XINGESIWA

Product Installation Instructions

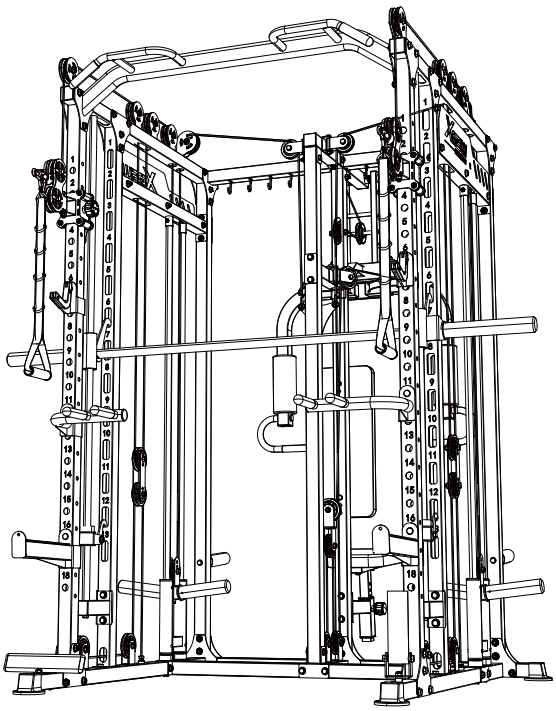
製品取り付け説明書

产品安装说明

L06 Multi-Function Power Rack (Barbell Model)

L06 マルチ機能トレーニングマシン（バーベルタイプ）

L06 龙门架综合训练器（杠铃款）



Zhejiang Swarxinger Industry & Trade Co.

浙江スワシンゲ工業貿易有限会社

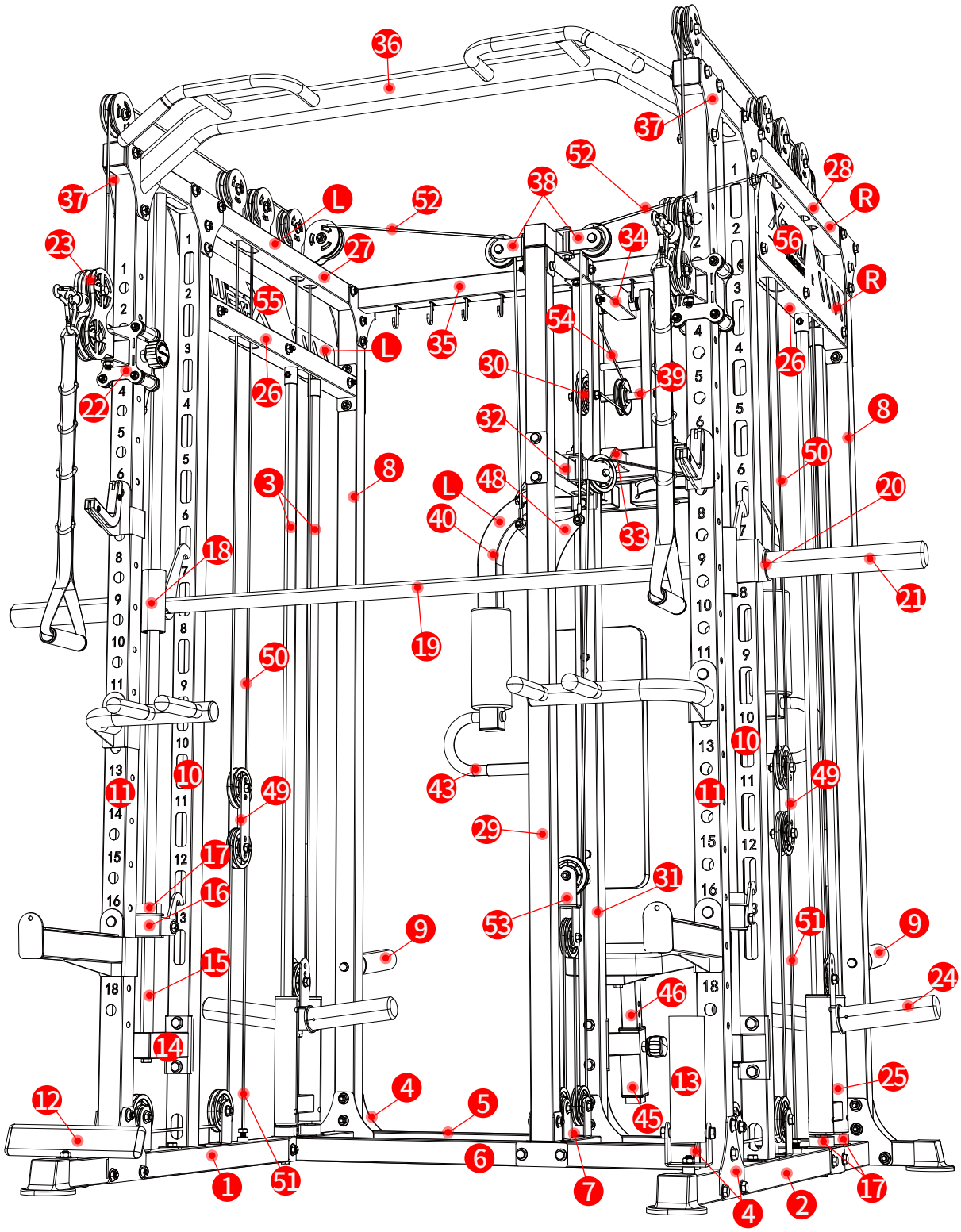
浙江斯瓦芯格工贸有限公司

Standard:GB/T23868-2009
実施基準：GB/T23868-2009
全国サービスホットライン：400-039-1758
执行标准：GB/T23868-2009
全国服务热线：400-039-1758
Address:No.19 Yingbin Road, Xiajiao, Lopu Street, Panyu District, Guangzhou, China
住　　所：广州市番禺区洛浦街厦滘迎賓路 19 号
地　　址：广州市番禺区洛浦街厦滘迎宾路 19 号
Manufacturer:No.9 Jinniu Road, Niubi Jin Industrial Park, Wuyi, Zhejiang, China.
生 産 元 ： 浙江省武義県牛背金工業団地金牛路 9 号
生 产 方：浙江武义牛背金工业园区金牛路 9 号

L06 MULTI-FUNCTION POWER RACK (BARBELL MODEL)
L06 マルチ機能トレーニングマシン（バーベルタイプ）
L06 龙门架综合训练器（杠铃款）
——INSTALLATION STEPS
——インストール手順
——安装步骤

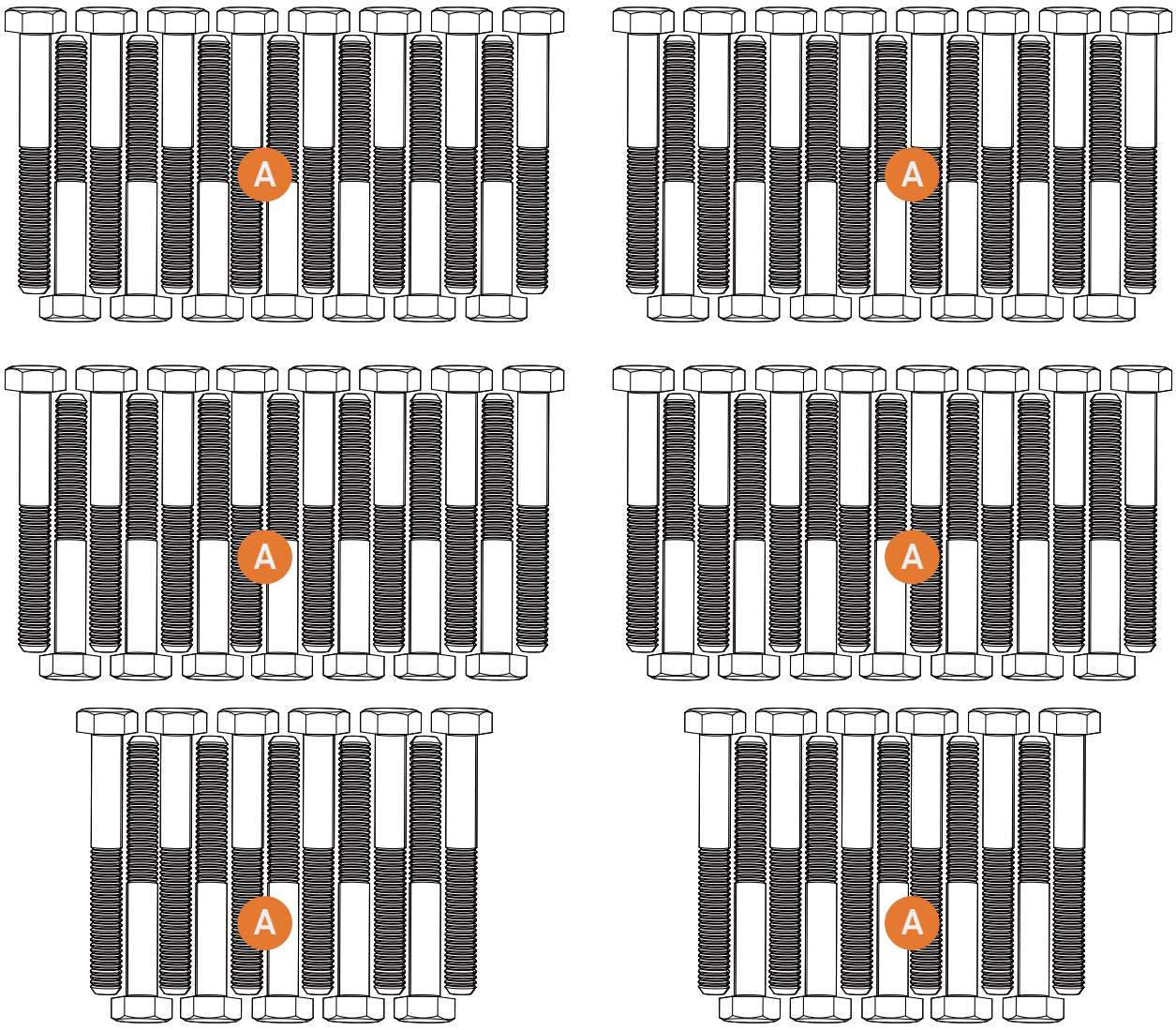
XINGESIWA

Product Front
製品の正面
产品正面



L06 Power Cage Integrated Trainer Installation Instructions (Barbell Version)

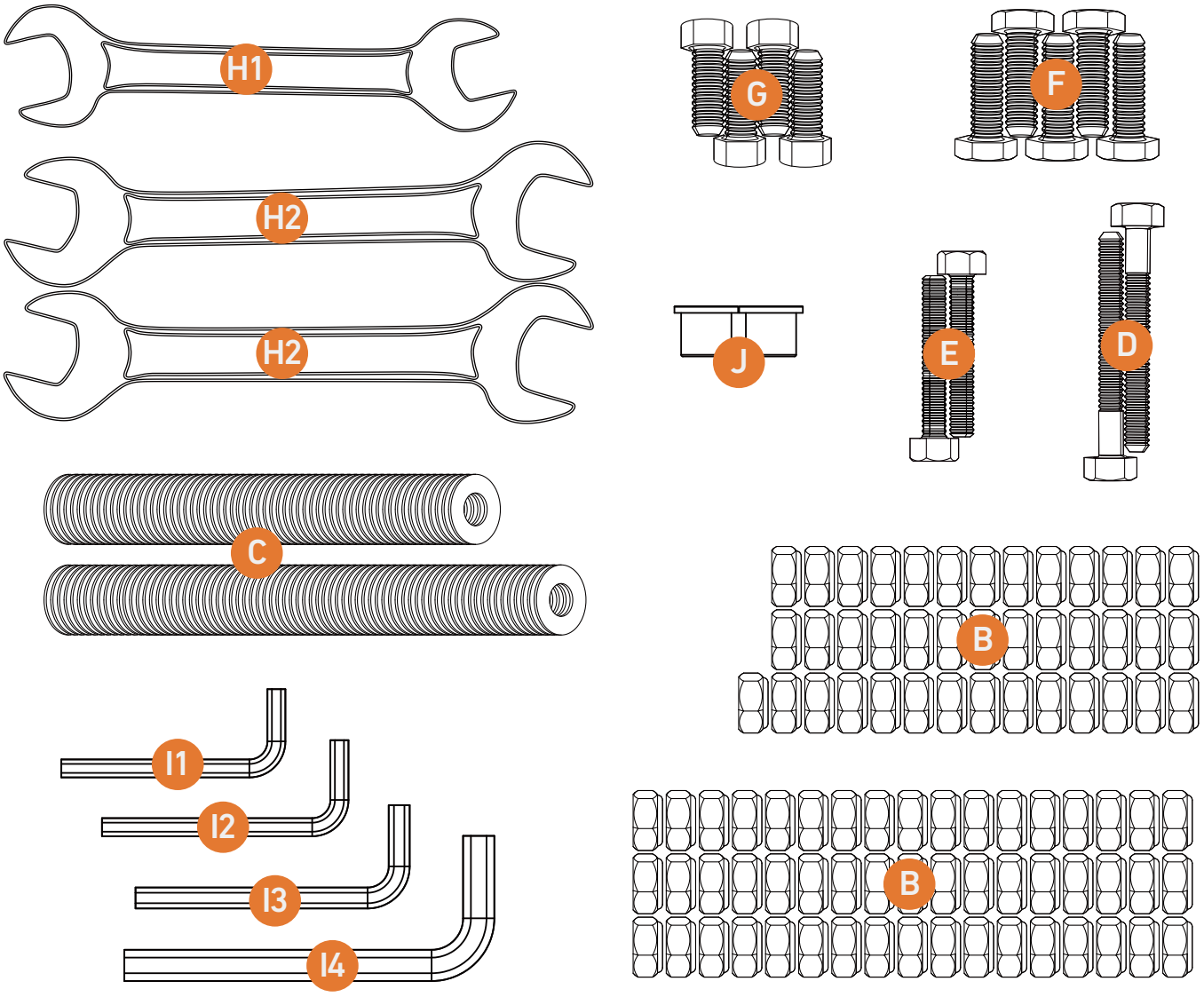
L06 マルチ機能トレーニングマシン（バーベルタイプ）
L06 龙门架综合训练器安装说明（杠铃款）



A 10*70 screws*82 10×70のネジ×82本	E 8*40 screws*2 8×40のネジ×2本
B 10C Non-slip Nut*91 10C 滑り止めナット×91個	F 10*25 screws*5 10×25mmのネジ×5本
C 10*25*1.5 spacer*186 10×25×1.5 スペーサー×186	G 10*20 screws*4 10×20のネジ×4本
D 8*65 screws*2 8×65mmのネジ×2本	H1 14-17 open-end wrench*1 14～17mm オープンエンドレンチ×1

L06 Power Cage Integrated Trainer Installation Instructions (Barbell Version)

L06 マルチ機能トレーニングマシン（バーベルタイプ）
L06 龙门架综合训练器安装说明（杠铃款）

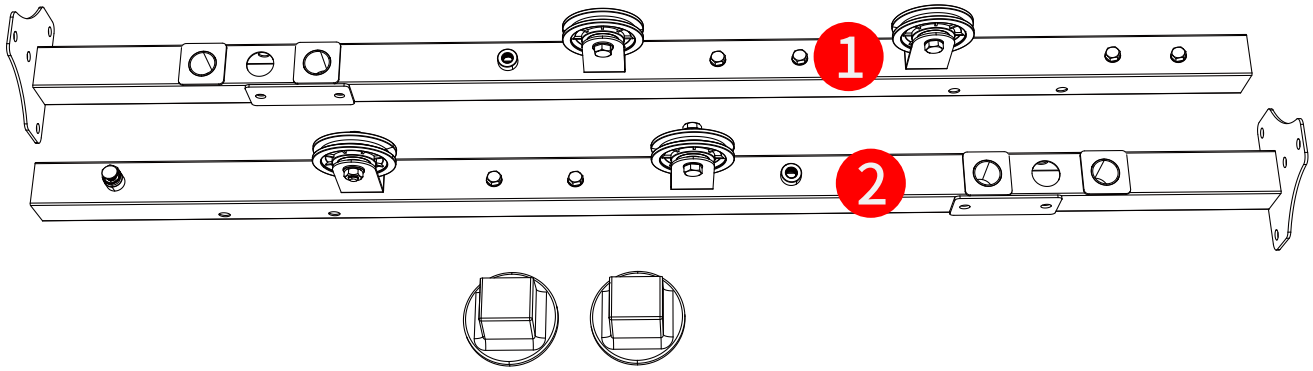


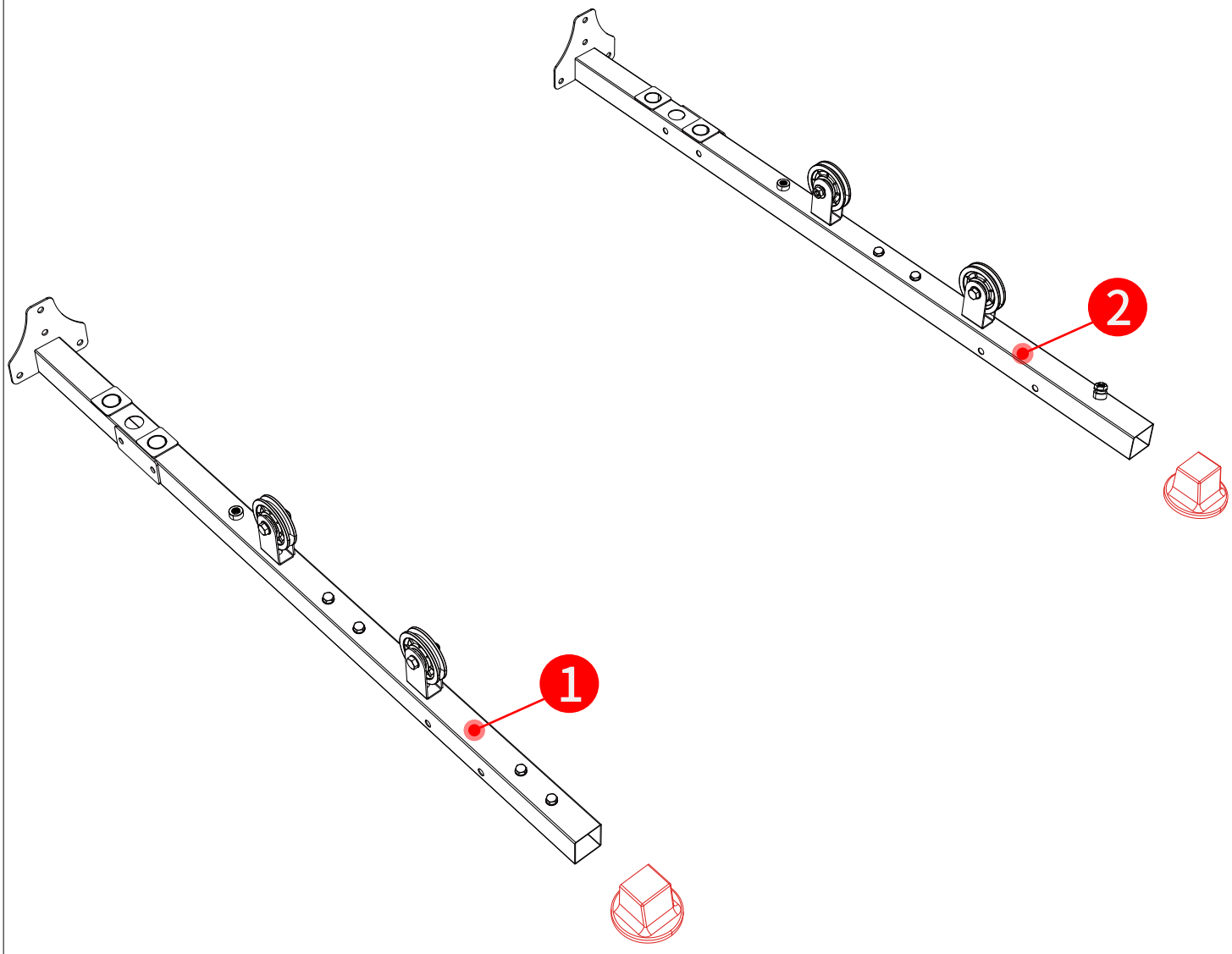
H2 17-19 open-end wrench*2 17～19mm オープンエンドレンチ×2	I4 Hexagonal Plate Handle M8*1 六角プレートハンドル M8×1
I1 Hexagonal Plate Handle M3*1 六角プレートハンドル M3×1	J Bushings*2 ブッシング×2
I2 Hexagonal Plate Handle M4*1 六角プレートハンドル M4×1	
I3 Hexagonal Plate Handle M5*1 六角プレートハンドル M5×1	

L06 MULTI-FUNCTION POWER RACK (BARBELL MODEL)
L06 マルチ機能トレーニングマシン（バーベルタイプ）
L06 龙门架综合训练器（杠铃款）
——INSTALLATION STEPS
——インストール手順
——安装步骤

