

Na Multifunctional Chin Up Bar

Instructions

Multifunctional Chin Up Bar

GB Quick Guide / FR Guide Rapide / DE Schnellstartanleitung / ITA Guida Rapida / ES Guía rápida

GB.

- For the screw fixing process, it is suggested that all the screws should first be loosely fixed in the frame. After that install the frame and tighten the screws into place before mounting it to a fixed place in the wall.
- This product is equipped with expansion screws for concrete walls. If you need to install on wood, please buy different screws.
- Maximum Capacity 200kg.

FR.

- Pour le processus de fixation des vis, il est suggéré que toutes les vis soient d'abord fixées sans serrer dans le cadre. Après cela, installez le cadre et serrez les vis en place avant de le monter à un endroit fixe dans le mur.
- Ce produit est équipé de vis d'expansion pour murs en béton. Si vous devez installer sur du bois, veuillez acheter des vis différentes.
- Capacité maximale 200 kg.

DE.

- Für den Schraubenbefestigungsprozess wird empfohlen, alle Schrauben zuerst lose im Rahmen zu befestigen. Installieren Sie danach den Rahmen und ziehen Sie die Schrauben fest, bevor Sie ihn an einer festen Stelle in der Wand befestigen.
- Dieses Produkt ist mit Dehnschrauben für Betonwände ausgestattet. Wenn Sie auf Holz installieren müssen, kaufen Sie bitte verschiedene Schrauben.
- Maximale Kapazität 200 kg.

ITA.

- Per il processo di fissaggio delle viti, si consiglia di fissare prima tutte le viti nel telaio. Successivamente, installare il telaio e serrare le viti in posizione prima di montarlo in un punto fisso nel muro.
- Questo prodotto è dotato di viti di espansione per pareti in cemento. Se è necessario installare su legno, acquistare viti diverse.
- Portata massima 200 kg.

ES.

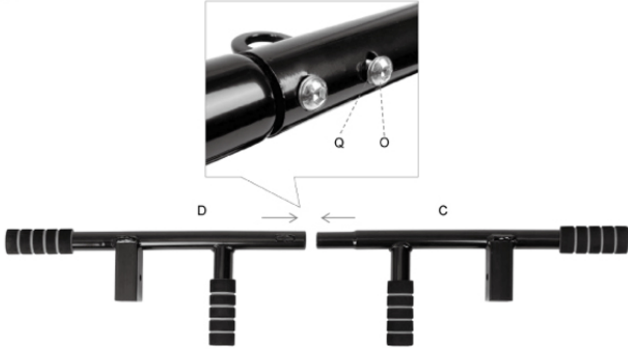
- Para el proceso de fijación de tornillos, se sugiere que primero todos los tornillos se fijen sin apretar en el marco. Después de eso, instale el marco y apriete los tornillos en su lugar antes de montarlo en un lugar fijo en la pared.
- Este producto está equipado con tornillos de expansión para paredes de concreto. Si necesita instalar en madera, compre tornillos diferentes.
- Capacidad máxima 200 kg.

Parts list

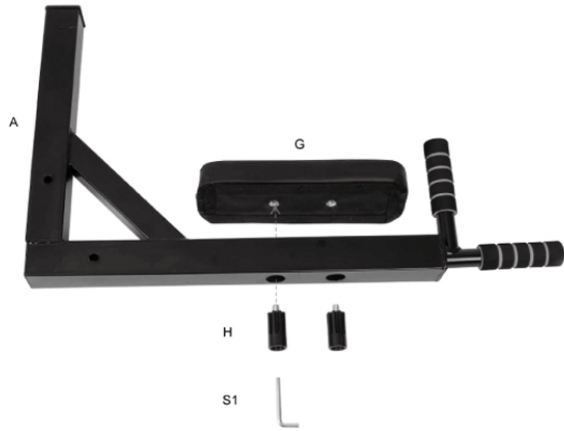
Parts	Drawings	Qty	Parts	Drawings	Qty
A		2	B		1
C		1	D		1
E		1	F		1
G		2	H		4
J		8	K		4
L		2	M		2
N		1	O		2
P		8	S1		1
Q		2	S2		1
R		4	T		2

Product Installation

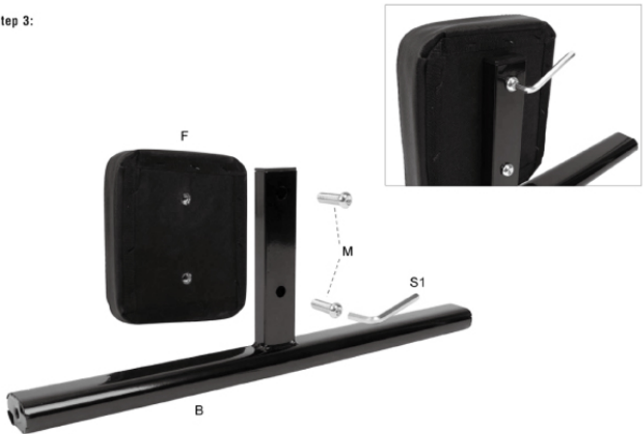
Step 1:



