeve	$\varphi 20 \times \varphi 16 \times 10.2 \times 33$	4
43	$\varphi 92$ Pulley (Powder - coated Sleeve)	$\varphi 92$	16
26	M10 Lock Nut	M10	20
27	M10 \times 100 Hex Bolt	M10 \times 100	2
44	Powder Metallurgy Sleeve	$\varphi 20 \times \varphi 16 \times 10.2 \times 28.5$	16
45	M10 \times 90 Hex - head Bolt	M10 \times 90	8
46	$\varphi 75$ Pulley	$\varphi 75$	4
47	3133 Pulley Baffle	T3	4
15	$\varphi 10$ Flat Washer (GB Standard)	$\varphi 10$	16
48	M10 \times 45 Hex - head Bolt	M10 \times 45	6
49	Movable Pulley Bracket Assembly	Assembly	2
50	3133 Fly - bird Steel Wire Rope	Assembly	2

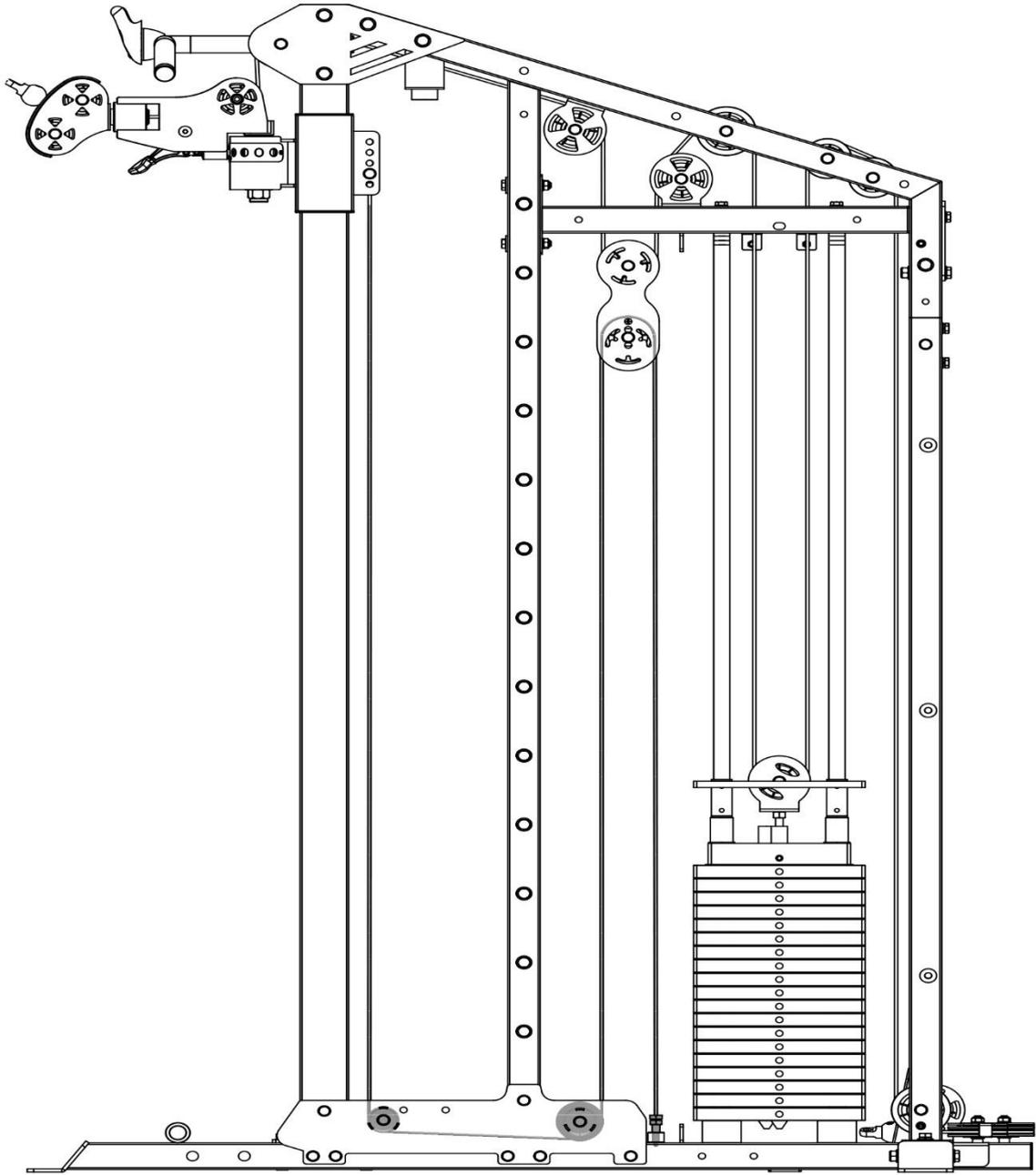


ASSEMBLY DRAWING

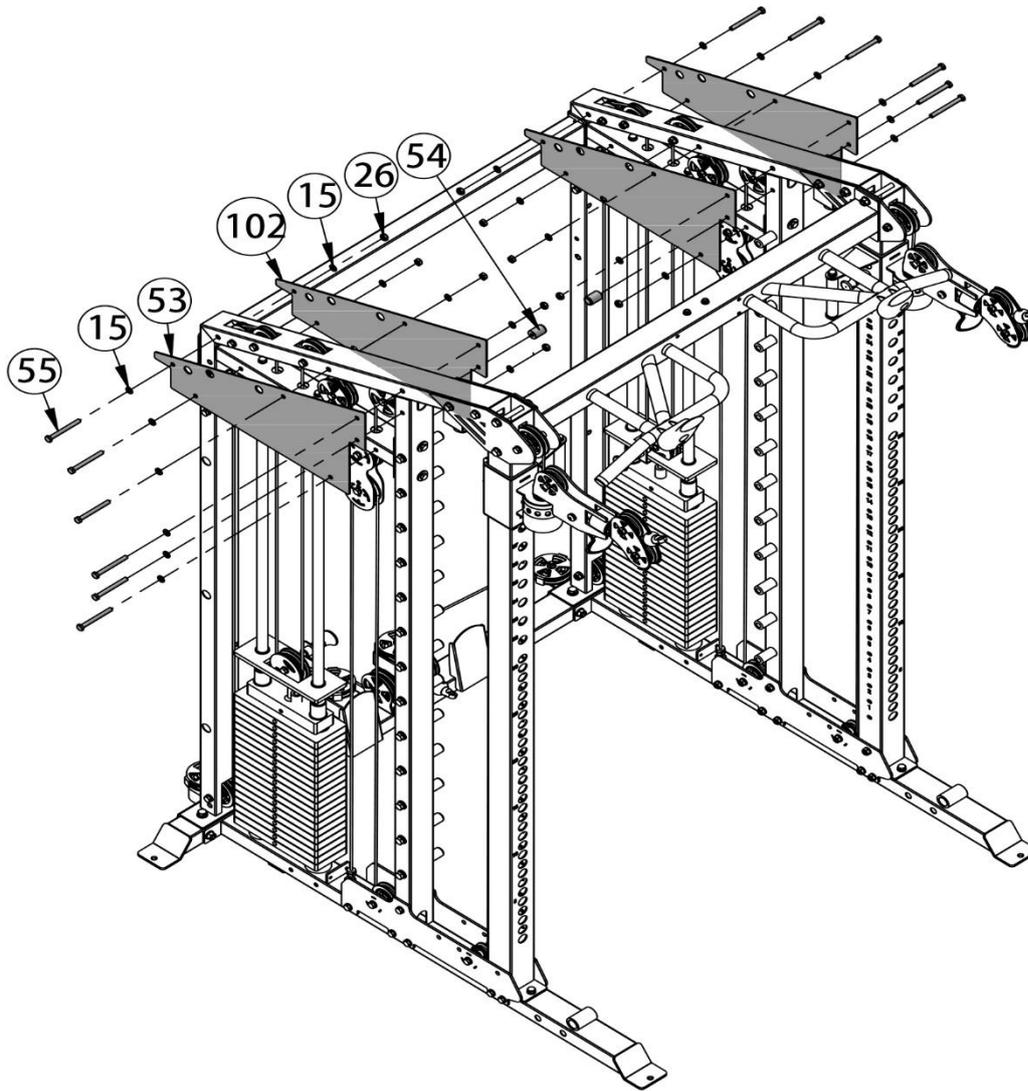


STEP 9

No.	Part Name	Specifications	QTY
51	3133 Fly - bird Lower Steel Wire Rope	$\varphi 5$	2
52	$\varphi 50$ Pulley	$\varphi 50$	2
46	$\varphi 75$ Pulley	$\varphi 75$	2
42	$\varphi 20 \times \varphi 16 \times 10.2 \times 33$ Powder - coated Sleeve	$\varphi 20 \times \varphi 16 \times 10.2 \times 33$	8
26	M10 Lock Nut	M10	6
27	M10 \times 100 Hex Bolt	M10 \times 100	4
15	$\varphi 10$ Flat Washer (GB Standard)	$\varphi 10$	4
17	M10 \times 25 Hex Bolt	M10 \times 25	2