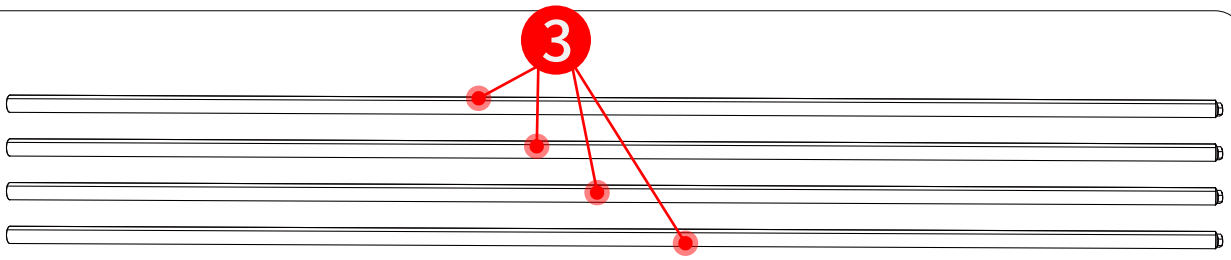
XINGESIWA

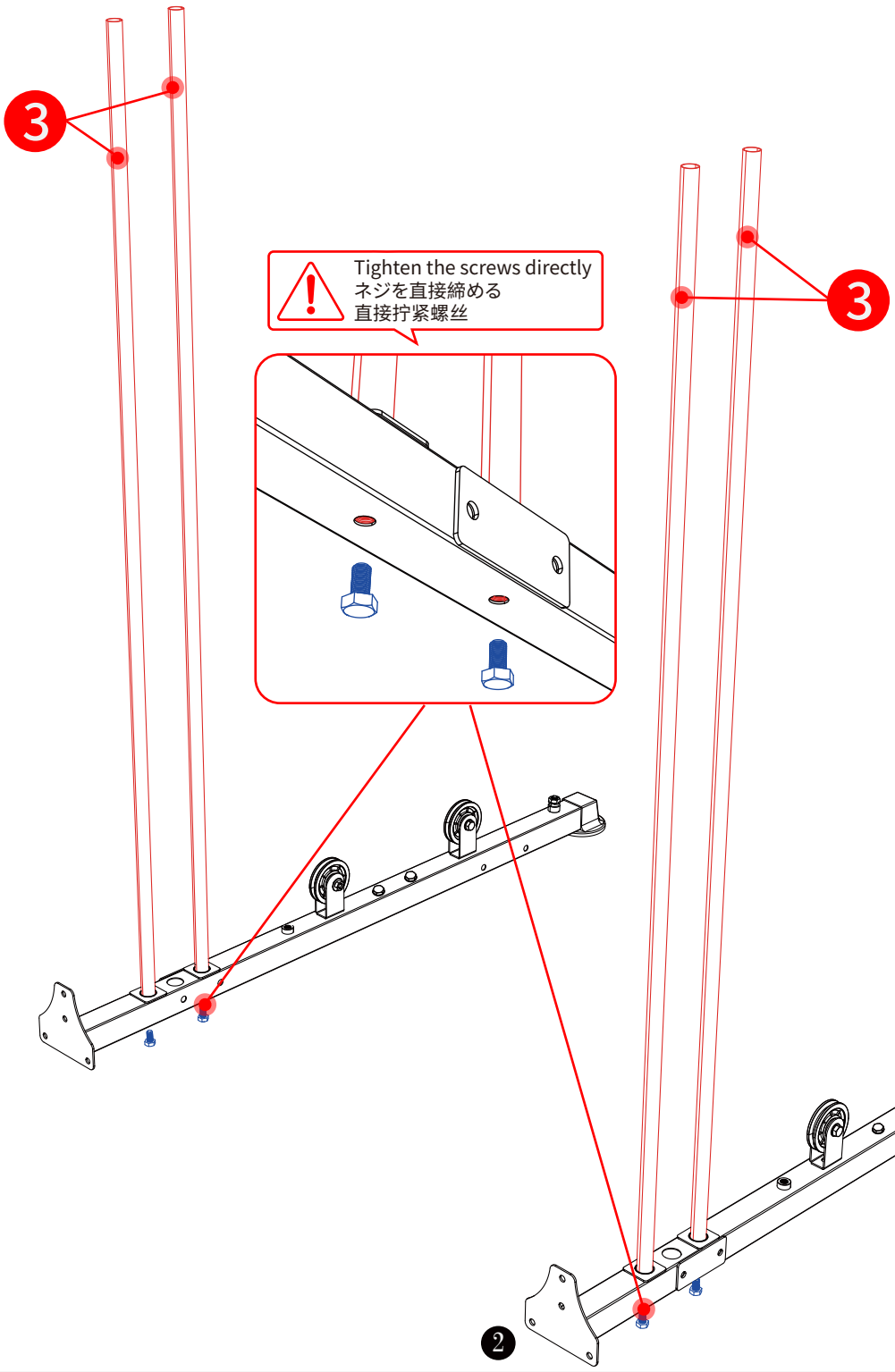
Step1





Step2



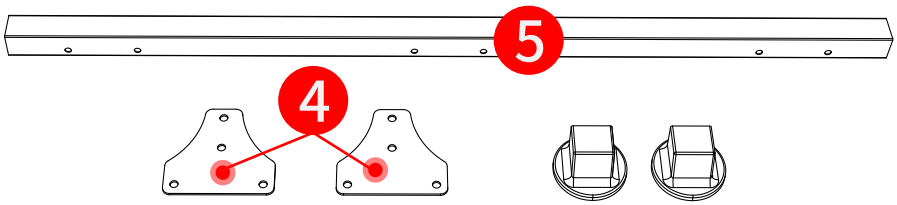


Step3

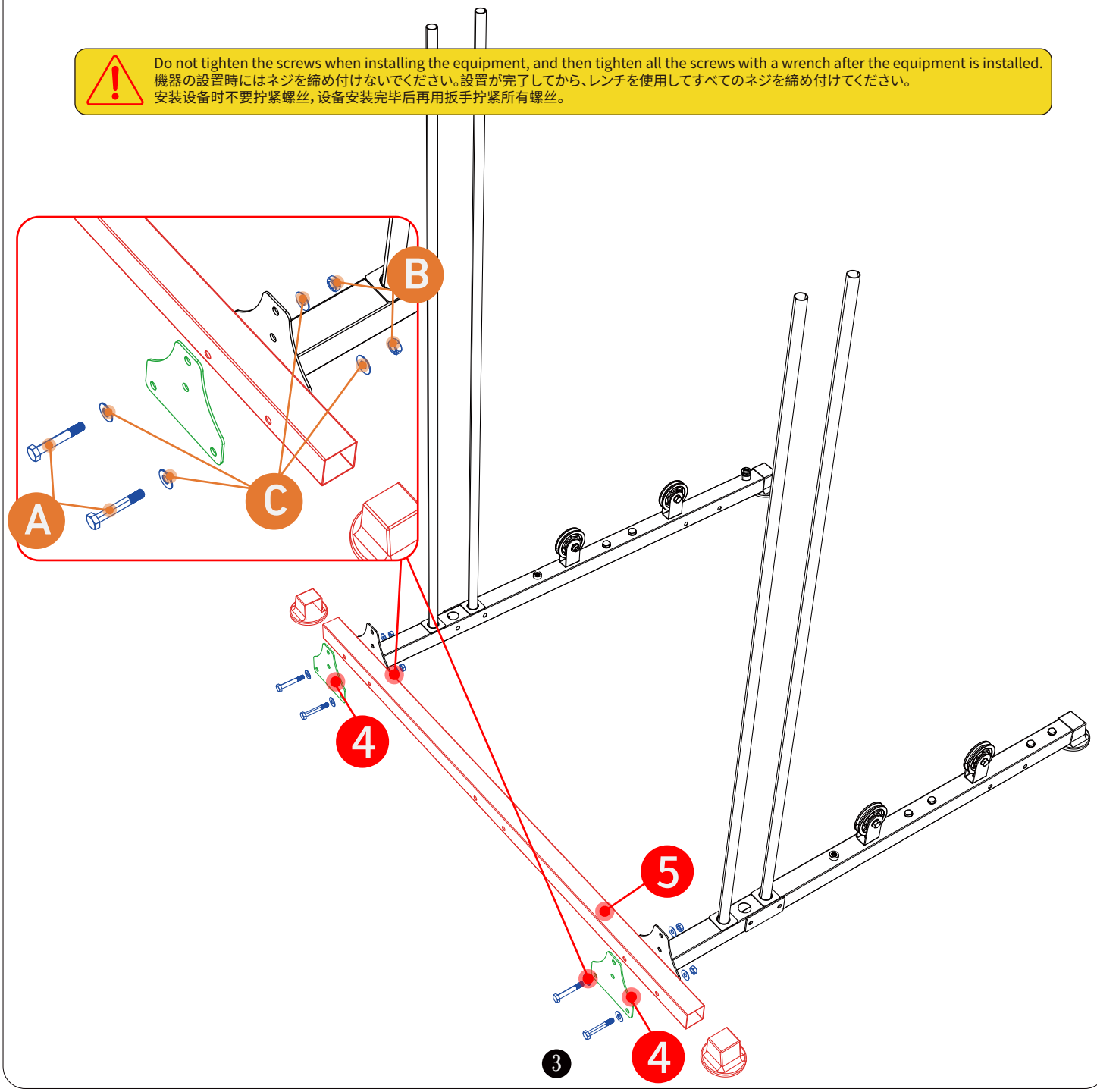
A 10*70 screws*4
10×70のネジ×4本

B 10C Non-slip Nut*4
10C 滑り止めナット×4個

C 10*25*1.5 spacer*8
10×25×1.5 スペーサー×8



Do not tighten the screws when installing the equipment, and then tighten all the screws with a wrench after the equipment is installed.
機器の設置時にはネジを締め付けないでください。設置が完了してから、レンチを使用してすべてのネジを締め付けてください。
安装设备时不要拧紧螺丝，设备安装完毕后再用扳手拧紧所有螺丝。

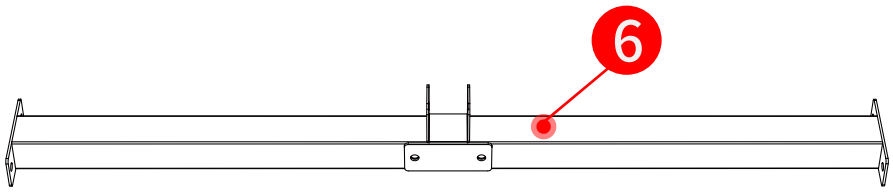


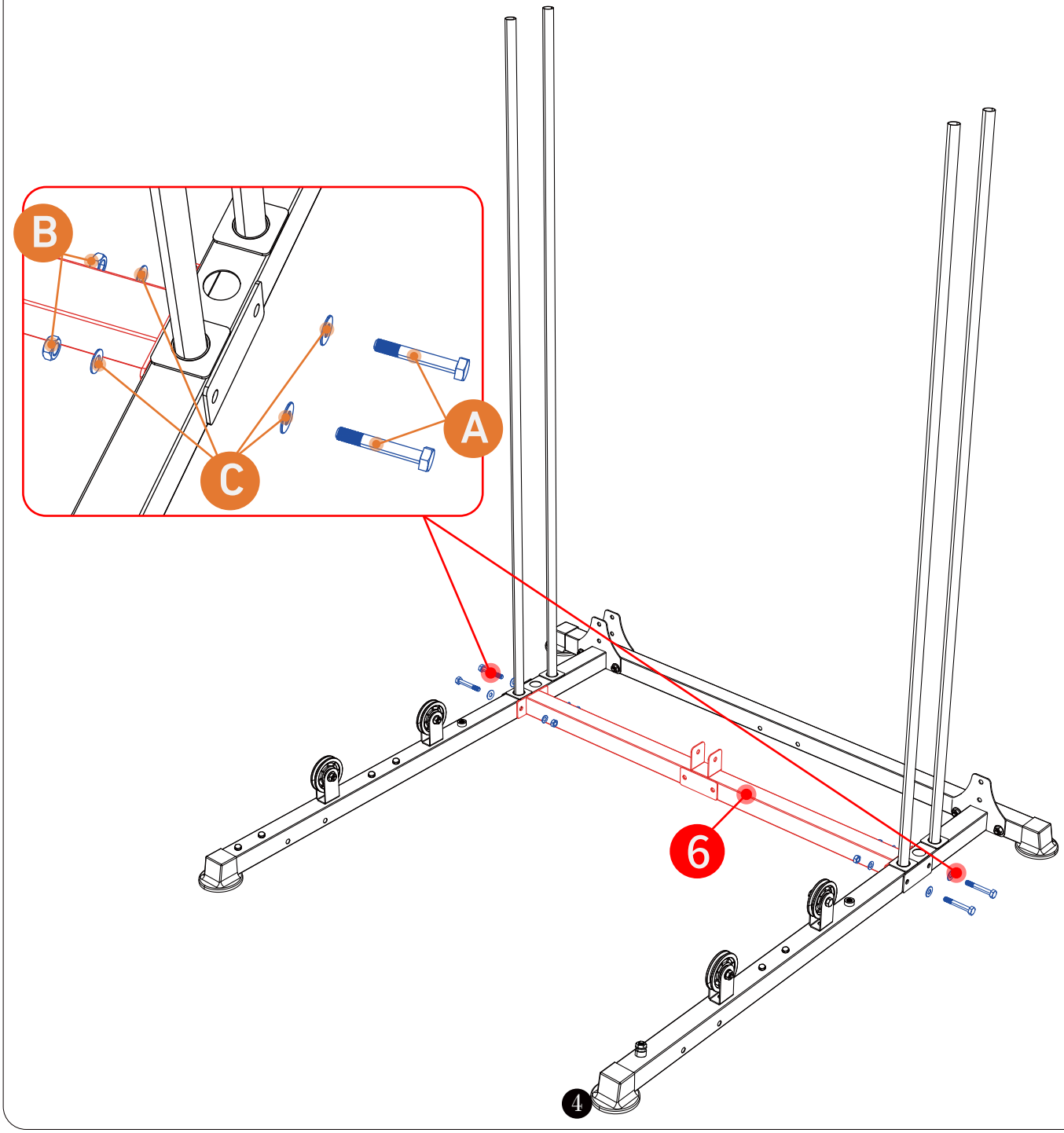
Step4

A 10*70 screws*4
10×70のネジ×4本

B 10C Non-slip Nut*4
10C 滑り止めナット×4個

C 10*25*1.5 spacer*8
10×25×1.5 スペーサー×8



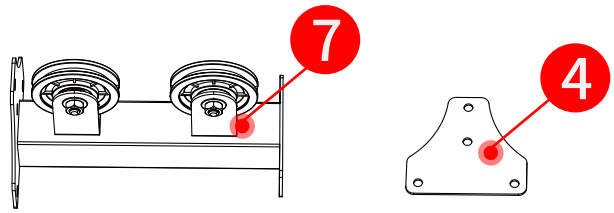


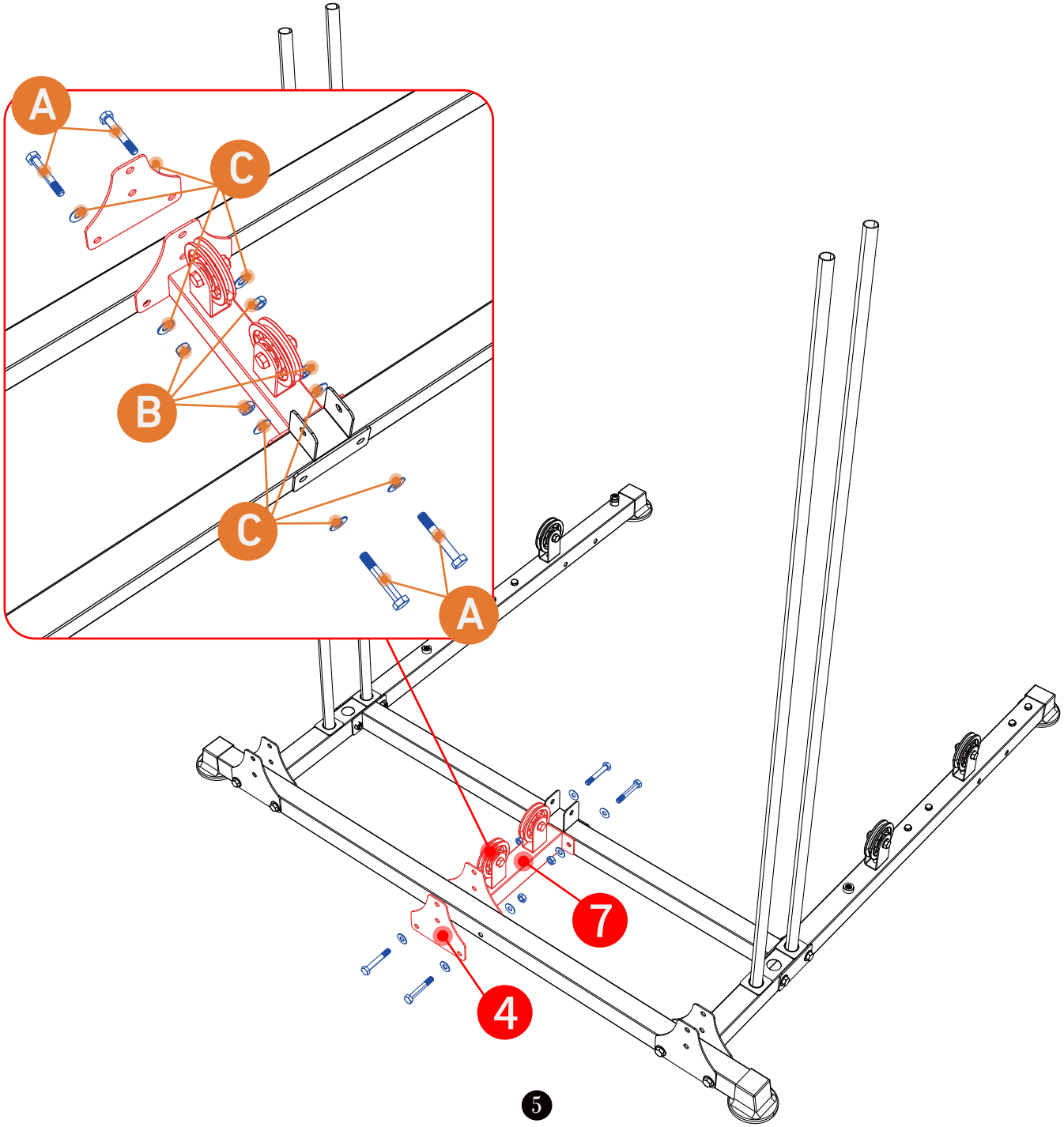
Step5

A 10*70 screws*4
10×70のネジ×4本

B 10C Non-slip Nut*4
10C 滑り止めナット×4個

C 10*25*1.5 spacer*8
10×25×1.5 スペーサー×8



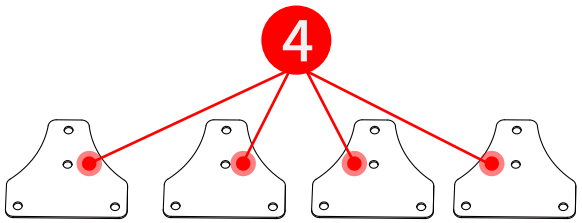


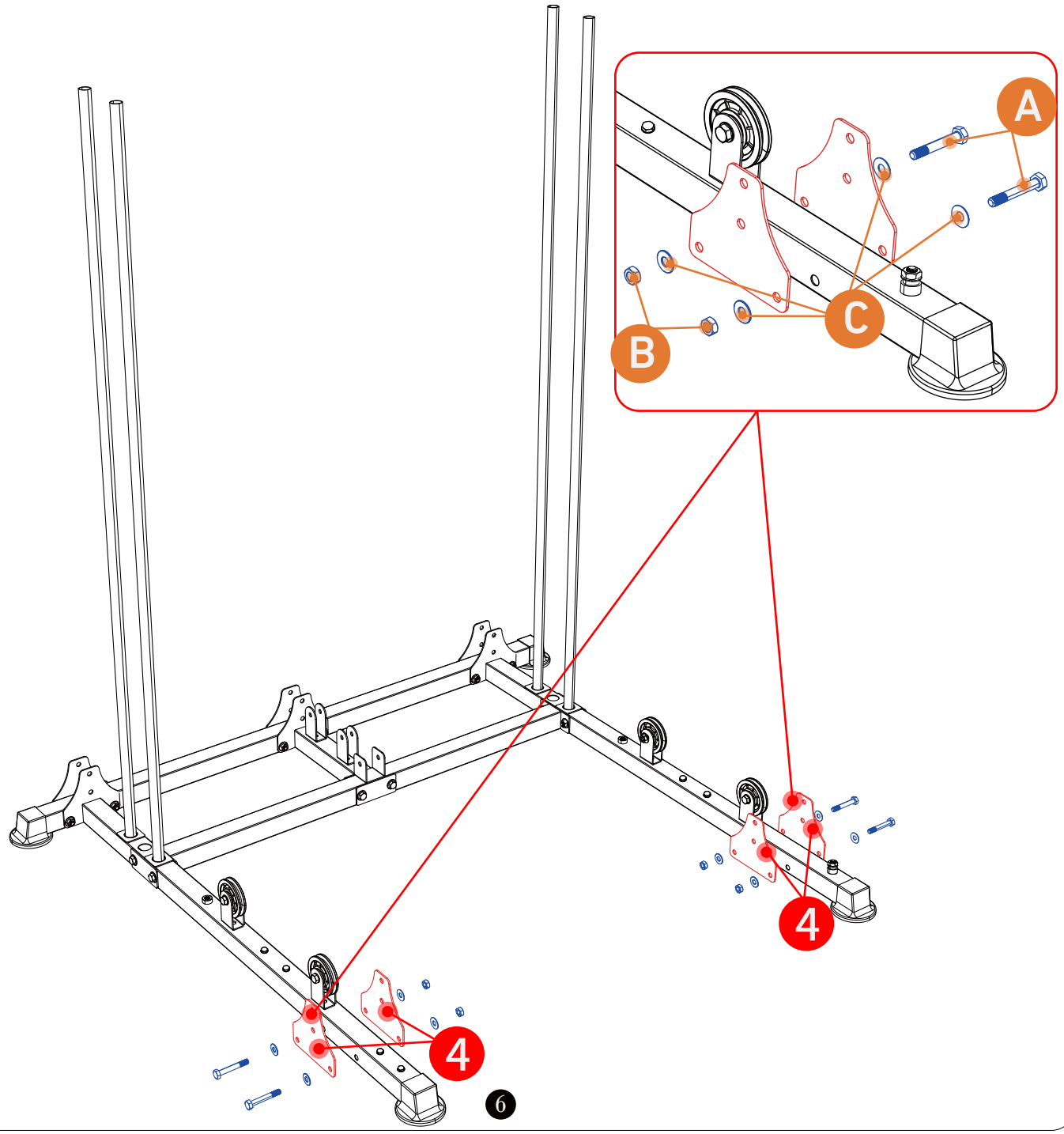
Step6

A 10*70 screws*4
10×70のネジ×4本

B 10C Non-slip Nut*4
10C 滑り止めナット×4個

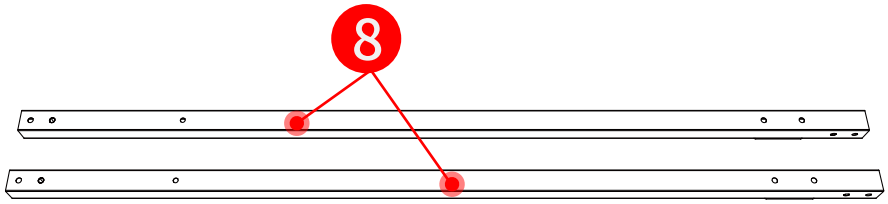
C 10*25*1.5 spacer*8
10×25×1.5 スペーサー×8

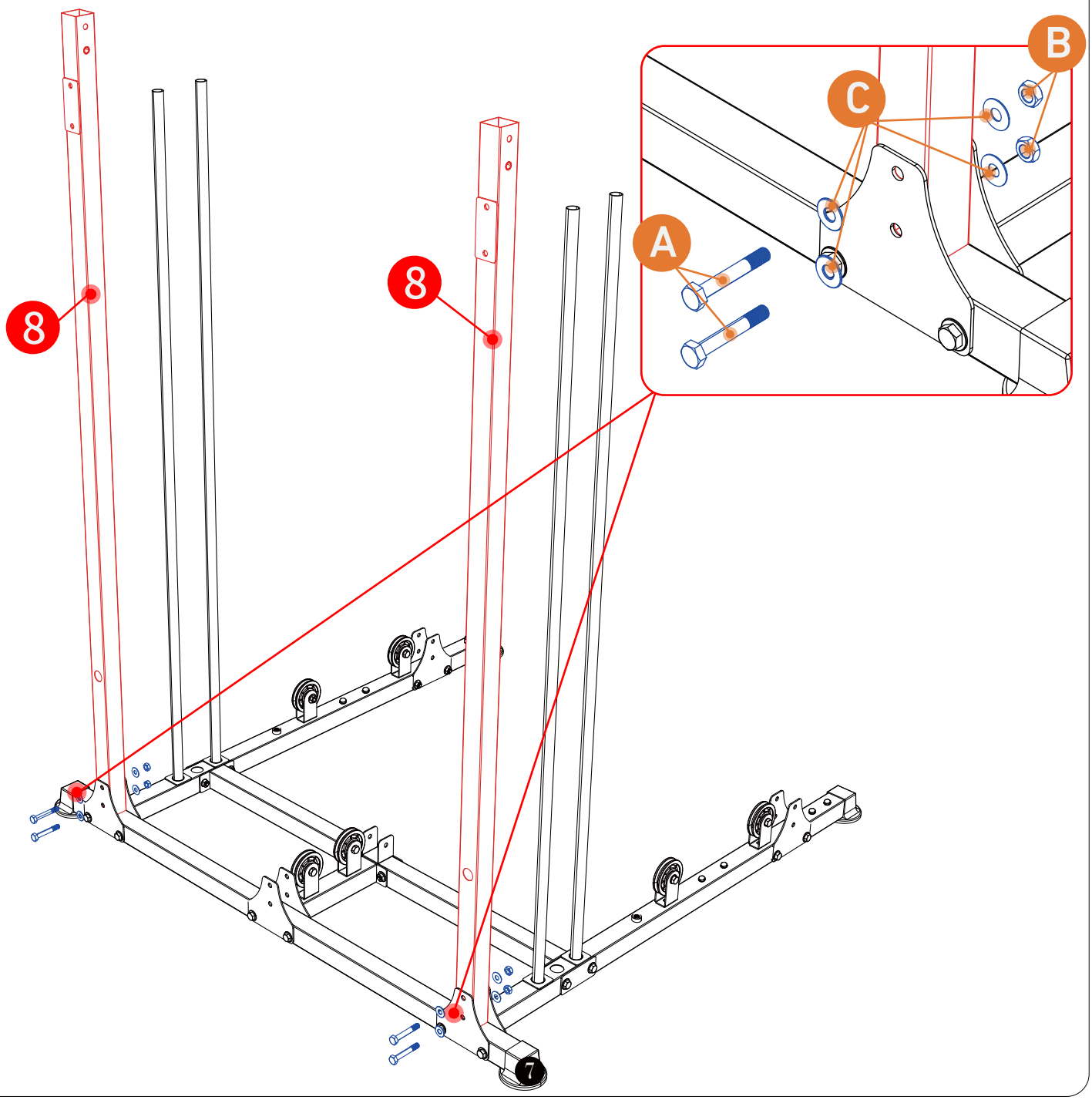




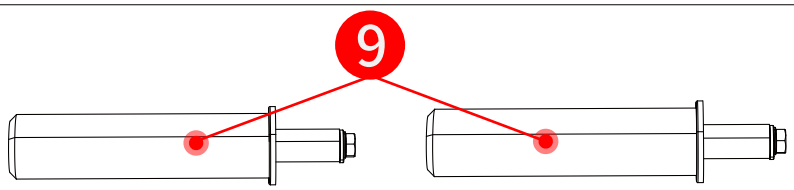
Step7

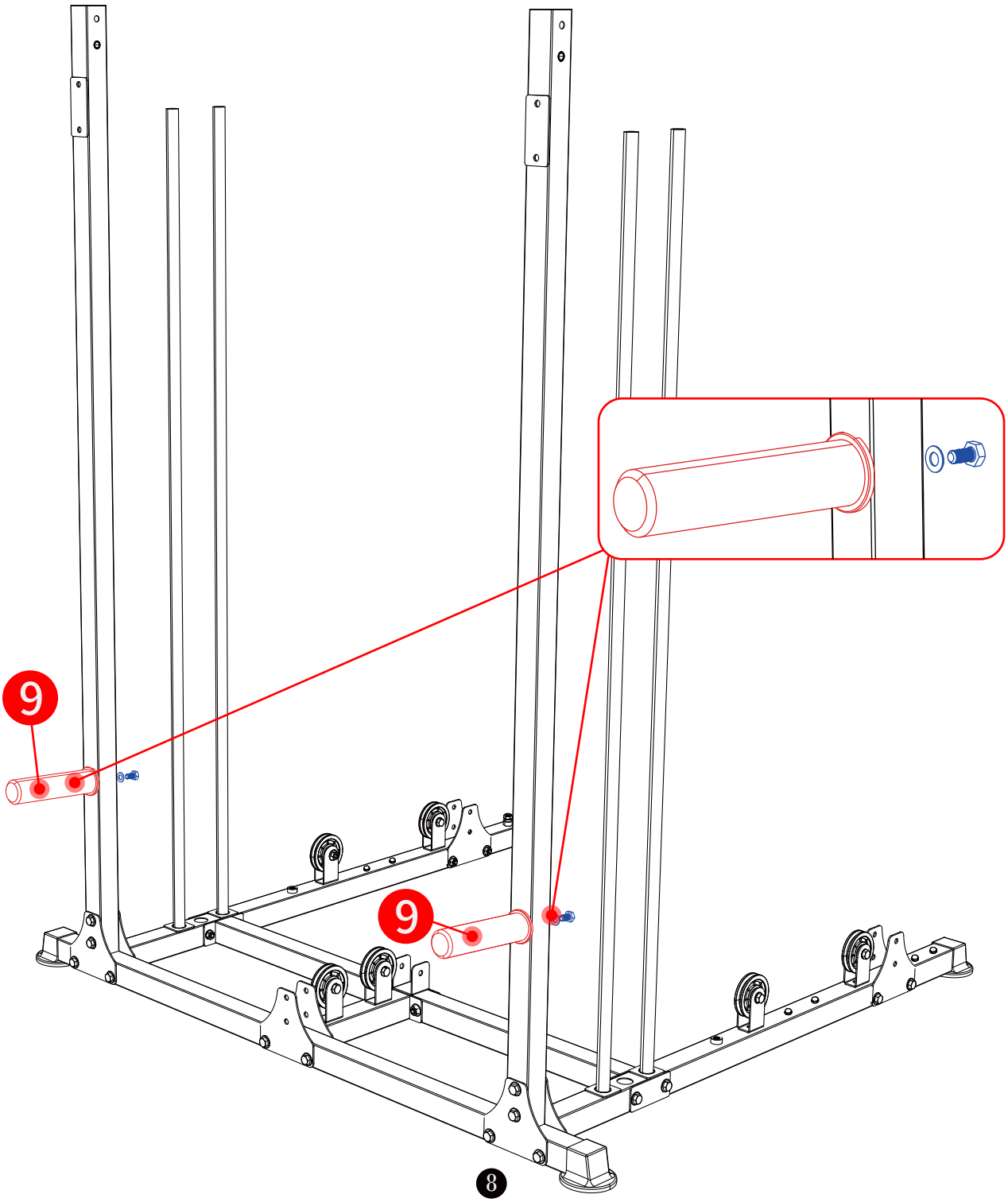
- A 10*70 screws*4
  10×70のネジ×4本
- B 10C Non-slip Nut*4
  10C 滑り止めナット×4個
- C 10*25*1.5 spacer*8
  10×25×1.5 スペーサー×8



