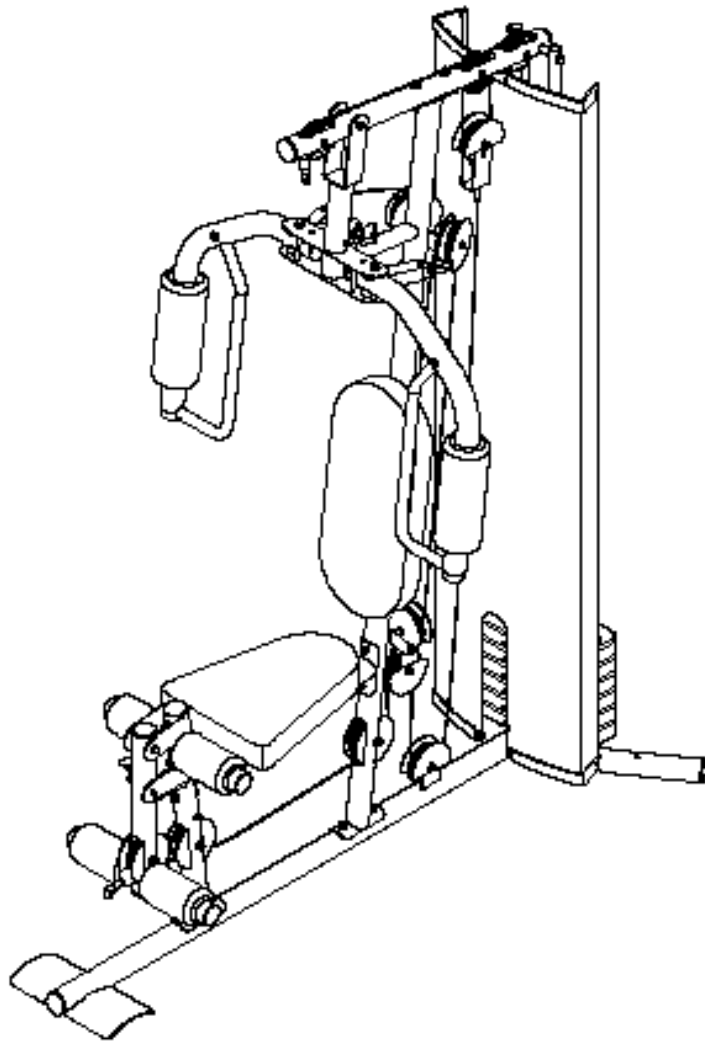


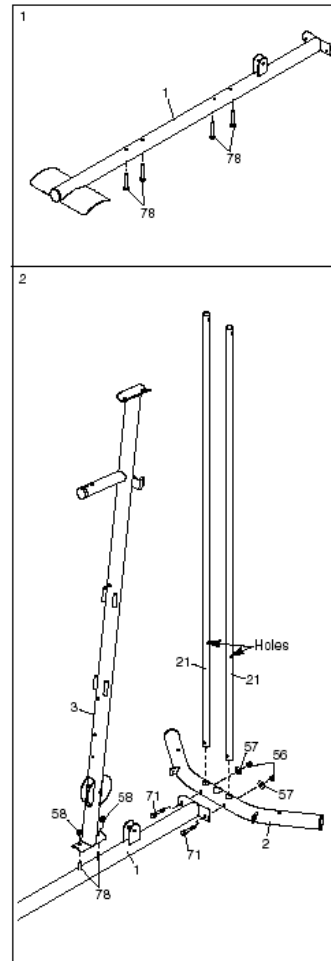
# WEIDER PRO 3000

FORENKLET BRUKERMANUAL

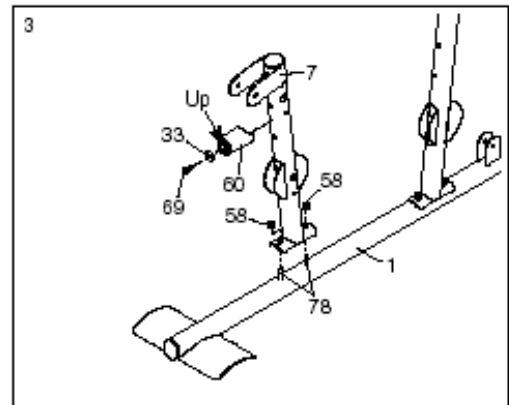


## Montering:

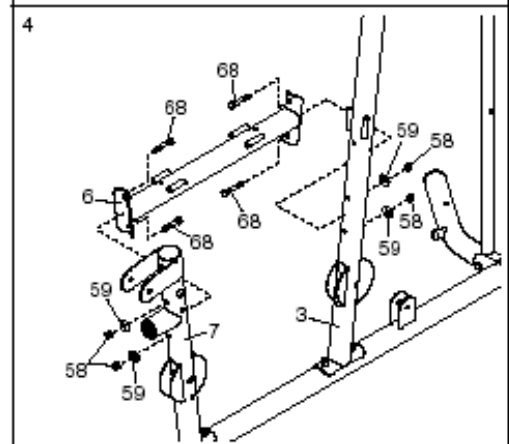
1. Sett inn 4 M8x63 mm skruer (78) opp gjennom basen(1). NB: det kan være smart å plassere en bit tape over skruene slik at de ikke sklir ut igjen.
2. Skru basen (1) og de to vekt stabilisatorene (21) fast til basestabilisatoren (2) med 2 skruer M10x67 mm bolter (71), to M10 skiver (57) og to M10 muttere (56). Pass på at hullene i vektstabilisatorene er nærmest bunnen. De er merket holes på tegningen. Skru skikkelig til alle muttere. Fest støttetaget (3) til basen (1) med de skruene som nå sitter i basen (1) M8x63 mm bolter (78) og to M8 muttere (58). Ikke skru til skikkelig enda.



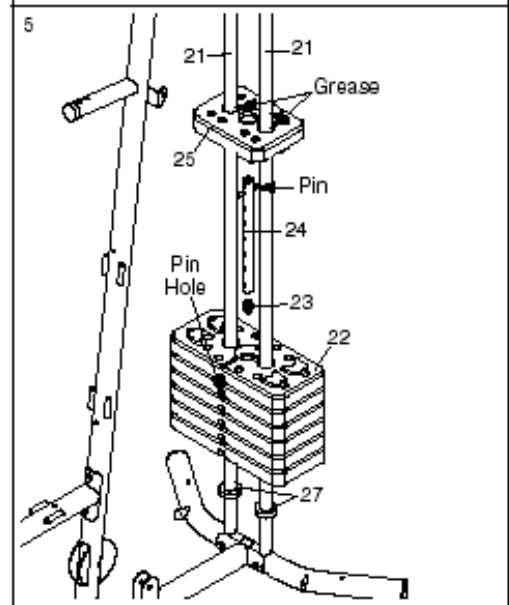
