

*ООО «ФОРМАН Продактс»*

*УТВЕРЖДАЮ*

*Генеральный директор*

*ООО «ФОРМАН Продактс»*



*В.В. Новиков*

*\_\_\_\_\_ 2021 г.*

*Тренажер «Жим ногами сидя»*

***ПАСПОРТ***

***ФС-20.ПС***

<i>Имя, № подл.</i>	<i>Подпись и дата</i>	<i>Взам. или. №</i>

*2021 г.*

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Основные сведения об изделии и технические данные	4
2. Комплектность	4
3. Ресурсы, сроки службы и хранения, гарантии изготовителя	6
4. Консервация	9
5. Свидетельство об упаковывании	10
6. Свидетельство о приёмке	11
7. Движение изделия в эксплуатации	12
8. Ремонт и учёт работы по бюллетеням и указаниям (при необходимости)	13
9. Заметки по эксплуатации и хранению	14
10. Сведения об утилизации	21
11. Особые отметки	22
12. Сведения о цене и условиях приобретения изделия	23

					<b>ФС-20.ПС</b>			
Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата				
Выполнил					Тренажер «Жим ногами сидя»  Паспорт	Лит.	Лист	Листов
Провер	Федирко						2	23
И. Контр.								
Утверд.	Новиков							

*Настоящий документ разработан в соответствии с требованиями ГОСТ 2.601-2013  
и оформлен согласно требованиям ГОСТ 2.104 и ГОСТ 2.105.*

					<i>FC-20.ПС</i>	<i>Лист</i>
						<i>3</i>
<i>Изм.</i>	<i>Лист</i>	<i>№ докум.</i>	<i>Подпись</i>	<i>Дата</i>		

## 1 Основные сведения об изделии и технические данные

Тренажер FC-20 предназначен для выполнения упражнений, направленных на развитие мышц бедра: квадрицепса, бицепса бедра, а также мышц внутренней поверхности бедра и ягодиц.

Выполняемое движение: Сгибание, разгибание ног

### 1.1 Технические характеристики

Габариты тренажера, мм:

- Длина: 1802
- Ширина: 1294
- Высота: 1276

Вес тренажера, кг: 398

Максимальный вес пользователя, кг: 150

Устойчивость тренажера к опрокидыванию, даН: 2,0


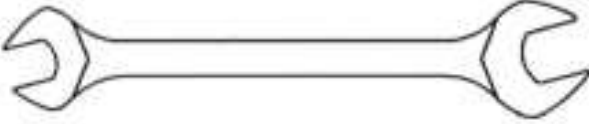
## 2 Комплектность

### 2.1 Основные части тренажера в составе:

- Рама с грузами для FC-20 в сборе (1 шт.)
- Рама приставная для FC-20 (1 шт.)
- Платформа для жима (1 шт.)
- Тяга передающая (1 шт.)
- Тяга вспомогательная (4 шт.)
- Ручка выбора нагрузки с фиксатором (1 шт.)
- Шкала выбора нагрузки с инструкцией по использованию тренажера (1 шт.)
- Сиденье (1 шт.)
- Спинка (1 шт.)

На рисунке 2 показан внешний вид тренажера с обозначением его основных частей.