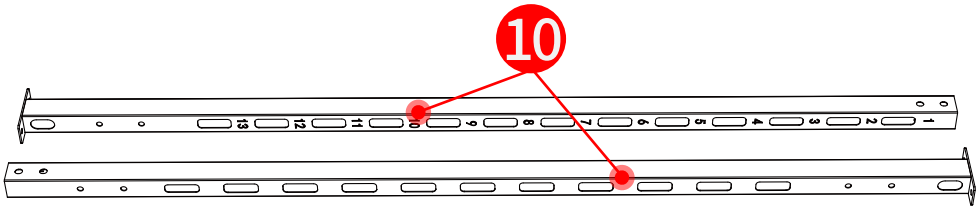


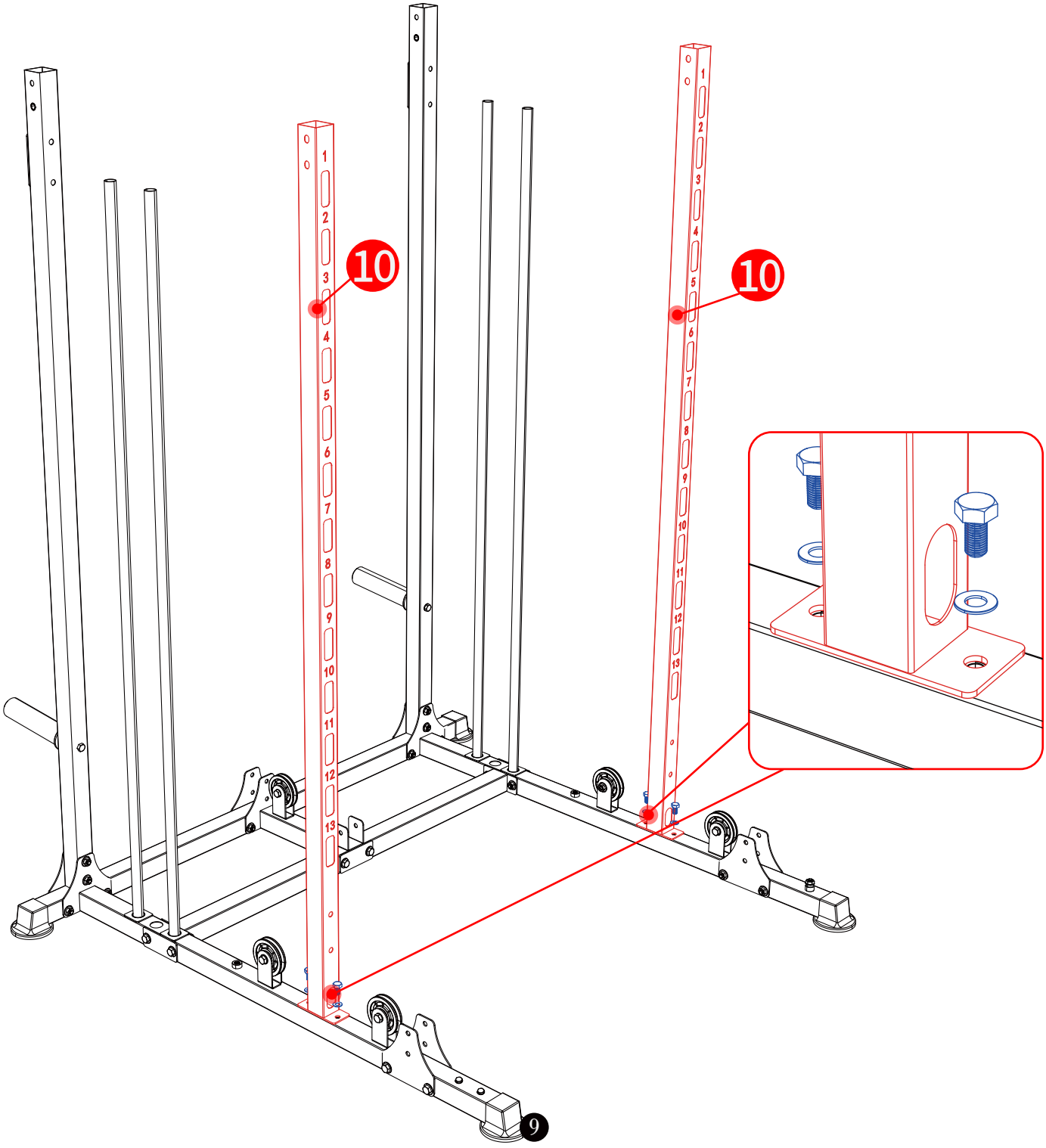
Step8





Step9



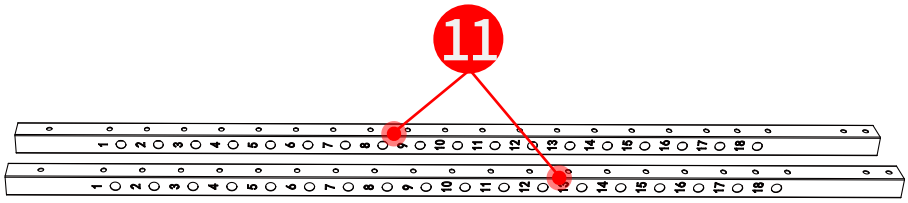


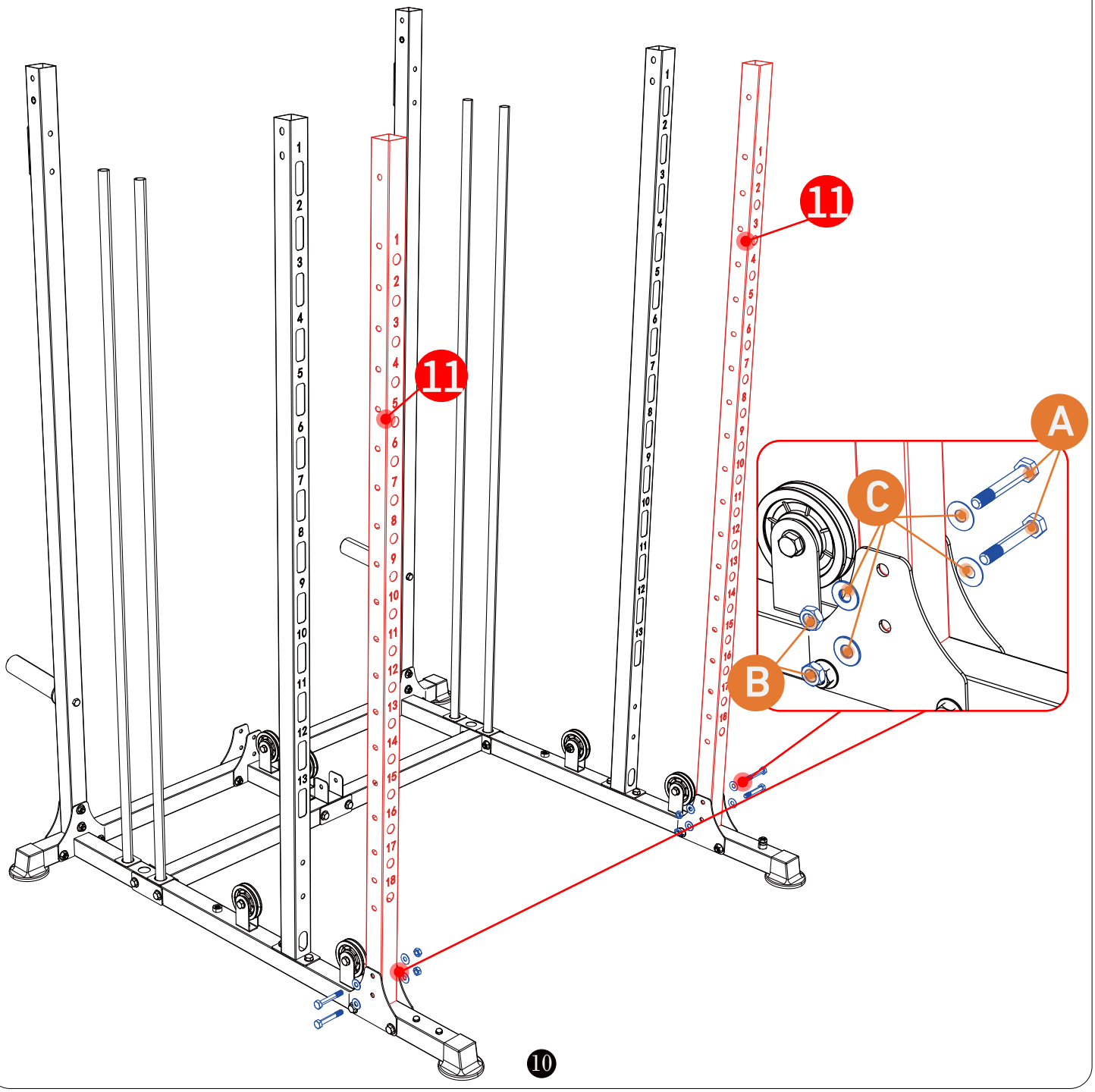
Step10

A 10*70 screws*4
10×70のネジ×4本

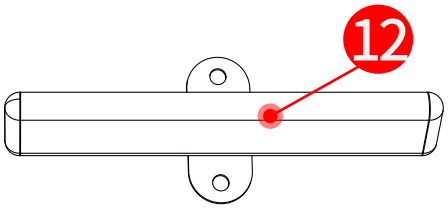
B 10C Non-slip Nut*4
10C 滑り止めナット×4個

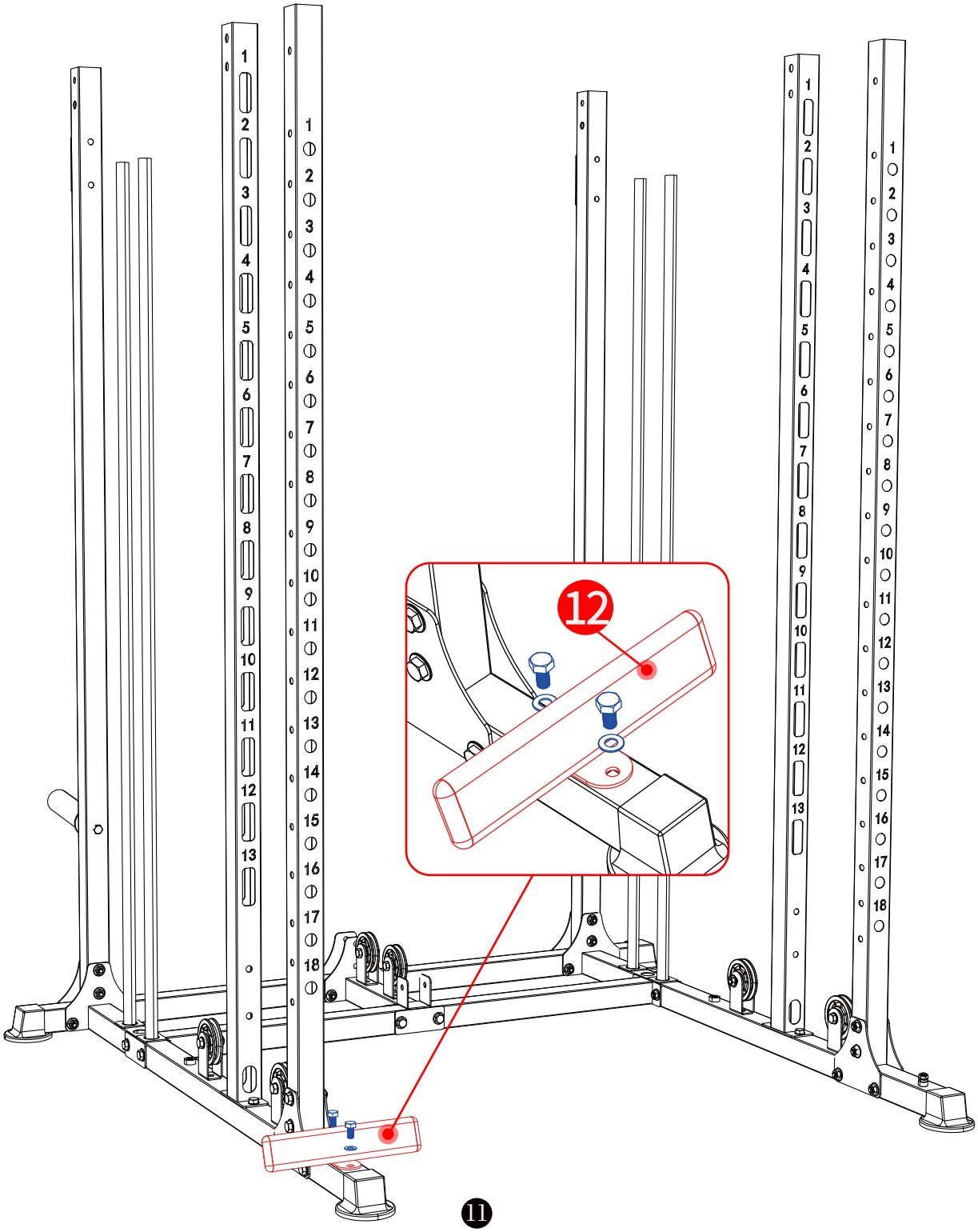
C 10*25*1.5 spacer*8
10×25×1.5 スペーサー×8



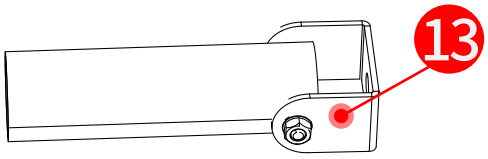


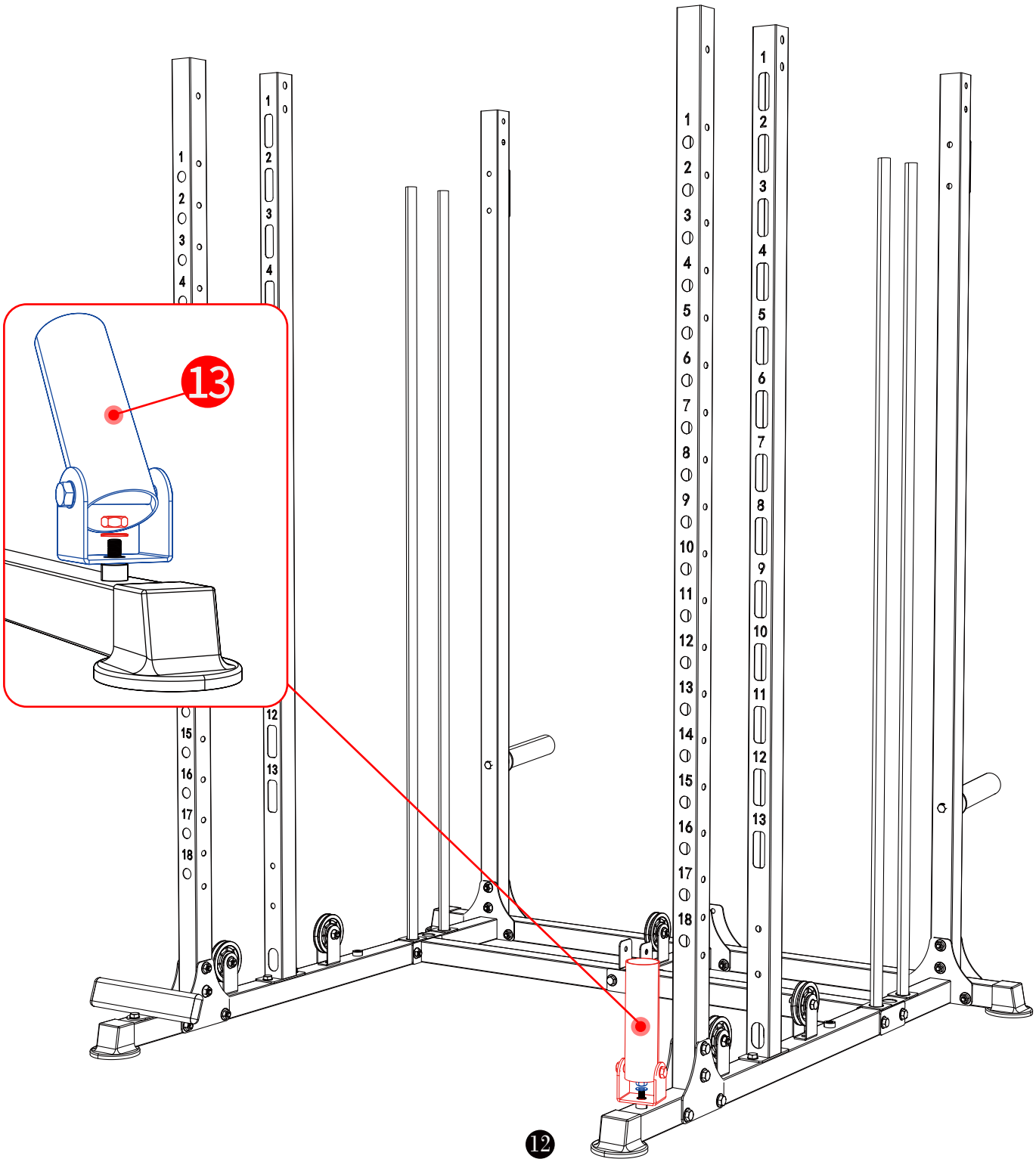
Step11





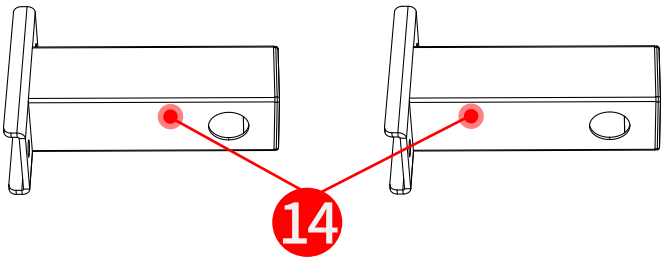
Step12

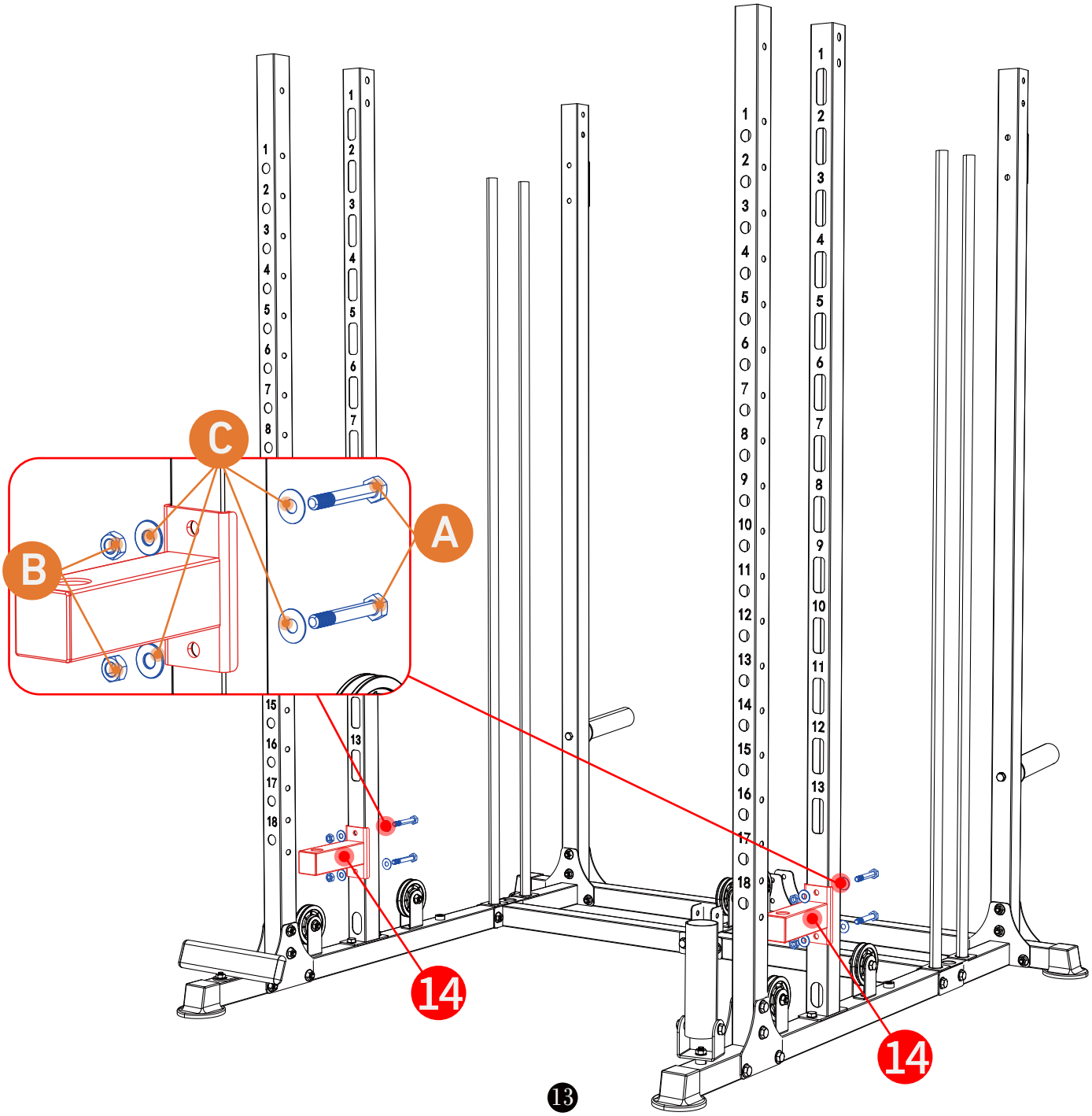




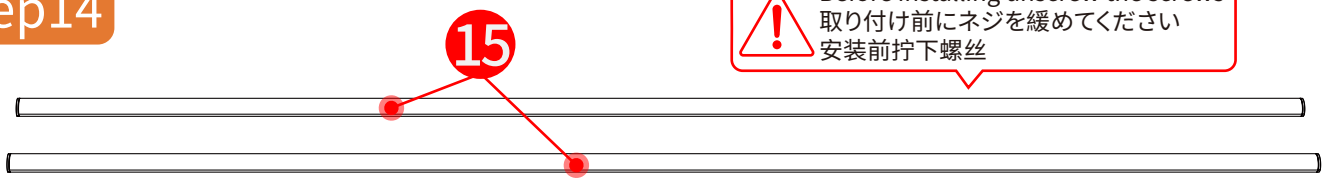
Step13

- A 10*70 screws*4
  10×70のネジ×4本
- B 10C Non-slip Nut*4
  10C 滑り止めナット×4個
- C 10*25*1.5 spacer*8
  10×25×1.5 スペーサー×8

