



舒华体育股份有限公司
SHUHUA SPORTS CO., LTD.

公司地址: 福建省晋江市池店仕春工业区 P.C: 362212
Add: Shichun Industrial Park, Chidian, Jinjiang City, Fujian Province, China
Tel: (86)595-85985555 85980555 Fax: (86)595-85993039
E-mail: shuhua@shuhua.com
Http: //www.shuhua.cn
全国服务热线: 800-8585955 400-8878855(支持手机拨打)

合格证

PKCC 中国人民保险公司产品质量责任保险
执行标准: GB17498-2008

型号: SH-G6909 名称: 大腿屈伸训练器

检验: 03 出厂:



注: 本说明书图片颜色及结构如与实物有细微差别请以实物为准, 公司保留对产品改进的权力, 届时将不另行通知。

SHUHUA SPORT GOODS

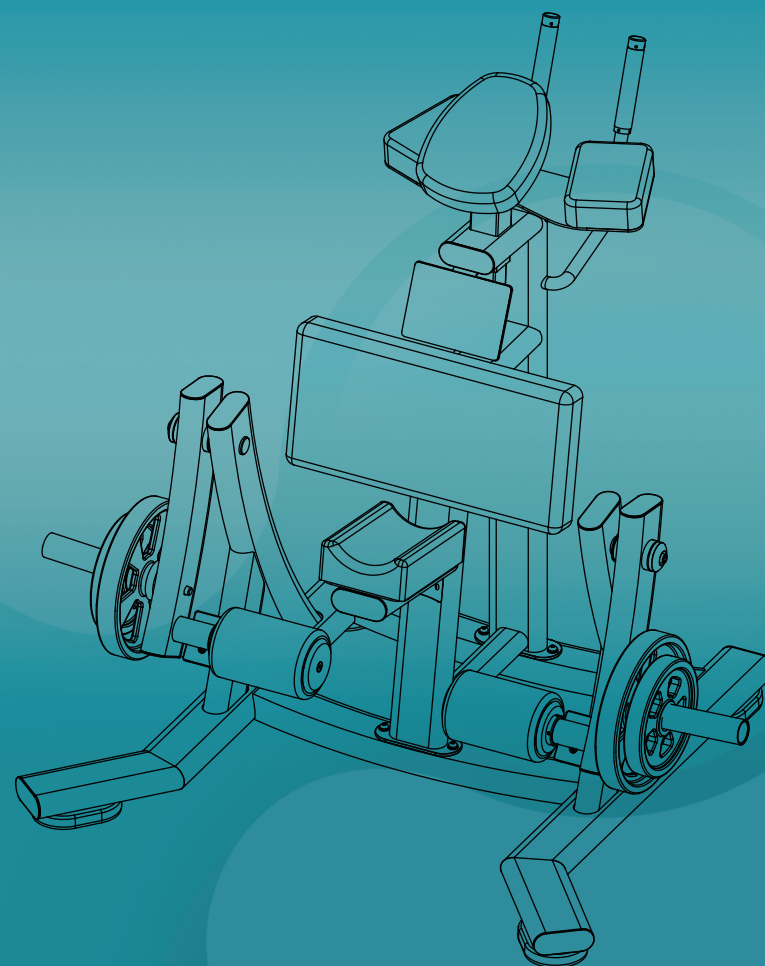
WWW.SHUHUA.CN

舒华



SH-G6909

大腿屈伸训练器





目录

CONTENTS

- 01/安全使用须知
- 02/总零件明细表
- 03/总爆炸图
- 04/安装步骤图
- 08/产品说明
- 08/产品参数
- 08/操作指南
- 08/维护指南
- 09/保修说明
- 09/常见故障及排除方法
- 10/保修卡
- 11/环境保护倡议书
- 12/顾客档案卡