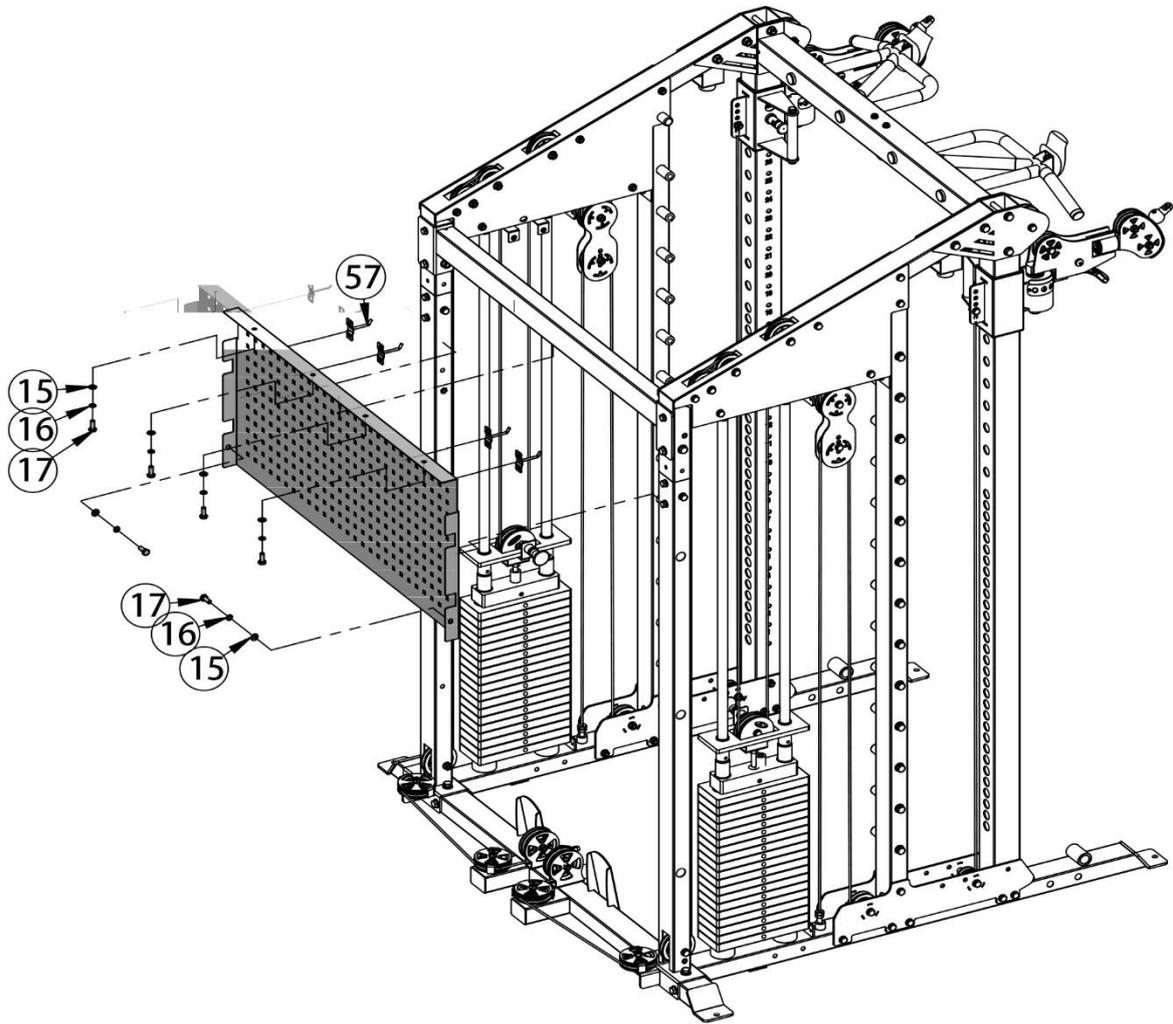


ASSEMBLY DRAWING



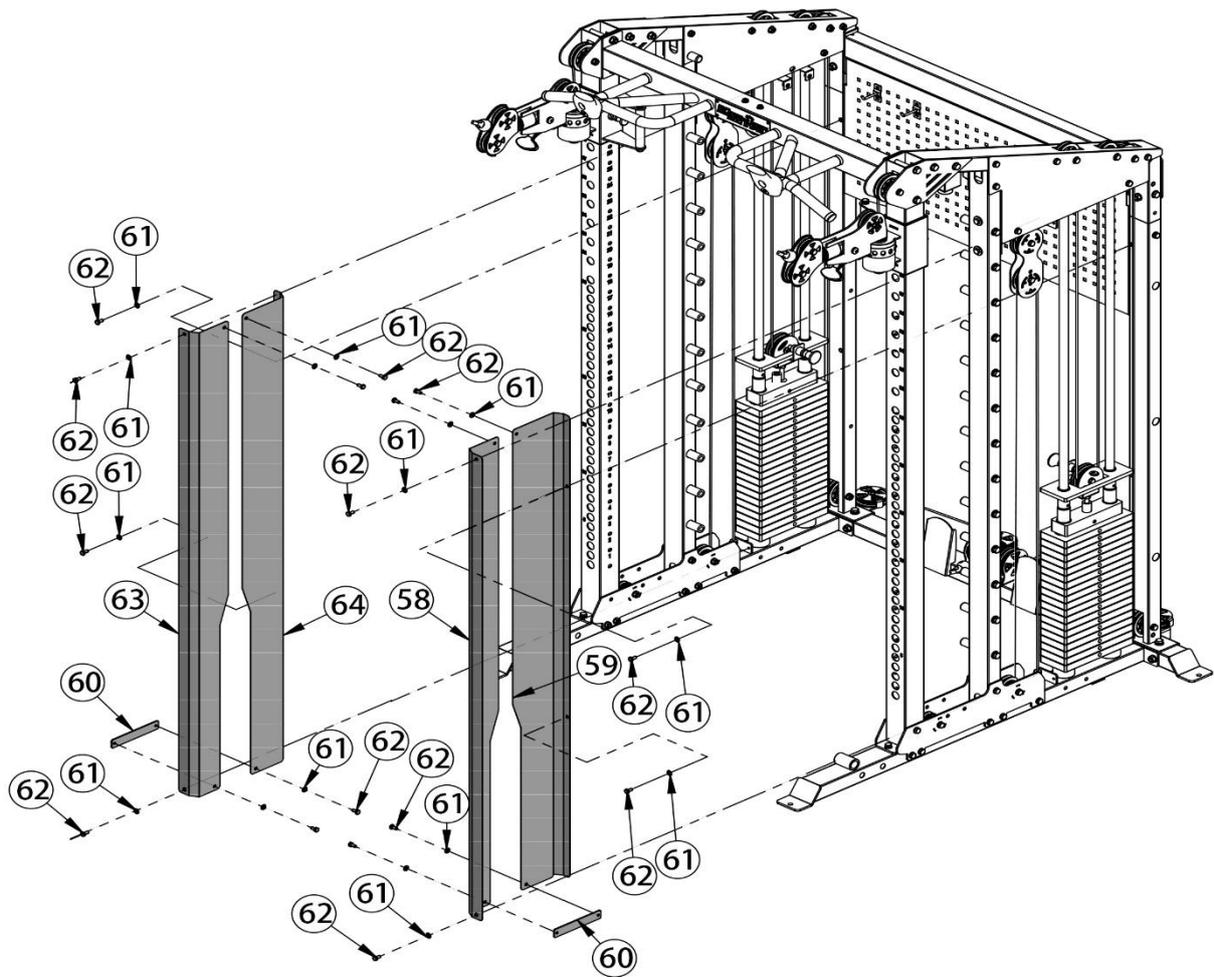
STEP 10

No.	Part Name	Specifications	QTY
102	3133 Top Trim Panel	T3	2
53	3133 Outer Trim Panel	T3	2
54	3083 Short Hanging Rod Sha□	φ25*35 - M10	2
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	22
26	M10 Lock Nut	M10	10