3. Monter fremre stolpe (7) til basen (1) med to M8x63 mm bolter (78) som står i basen (1) og to M8 muttere (58). Ikke skru helt til. Monter mottageren (60) til fremre stolpe (7) med en M4x20 mm skruv (69) og skive (33). Pass på at mottageren peker oppover.



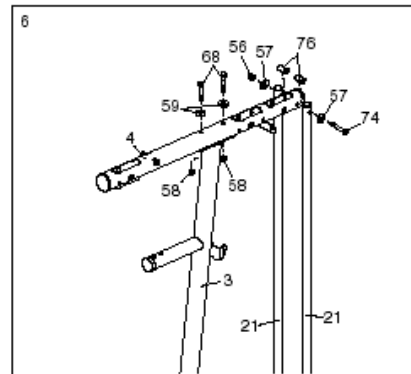
4. Fest setestammen (6) til støttetaget (3) med to M8x65 mm skruer (68) og to M8 skiver (59). Ikke skru helt til. Gjør det samme for å feste setestammen til fremre stolpe (7).



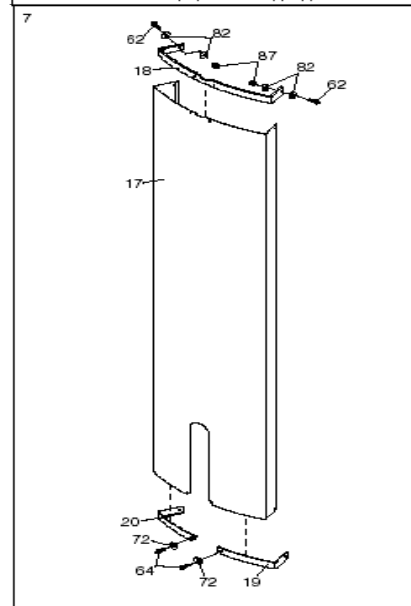
5. Ta de to vektføringene (27) og tre de på de to vekt stabilisatorene (21). Tre også på de seks vektene (22) på vektstabilisatorene (2). Pass på at hullene på vektene peker nedover som vist på bildet. Sett vektpinnen (24) ned i de seks vektene (22). Pass på at den plasseres på samme måte som vist på bildet. Ha på fett i hullene på den øvre vekten (25). Fett følger med i egen pose. Tre så denne vekten på vektstabilisatorene.