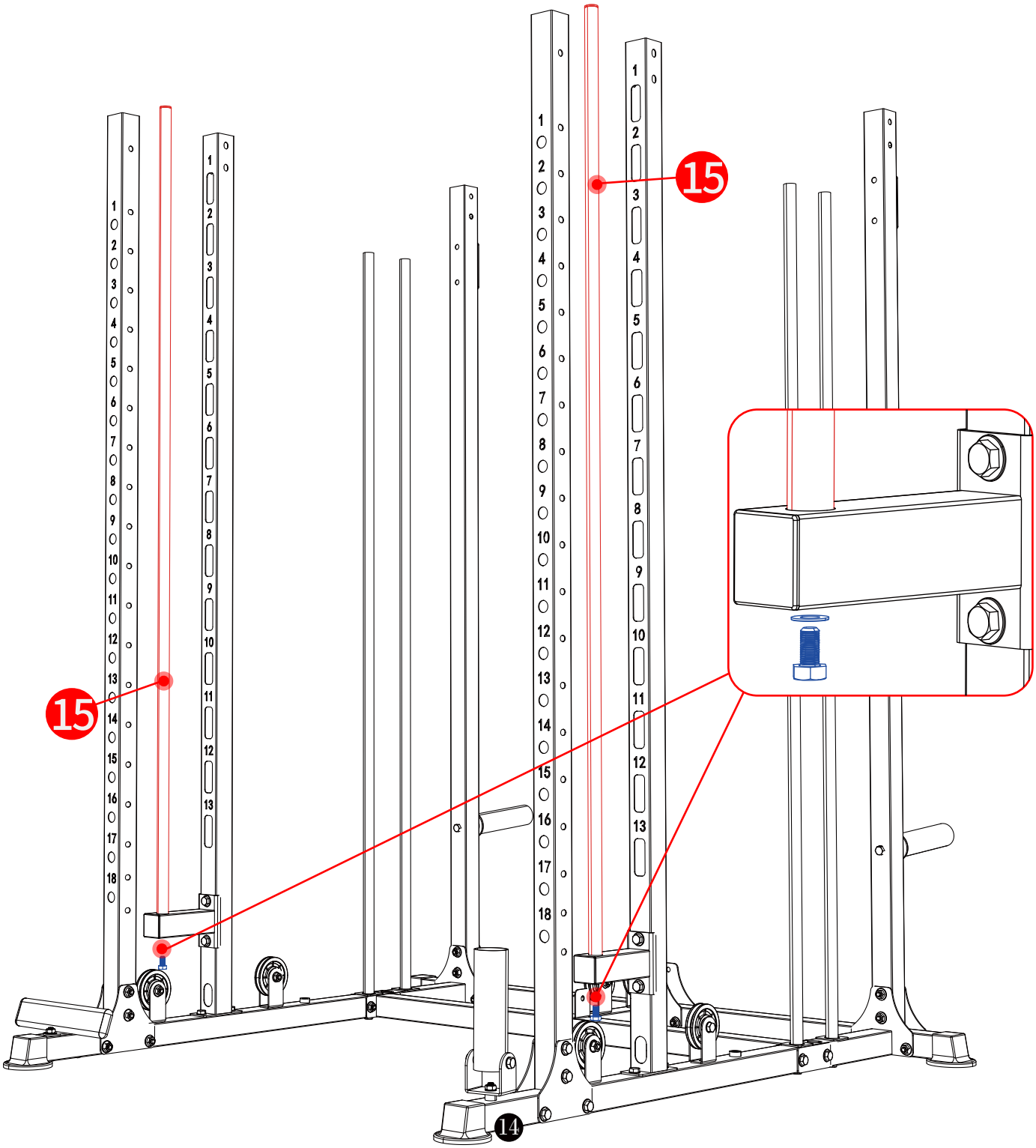




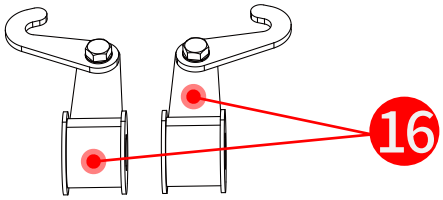
Step14

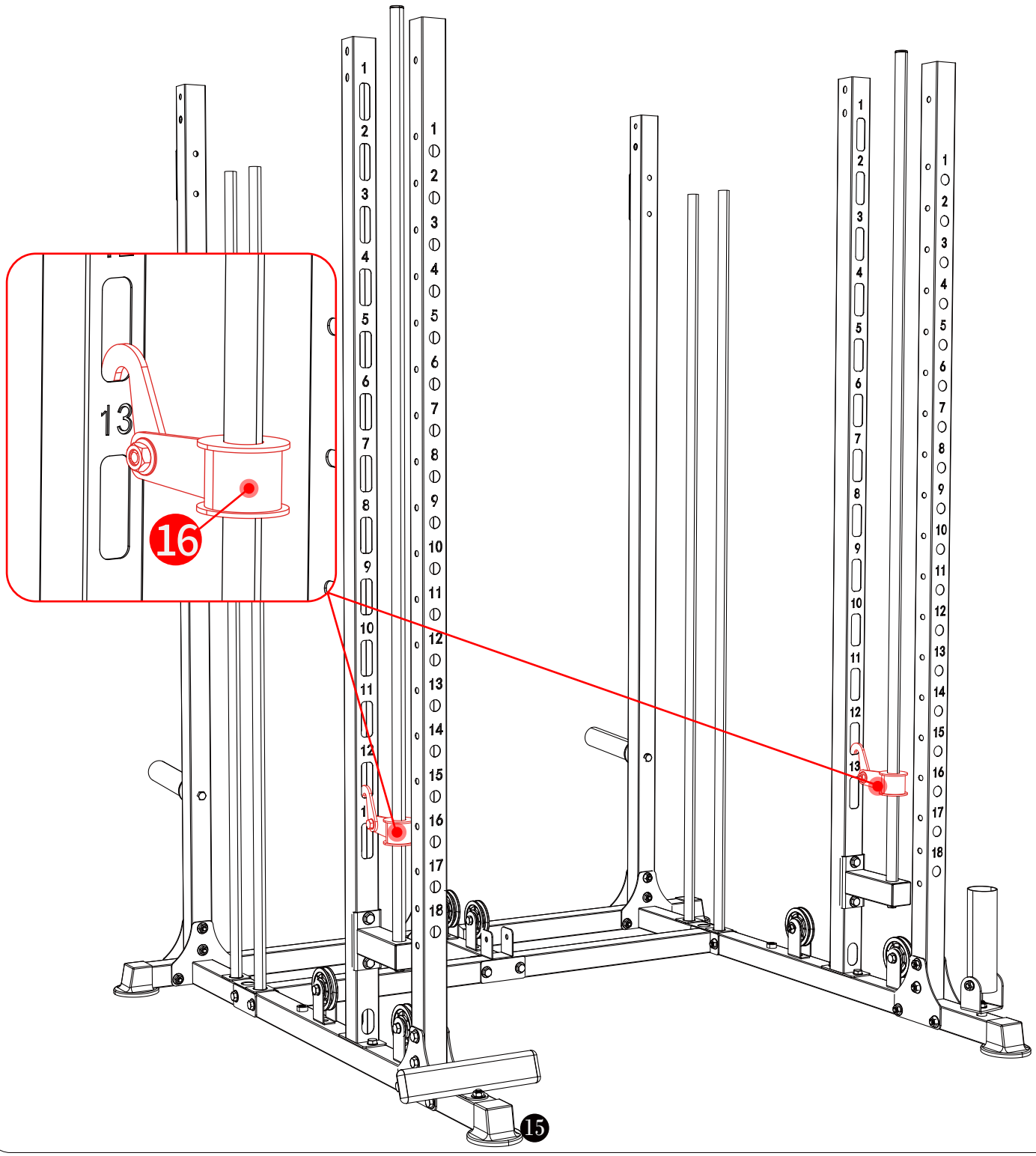


Before installing unscrew the screws
取り付け前にネジを緩めてください
安装前拧下螺丝

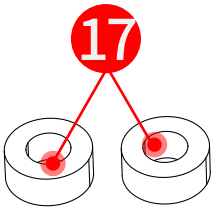


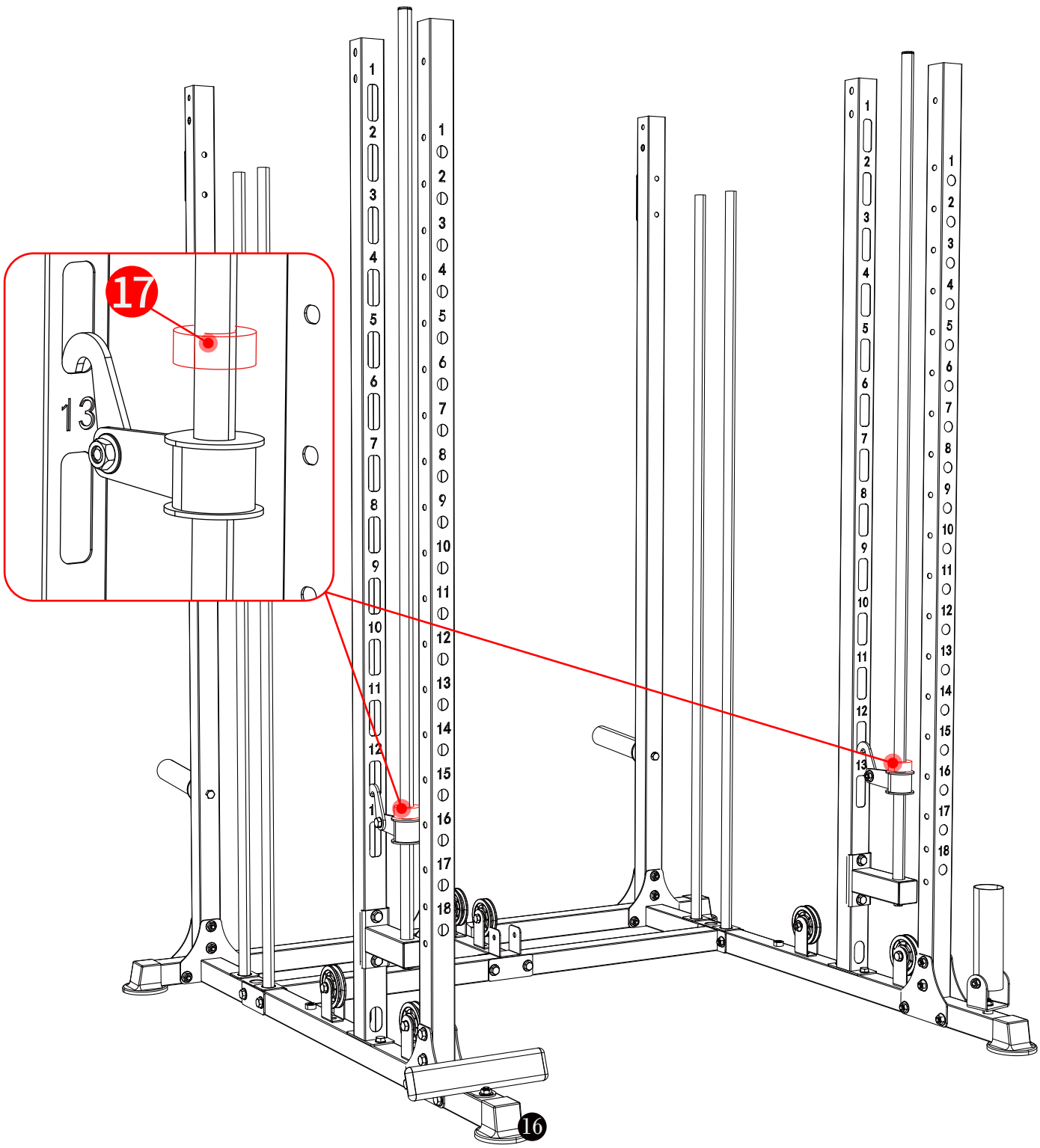
Step15



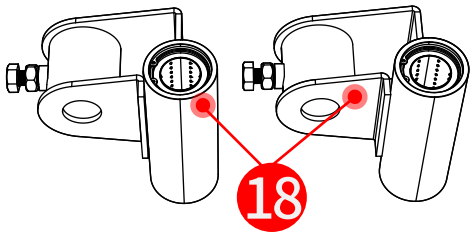


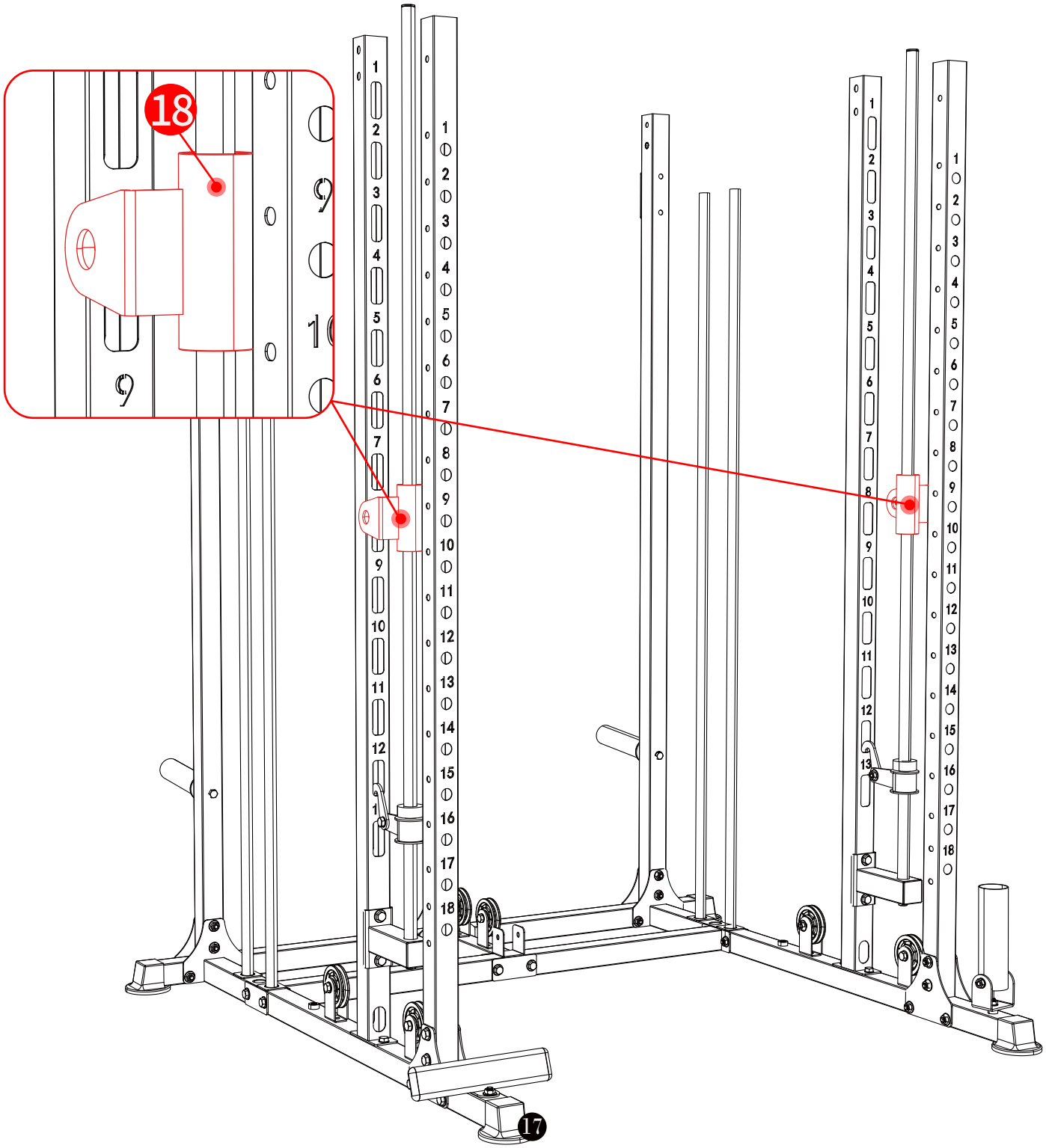
Step16



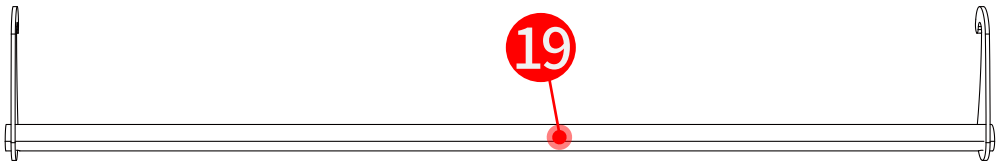


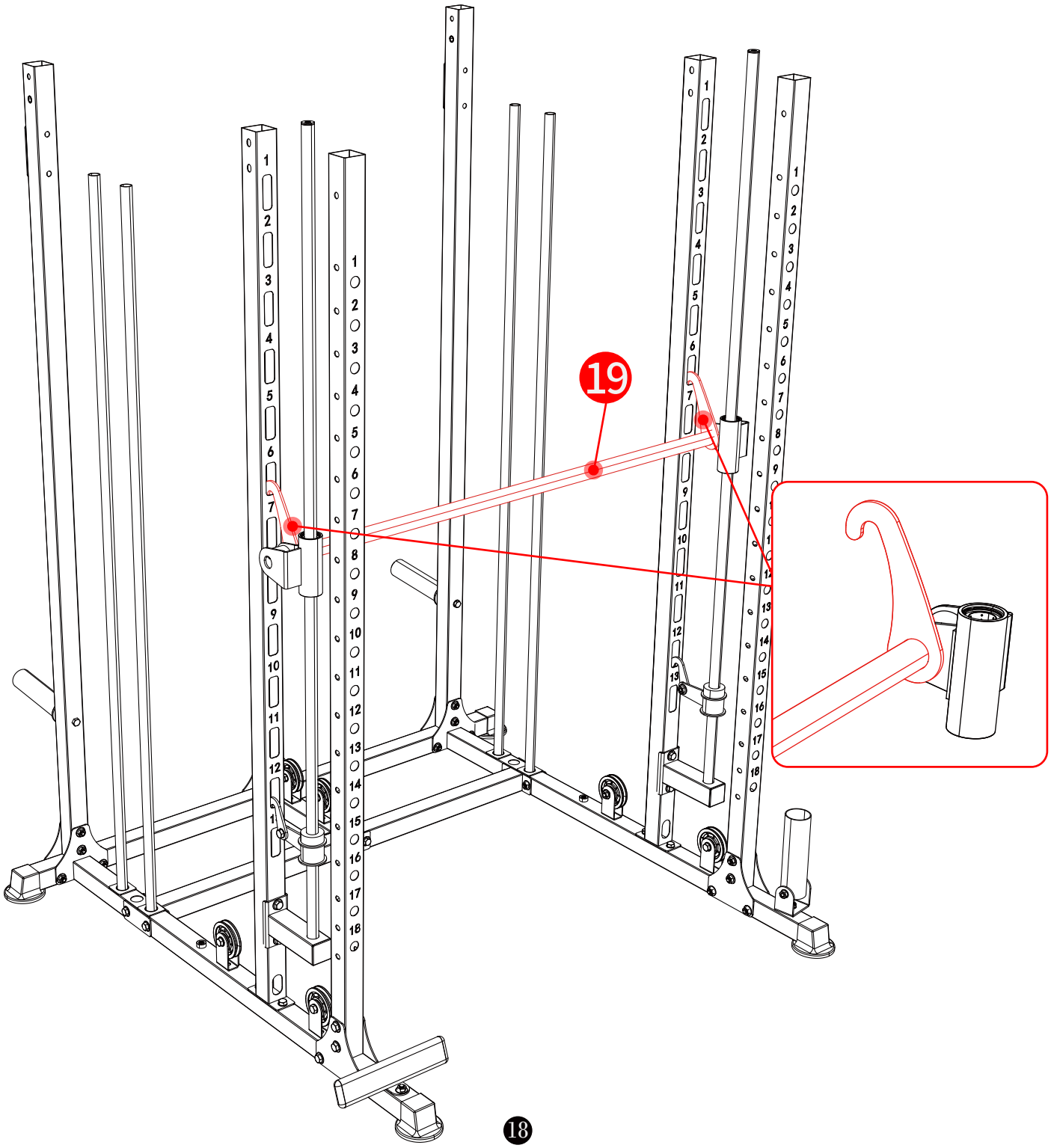
Step17



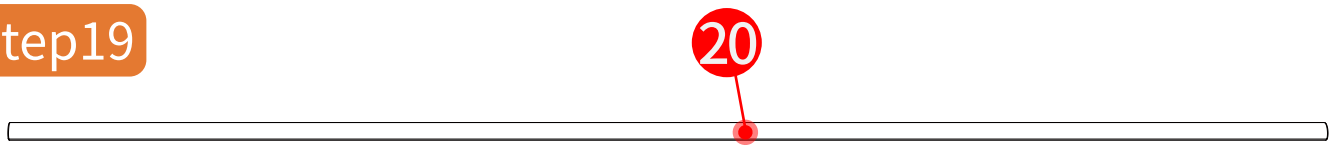


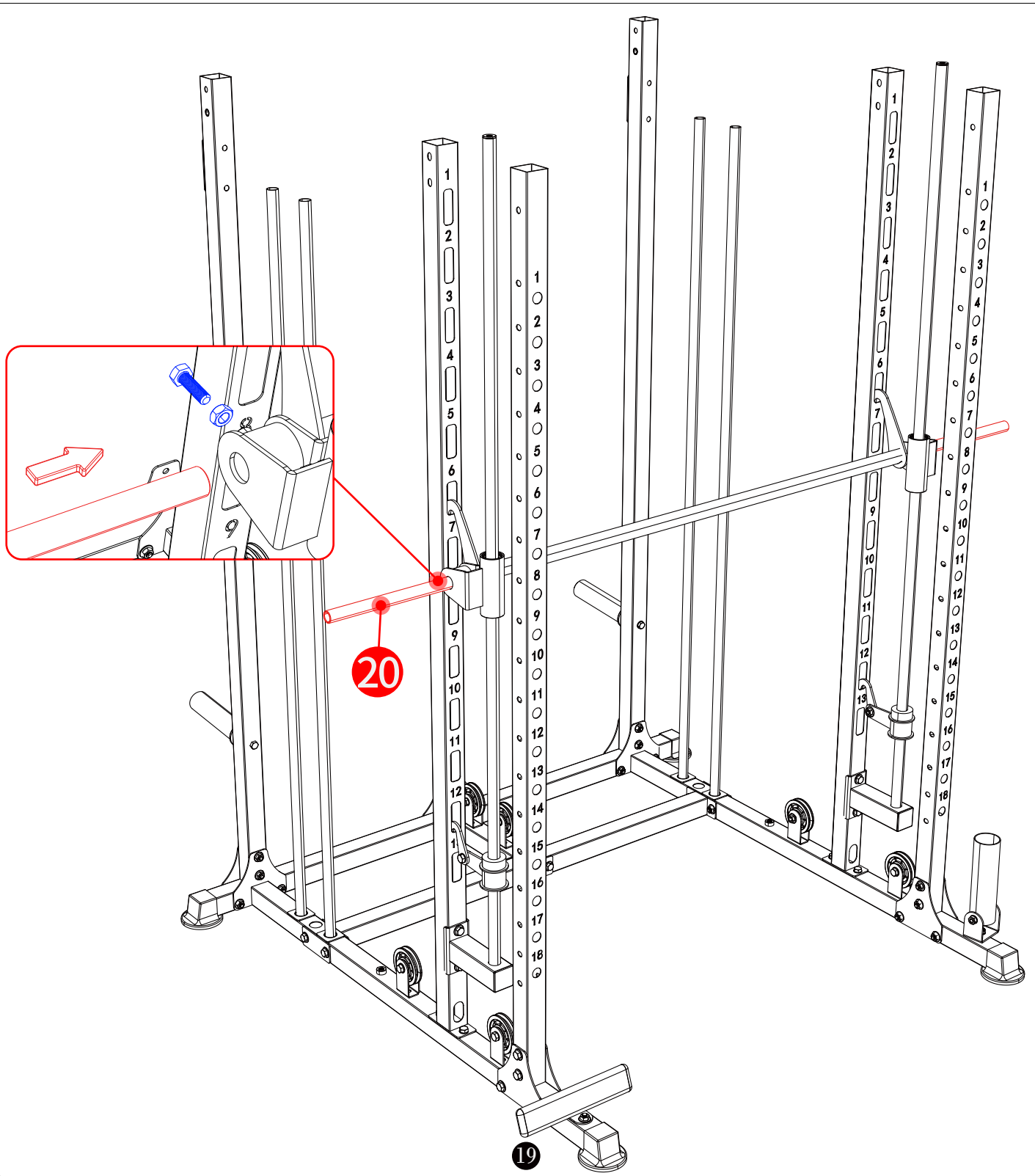
Step18



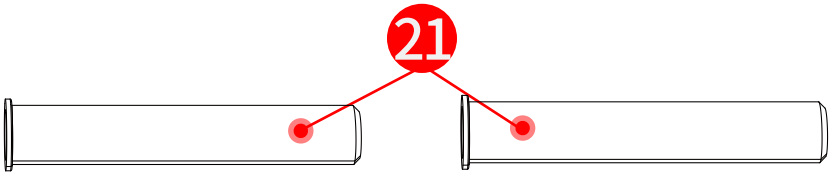


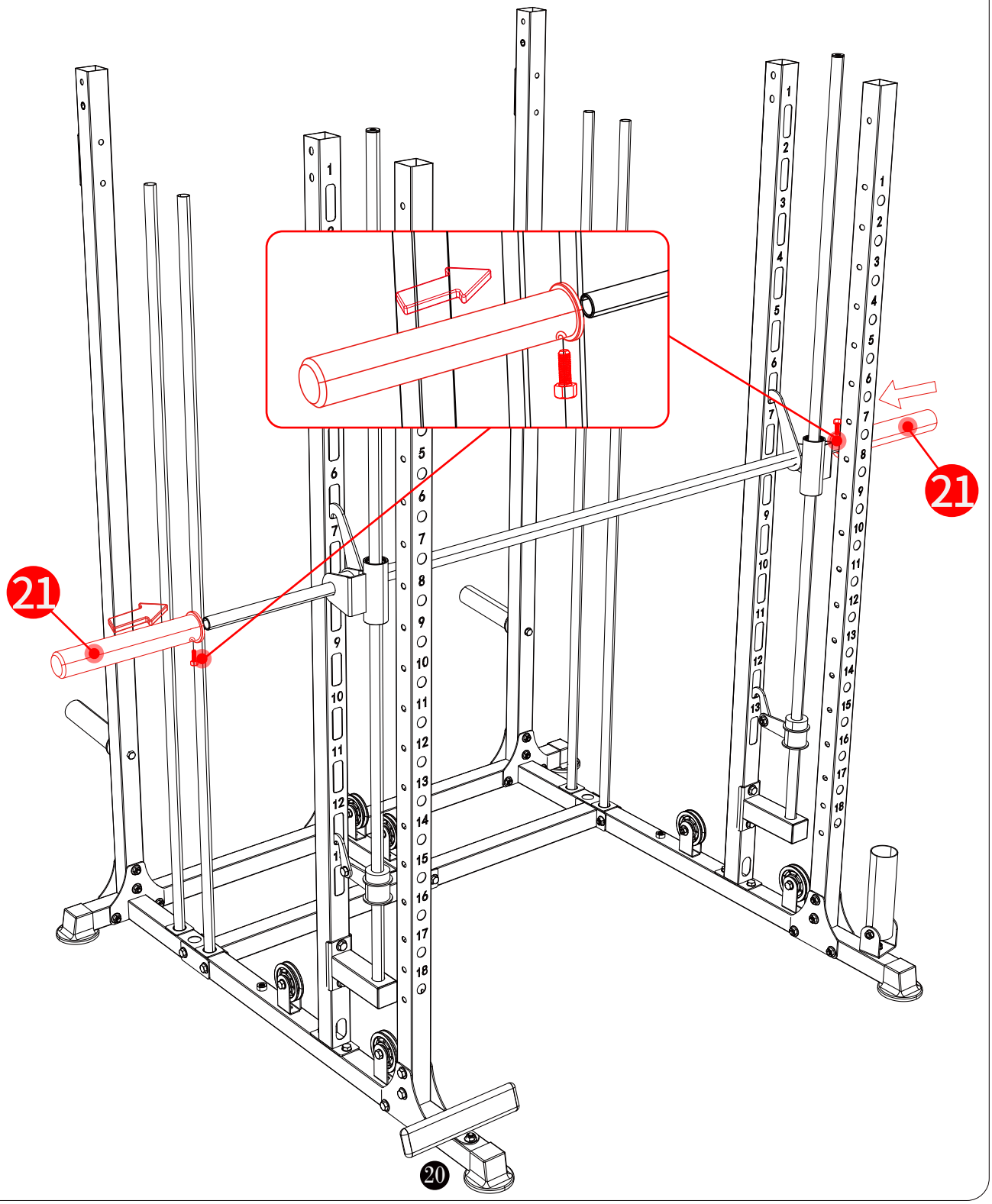
Step19





Step20



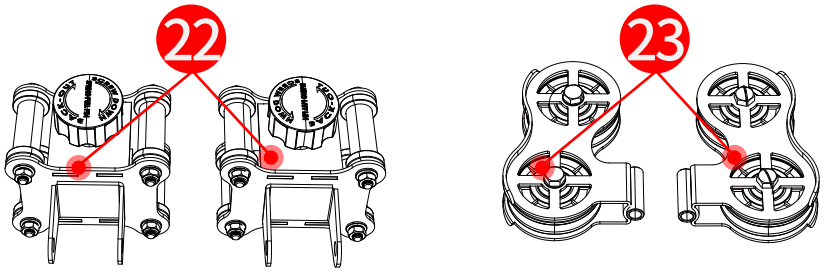


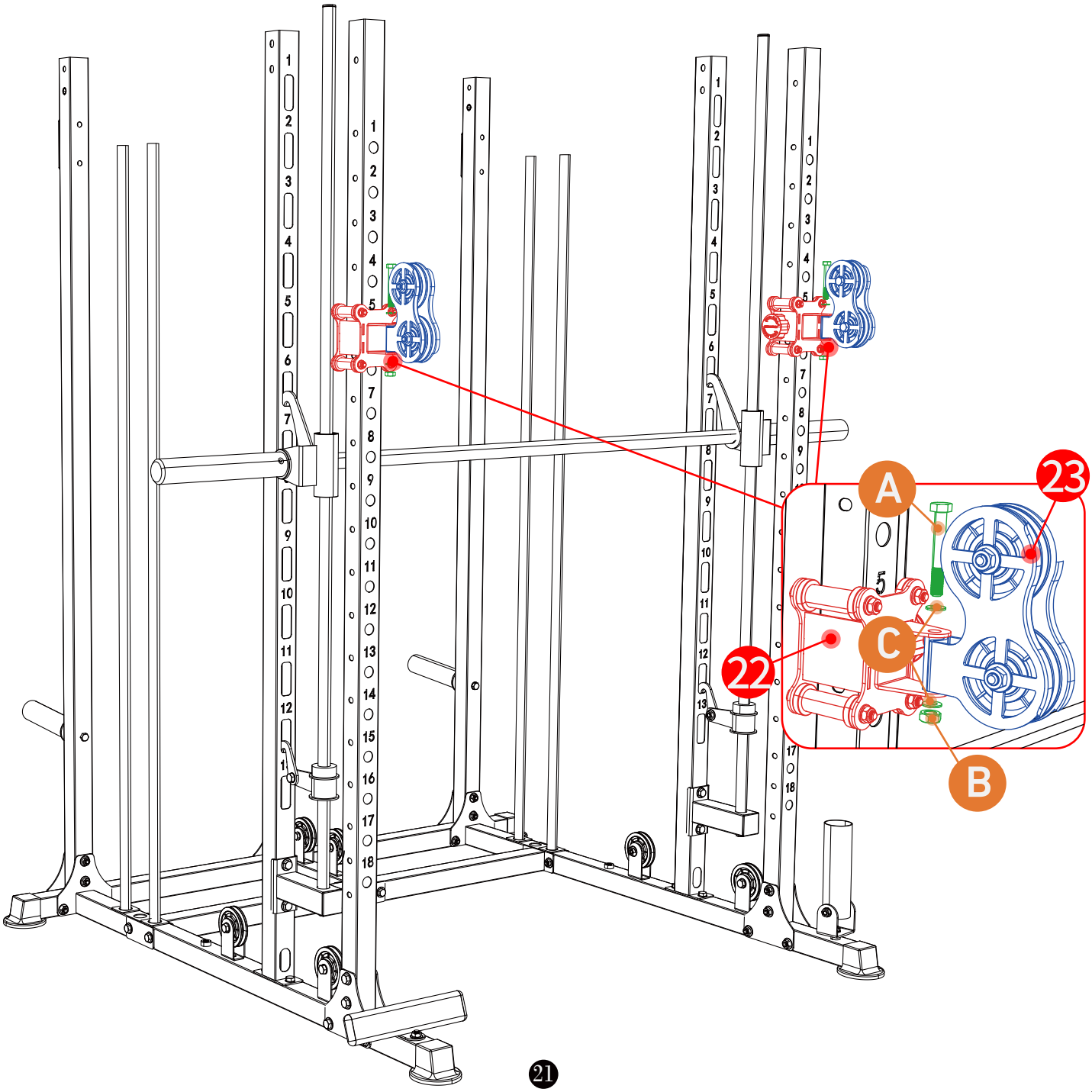
Step21