55	M10×95 Hex - head Bolt	M10×95	12



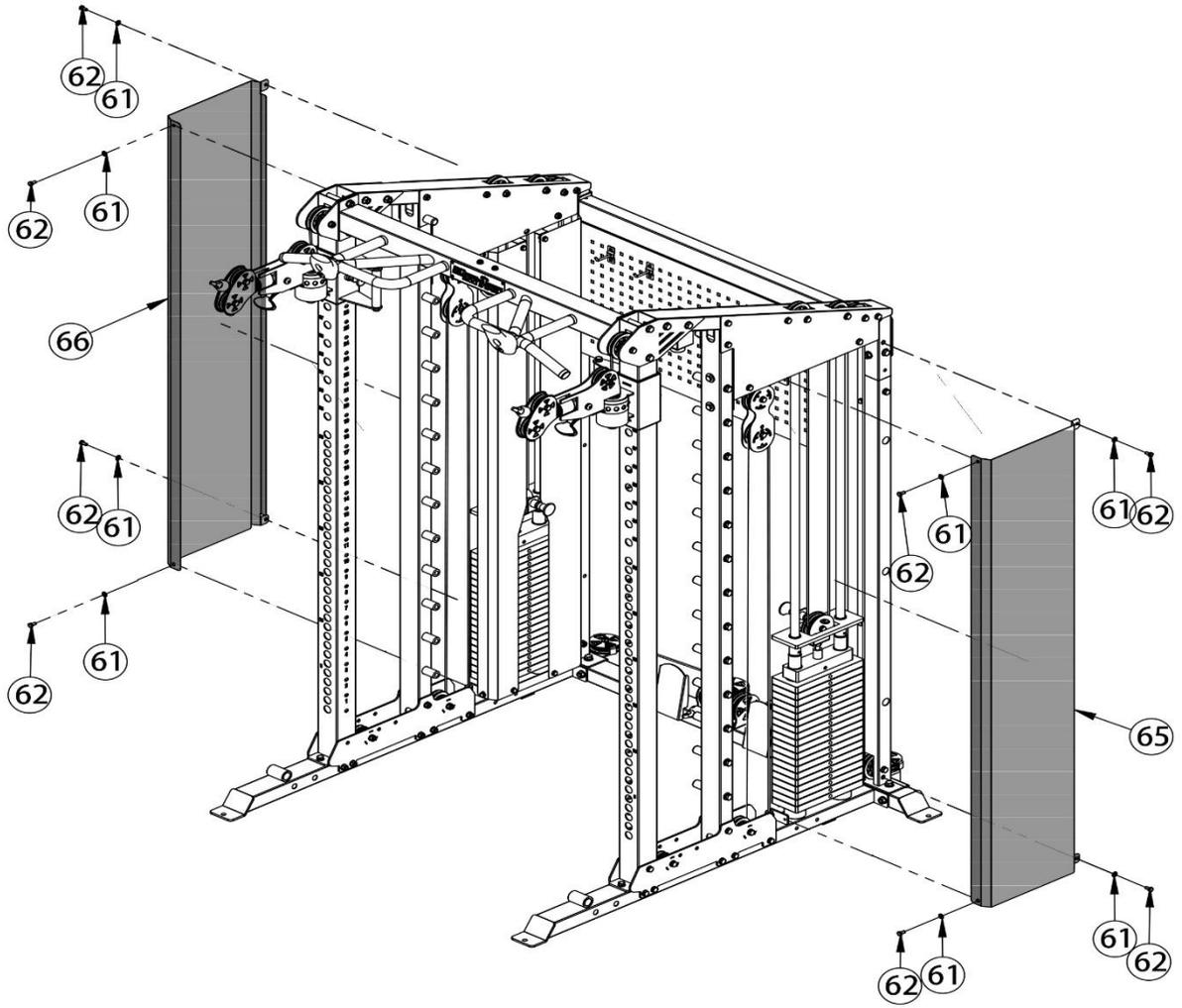
STEP 11

No.	Part Name	Specifications	QTY
56	3133 Rear Back Panel	T1.5	1
57	3088B Single Inclined Hook - 50	50mm	4
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	6
16	φ10 Spring Washer	φ10	6
17	M10×25 Hex Bolt	M10×25	6