### 2.2 Комплект крепежа и инструмента (в комплектацию не входит)

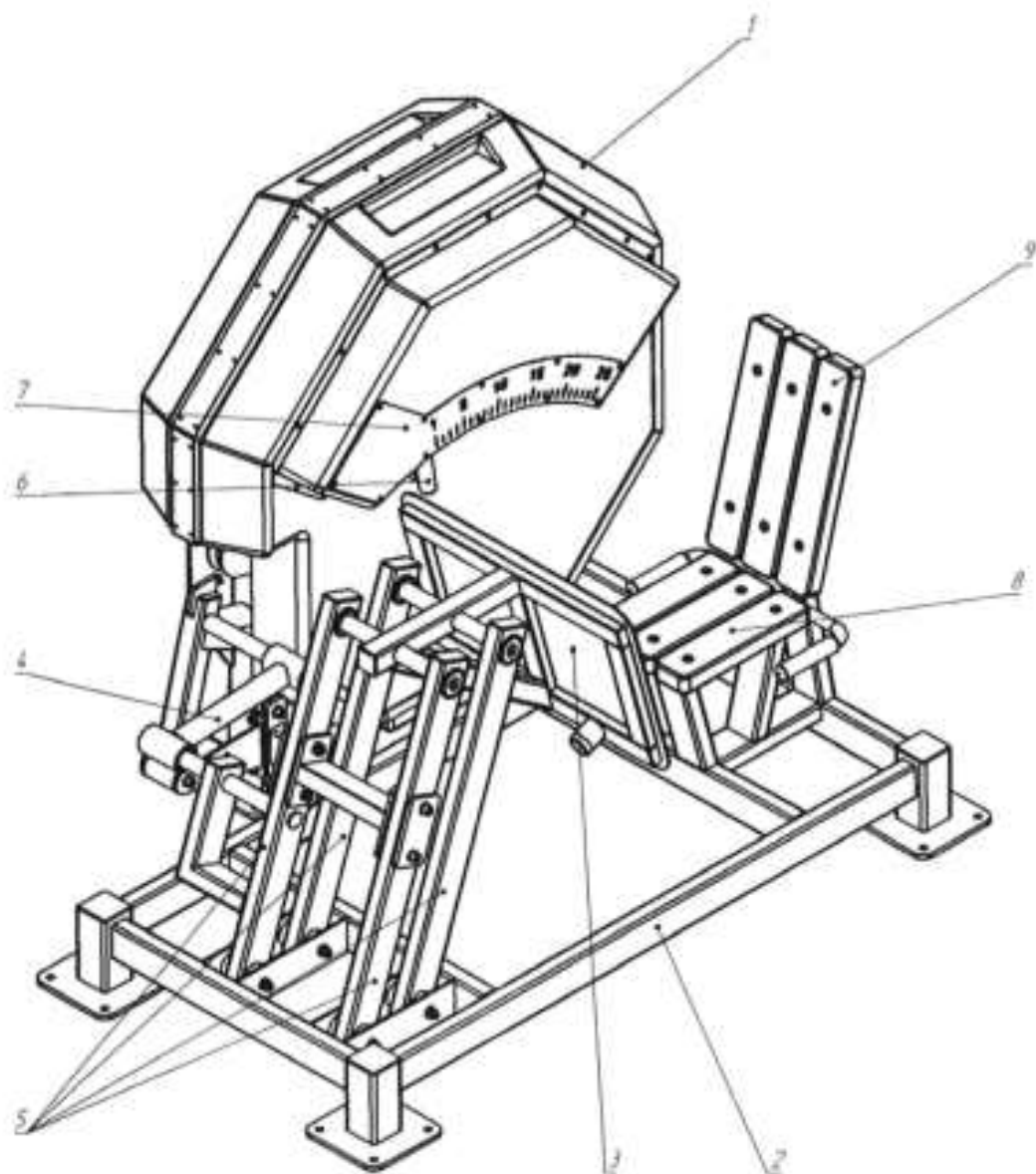
1. Ключ шестигранный	2. Ключ гаечный
 <p>В может быть 2,5, 4мм, 5мм, 6мм, 8мм, 10мм</p>	 <p>Ключ гаечный 13/17</p>

Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата

FC-20.ПС

Лист

4



1 – Рама с грузами для FC-20 в сборе; 2 – Рама приставная для FC-20; 3 – Платформа для жима; 4 – Тяга передающая; 5- Тяга вспомогательная; 6 – Ручка выбора нагрузки с фиксатором; 7 – Шкала выбора нагрузки с инструкцией по использованию тренажера; 8 – Сиденье; 9 – Спинка.