安全使用须知

感谢您选购本公司的产品，正确的使用训练器是您安全和方便的保证，在使用训练器之前请仔细阅读以下内容：

- 1、请在使用本产品前必须仔细阅读所有使用说明书，严格按照使用手册说明的方法使用本产品。在本产品整个寿命期间保存本使用手册。
- 2、产品所有者应该保证所有产品使用者了解所有的使用注意事项。
- 3、使用本机时应保持室内空气清新、流通，并确保有足够大的活动空间。
- 4、警示！使用者有责任确保器械的良好保养。在安装本品后和每次使用前，检查都已固定件上紧，并无超出部分。定期检查容易磨损部件的状况。
- 5、警示！在您的器械损坏的情况下，请立即联系经销商和公司售后服务部门更换所有磨损件或疵件，不要在没有完全修好前使用器材。
- 6、使用前请穿着合适的运动服装和运动鞋，不要穿着裙子和配戴首饰，头发束起，以免影响锻炼。
- 7、使用本机锻炼前请先做热身运动，以免拉伤肌肉。
- 8、若感觉头晕、疼痛、呕吐等不正常症状请立即停止锻炼，并向医生咨询。
- 9、儿童应在成年人的监护下使用本机进行选择性的训练。
- 10、警示！手脚不得接近运动中的部件。
- 11、警示！不要超过调节设置。
- 12、警示！锻炼时，不要让小孩或宠物接近器械。
- 13、警示！调节杠铃片时，要确保杠铃片完全组装到位，且装上弹簧夹。
- 14、警示！当杠铃片推起时，不要急速放下，以免产生强烈冲击。
- 15、警示！在使用时任何调节装置都必须调节到位。
- 16、警示！请使用正确的方法使用本机进行锻炼；如用不正确或本机达不到的功能进行锻炼可能给你的健康带来伤害。
- 17、警示！器材应安装（置）在稳定性的基座（面）上和相应平整度的基座（面）上。
- 18、建议仅在监管区域内使用该训练器材。

总零件明细表

尊敬的客户：

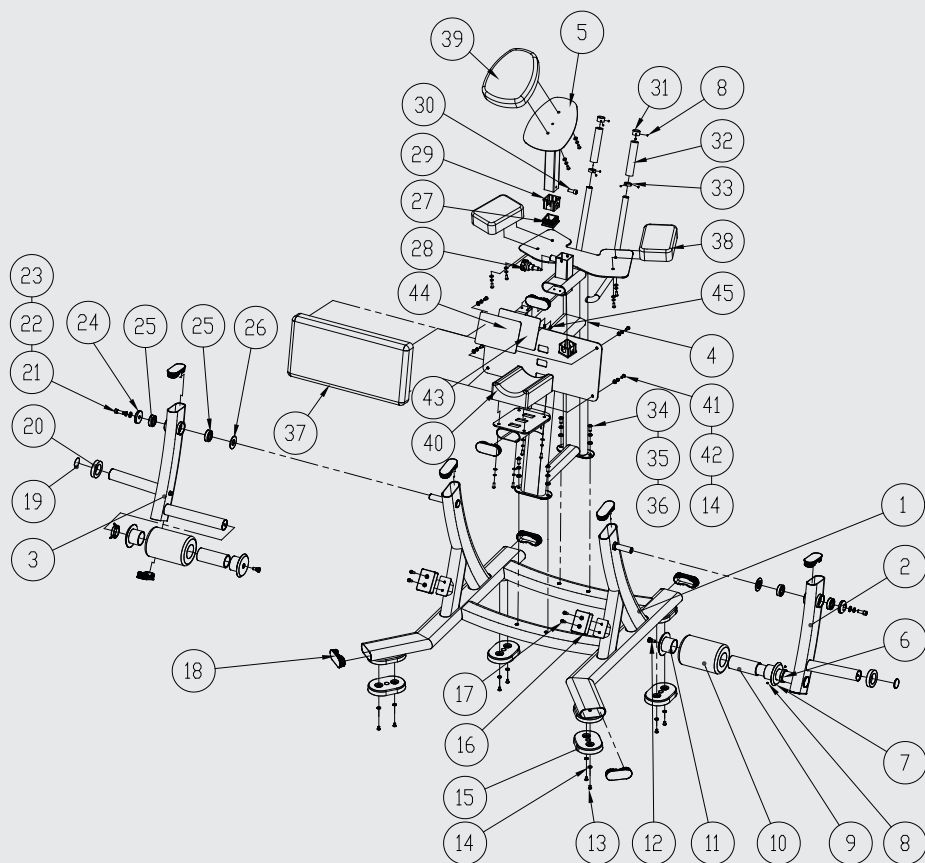
当您在组装本机前，请先参照下零部件表将各零部件理清好，我们已将各类紧固件准备齐全，您只要按以下步骤进行安装很快就可以组装成机。