Step 2:



Step 3:



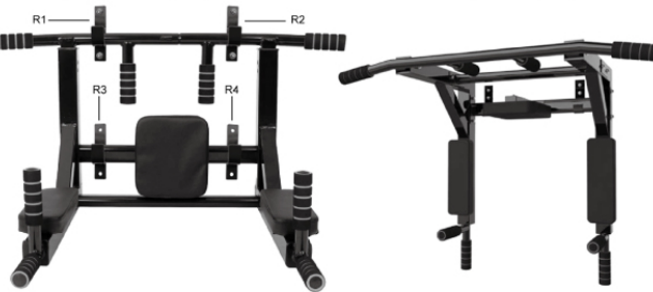
Step 4:



Step 5:



Wall Mount Hook Installation (Expansion Bolt)



GB.

- Taking the edge of the hook as the standard, use a ruler and mark the appropriate height of the Multifunctional Chin Up Bar ensuring that the two hooks (R1 and R2) are parallel. Mark the position of the hole to be drilled on the wall with a pen. The recommended distance between the two hooks is 40cm. (Not more than 48cm)
- After installing the two hooks, place the Chin Up Bar on it. Then put the last two hooks (R3 and R4) on the other rail, ensuring that the hooks and the rail fit together. Draw the hole's position with a pen, then remove the Multifunctional Chin Up Bar, and install Expansion Bolt.

FR.

- Prenant le bord du crochet comme la norme, utiliser une règle et marquer la hauteur appropriée des barres de traction multifonctionnelles en s'assurant que les deux crochets (R1 et R2) soient parallèles. Marquer la position du trou à percer sur le mur avec un stylo. La distance recommandée entre les deux crochets est de 40 cm (pas plus de 48 cm)
- Après avoir installé les deux crochets, positionner les barres de tractions dessus. Puis, mettre les deux crochets restants (R3 et R4) sur l'autre rail, en veillant à ce que les crochets et le rail s'emboîtent. Dessiner la position du trou avec un stylo puis retirer les barres de traction et installer le boulon d'expansion.

DE.

- Nehmen Sie die Kante des Hakens als Standard, verwenden Sie ein Lineal und markieren Sie die entsprechende Höhe der Multifunktionsdeichsel, wobei Sie darauf achten müssen, dass beide Haken (R1 und R2) parallel sind. Markieren Sie die Position des zu bohrenden Lochs an der Wand mit einem Stift. Der empfohlene Abstand zwischen den beiden Haken beträgt 40 cm (nicht mehr als 48 cm).
- Nachdem Sie die beiden Haken installiert haben, legen Sie die Kinnhochhalteleiste darauf. Setzen Sie dann die beiden verbleibenden Haken (R3 und R4) auf die andere Schiene, wobei darauf zu achten ist, dass die Haken und die Schiene zusammenpassen. Zeichnen Sie die Position des Lochs mit einem Stift ein, entfernen Sie dann die Zugstangen und installieren Sie den Spreizbolzen.

ITA.

- Rendendo il bordo del gancio come la norma, utilizza una regola e marca l'altezza appropriata delle barre di trazione multifunzionali assicurandosi che i due ganci (R1 e R2) siano paralleli. Marcare la posizione del foro da forare sulla parete con una penna. La distanza raccomandata tra i due ganci è di 40 cm (non più di 48 cm)
- Dopo aver installato i due ganci, posizionare le barre di trazione sopra. Poi mettere i resti due ganci (R3 e R4) sull'altra rotaia, assicurandosi che i ganci e la guida si incastrano. Tracciare la posizione del foro con una penna, quindi togliere le barre di trazione e installare il bullone di espansione.

ES.

- Tomando el borde del gancho como la norma, use una regla y marque la altura apropiada de las barras de tracción multifuncionales, asegurándose de que ambos ganchos (R1 y R2) sean paralelos. Marque la posición del agujero a perforar en la pared con un bolígrafo. La distancia recomendada entre los dos ganchos es de 40 cm (no más de 48 cm).
- Después de instalar los dos ganchos, coloque las barras de tracción en ellos. Entonces, pon los dos ganchos restantes (R3 y R4) en el otro riel, asegurándote de que los ganchos y el riel encajen. Dibuja la posición del agujero con un bolígrafo, luego quita las barras de tracción e instala el perno de expansión.

Usages