Рисунок 2 – Тренажер FC-20

Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата

FC-20.ПС

Лист

5

### 3 Ресурсы, сроки службы и хранения, гарантии изготовителя

Ресурс изделия до первого \_\_\_\_\_  
среднего, капитального  
ремонта \_\_\_\_\_  
параметр, характеризующий наработку

в течение срока службы, 5 лет, в том числе срок хранения \_\_\_\_\_

5 лет (года) \_\_\_\_\_  
в консервации (упаковке) изготовителя,

и складских помещениях, на открытых площадках и т.п.

Межремонтный ресурс \_\_\_\_\_  
параметр, характеризующий наработку

при \_\_\_\_\_ ремонте (ах) в течение срока службы \_\_\_\_\_ лет.

Указанные ресурсы, сроки службы и хранения действительны при соблюдении потребителем требований действующей эксплуатационной документации.

-----  
Линия отреза при поставке на экспорт

Гарантии изготовителя (поставщика) \_\_\_\_\_  
2 (два) года; на цепь, подшипники - 1 (один) год

Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата

FC-20.ПС

Лист

6

### **3.1 Гарантийные обязательства**

*3.1.1 Гарантийные обязательства Производителя, предусмотренные гарантией, предоставляются только при условии покупки новых тренажеров у Продавца. При продаже новых тренажеров Продавец заполняет бланки гарантийной регистрации на каждый тренажер. Покупателю надлежит самостоятельно проконтролировать заполнение Продавцом всех реквизитов бланка гарантийной регистрации.*

*3.1.2 В период гарантийного срока Продавец обеспечивает ремонт или при его невозможности замену тренажера в случае обнаружения дефекта производственного характера, при условии соблюдения Покупателем всех установленных Производителем условий и правил его транспортировки, хранения, установки, настройки и эксплуатации.*

*3.1.3 Гарантийный срок, установленный Производителем на новый тренажер «ФОРМАН», составляет 2 (два) года, на цепь, подшипники – 1 (один) год. Гарантийный срок исчисляется со дня продажи тренажера, указанного в товарно-транспортной накладной и бланке гарантийной регистрации.*

*3.1.4 Гарантийный ремонт осуществляется сервисным центром Продавца, как правило, по месту установки тренажера. В случае невозможности гарантийного ремонта по месту его установки тренажер направляется для ремонта или замены Производителю, при этом транспортные и страховые расходы возлагаются на Покупателя, стоимость ремонта и запасных частей – на Производителя.*

*3.1.5 Заявка на гарантийный ремонт тренажера может быть направлена Покупателем Продавцу или в сервисный центр по почте, факсу или электронной почте, с обязательным приложением копий товарно-транспортной накладной и бланка гарантийной регистрации неисправного тренажера, описания неисправности, а также его визуального подтверждения в виде фотографий или видеозаписи неисправного тренажера, узла или механизма, после чего представителем Продавца или сервисного центра согласовывается с Покупателем срок и место выполнения гарантийного ремонта. Также допускается произвольная форма заявки на гарантийный ремонт тренажера, но с обязательным указанием всей вышеуказанной информации и соответствующими приложениями.*

*3.1.6 В случае возникновения сомнений и/или разногласий между Покупателем и Продавцом в том, что выявленная неисправность тренажера должна быть отнесена к категории гарантийных случаев, а также невозможности урегулирования спорной ситуации мирным путем, последняя подлжет разрешению в порядке, установленном действующим законодательством Российской Федерации.*

*3.1.7 Гарантийные обязательства недействительны в случае:*

*- механического повреждения тренажера, его комплектующих, узлов и механизмов, вызванного несоблюдением условий транспортировки, хранения, установки, настройки или эксплуатации;*

									Лист	
Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата	FC-20.ПС					7

- самостоятельного ремонта или модернизации тренажера, замены оригинальных деталей, выполненных без соответствующего письменного согласия Производителя, лицом, не являющимся представителем соответствующего сервисного центра, не имеющим должной квалификации;

- повреждения тренажера вследствие форс-мажорных обстоятельств, в том числе чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, неправомерных умышленных и неосторожных действий лиц, направленных на причинение вреда тренажеру.