A 10*70 screws*2
10×70のネジ×2本

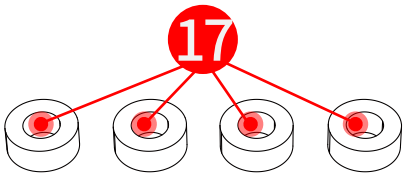
B 10C Non-slip Nut*2
10C 滑り止めナット×2個

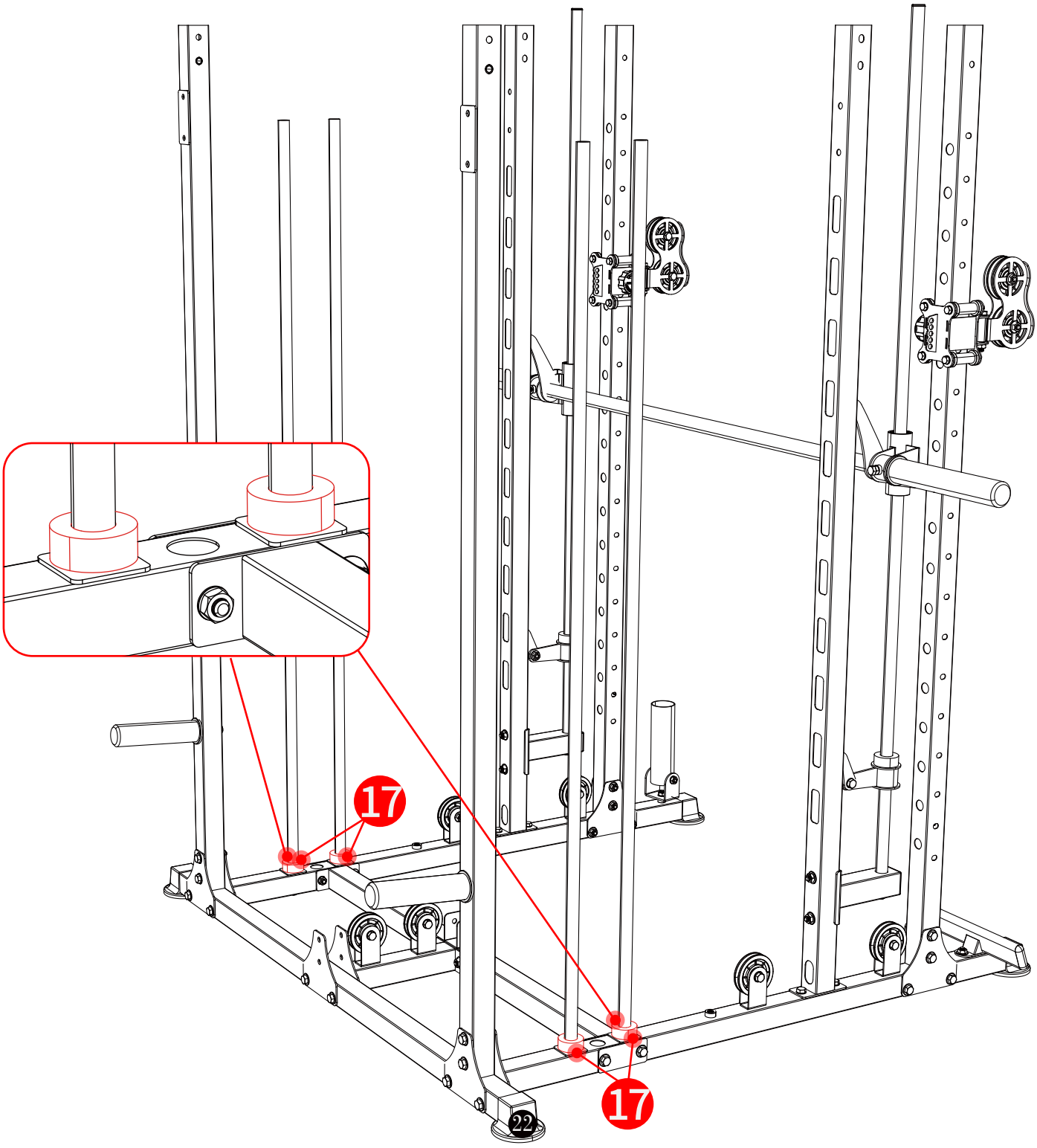
C 10*25*1.5 spacer*4
10×25×1.5 スペーサー×4



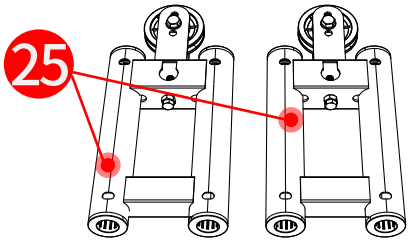


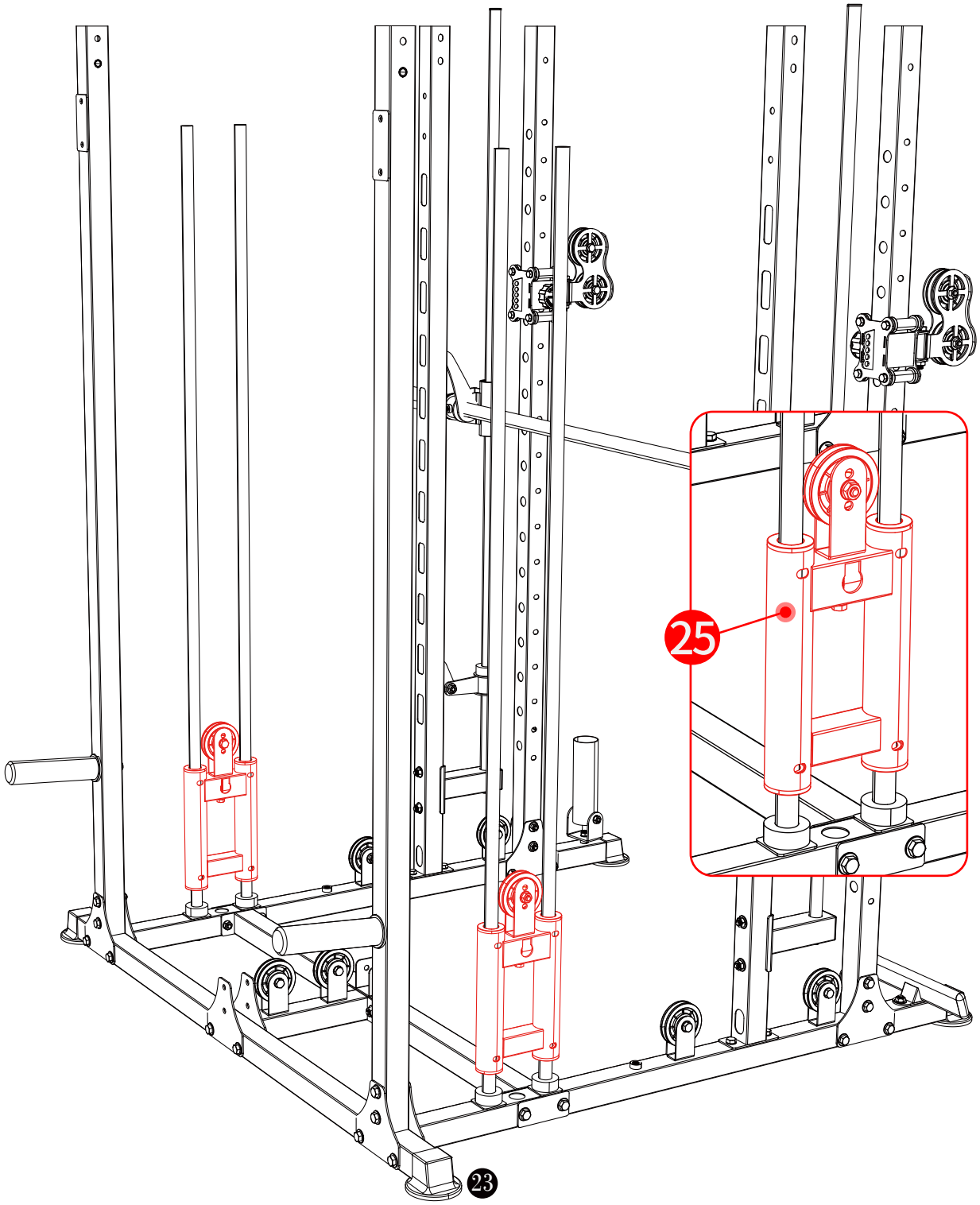
Step22





Step23

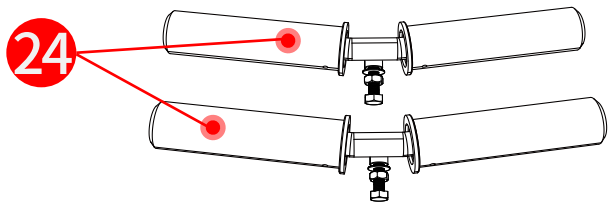


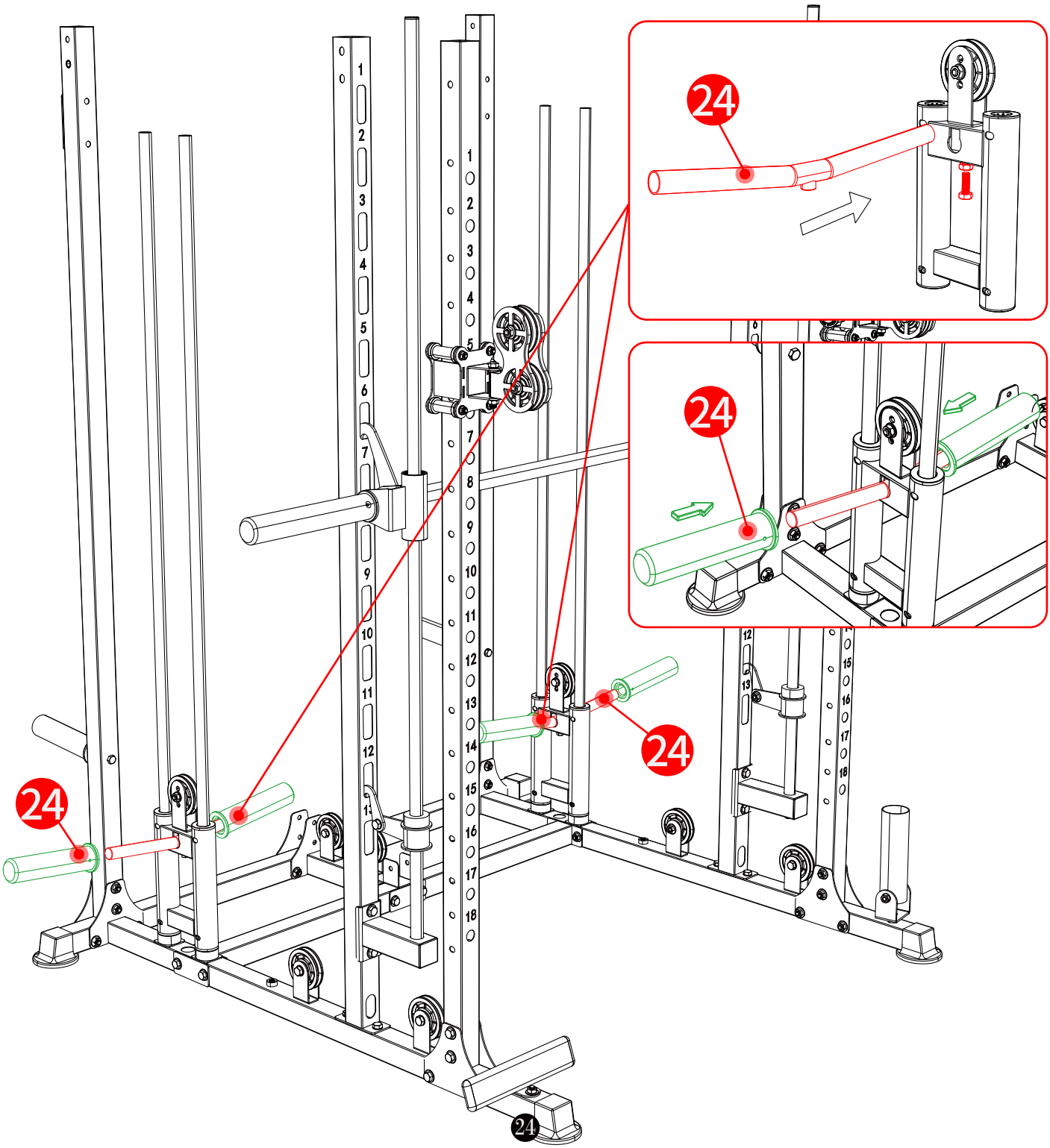


L06 MULTI-FUNCTION POWER RACK (BARBELL MODEL)
L06 マルチ機能トレーニングマシン（バーベルタイプ）
L06 龙门架综合训练器（杠铃款）
——INSTALLATION STEPS
——インストール手順
——安装步骤

XINGESIWA

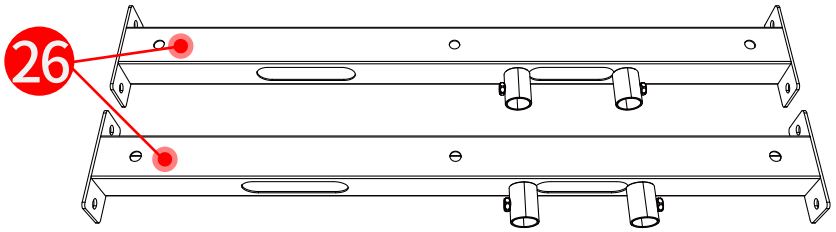
Step24

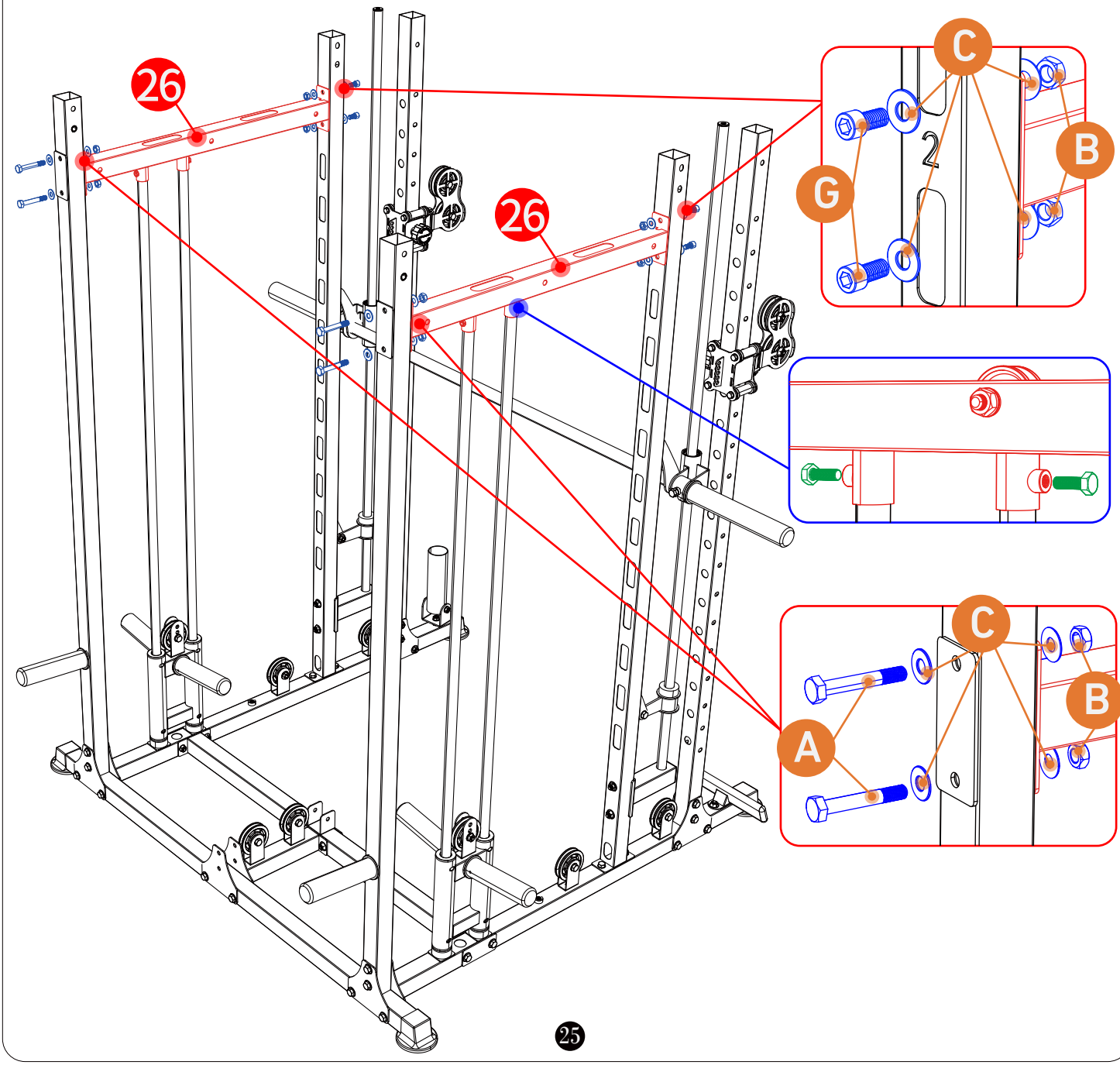




Step25

- A 10*70 screws*4
  10×70のネジ×4本
- B 10C Non-slip Nut*8
  10C 滑り止めナット×8個
- C 10*25*1.5 spacer*16
  10×25×1.5 スペーサー×16
- G 10*20 screws*4
  10×20のネジ×4本



