

Montageanleitung Stoßdämpfer FGDS

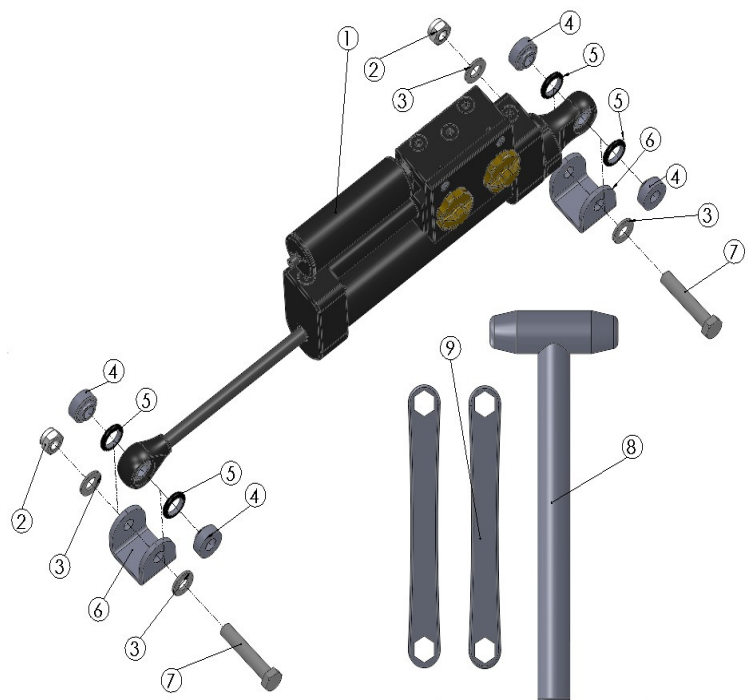
Ausbau Stoßdämpfer

Achtung:

Achten Sie beim Ausbau der Widerstandsgeber auf deren Einbaulage und die in einander gesteckten Kabel.

1. Sechskantmutter und –schraube (Pos.7/2) mit den zwei Ringschlüsseln (Pos.9) lösen und mit den Unterlegscheiben (Pos.3) entfernen.
2. Für eine leichtere Demontage der Schrauben den Dämpfer in der Halterung etwas bewegen und ggf. mit einem Kunststoffhammer (Pos.8) leicht nachschlagen.
3. Dieser Vorgang muss an beiden Drehpunkten (Pos.6) durchgeführt werden.
4. Anschließend kann der Stoßdämpfer (Pos.1) inklusive der Distanzen (Pos.4) und der O-Ringe (Pos.5) aus den Halterungen heraus gehoben werden.
5. Oftmals ist es hilfreich, wenn erst eine Seite komplett demontiert und herausgehoben wird. Hinterher lässt sich die Andere leichter ausbauen.

Pos.	Bezeichnung
1	FGDS-Stoßdämpfer mit Handverstellung
2	M12-Sechskantmutter
3	M12-U-Scheibe
4	Distanzen
5	O-Ringe
6	Drehpunkt-Lager
7	M12-Sechskantschraube
8	Kunststoffhammer
9	19er Ringschlüssel



Für unsachgemäße Montage wird keine Haftung übernommen (Stand 30.03.2011)

Montageanleitung Stoßdämpfer FGDS

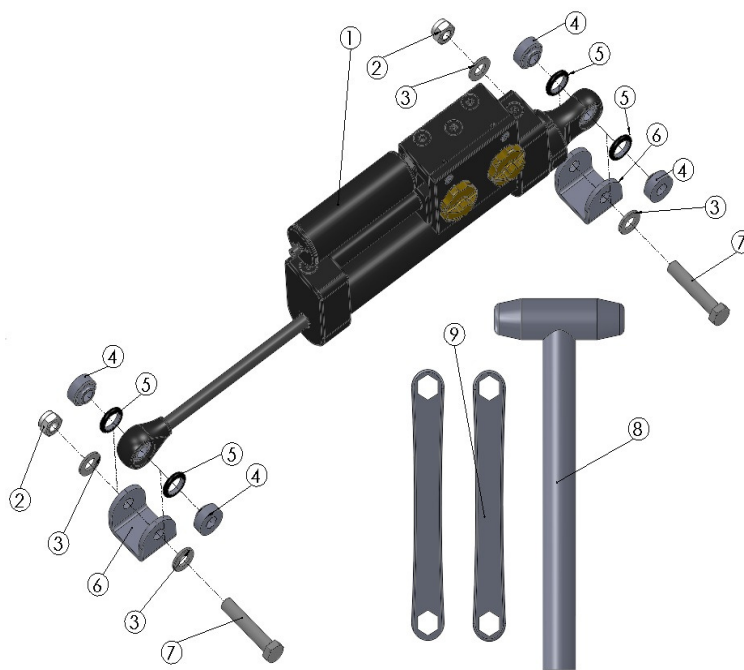
Einbau Stoßdämpfer

Achtung:

Der Einbau des neuen Dämpfers muss in gleicher Position erfolgen und mit den jeweiligen Anschlüssen richtig verbunden sein. Im Falle einer Neumontage eines Dämpfers mit Handverstellung muss der Dämpfer den Bildern (siehe Seite 3-6) entsprechend montiert werden.