3.1.8 Гарантийные обязательства Производителя не распространяются на антифрикционные покрытия (резиновые ручки и коврики), мягкие элементы (сиденья, спинки, подлокотники, валики и т.д.).

3.1.9 Также гарантийные обязательства не распространяются на:

- ремонты по замене комплектующих, узлов и механизмов тренажера, выполненные исключительно по желанию Покупателя, не вызванные технической неисправностью тренажера и/или невозможностью его дальнейшей безопасной эксплуатации;

- затраты Покупателя, понесенные последним за время неисправности тренажера, включая оплату телефонных звонков, других использованных средств связи, аренду другого тренажера, транспортные и страховые расходы, понесенные в связи с ремонтом тренажера, потерю времени, упущенную выгоду Покупателя и т.п.;

- стоимость работ, комплектующих и материалов, необходимых для выполнения периодического технического обслуживания тренажера в соответствии с установленными условиями его эксплуатации;

- ремонты, настройки и замены комплектующих, узлов и механизмов тренажера, необходимость в производстве которых возникла в результате невыполнения Покупателем любого из установленных Производителем и указанных выше условий и правил транспортировки, хранения, установки, настройки и эксплуатации тренажеров;

- естественные (нормальные) шумы и вибрации тренажера, его узлов и механизмов, естественный износ, старение, обесцвечивание, выгорание, загрязнение, потертости окрашенных или хромированных поверхностей.

3.1.10 В случае возникновения споров или разногласий относительно выполнения Продавцом или Производителем тренажера принятых на себя гарантийных обязательств или соблюдения Покупателем установленных Производителем условий и правил транспортировки, хранения, установки, настройки и эксплуатации тренажера, не урегулированных мирным путем, они подлежат разрешению в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Предприятие-изготовитель гарантирует соответствие качества тренажера настоящим техническим условиям при соблюдении условий эксплуатации, хранения и транспортирования.

									Лист
									8
Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата	FC-20.ПС				





## 6 Свидетельство о приемке

Тренажер «Жим ногами сидя»      FC-20  
наименование изделия      обозначение      заводской номер

изготовлен(а) и принят(а) в соответствии с обязательными требованиями государственных (национальных) стандартов, действующей технической документацией и признан(а) годным(ой) для эксплуатации.

Начальник ОТК

МП \_\_\_\_\_  
личная подпись      расшифровка подписи  
\_\_\_\_\_  
год, месяц, число

-----  
линия отреза при поставке на экспорт

Руководитель  
предприятия

\_\_\_\_\_  
обозначение документа,  
по которому производится поставка

МП \_\_\_\_\_  
личная подпись      расшифровка подписи  
\_\_\_\_\_  
год, месяц, число

Заказчик  
(при наличии)

МП \_\_\_\_\_  
личная подпись      расшифровка подписи  
\_\_\_\_\_  
год, месяц, число

					FC-20.ПС	Лист
Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата		11



*В Ремонт и учет работы по бюллетеням и указаниям  
(при необходимости)*

					<i>ФС-20.ПС</i>	<i>Лист</i>
						<i>13</i>
<i>Изм.</i>	<i>Лист</i>	<i>№ докум.</i>	<i>Подпись</i>	<i>Дата</i>		

## **9 Заметки по эксплуатации и хранению**

*Общество с ограниченной ответственностью «ФОРМАН Продактс» является производителем профессионального спортивного оборудования, предназначенного для коммерческого использования в фитнес-клубах, физкультурно-оздоровительных комплексах и спортивных залах.*

*С целью обеспечения долговременной и эффективной эксплуатации тренажеров «ФОРМАН», а также во избежание технических неисправностей и несчастных случаев НАСТОЯТЕЛЬНО РЕКОМЕНДУЕТСЯ соблюдение условий и правил, указанных в настоящем документе.*