下图为整机台安装的部件散图，打开包装箱，您可以在箱内取出以下零部件。

序号	物料名称	材质	数量	序号	物料名称	材质	数量
1	底座焊接件	焊接件	1	24	铝合金饰盖	铝合金	2
2	左转臂焊接件	焊接件	1	25	深沟球轴承	6205-2RS	4
3	右转臂焊接件	焊接件	1	26	轴承内挡圈	φ 60* φ 25.5*t3.0	2
4	前立架焊接件	焊接件	1	27	方管内管塞	50*50*2	1
5	胸垫调节焊接件	焊接件	1	28	拉销组件	组件	1
6	限位圈	φ 60* φ 51*12	2	29	中空方内管塞	塑胶件	2
7	塑料内挡圈	塑胶件	2	30	圆柱头内六角螺栓	M10*16 全牙	1
8	内六角平端紧定螺钉	M5*3全牙 不锈钢	12	31	手把饰盖	φ 33* φ 25.6*20	2
9	PVC管	PVC管	2	32	把手套	把手套	2
10	海棉套	海棉套	2	33	内挡圈	φ 33* φ 25.6*10	2
11	塑料外挡圈	塑胶件	2	34	半圆头内六角螺栓	M10*25全牙	4
12	内六角圆柱头轴肩螺栓	轴肩螺栓	2	35	弹簧垫圈	φ 10.2* φ 15*t2.0	4
13	半圆头内六角螺栓	M8*12 全牙	8	36	平面垫圈	φ 10* φ 20*t2.0	4
14	平面垫圈	φ 8.4* φ 16*t1.6	22	37	大腿垫	组件	1
15	脚垫	橡胶件	4	38	小手垫	组件	2
16	缓冲垫	橡胶件	2	39	胸垫	组件	1
17	圆柱头内六角螺栓	M8*30 全牙	4	40	肘垫	组件	1
18	平椭圆内管塞	120*50*t3.0 黑色耐冲PP	12	41	半圆头内六角螺栓	M8*20 全牙	14
19	水晶贴	贴纸	2	42	弹簧垫圈	φ 8.1* φ 12.3*t2.1	14
20	减震垫	橡胶垫	2	43	功能标支架	烤漆件	1
21	圆柱头内六角螺栓	M12*30全牙 不锈钢	2	44	功能标	贴纸	1
22	弹簧垫圈	φ 12.9* φ 19.1*3.1	2	45	内六角沉头螺钉	M5*10	2
23	平面垫圈	φ 13* φ 24*t2.0	2				