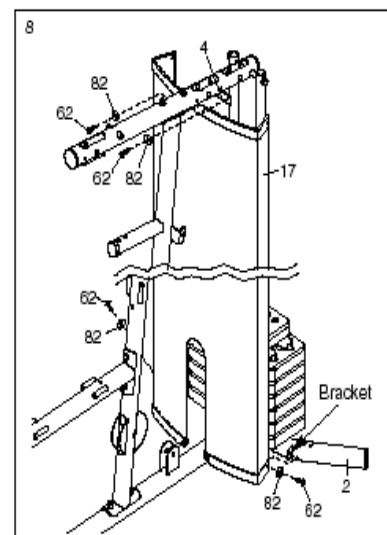
6. Fest toppstaget (4) til støttetaget (3) med M8x65 mm skruer (68) og to M8 skiver (59) og to M8 muttere. Ikke skru helt til. Fest toppstaget (4) mellom vektstabilisatorene (2) med en M10x115 mm skrue (74), to M10 skiver (57), to 19 mm foringer (76) og en M10 mutter (56).



7. Fest venstre og høyre beskyttelseskant (19-20) nede på dekselet (17) med to M5x20 mm med skruer (64) og to M5 skiver (72). Fest øvre beskyttelseskant på toppen av dekselet (17) med to M6x16 mm skruer (62), fire M6 skiver (82) og to M6 muttere (87).



8. Fest dekselet (17) til toppstaget (4) med to M6x16 mm skruer (62) og to M6 skiver (82). Fest dekselet (17) til braketten på basestabilisatoren (2) med to M6x16 mm skruer (62) og to M6 skiver (82). Pass på at braketten er på innsiden av dekselet.



**Skru nå til alle mutterne i punktene 2 til 7.**

9. Ta fett på M10x77 mm skruen (79). Sett ben hev (8) som vist på tegningen. Fest ben hev til fremre stolpe (7) med skruen og en M10 mutter (5). Ikke skru til for hardt. Benhev skal kunne heves og senkes uten for noen form for motstand.
  
10. Ha fett på en M10x77 mm skrue (79). Fest løftestaget (5) til toppstaget (4) med skrue og en mutter (56). Ikke skru til for hardt. Løftestaget skal kunne heves og senkes uten for noen form for motstand. Fest de to låsepinnene (40) til løftestaget (5) med to M4x20 mm skruer. Sett låsepinnene i hullene i støttestaget (3) som vist på bildet.
  
11. Ha fett på en M10x51 mm skrue (66). Fest kabelfestet (39) til høyre arm (9) med skruen og en M10 mutter (56). Ikke skru til for hardt. Kabelfestet skal kunne bevege seg fritt.  
Ha litt såpevann på innsiden av skumputen (42) og skli den på høyre arm (9). Fest den nedre delen av håndtaket (11) til den høyre armen (9) med en M10x45 mm skrue (77) og en M10 stor skive (80). Press en 50 mm endekopp (31) inn i høyre arm. Ikke skru til helt enda.  
Fest den øvre delen av håndtaket (11) til den høyre armen (9) med en M10x67 mm skrue (71) to M10 skiver (57), to 12 mm foringer (52) og en M10 mutter (56).. Skru til 50 mm endekopp (31)

Gjør det samme på venstre arm.

12. Ha fett på en M10x85 mm og to armforinger(44). Fest høyre arm (9) til løftestaget (5) med bolten og to M10 skiver (57), to M10 muttere, armforingene (44) og en M10 Mutter (56). Ikke skru til for hardt da armen må kunne beveges enkelt. Gjør det samme på venstre side.

### **Montering av kabler**

13. Bruk kabeldiagrammet på side 20 som en veiledning under montering av kablene.