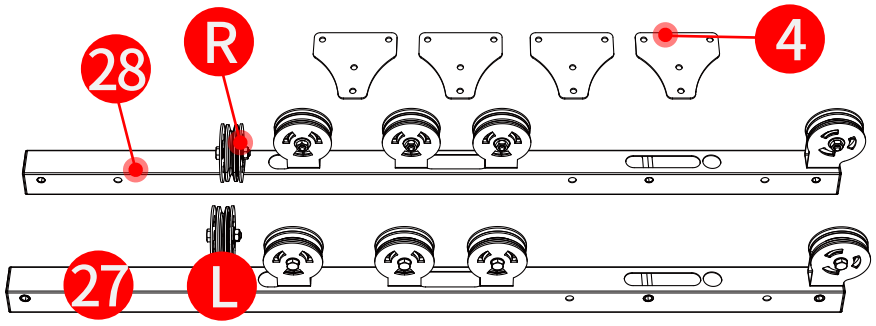


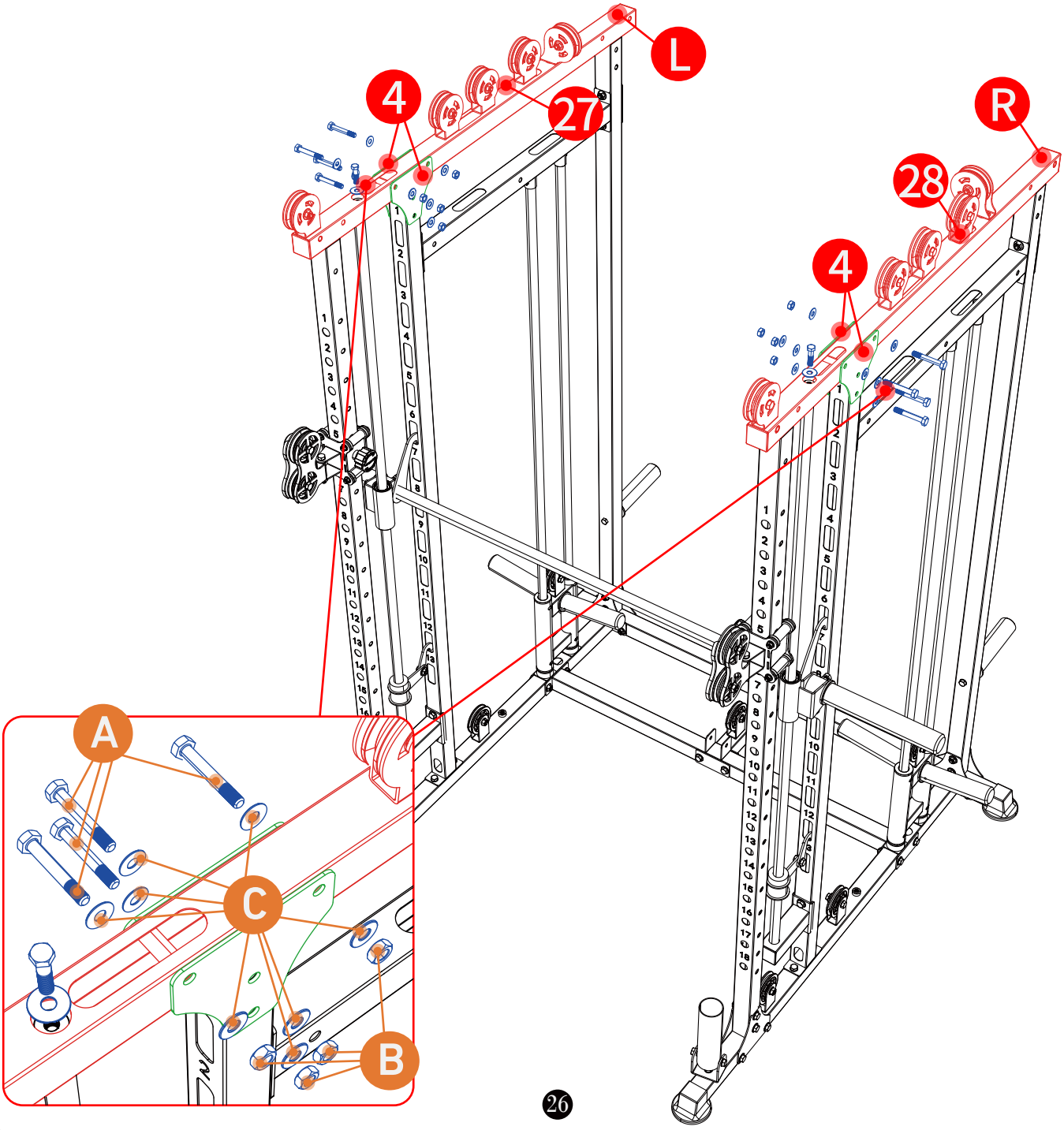
Step26

A 10*70 screws*8
10×70のネジ×8本

B 10C Non-slip Nut*8
10C 滑り止めナット×8個

C 10*25*1.5 spacer*16
10×25×1.5 スペーサー×16



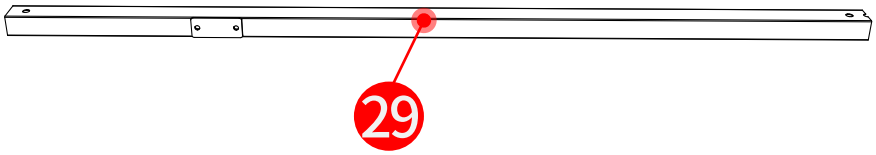


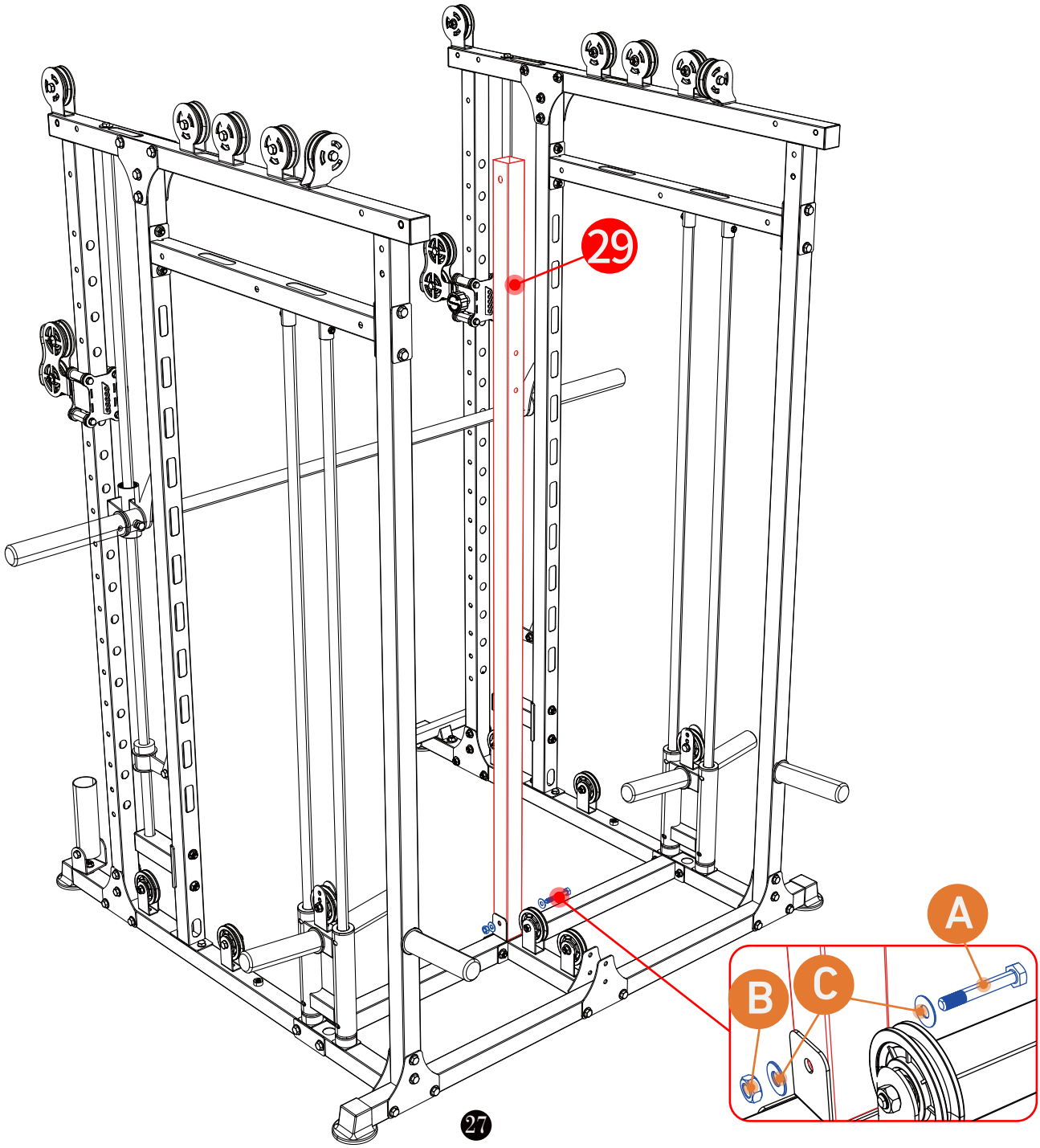
Step27

A 10*70 screws*1
10×70のネジ×1本

B 10C Non-slip Nut*1
10C 滑り止めナット×1個

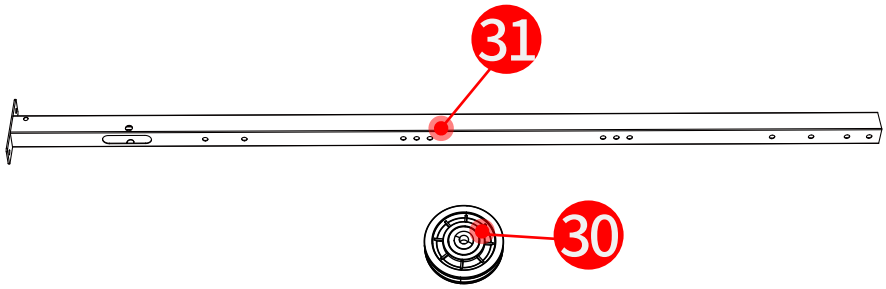
C 10*25*1.5 spacer*2
10×25×1.5 スペーサー×2

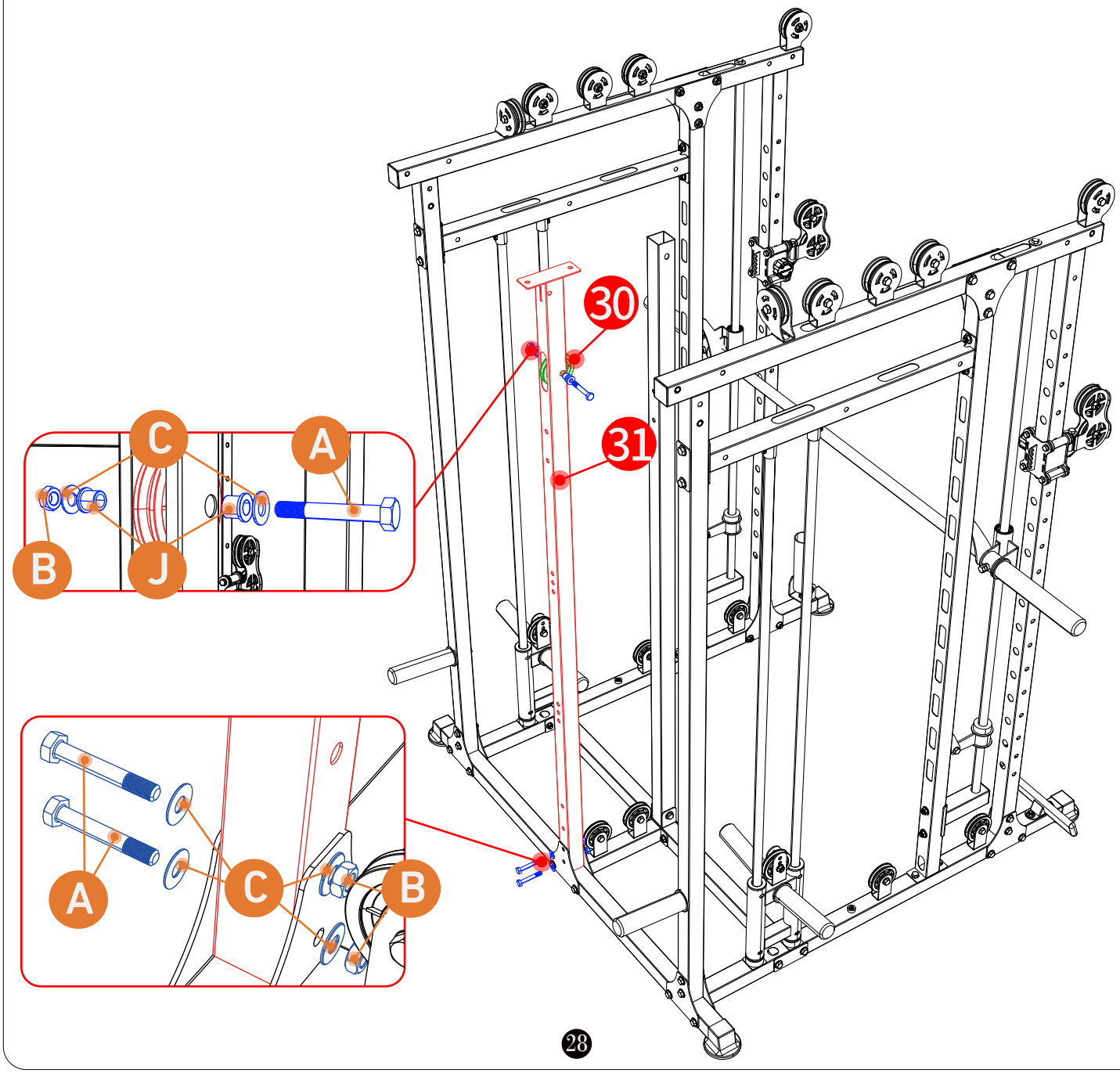




Step28

- A 10*70 screws*3
  10×70のネジ×3本
- B 10C Non-slip Nut*3
  10C 滑り止めナット×3個
- C 10*25*1.5 spacer*6
  10×25×1.5 スペーサー×6
- J Bushings*2
  ブッシング×2