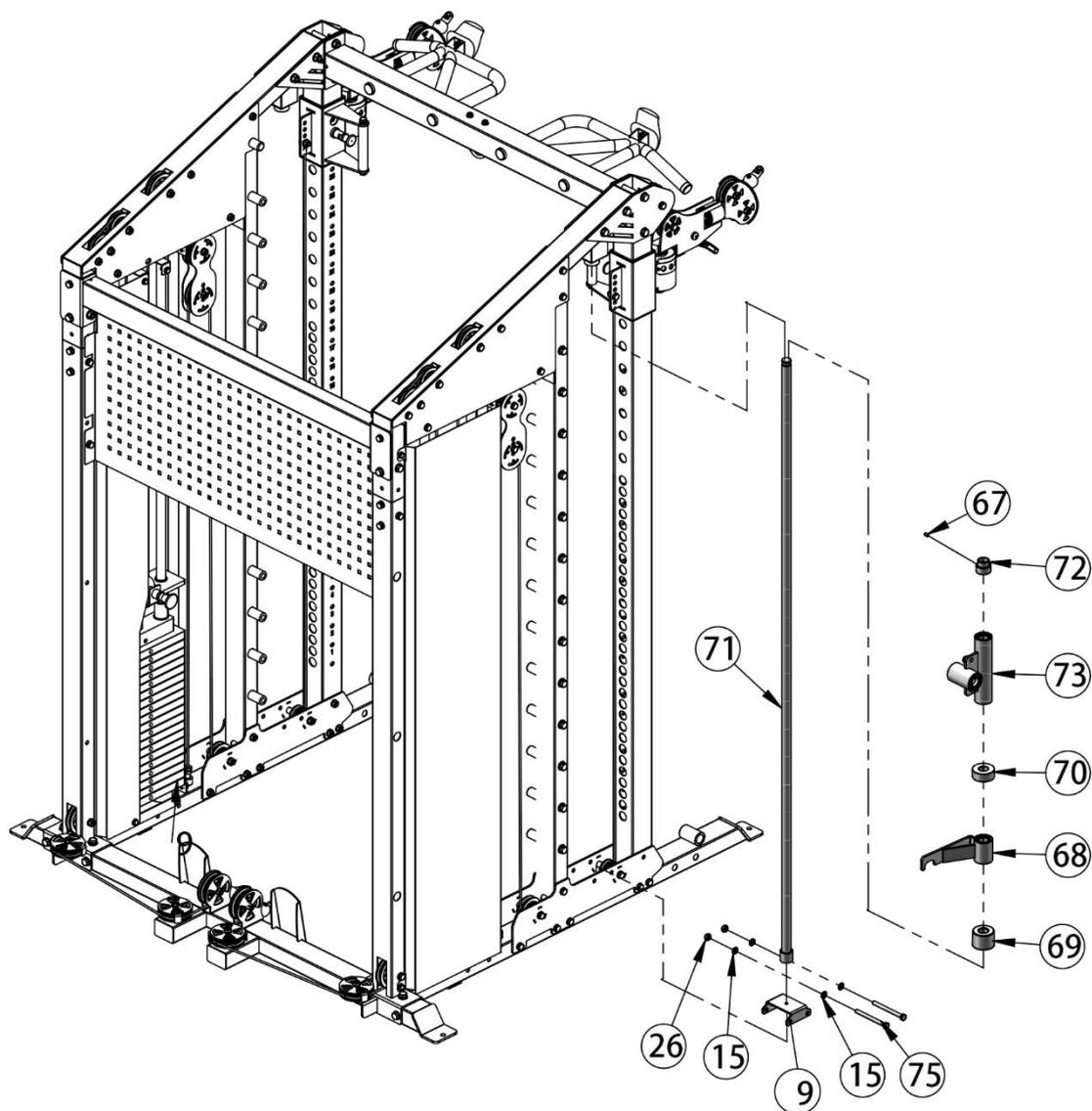
STEP 12

No.	Part Name	Specifications	QTY
58	3133 Right Inner Panel Le□	T1	1
59	3133 Right Inner Panel Right	T1	1
60	3133 Inner Panel Connec□ing Plate	T3	2
61	φ8 Flat Washer	φ8	16
62	M8×16 Hex - head Bolt	M8×16	16
63	3133 Le□ Inner Panel Le□	T1	1
64	3133 Le□ Inner Panel Right	T1	1



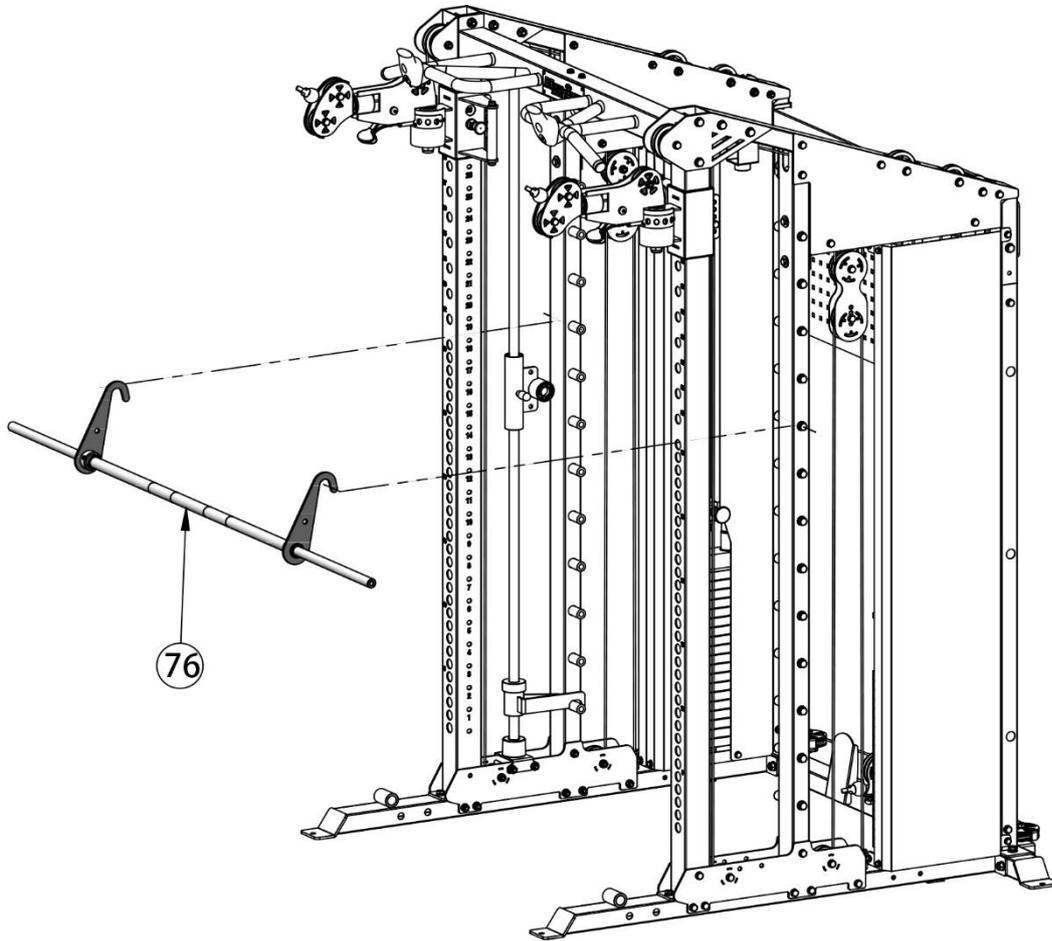
STEP 13

No.	Part Name	Specifications	QTY
65	3133 Outer Protective Cover Right	T1	1
61	φ8 Flat Washer	φ8	8
62	M8×16 Hex - head Bolt	M8×16	8
66	3133 Outer Protective Cover Left	T1	1