*ООО «ФОРМАН Продактс» оставляет за собой право по своему усмотрению в течение установленного гарантийного срока осуществлять силами своих сотрудников выборочный контроль соблюдения покупателем или пользователем настоящих рекомендаций по техническому обслуживанию тренажеров «ФОРМАН» непосредственно на месте их нахождения.*

*ООО «ФОРМАН Продактс» предупреждает, что невыполнение вышеуказанных рекомендаций по техническому обслуживанию тренажеров «ФОРМАН» может привести к преждевременному выходу из строя как отдельных узлов и механизмов, так и тренажера в целом, а также к несчастным случаям, сопряженным с причинением физического, материального и/или морального ущерба пользователям. В таком случае руководство ООО «ФОРМАН Продактс» слагает с себя всякую ответственность за случившееся происшествие и наступившие последствия.*

*Неправильное применение тренажера или чрезмерная нагрузка может нанести ущерб здоровью.*

### **9.1 Требования безопасности**

#### **Общие требования:**

- *Пройдите медицинский осмотр перед началом тренировок.*
- *К занятиям на тренажере допускаются лица, достигшие 16-летнего возраста (ростом более 140 см), не имеющие медицинских противопоказаний.*
- *К тренажерам НЕ допускаются беременные женщины, лица в алкогольном или наркотическом опьянении.*
- *Необходимо прочитать руководство по эксплуатации тренажера, нанесенное на указательной табличке, и выполнять его.*
- *Занятия должны проходить в спортивной одежде. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.*

#### **Требования безопасности перед началом занятий:**

- *Наденьте на себя спортивную форму и обувь.*
- *Снимите с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, сережки и т. д.), уберите из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы. Во время занятия ничего (шнурки,*

									Лист
									14
Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата	<b>FC-20.ПС</b>				

- волосы, ключи, полотенце и т.д.) не должно мешать выполнению упражнений.
- *Ознакомьтесь с руководством по эксплуатации тренажера.*
- *Убедитесь в исправности тренажера надежности установки и крепления оборудования. Оборудование должно быть установлено и надежно закреплено на устойчивой горизонтальной основе.*
- *Приступайте к использованию тренажера после получения квалифицированного инструктажа.*
- *Перед выполнением упражнения на тренажере проведите необходимую разминку.*

**Требования безопасности во время проведения занятий:**

- *При выполнении упражнений соблюдайте правила использования тренажера, установленные режимы занятий и отдыха.*
- *При проведении занятий учитывайте погодные условия, при ухудшении погодных условий немедленно прекратите занятия.*
- *Сохраняйте правильное положение тела, выполняйте движения медленно, не задерживайте дыхание во время выполнения упражнения.*
- *При использовании тренажера избегайте чрезвычайных напряжений.*
- *Во избежание серьезной травмы держитесь подальше на безопасном расстоянии от всех движущихся частей тренажера.*
- *Не подходите к тренажеру, если на нем уже кто-то работает, соблюдайте безопасную дистанцию (1,5 метра).*
- *НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ оборудование при первых признаках повреждения или износа, о замеченных случаях сообщите обслуживающему персоналу.*
- *Используйте оборудование только по прямому назначению. НЕ ДОПУСКАЕТСЯ МОДИФИКАЦИЙ тренажера.*
- *При занятиях на тренажере длительное (более 10 минут) время, особенно в жаркую погоду, в обязательном порядке обеспечьте себя запасом воды или специальных спортивных напитков, поддерживающих необходимый уровень гидратации вашего организма. Используйте специальные бутылки для питья и крепление для таких бутылок.*

**Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях:**

- *При увиденных дефектах или поломках откажитесь от занятий на тренажере.*
- *При получении травмы или ухудшении самочувствия немедленно прекратите занятие.*
- *Занимающийся должен оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь».*
- *При возникновении пожара немедленно прекратите занятие и сообщите о пожаре в пожарную службу.*
- *Несоблюдении требования безопасности может причинить вред вашему здоровью и здоровью окружающих.*

Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата





- приняты другие меры, позволяющие отделить тренажеры от общей игровой зоны.