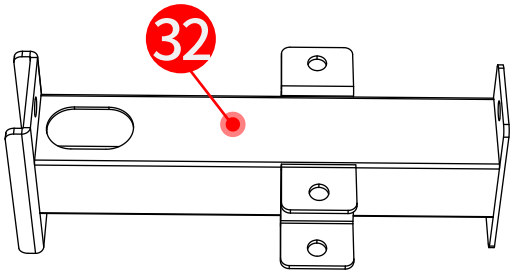


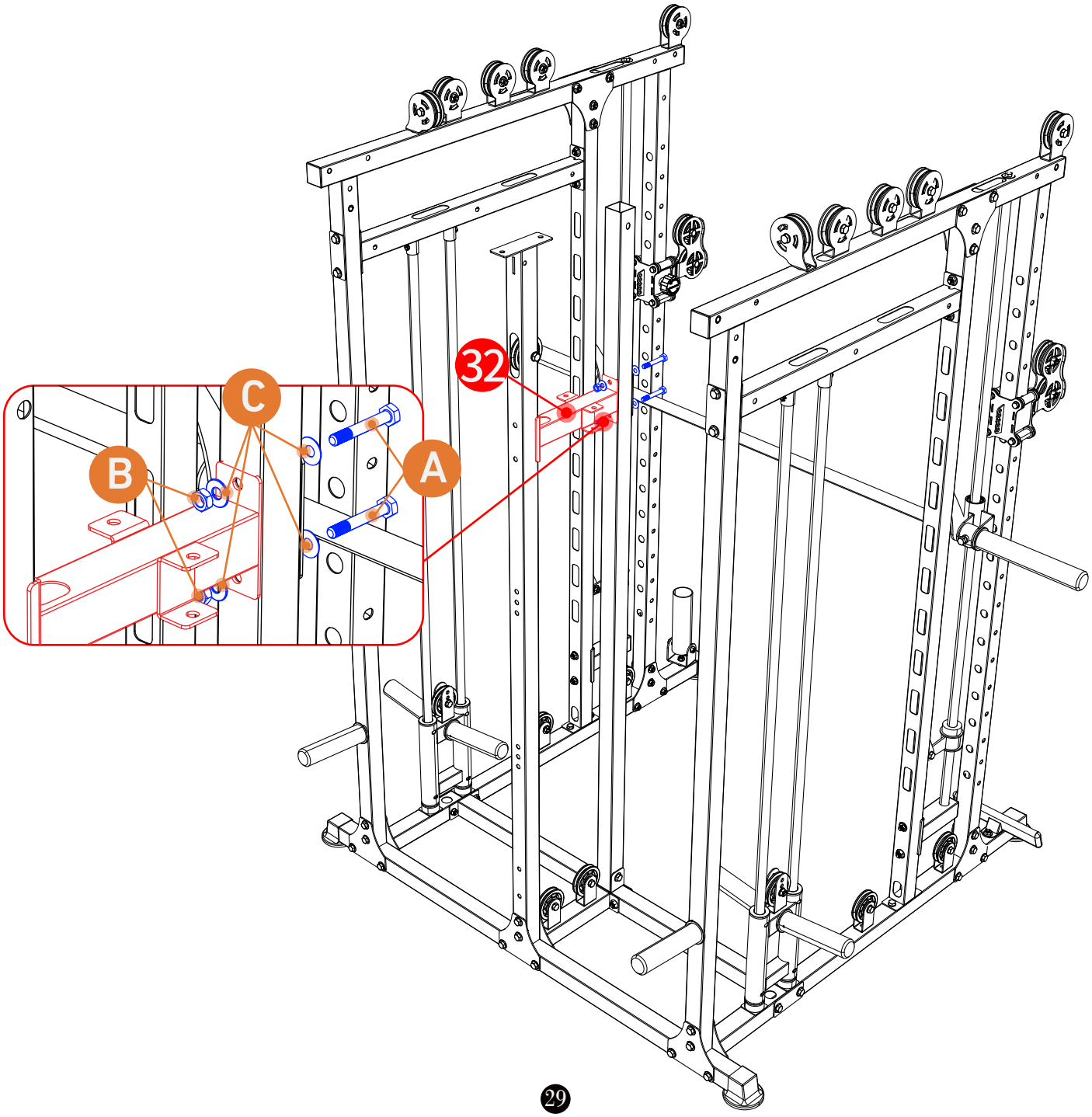
Step29

A 10*70 screws*2
10×70のネジ×2本

B 10C Non-slip Nut*2
10C 滑り止めナット×2個

C 10*25*1.5 spacer*4
10×25×1.5 スペーサー×4



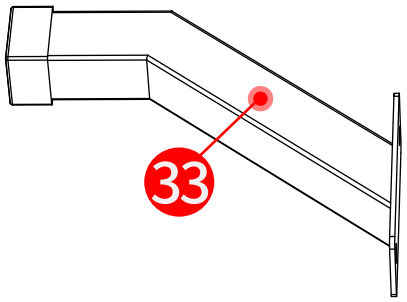


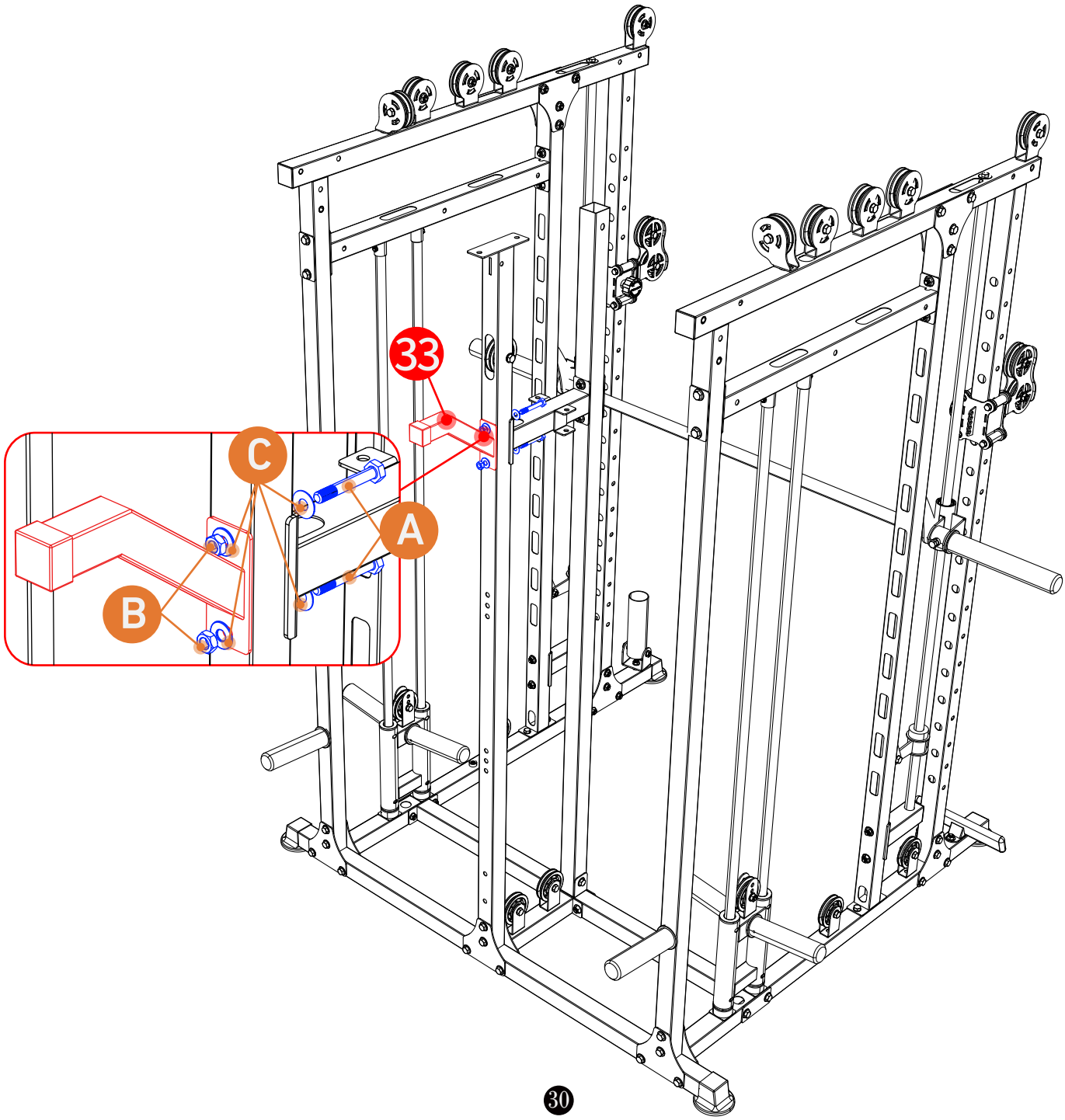
Step30

A 10*70 screws*2
10×70のネジ×2本

B 10C Non-slip Nut*2
10C 滑り止めナット×2個

C 10*25*1.5 spacer*4
10×25×1.5 スペーサー×4



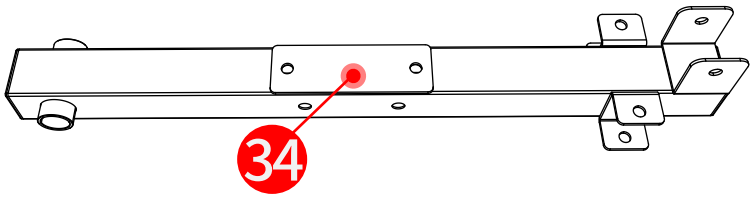


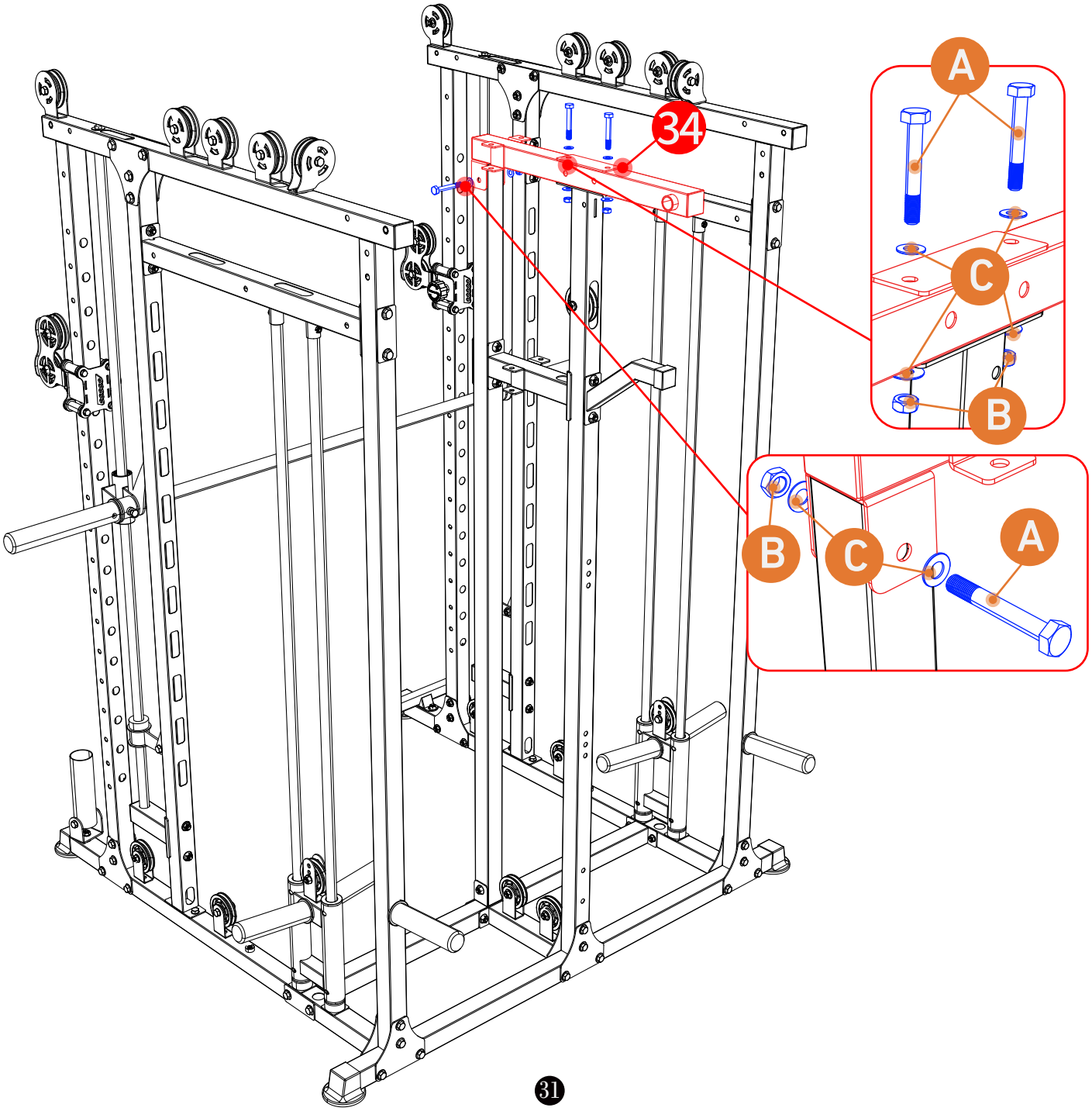
Step31

A 10*70 screws*3
10×70のネジ×3本

B 10C Non-slip Nut*3
10C 滑り止めナット×3個

C 10*25*1.5 spacer*6
10×25×1.5 スペーサー×6



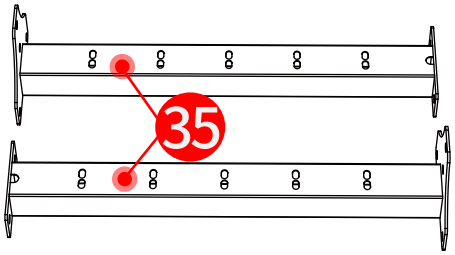


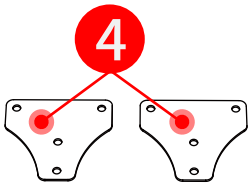
Step32

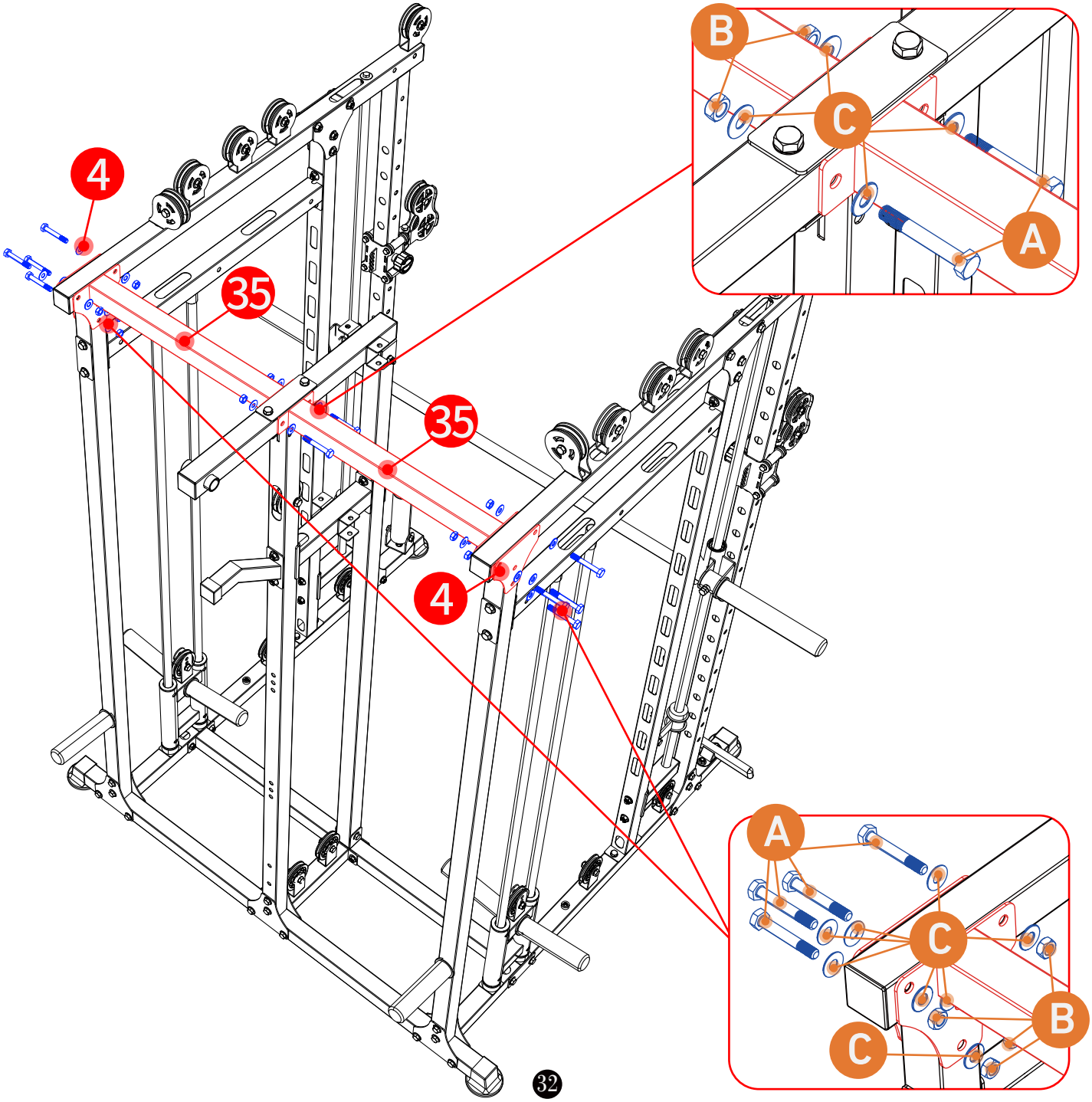
A 10*70 screws*10
10×70のネジ×10本

B 10C Non-slip Nut*10
10C 滑り止めナット×10個

C 10*25*1.5 spacer*20
10×25×1.5 スペーサー×20





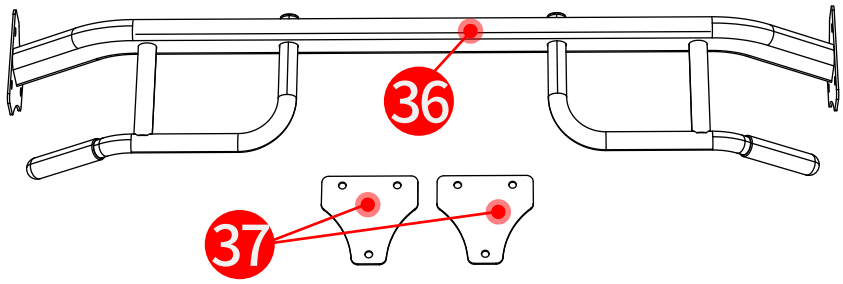


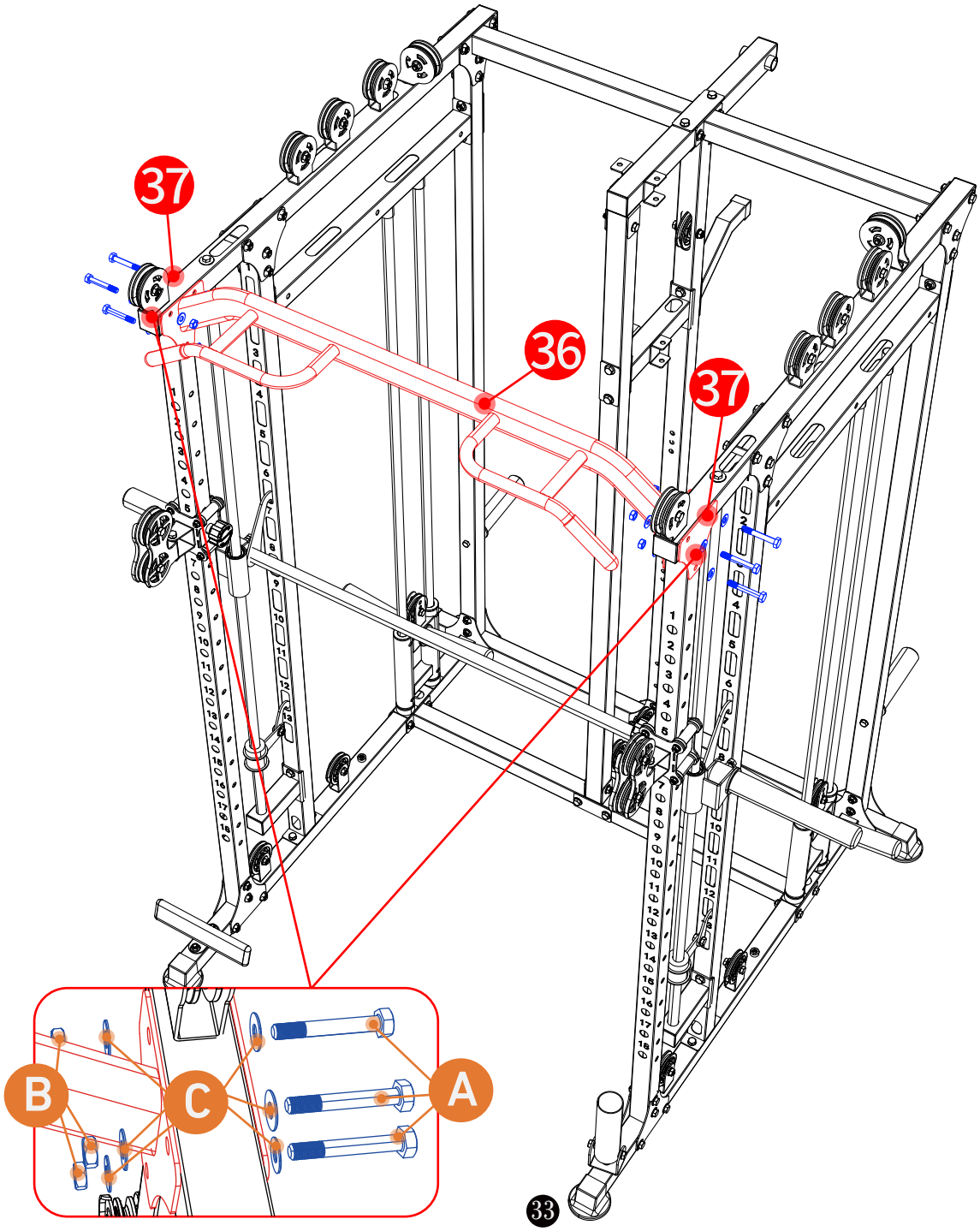
Step33

A 10*70 screws*6
10×70のネジ×6本

B 10C Non-slip Nut*6
10C 滑り止めナット×6個

C 10*25*1.5 spacer*12
10×25×1.5 スペーサー×12



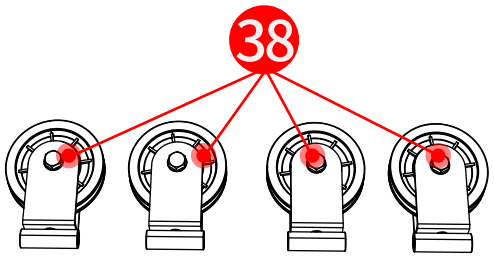


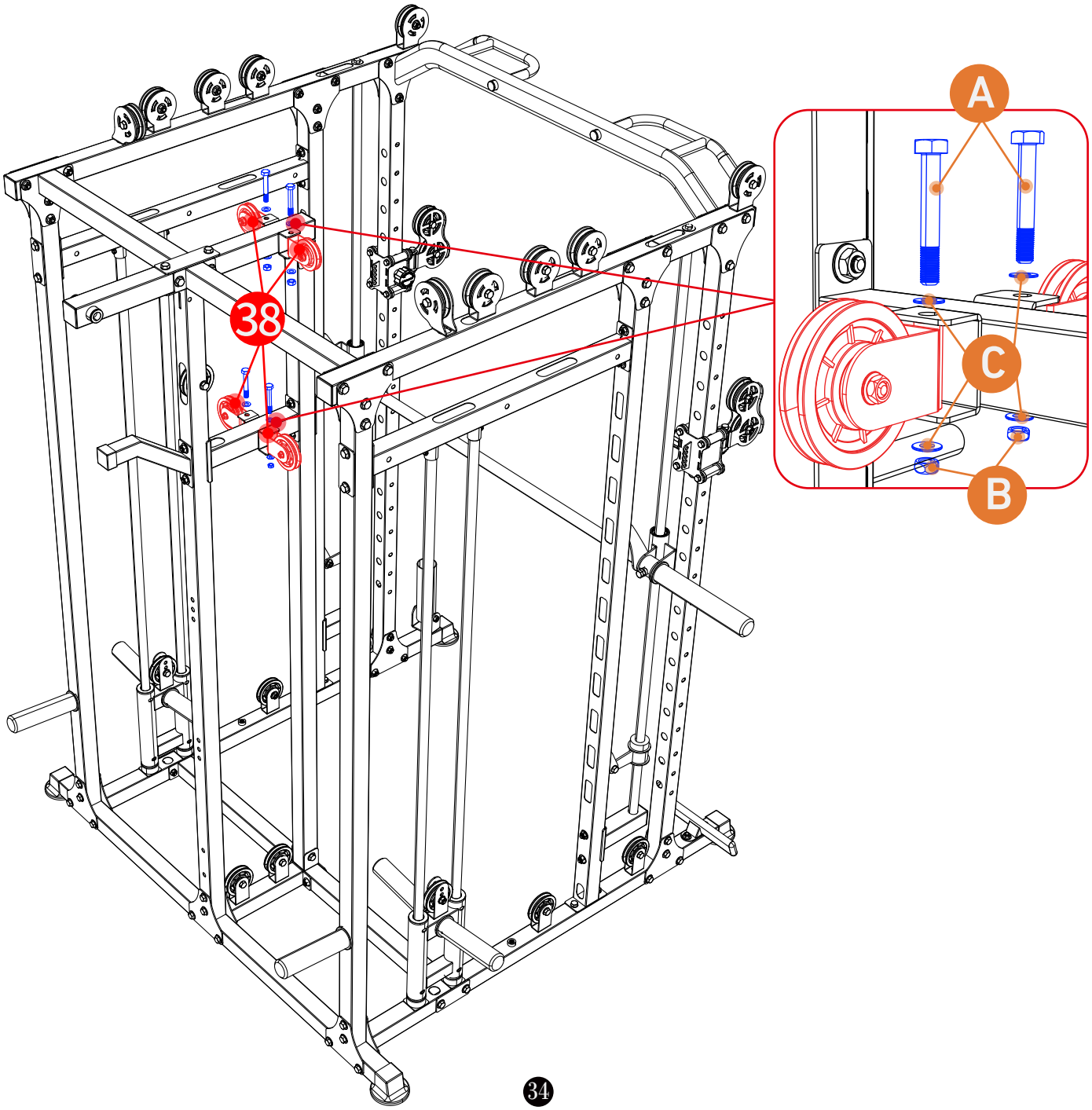
Step34

A 10*70 screws*4
10×70のネジ×4本

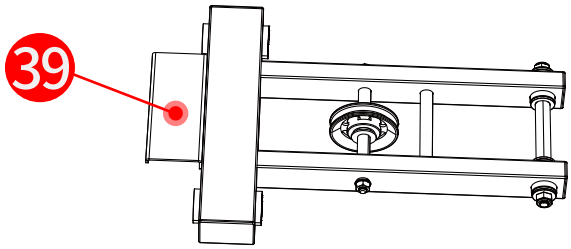
B 10C Non-slip Nut*4
10C 滑り止めナット×4個

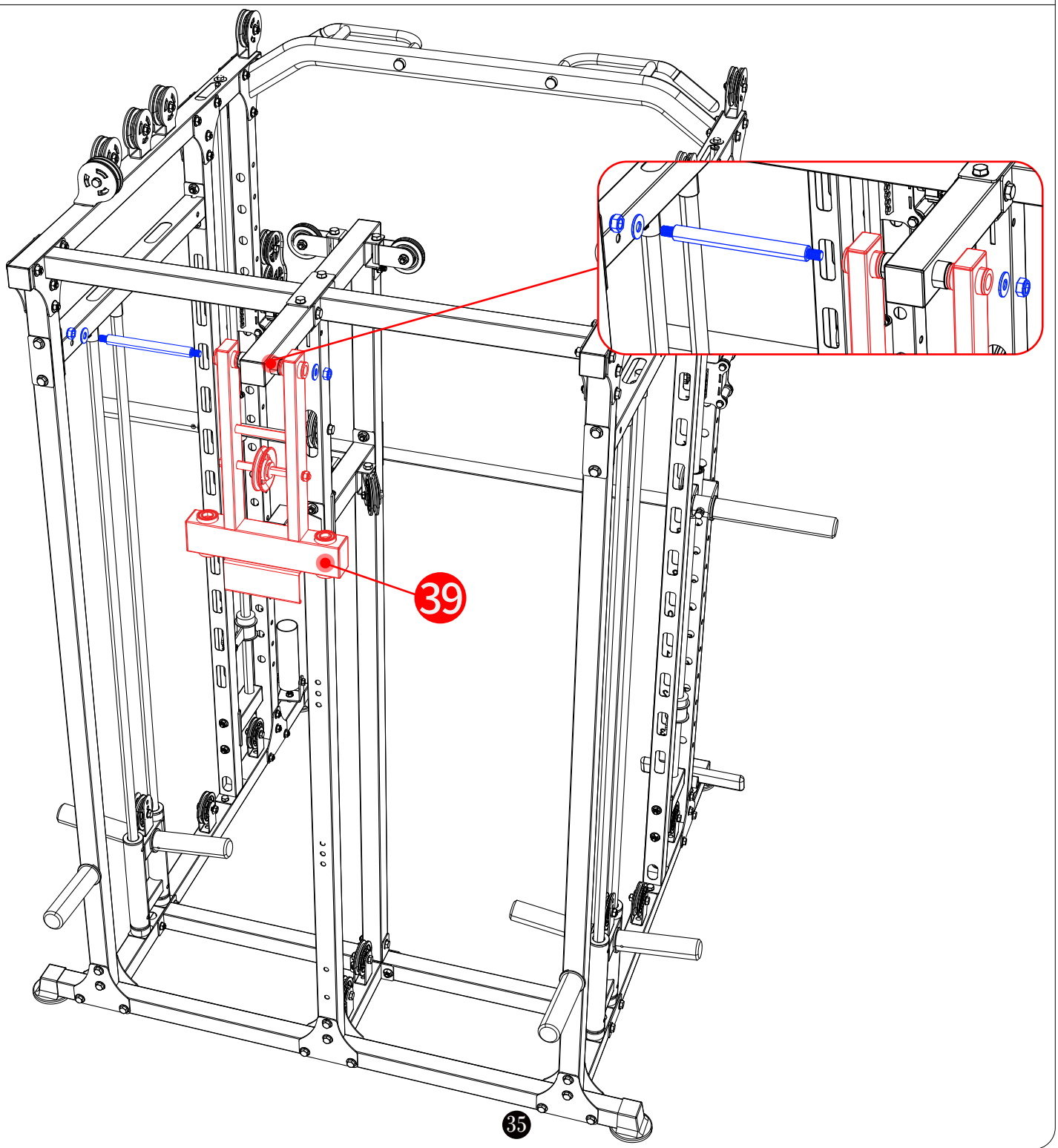