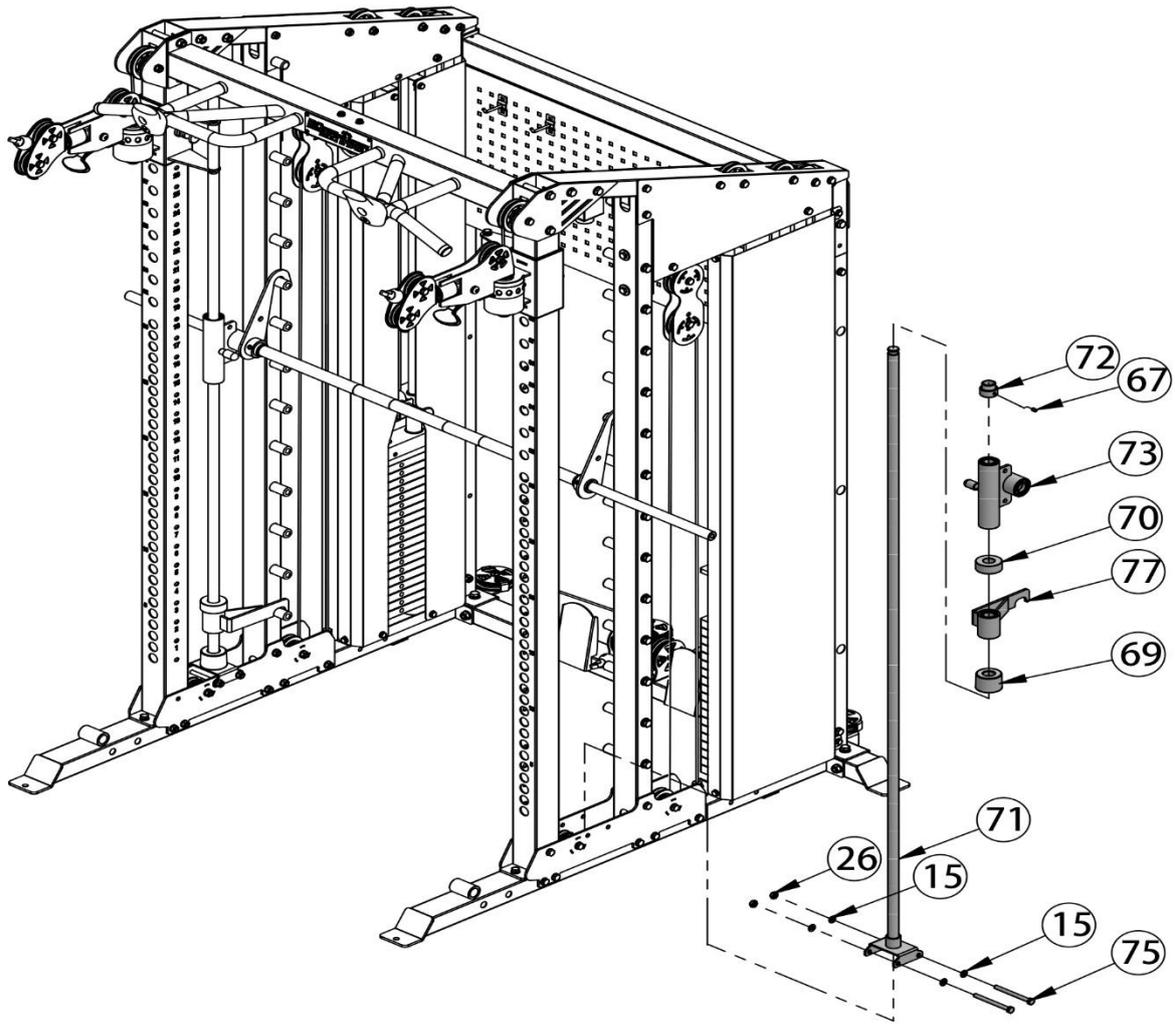
STEP 14

No.	Part Name	Specifications	QTY
67	M8X10 Headless Socket - head Cap Screw	M8*10	1
68	3000 Safety Hook Right Assembly	Assembly	1
69	Barbell Rod Shock - absorbing Pad	$\varphi 60 \times \varphi 26 \times 45$	1
70	60 - 26 Shock Absorber Pad	$\varphi 60 \times \varphi 26 \times 25$	1
71	1878 Long - guide Rod	$\varphi 25 * 1878$	1
72	3010 Guide Rod Locking Sleeve	$\varphi 40 * \varphi 25.5 * 35$	1
73	3000 Sliding sleeve Welding Assembly	Assembly	1
74	3133 Guide Rod Bottom Fixed Weldment	Weldment	1
15	$\varphi 10$ Flat Washer (GB Standard)	$\varphi 10$	4
26	M10 Lock Nut	M10	2
75	M10 \times 110 Hex - head Bolt	M10 \times 110	2



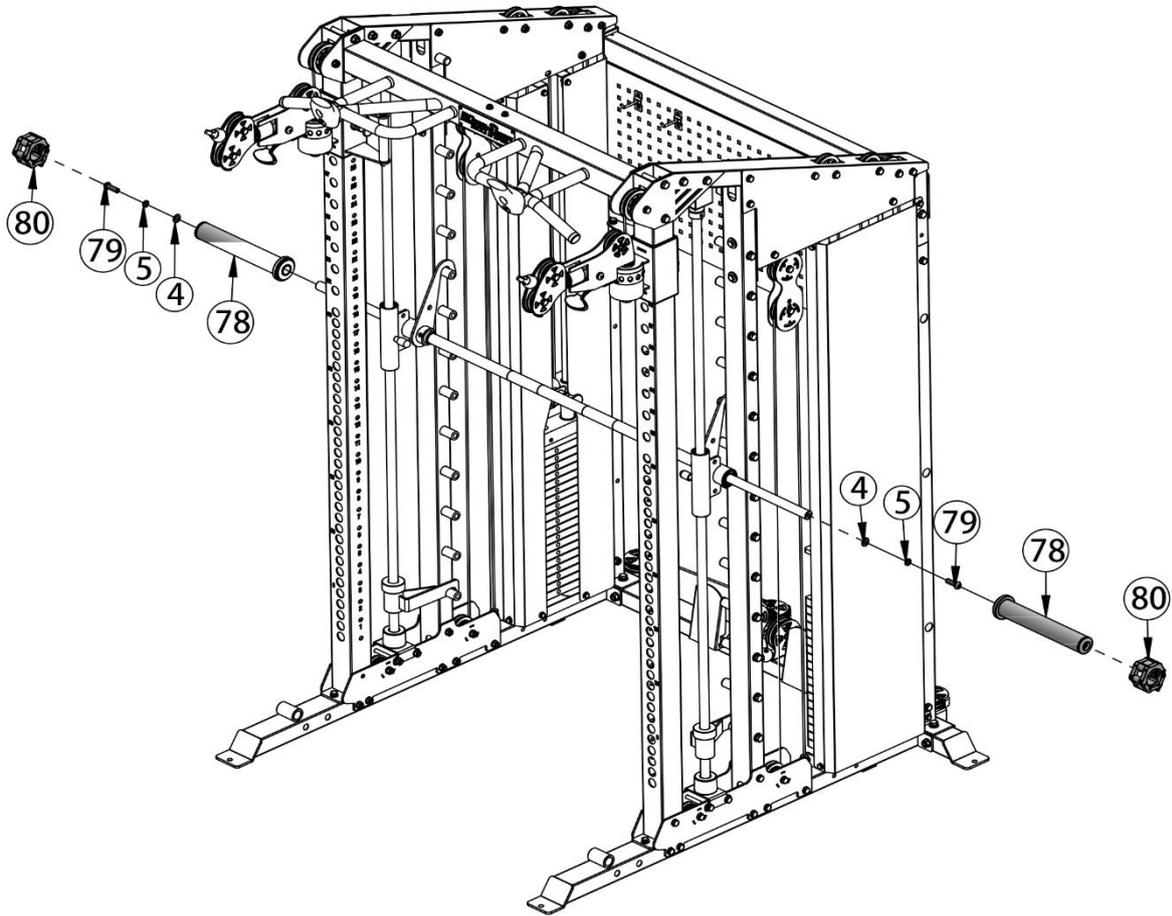
STEP 15

No.	Part Name	Specifications	QTY
76	3070 Aluminum Barbell Rod Assembly	Assembly	1