1. Neuen Stoßdämpfer (Pos.1) mit Distanzen (Pos.4) und O-Ringen (Pos.5) einsetzen
2. Die O-Ringe (Pos.5) müssen gut gefettet werden.
3. Anschließend wird der Dämpfer mit der Sechskantschraube (Pos.7) und der U-Scheibe (Pos.3) im Drehpunkt-Lager (Pos.6) fixiert.
4. Oftmals ist es hilfreich, wenn erst eine Seite eingesetzt und fixiert wird.
5. Anschließend können die Sechskantmutter (Pos.2) mit den U-Scheiben (Pos.3) aufgeschraubt werden.
6. Zuletzt können die Schrauben (Pos.7) und die Mutter (Pos.2) mit Hilfe der Ringschlüssel (Pos. 9) fest angezogen werden.

Pos.	Bezeichnung
1	FGDS-Stoßdämpfer mit Handverstellung
2	M12-Sechskantmutter
3	M12-U-Scheibe
4	Distanzen
5	O-Ringe
6	Drehpunkt-Lager
7	M12-Sechskantschraube
8	Kunststoffhammer
9	19er Ringschlüssel



Für unsachgemäße Montage wird keine Haftung übernommen (Stand 30.03.2011)

Montageanleitung Stoßdämpfer FGDS



Bild 1. Schulter/Rücken (11)



Bild 2. Butterfly (10)



Bild 3. Beinbeuger/Beinstrecker (09)

Für unsachgemäße Montage wird keine Haftung übernommen (Stand 30.03.2011)

Montageanleitung Stoßdämpfer FGDS



Bild 4. Trizeps/Frontheber (08)



Bild 5. Bauch/Rücken (06)



Bild 6. Adduktion/Abduktion (07)

Für unsachgemäße Montage wird keine Haftung übernommen (Stand 30.03.2011)