内六角扳手（作为配件提供）

总爆炸图



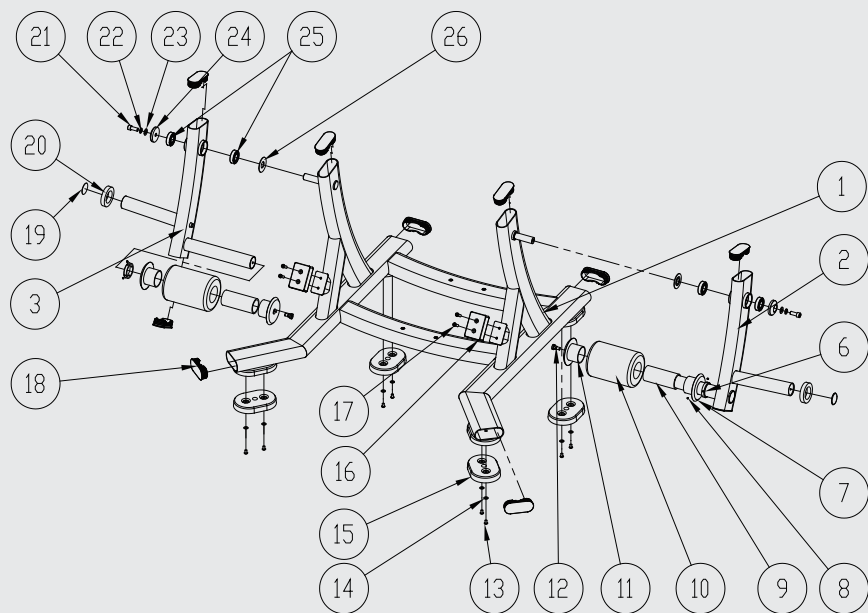
安装步骤

步骤一:

- 1、将件15（脚垫）用件13（M8*12）带上件14（M8平面垫圈）锁在件1（底座焊接件）上（共4处）；
- 2、将件18（平椭圆内管塞）装进各个管口处（共10处）
- 3、将件16（缓冲垫）用件17（M12*30）锁紧在件1（底座焊接件）上（共2处）；
- 4、将件25（深沟球轴承）均装进件2（左转臂焊接件）/件3（右转臂焊接件）的轴套处，并用将件26（轴承内挡圈）穿过件1（底座焊接件），将件24（铝合金饰盖）用件21（M12*30）带上件22（M12弹簧垫圈）/件23（M12平面垫圈）锁紧（左右两侧）；
- 5、分别将件6（限位圈）/件7（塑料内挡圈）/件9（PVC管）/件10（海棉套）/件11（塑料外挡圈）穿过件2（左转臂焊接件）/件3（右转臂焊接件），一端用件12（轴肩螺栓）锁紧，另一端用件8（M5*3）固定件7（限位圈）；
- 6、将件19（水晶贴）粘贴在件2（左转臂焊接件）/件3（右转臂焊接件），位置如图所示；
- 7、将件20（减震垫）套进配重挂杆处（共2处）。

序号	物料名称	材质	数量
1	底座焊接件	焊接件	1
2	左转臂焊接件	焊接件	1
3	右转臂焊接件	焊接件	1
6	限位圈	φ 60* φ 51*12	2
7	塑料内挡圈	塑胶件	2
8	内六角平端紧定螺钉	M5*3全牙	4
9	PVC管	PVC管	2
10	海棉套	海棉套	2
11	塑料外挡圈	塑胶件	2
12	内六角圆柱头轴肩螺栓	轴肩螺栓	2
13	半圆头内六角螺栓	M8*12 全牙	8
14	平面垫圈	φ 8.4* φ 16*t1.6	8