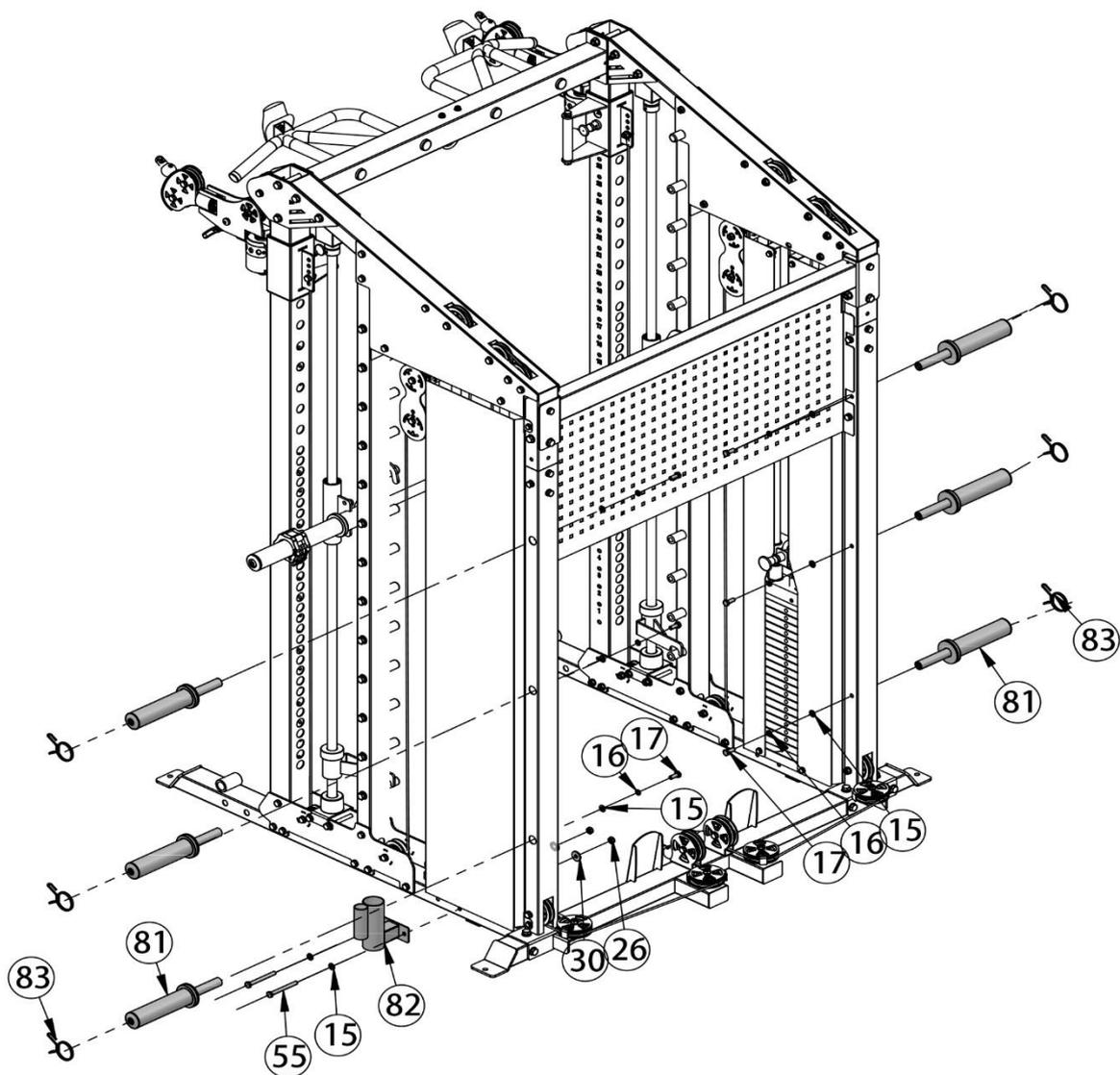
STEP 16

No.	Part Name	Specifications	QTY
74	3133 Guide Rod Bottom Fixed Weldment	Weldment	1
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	4
26	M10 Lock Nut	M10	2
75	M10×110 Hex - head Bolt	M10×110	2
73	3000 Sliding sleeve Welding Assembly	Assembly	1
72	3010 Guide Rod Locking Sleeve	φ40*φ25.5* 35	1
71	1878 Long - guide Rod	φ25*1878	1
70	60 - 26 Shock Absorber Pad	φ60×φ26×25	1
69	Barbell Rod Shock - absorbing Pad	φ60×φ26×45	1
77	3000 Safety Hook Le□ Assembly	Assembly	1
67	M8X10 Headless Socket - head Cap Screw	M8*10	1



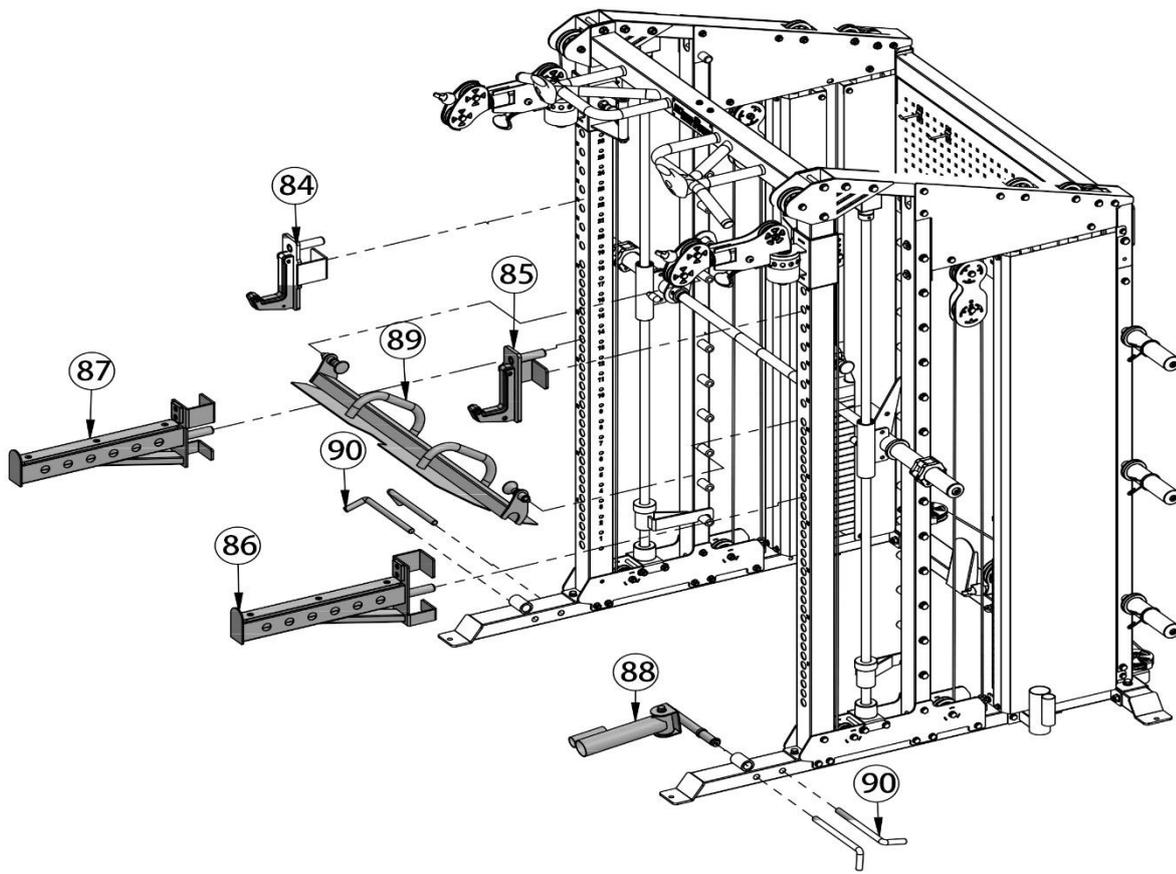
STEP 17

No.	Part Name	Specifications	QTY
78	3000B Barbell Rod Sleeve Assembly	Assembly	2
4	φ12 Flat Washer	φ12	2
5	φ12 Spring Washer	φ12	2
79	M12×40 Socket - head Cap Screw with Flat	M12×40	2
80	Barbell Card φ85Xφ50XH49	φ85Xφ50XH49	2