Поверхности площадки для передвижения необходимо устроить в соответствии с ГОСТ Р 57538-2017.

#### 9.5 Перед началом эксплуатации тренажера следует:

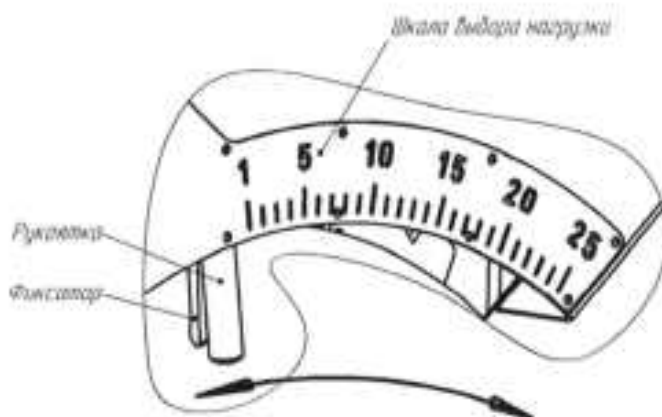
- Ознакомиться с настоящим руководством, предупреждающими и информирующими наклейками на тренажере;
- Проверить визуально внешний вид тренажера, состояние окрашенных поверхностей, пластиковых ручек, элементов из дерева на предмет выявления признаков повреждения;
- Проверить действие подвижных частей и механизмов, состояние резьбовых соединений. При необходимости произвести их регулировку и подтяжку.

#### 9.6 Регулировки

##### 9.6.1 Выбор нагрузки

Для выбора подходящего веса на тренажере переместите рукоятку, зажав фиксатор, в одно из 25 положений и отпустите, убедившись, что рукоятка зафиксирована (Рисунок 3).

Рисунок 3



#### 9.7 Упражнение

Исходное положение:

Переместите рукоятку в необходимое положение. Сядьте на сиденье, прижмитесь к спинке, поставьте ступни на платформу для жима. Возьмитесь за рукоятку.

									Лист
									18
Изм.	Лист	№ докум.	Подпись	Дата	FC-20.ПС				



Таблица 3

Вид работ	Текущий уход	Дата					
<i>Осмотр: звенья, фиксаторы, защелки, шарниры, фиксаторы груза</i>	<i>ежедневный</i>						
<i>Осмотр: цепи, их натяжение</i>	<i>ежедневный</i>						
<i>Осмотр: несскользящая поверхность</i>	<i>ежедневный</i>						
<i>Осмотр: грифы и рукоятки</i>	<i>еженедельный</i>						
<i>Осмотр: все наклейки</i>	<i>еженедельный</i>						
<i>Осмотр: все гайки и болты; при необходимости затянуть</i>	<i>еженедельный</i>						
<i>Чистка и полировка: все блестящие поверхности</i>	<i>полугодовой</i>						
<i>Смена смазки: подшипники</i>	<i>полугодовой</i>						
<i>Замена: цепи и соединительные детали</i>	<i>ежегодный</i>						

<i>Изм.</i>	<i>Лист</i>	<i>№ докум.</i>	<i>Подпись</i>	<i>Дата</i>

FC-20.ПС

Лист

20

*10 Сведения об утилизации*

					<i>ФС-20.ПС</i>	<i>Лист</i>
						<i>21</i>
<i>Изм.</i>	<i>Лист</i>	<i>№ докум.</i>	<i>Подпись</i>	<i>Дата</i>		

*11 Особые отметки*

					<i>ФС-20.ПС</i>	<i>Лист</i>
						<i>22</i>
<i>Изм.</i>	<i>Лист</i>	<i>№ докум.</i>	<i>Подпись</i>	<i>Дата</i>		

*12 Сведения о цене и условиях приобретения изделия*

					<i>ФС-20.ПС</i>	<i>Лист</i>
<i>Изм.</i>	<i>Лист</i>	<i>№ докум.</i>	<i>Подпись</i>	<i>Дата</i>		23