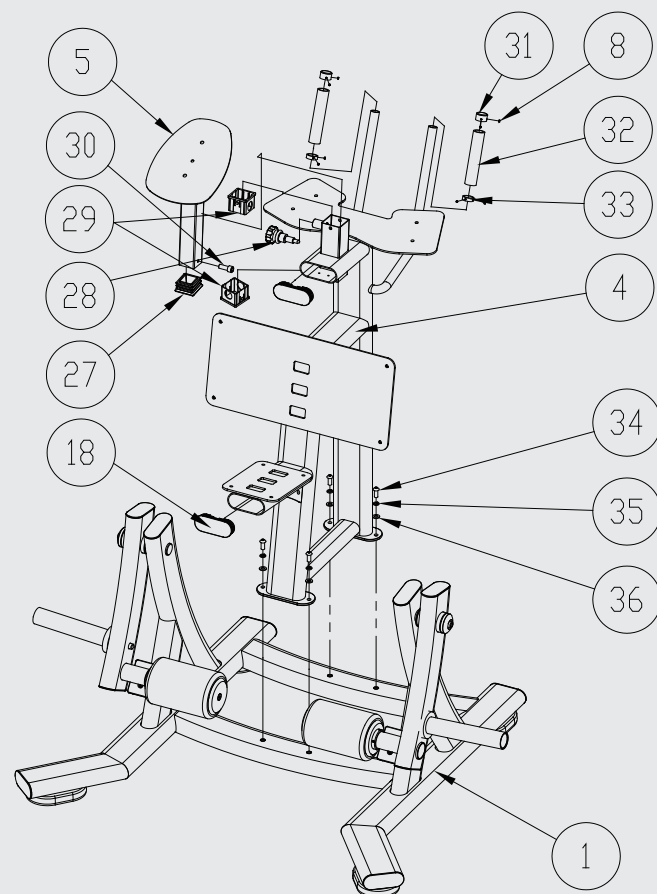
序号	物料名称	材质	数量
15	脚垫	橡胶件	8
16	缓冲垫	橡胶件	2
17	圆柱头内六角螺栓	M8*30 全牙	4
18	平椭圆内管塞	120*50*t3.0	10
19	水晶贴	贴纸	2
20	减震垫	橡胶垫	2
21	圆柱头内六角螺栓	M12*30全牙	2
22	弹簧垫圈	φ 12.9* φ 19.1*3.1	2
23	平面垫圈	φ 13* φ 24*t2.0	2
24	铝合金饰盖	铝合金	2
25	深沟球轴承	6205-2RS	4
26	轴承内挡圈	φ 60* φ 25.5*t3.0	2

**步骤二:**

- 1、将件18（平椭圆内管塞）装进各个管口处（共2处）；
- 2、用件34（M10*25）带上件35（M10弹簧垫圈）/件36（M10平面垫圈）将件4（前立架焊接件）锁在件1（底座焊接件）上；
- 3、将件29（中空方内管塞）扣进件4（前立架焊接件）管口处（共2处），并将件5（胸垫调节焊接件）穿过件27（中空方内管塞）；
- 4、将件28（拉销组件）旋进件4（前立架焊接件）中；
- 5、将件30（M10*16）锁紧在件5（胸垫调节焊接件）上，起到限位作用；
- 6、将33（内挡圈）/32（把手套）/件31（手把饰盖）分别套进件4（前立架焊接件）的手把处，并用件8（M5*3）固定；
- 7、将件27（方管内管塞）装进件5（胸垫调节焊接件）的管口处。

序号	物料名称	材质	数量
1	底座焊接件	焊接件	1
4	前立架焊接件	焊接件	1
5	胸垫调节焊接件	焊接件	1
8	内六角平端紧定螺钉	M5*3全牙 不锈钢	8
18	平椭圆内管塞	120*50*t3.0	2
27	方管内管塞	50*50*2	1
28	拉销组件	组件	1
29	中空方内管塞	塑胶件	2

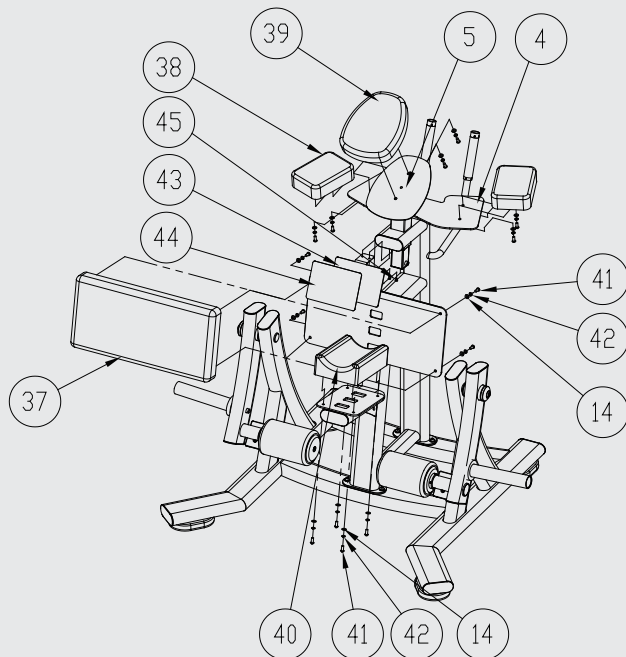
序号	物料名称	材质	数量
30	圆柱头内六角螺栓	M10*16 全牙	1
31	手把饰盖	φ 33* φ 25.6*20	2
32	把手套	把手套	2
33	内挡圈	φ 33* φ 25.6*10	2
34	半圆头内六角螺栓	M10*25全牙	4
35	弹簧垫圈	φ 10.2* φ 15*t2.0	4
36	平面垫圈	φ 10* φ 20*t2.0	4