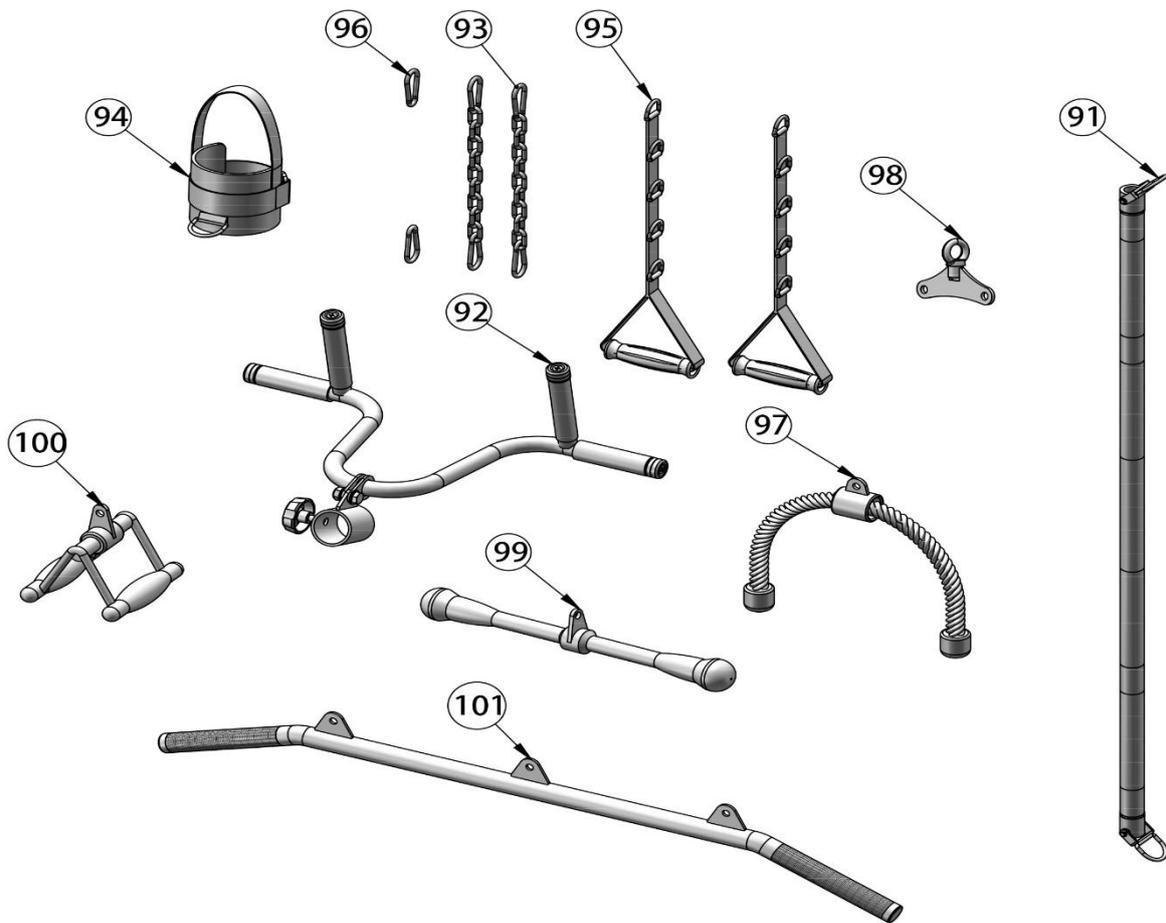
STEP 18

No.	Part Name	Specifications	QTY
81	3133 Barbell Hanging Rod Assembly	Assembly	6
82	3000 Barbell Rod Sleeve Welding	Weldment	1
15	φ10 Flat Washer (GB Standard)	φ10	8
16	φ10 Spring Washer	φ10	6
17	M10×25 Hex Bolt	M10×25	6
30	φ10 Large Flat Washer (GB Standard)	φ30×φ10×3	2
26	M10 Lock Nut	M10	2
55	M10×95 Hex - head Bolt	M10×95	2
83	φ50 Butterfly Clip	φ50	6



STEP 19

No.	Part Name	Specifications	QTY
84	3133 Short Safety Guard - Left Assembly	Assembly	1
85	3133 Short Safety Guard - Right Assembly	Assembly	1
86	3133 Long Safety Guard Right Assembly	Assembly	1
87	3133 Long Safety Guard Left Assembly	Assembly	1
88	3000 Rotating Rod Assembly	Assembly	1
89	3070 Pedal Plate Assembly	Assembly	1
90	Fixed Elastic Rope	φ17×250×77L	4



SPARE PARTS LIST

No.	Part Name	Specifications	QTY
91	Aluminum Alloy Cross - bar Assembly 1130	Assembly	1
92	Puller Assembly	Assembly	1
93	Chain + Hoist Hook	Assembly	2
94	Hook Foot Belt	Leather Belt Loop	1
95	Five - ring Handle Belt	Five - ring	2
96	Hoist Hook	Standard Part	2
97	Bicep Rope	φ28*690	1
98	3106 Double - pull Plate Assembly	Assembly	1
99	810 Short Straight Pull Handle	Assembly	1
100	810 Triangular Pull Handle	Assembly	1
101	3075 Large Pull Handle Assembly	Assembly	1
102	3133 Top Trim Panel	T3	2

VIKTIG INFORMASJON

Apparatet skal kun brukes som beskrevet i denne bruksanvisningen. Eieren av apparatet er ansvarlig for at alle brukere er kjent med disse sikkerhetsreglene.

Under montering; sørg for at alle skruer og muttere sitter på rett plass og at de entrer skikkelig, før du begynner å stramme noen av dem.

Plasser apparatet på et flatt og jevnt underlag.

Apparatet må ikke brukes eller oppbevares utendørs, eller i rom med unormalt høy luftfuktighet. Det er ikke anbefalt å bruke apparatet i garasje, carport eller på overbygget terrasse. Apparatet bør ikke stå plassert der den utsettes for direkte sollys. Produktet er ment å stå plassert i rom med normal romtemperatur (over 16 grader). Apparatet skal oppbevares tørt og frostfritt.

Det anbefales å benytte en underlagsmatte, for å eliminere sjansene for at gulv eller gulvbelegg tar skade ifm. bruk av apparatet. Forsikre deg om at produktets transporthjul ikke skader gulvet før du flytter på det, eventuelle skader dekkes ikke.