Montageanleitung Stoßdämpfer FGDS

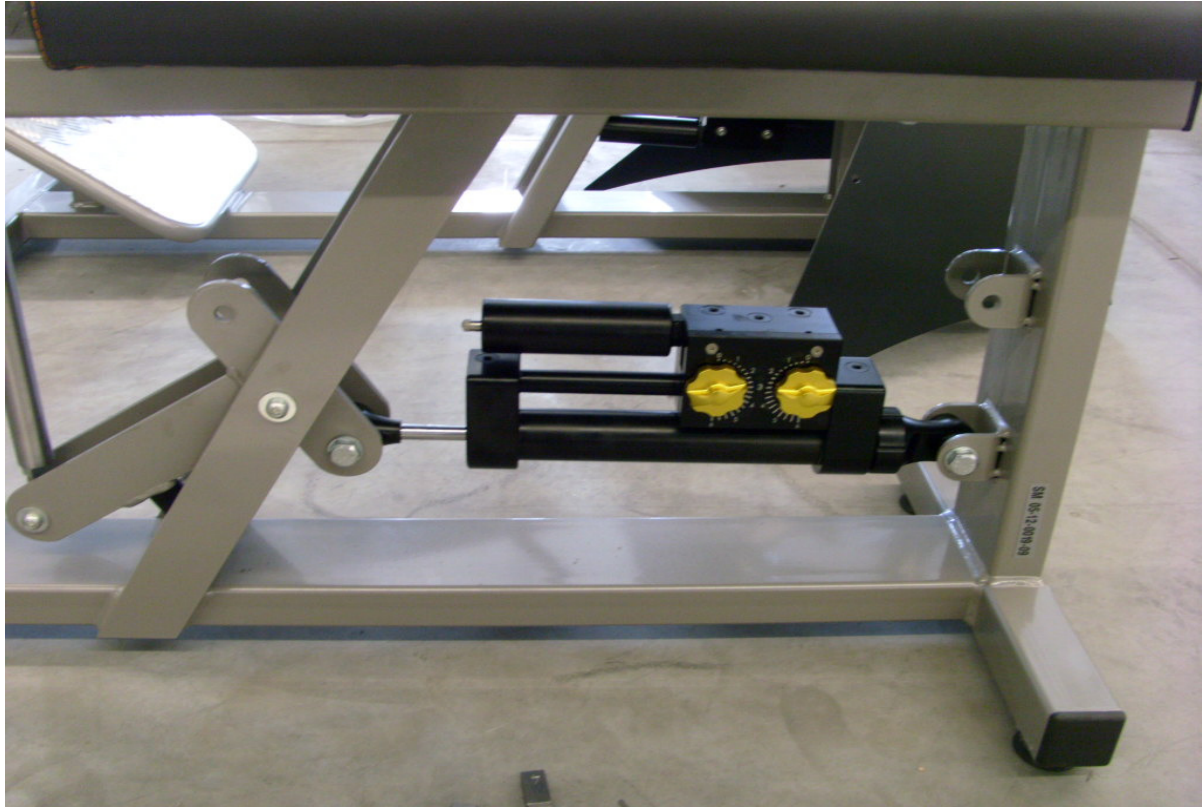


Bild 7. Bizeps/Trizeps (05)

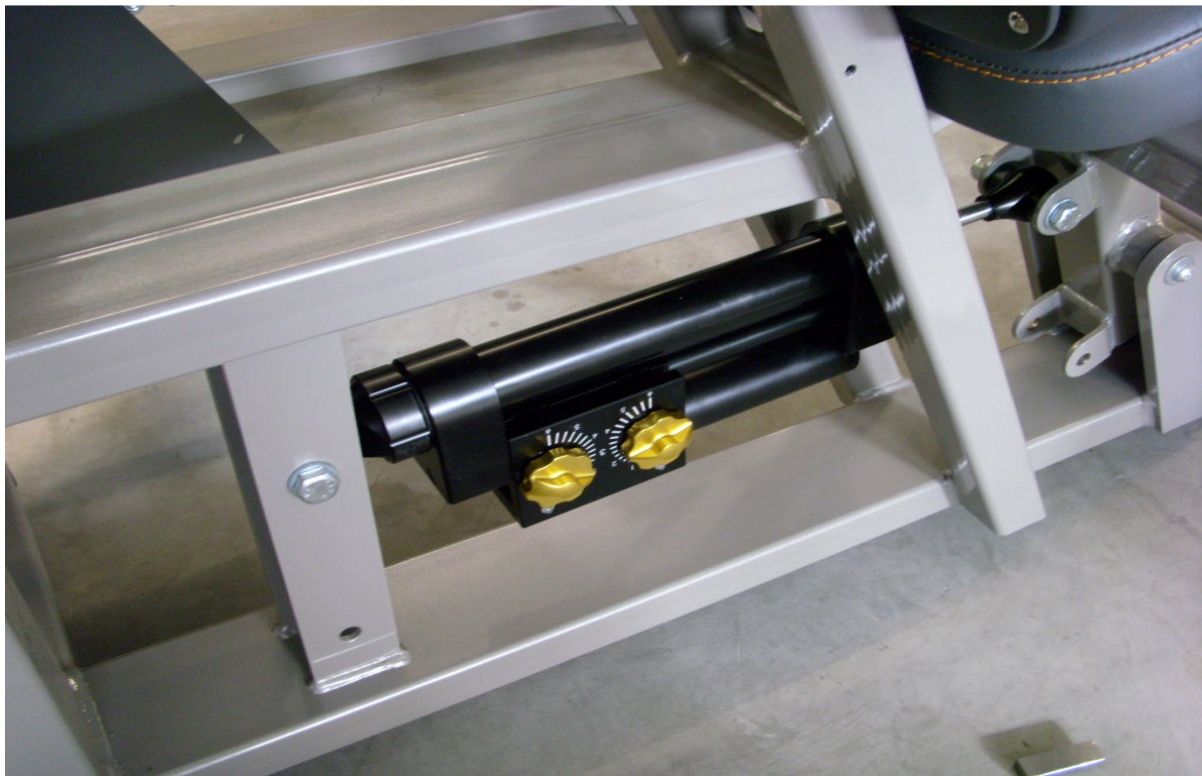


Bild 8. Bankdrücken/Ruder (03)

Für unsachgemäße Montage wird keine Haftung übernommen (Stand 30.03.2011)

Montageanleitung Stoßdämpfer FGDS



Bild 9. Kniebeuge (01)



Bild 10. Beinpresse (02)

Für unsachgemäße Montage wird keine Haftung übernommen (Stand 30.03.2011)