步骤三:

- 1、将件37（大腿垫）用件40（M8*20）带上件42（M8弹簧垫圈）/件15（M8平面垫圈）固定在件4（前立架焊接件）上（共4处）；
- 2、将件38（小手垫）用件40（M8*20）带上件42（M8弹簧垫圈）/件15（M8平面垫圈）固定在件4（前立架焊接件）上（共4处）；
- 3、将件39（胸垫）用件40（M8*20）带上件42（M8弹簧垫圈）/件15（M8平面垫圈）固定在件5（胸垫调节焊接件）上（共2处）；
- 4、将件40（肘垫）用件40（M8*20）带上件42（M8弹簧垫圈）/件15（M8平面垫圈）固定在件4（前立架焊接件）上（共4处）；
- 5、将件44（功能标）粘贴在件43（功能标支架）上；
- 6、将件43（功能标支架）用件45（M5*10）锁在件4（前立架焊接件）上（共2处）。

序号	物料名称	材质	数量	序号	物料名称	材质	数量
4	前立架焊接件	焊接件	1	40	肘垫	组件	1
5	胸垫调节焊接件	焊接件	1	41	半圆头内六角螺栓	M8*20 全牙	14
14	平面垫圈	φ 8.4* φ 16*t1.6	14	42	弹簧垫圈	φ 8.1* φ 12.3*t2.1	14
37	大腿垫	组件	1	43	功能标支架	烤漆件	1
38	小手垫	组件	2	44	功能标	贴纸	1
39	胸垫	组件	1	45	内六角沉头螺钉	M5*10	2

**产品说明**

本机为室内健身器材，适用于无氧运动，主要锻炼腿部肌肉群。

本机的设计和制造符合人体运动轨迹，严格按着GB 17498-2008/ISO 20957:2 005/ GB 5296-2008标准执行实施，使用安全性和耐用性能得到保证。

主支架

- 采用大规格(120*50)的平椭圆钢管制造和静电喷涂处理——保证机器安全可靠性和耐久性和耐用度

功能图

- 说明正确使用器材和锻炼肌肉的方法——图文并茂，容易掌握

产品参数

名称	大腿屈伸训练器	型号	SH-G6909
产品外形尺寸	1520 × 1290 × 1375	允许体重	≤150Kg
机台净重	90KG	类别	S
使用环境温度	0-40℃	推荐使用范围	1520L*1290W
允许使用人数	1		
用途类别	S类：专业或商业使用 H类：家庭使用		

操作指南

本产品的调节装置可以根据使用者的需求进行高低调节。

维护指南

- 1、机器各部位螺栓应经常检查保持紧固，转动部分应灵活，无异音。
- 2、机器应保持清洁,但不能用强洗涤溶剂擦拭。
- 3、各调节部位插销调完后应旋紧，避免调节部位松晃。
- 4、杠铃片等受力零件如有磨损或损坏，应立即更换，直至修好后才能使用。

保修说明

一、保修范围

保修范围：产品在正确保养的情况下，正常使用时而发生的非人为的损坏保修卡只限于原始购买者，不能转让。

二、保修期限为自购机之日算起一年

三、以下不在保修范围内：

- (1)由于滥用、疏忽大意、意外事故或擅自改装而引起的损坏；
- (2)由于不正确调节坐垫螺栓及把手而引起的损坏；
- (3)由于不正常维护而引起的损坏；
- (4)其它一些违规操作和由此而产生的损坏。