Før hver bruk; påse at alle skruer og muttere er godt strammet til. Dersom det oppdages løse eller defekte deler; sørg for at ingen benytter seg av apparatet før den er i tilfredsstillende stand igjen. Bruk egnede sko ved bruk av apparatet. Bruk av sko med grovt mønster bør ikke brukes pga. slitasje.

Apparatet skal kun benyttes av en person av gangen.

Ved justeringer; se til at justeringsskruer er godt strammet før du tar apparatet i bruk. Løse justeringsskruer fører til mer bevegelse og raskere slitasje enn nødvendig.

Barn må ikke benytte apparatet uten tilsyn, og bør heller ikke være i nærheten når apparatet er i bruk av andre.

Apparatet bør ikke brukes ifm. medisinsk eller fysikalsk behandling, med mindre det er spesielt anbefalt av lege eller fysioterapeut.

Les instruksene i brukerveiledningen vedr. rengjøring og vedlikehold nøye. Å følge disse instruksene kan være avgjørende for den totale livslengden for både enkeltkomponenter og produktet i sin helhet. Dersom vedlikehold som beskrevet i denne manualen ikke er utført kan det medføre til at garanti bortfaller.

Det tas forbehold om trykkfeil i manualen.

Vedlikehold

Del	Anbefalt vedlikehold	Hvor ofte?	Rens	Smøremiddel
Ramme	Rens med en myk, ren og fuktig klut.	Etter bruk	Vann	Nei
Bolter, muttere etc.	Alle bolter, muttre og skruer inspiseres og etterstrammes ved behov.	Månedlig	Nei	Nei
Bevegelige deler	Inspiser for slitasje, bytt ut deler som er slitt eller skadet.	Månedlig	Nei	WD-40

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Service. Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylناسport.no – her vil du finne informasjon om produktene, brukermanualer, ett kontaktskjema for å komme i kontakt med oss og mulighet for å bestille reservedeler. Ved å fylle ut kontaktskjema gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.

VIKTIG INFORMATION

Enheten får endast användas enligt beskrivningen i denna bruksanvisning. Ägaren till apparaten ansvarar för att se till att alla användare är bekanta med dessa säkerhetsregler.

Placera enheten på en plan och jämn yta. Under montering; se till att alla skruvar och muttrar sitter på rätt plats och att de sitter ordentligt innan du börjar dra åt någon av dem.

Enheten får inte användas eller förvaras utomhus eller i rum med onormalt hög luftfuktighet. Det rekommenderas inte att använda enheten i ett garage, carport eller på en täckt terrass. Enheten bör inte placeras där den utsätts för direkt solljus. Produkten är avsedd att placeras i ett rum med normal rumstemperatur (över 16 grader). Apparaten ska förvaras torrt och frostfritt.

Det rekommenderas att använda underlagsmatta, för att eliminera risken för att golvet eller golvbeläggningen skadas p.g.a. användning av enheten. Se till att produktens transporthjul inte skadar golvet innan du flyttar det, eventuella skador täcks inte.

Före varje användning; se till att alla skruvar och muttrar är ordentligt åtdragna. Om lösa eller defekta delar upptäcks; se till att ingen använder apparaten förrän den är i tillfredsställande skick igen. Bär lämpliga skor när du använder apparaten. Användningen av skor med ett grovt mönster bör inte användas pga Slitage.

Enheten får endast användas av en person åt gången.

Vid justeringar; se till att justerskruvarna är ordentligt åtdragna innan du använder apparaten. Lösa justerskruvar leder till mer rörelse och snabbare slitage än nödvändigt.

Barn får inte använda apparaten utan uppsikt och de bör inte heller vara i närheten när apparaten används av andra.

Enheten ska inte användas i samband med medicinsk eller fysisk behandling, om det inte specifikt rekommenderas av en läkare eller sjukgymnast.

Läs instruktionerna i bruksanvisningen angående rengöring och underhåll noggrant. Att följa dessa instruktioner kan vara avgörande för den totala livslängden för både enskilda komponenter och produkten som helhet. Om underhåll enligt beskrivningen i denna manual inte utförs kan detta leda till att garantin upphör att gälla.

Reservation tas för typografiska fel i manualen.

Underhåll

Del	Rekomenderat återhold	Hur ofta?	Rens	Smörjmedel
Ram	Rengör med en mjuk, ren och fuktig trasa.	Efter användning	Vatten	Nej
Bultar, muttrar etc.	Inspektera alla bultar, muttrar och skruvar. Dra åt om det behövs.	Månadsvis	Nej	Nej
Rörliga delar	Kontrollera för slitage, ersätta delar som är slitna eller skadade.	Månadsvis	Nej	WD-40

VIKTIGT BETRÄFFANDE SERVICE

Om det skulle uppstå roblem av något slag, kontakta Mylna Service. Vi skulle vilja att ni kontaktar oss innan du kontaktar butiken så att vi kan erbjuda dig bästa möjliga hjälp.

Besök vår hemsida www.mylناسport.se - här hittar du information om produkterna, bruksanvisningar, ett kontaktformulär som du kan använda för att komma i kontakt med oss och möjlighet att beställa reservdelar. Genom att fylla ut kontakformuläret ger du oss den information vi behöver för att hjälpa dig så effektivt som möjligt.

IMPORTANT INFORMATION

The exercise machine should only be operated as described in this manual.

The owner of the equipment is responsible that all users of the exercise machine are familiar with the contents of these precautions.

Place the exercise machine on a flat and smooth surface. During assembly, make sure that all nuts and bolts are in their right places and properly entered before tightening any of them.

The exercise equipment must not be used outdoors, or in rooms with extraordinary humidity. It is not recommended to use the machine in a garage, carport or covered terrace.

It is recommended to use a protective mat to eliminate the risk of damage to the floor during the use of the exercise machine.

Store the exercise machine in a frost free and dry environment. The display should never be exposed to direct sunlight.

Before every use, make sure that all nuts and bolts are securely tightened. If any loose or defective parts are revealed, make sure that no one uses the exercise machine until it has been properly replaced or tightened.

Always use shoes with a proper rubber sole when using the exercise machine.

The exercise machine should only be used by one person at the time.

Children must not use the equipment unattended, and they should not be around while the exercise machine is being used by others.

The exercise machine should not be used for medical purposes or physical therapy, unless it is specifically recommended by your doctor or physical therapist.

With reservation for any misprints.

Maintenance

Part	Recomended maintenance	How often?	Cleaning	Lubrication
Frame	Clean with a soft, clean and moist cloth.	After use	Water	No
Bolts, nuts etc.	Inspect all bolts, nuts and screws. Tighten if necessary.	Monthly	No	No
Movable parts	Inspect for wear, replace parts that are worn or damaged.	Monthly	No	WD-40

IMPORTANT REGARDING SERVICE

In the event of problems of any kind, please contact Mylna Service. We would like you to contact us before contacting the store so we can offer you the best possible help.

Visit our website www.mylnasport.no – here you will find information about the products, user manuals, a contact form to get in touch with us and possibility to order spare parts. By filling out the contact form you give us the information we need to help you as effectively as possible.



Leverandør:
Mylna Sport AS
Postboks 567
3412 Lierstranda
Norway
abilica.no
mylnasport.no

Leverantör:
Mylna Sport AB
Box 181
56624 Habo
Sverige
abilica.se
mylnasport.se

Supplier:
Mylna Sport AS
PO Box 567
3412 Lierstranda
Norway
abilica.com
mylnasport.com