常见故障及排除方法

故障	原因	排除方法
机架不稳定	A、地面不平整或有杂物 B、机架装配时未调平底座	排除杂物松开机架将连接螺栓， 将底座调平后，再拧紧螺栓。
推臂转动部件 有异响	轴承磨损或损坏	更换轴套内轴承
其它转动部件 有异响	A、轴承磨损或损坏	更换轴套内轴承
	B、螺栓松动	拧紧螺栓

若您的训练器故障不在以上范围内，请您联络我们的客户服务中心或直接拨打本公司的电话，我们一定会给您一个满意的服务。

保修卡

产品信息	产品型号：		名 称：			
	用户姓名：		联系电话：		邮政编码：	
用户档案	工作单位：					
	家庭地址(或单位地址)：					
经销商 填 写	经销商名称：				联系 电 话：	
	购买地址：				邮 政 编 码：	
	销售日期：				安装调试日期：	
维 修 记 录	送修日期	检 修 情 况	检 修 结 果	检修人	交验日期	用户签名

注：本产品属性正确的打“√”，涂改无效。

产品	家用器材	商用器材
属性		

保修期：

产品经检验合格，自购买日起商用器材享有12个月、家用器材享有12个月的免费维修服务。

维修服务说明：

- 1、本产品在本保修期内提供免费维修服务。
- 2、请妥善保管、保管好维修卡及相关购机凭证，需维修时，若无法提供有效凭证，本公司拒绝承担免费维修义务。
- 3、请严格遵照《使用说明书》进行安装、使用，若因安装错误或使用不当造成的损坏或意外，本公司概不负责（或提供免费维修）。
- 4、因不可抗拒因素而导致器械故障或损坏，需本公司提供维修的，本公司按照统一制定的维修收费标准收取维修及配件费用。
- 5、因客户自行拆装（或非本公司认证维修人员拆装）而导致器械故障或损坏的，需本公司提供维修的，本公司按照统一制定的维修收费标准收取维修及配件费用。

★凭本卡到指定保修点进行保修，为保障您的切身利益，请您配合经销商认真填写“用户档案”栏，以确保您享受高效优质的售后服务，避免您在要求服务时产生不便。★此保修卡由经销商加盖销售章后方能生效。

环境保护倡议书

尊敬的用户：

您好！

地球是我们共同的家园，也是我们唯一的家园，健康是我们共同追求的目标。为了您和家人的健康成长，让我们共同来维护我们的环境，我们唯一的生存环境！

我们的环境方针：

- 1.遵守环境法律法规。
- 2.在企业的一切领域开展省资源、省能源和垃圾废弃物的减量化运动。
- 3.在现有的基础上逐步降低环境污染，促进周边环境改善。
- 4.环境保护与企业发展相结合。
- 5.鼓励员工寻求进一步改善环境的积极措施。

请您按以下要求对我们产品的包装物进行处理：

序号	包装物称	形态	可否被回收利用	处理方式	备注
1	外包装纸箱	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
2	保丽龙	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
3	塑料包装袋	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
4	包装带	固体	可以	您可以交给当地的回收站	
5	气泡垫	固体	可以	您可以交给当地的回收站	

顾客档案卡

尊敬的顾客朋友：

您好！感谢您选用舒华系列产品！感谢您成为舒华公司“优质万里行”追踪活动的一员。请您详细填写舒华公司顾客档案卡，邮寄给我们，我们将妥为保管并依此建立顾客档案，以便我们能为您做得更好……

顾客姓名		工作单位		出生年月	
联系电话		联系地址 (E-mail)		邮 编	
生产批号		产品型号		检 查 员	
经销单位				购买日期	

请 留 意

如果您想了解更多关于我公司的信息

请拨打0595-85985555 85980555

或E-mail至shuhua@shuhua.com

也可直接登陆我公司的网站查询：www.shuhua.cn

请填写好销售保证书，并及时寄给我们。

公司地址：福建省晋江市池店镇仕春工业区 邮编：362212