C 10*25*1.5 spacer*8
10×25×1.5 スペーサー×8



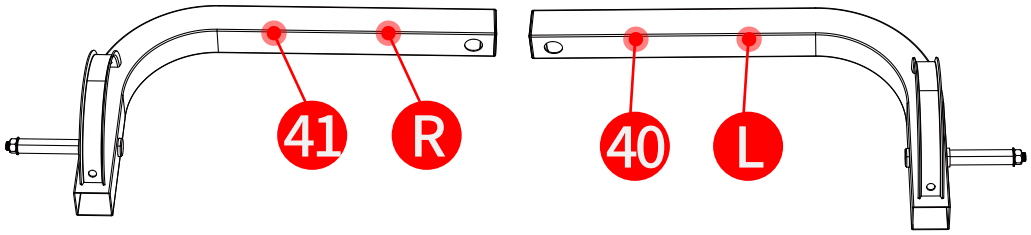


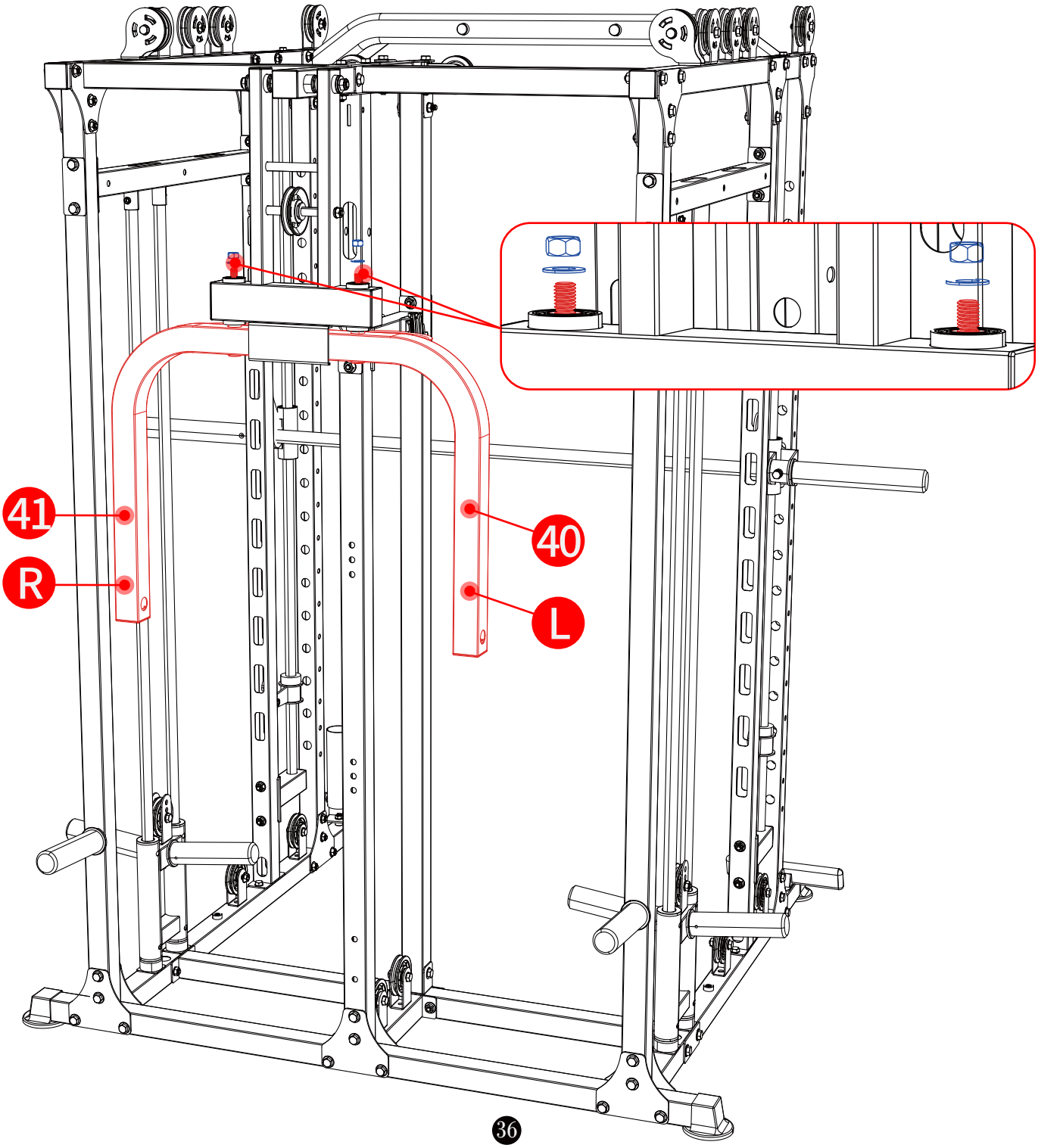
Step35



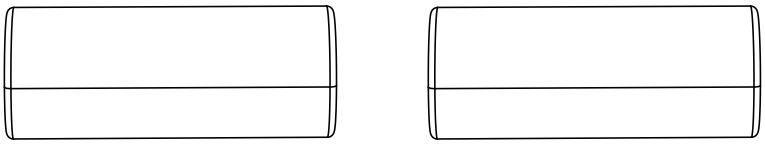


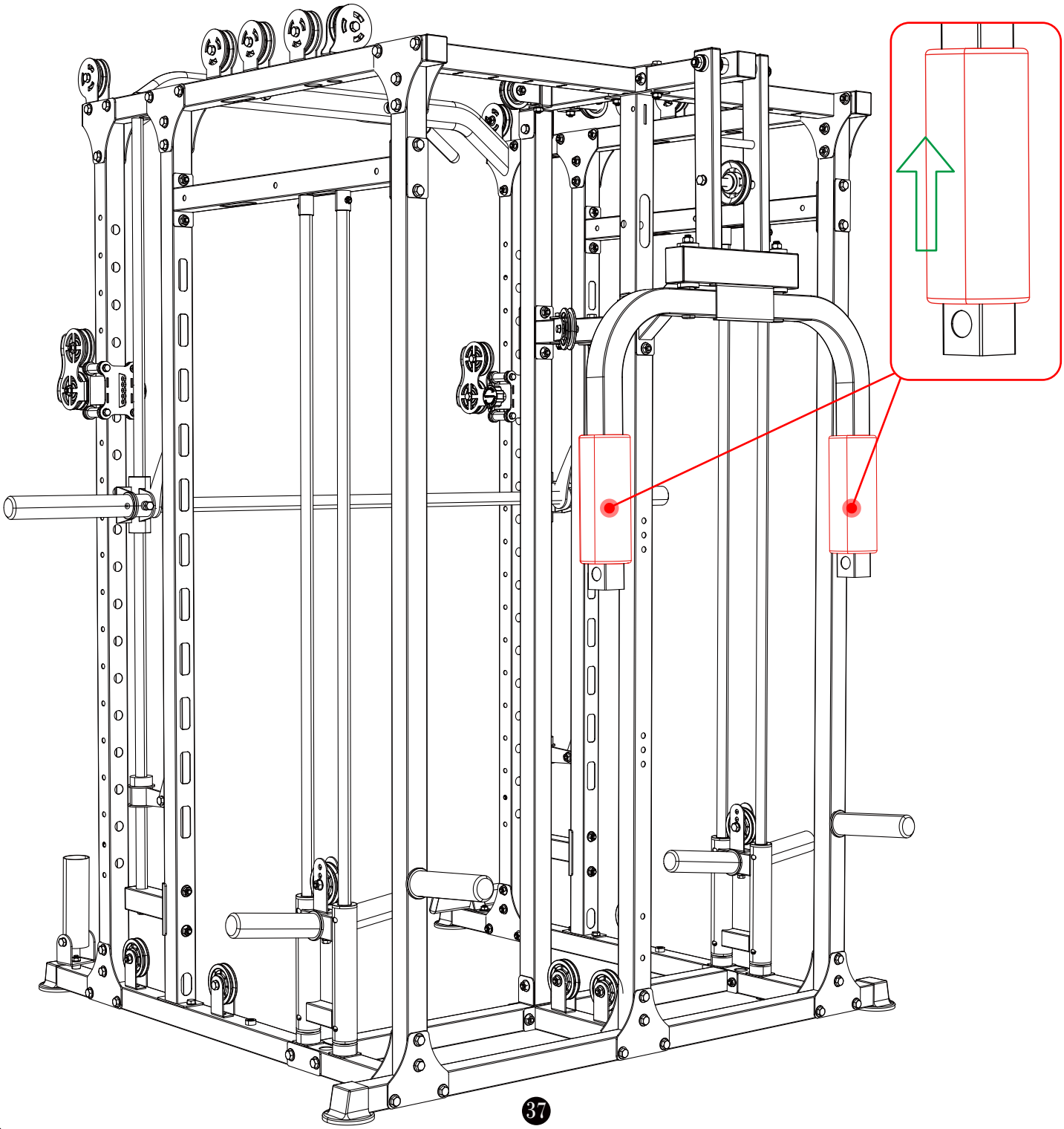
Step36



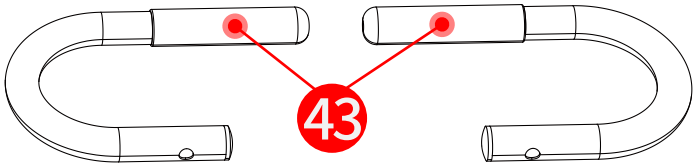


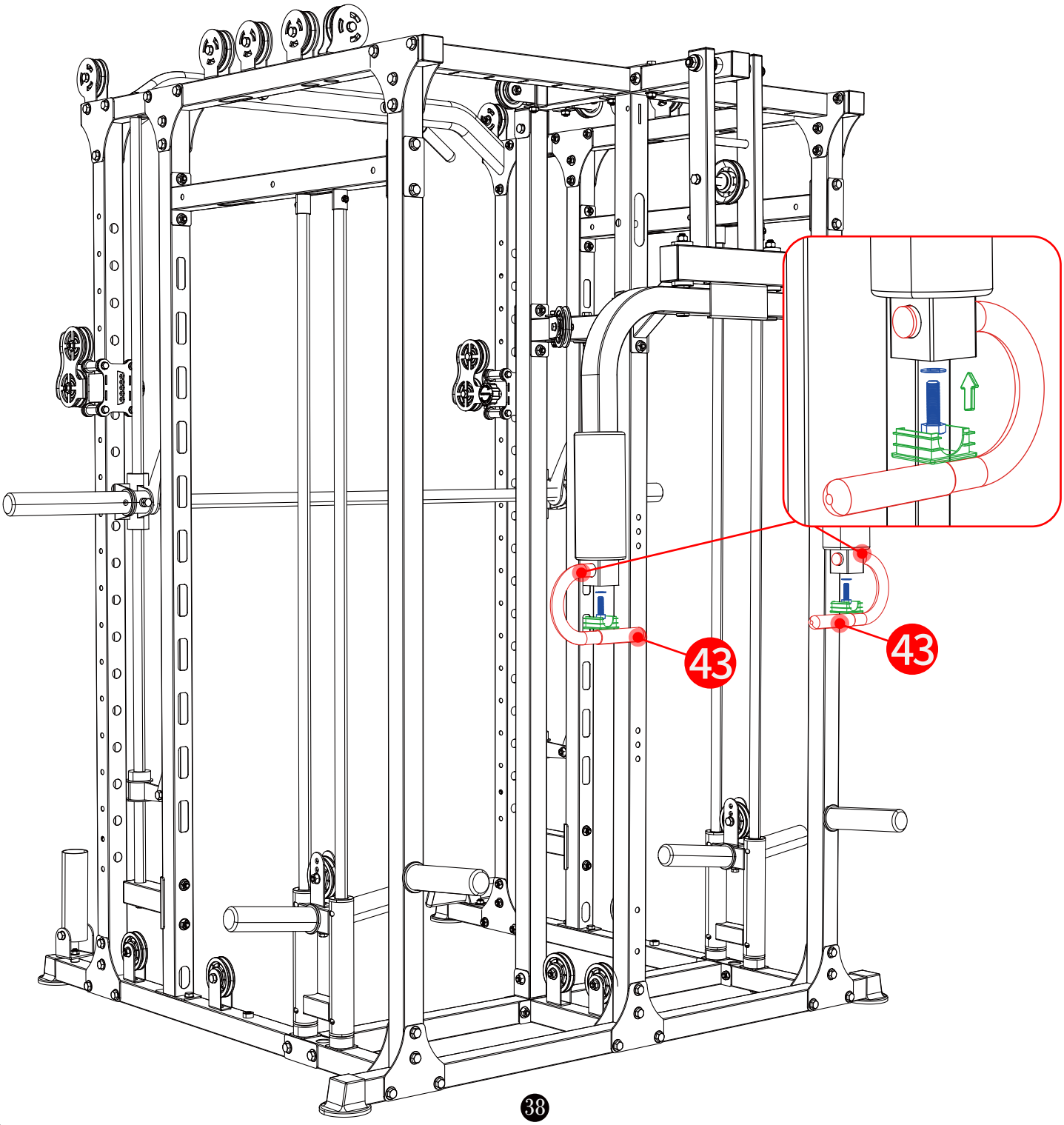
Step37





Step38

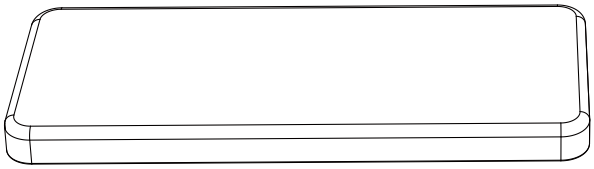


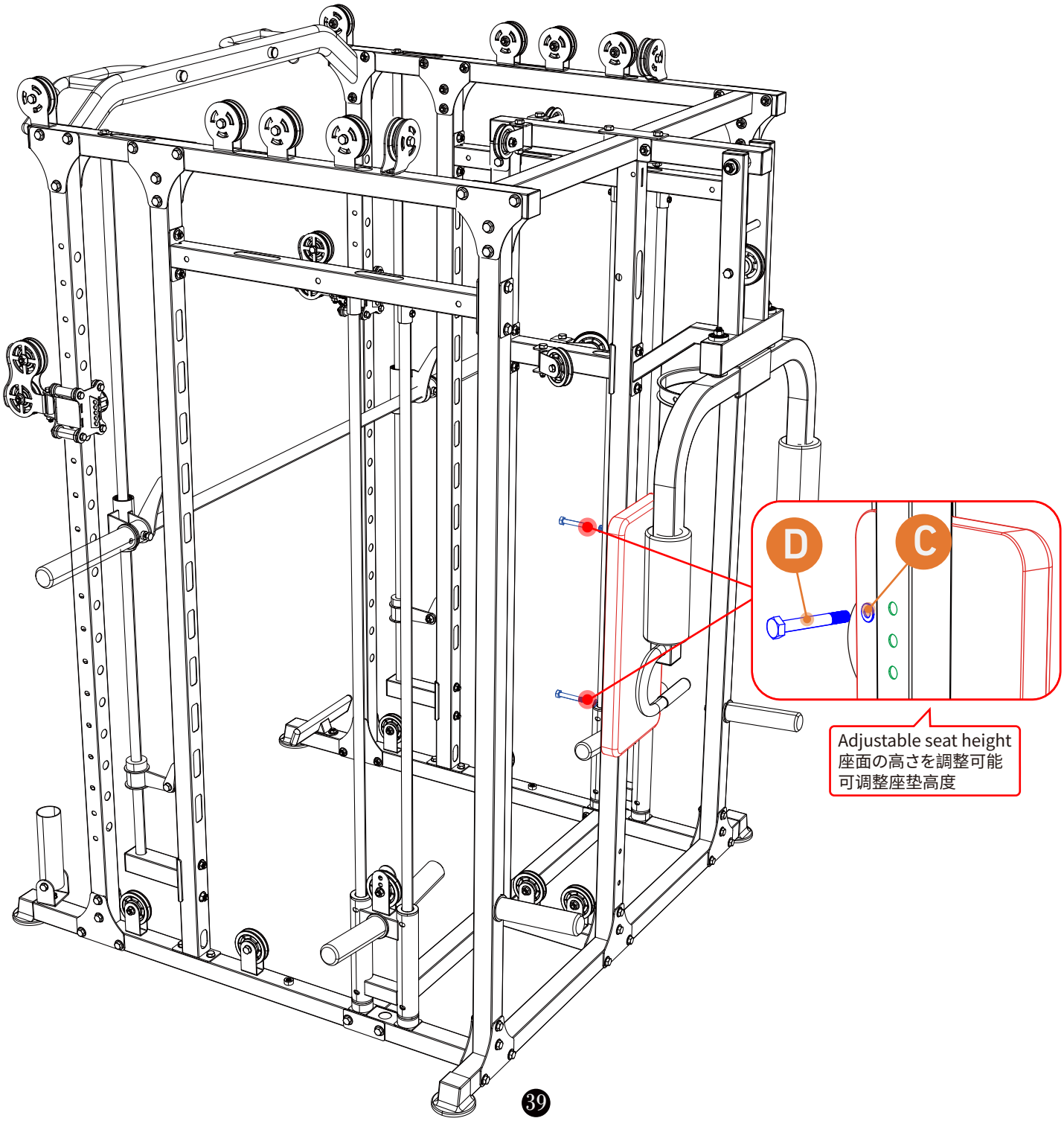


Step39

C 10*25*1.5 spacer*2
10×25×1.5 スペーサー×2

D 8*65 screws*2
8×65mmのネジ×2本



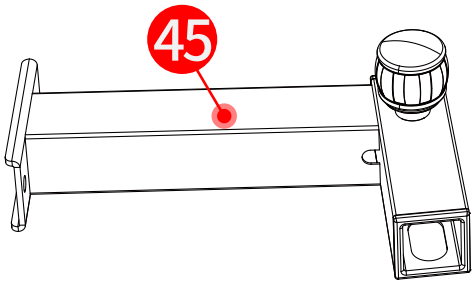


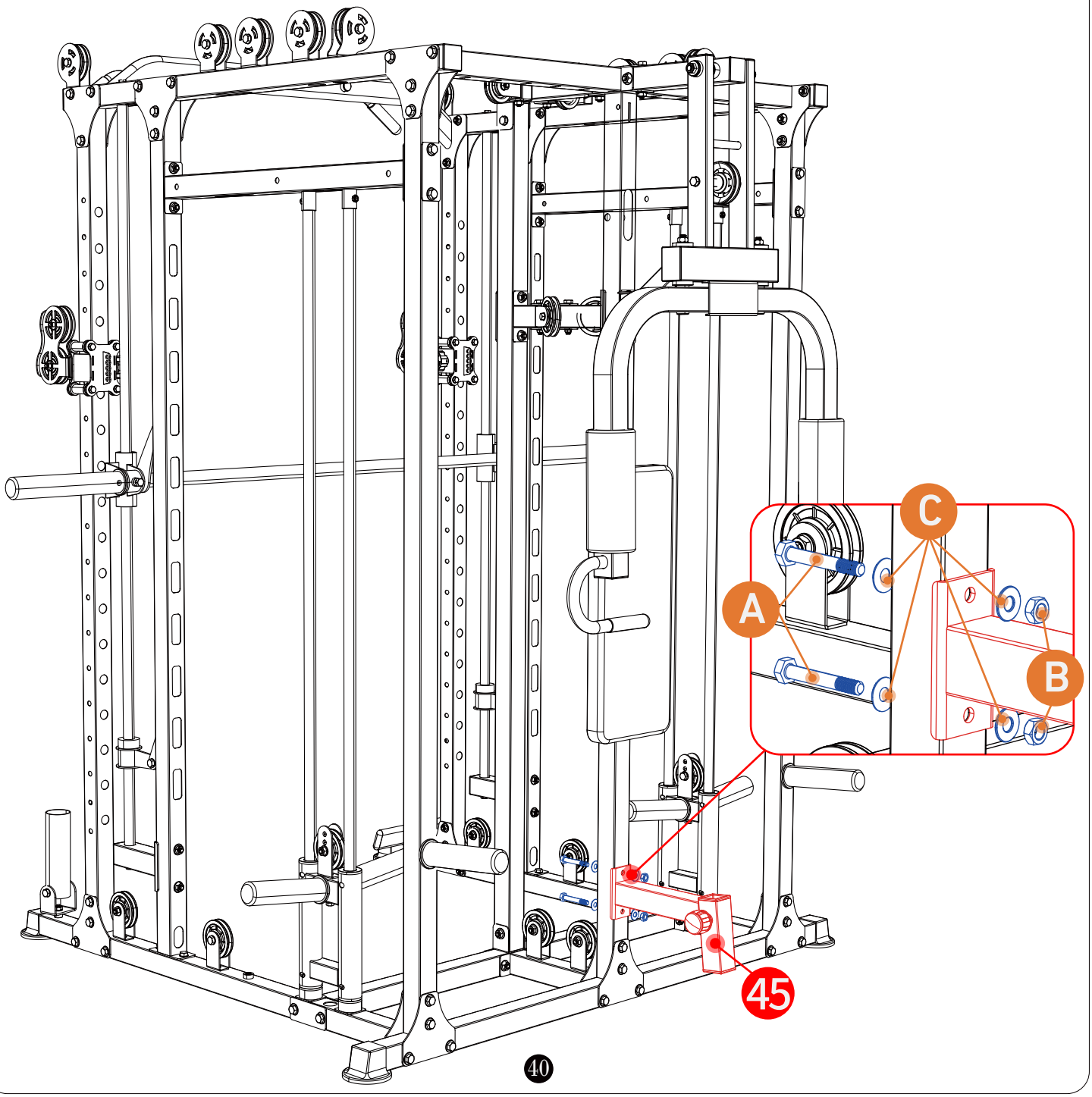
Step40

A 10*70 screws*2
10×70のネジ×2本

B 10C Non-slip Nut*2
10C 滑り止めナット×2個

C 10*25*1.5 spacer*4
10×25×1.5 スペーサー×4

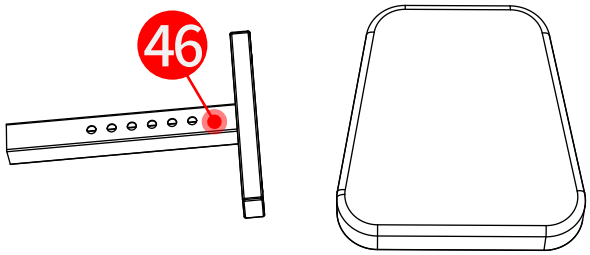


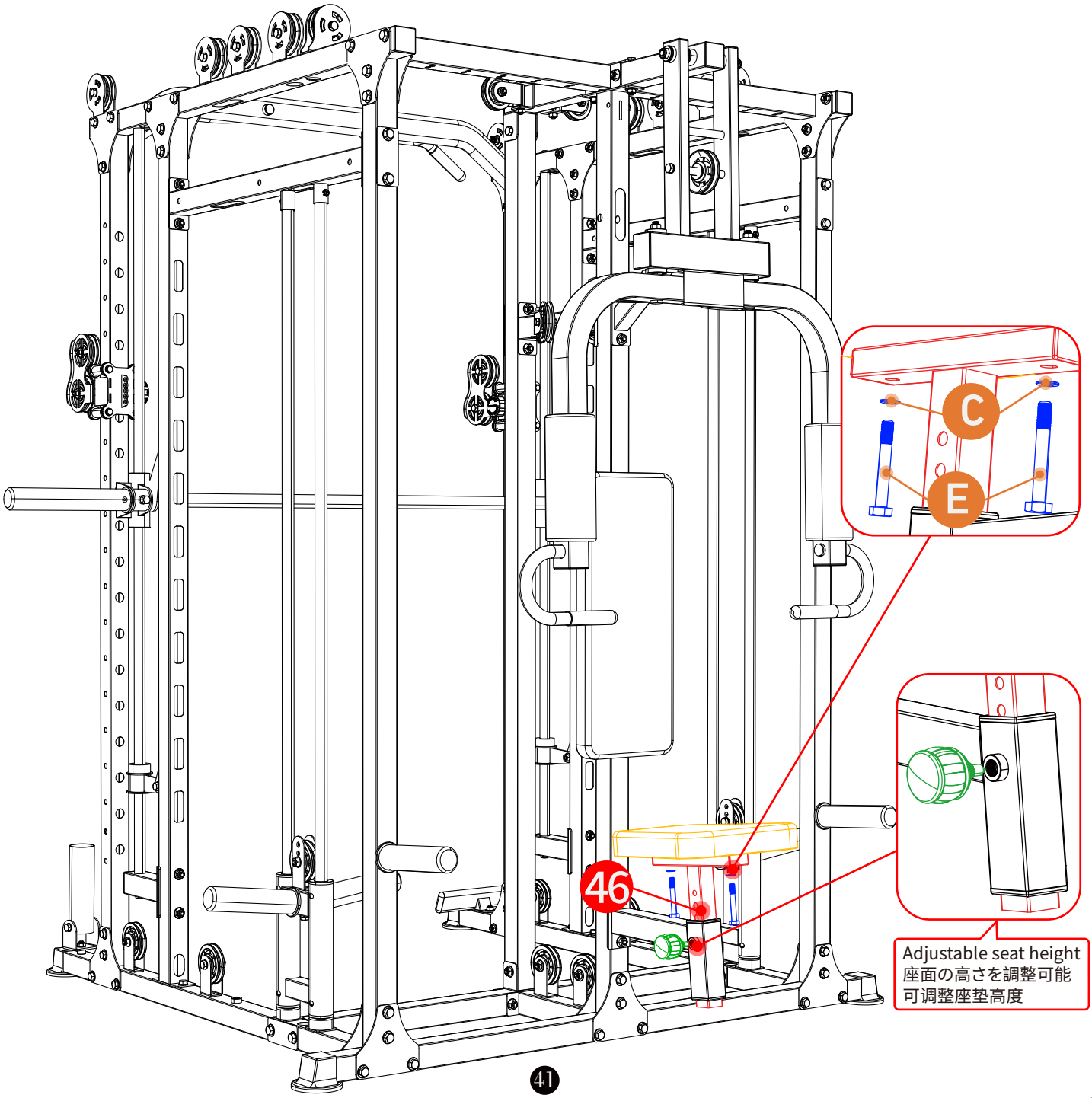


Step41

C 10*25*1.5 spacer*2
10×25×1.5 スペーサー×2

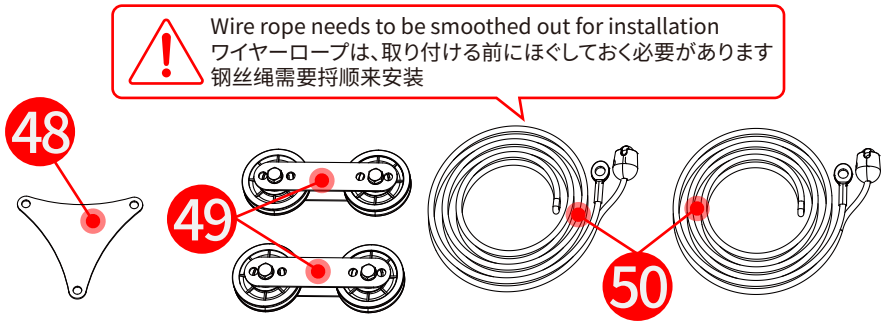
E 8*40 screws*2
8×40のネジ×2本

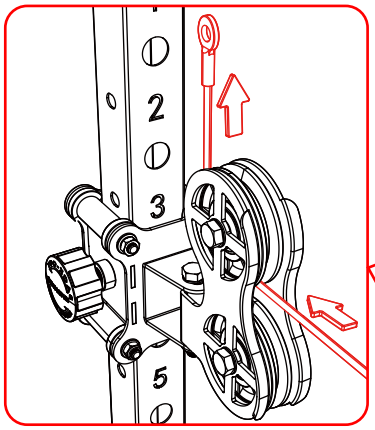


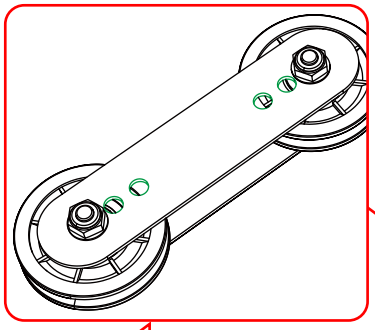


Step42

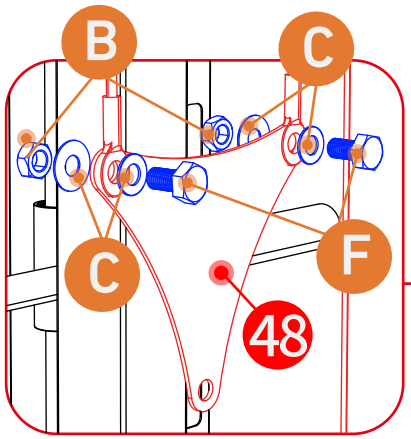
- B 10C Non-slip Nut*2
  10C 滑り止めナット×2個
- C 10*25*1.5 spacer*4
  10×25×1.5 スペーサー×4
- F 10*25 screws*2
  10×25mmのネジ×2本

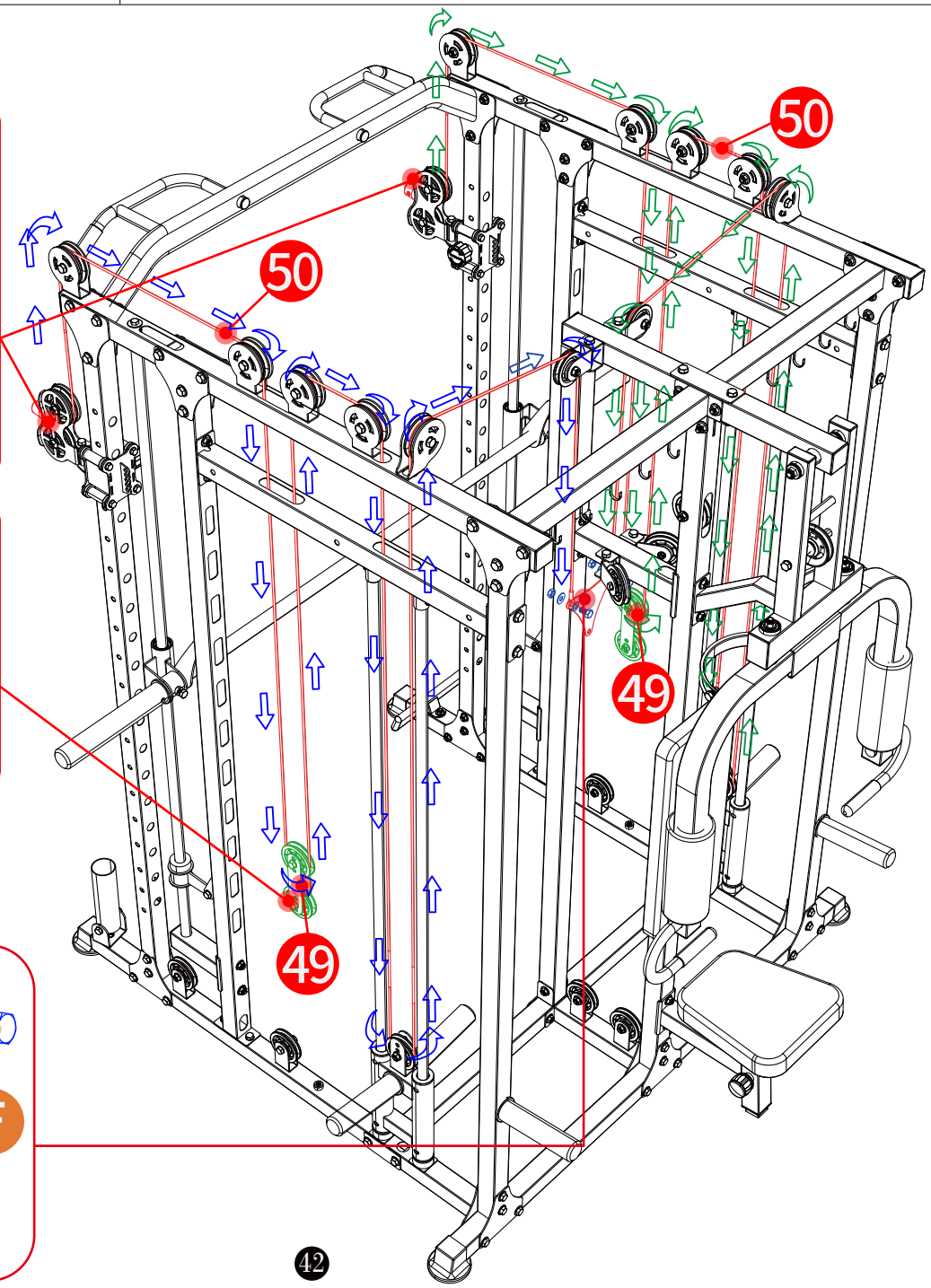




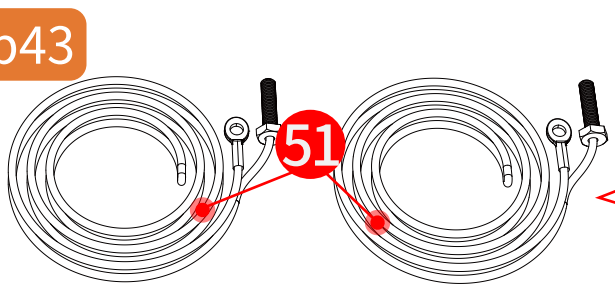


Adjustable wire rope height
ワイヤーロープの長さを調整可能
可调整钢丝绳长度

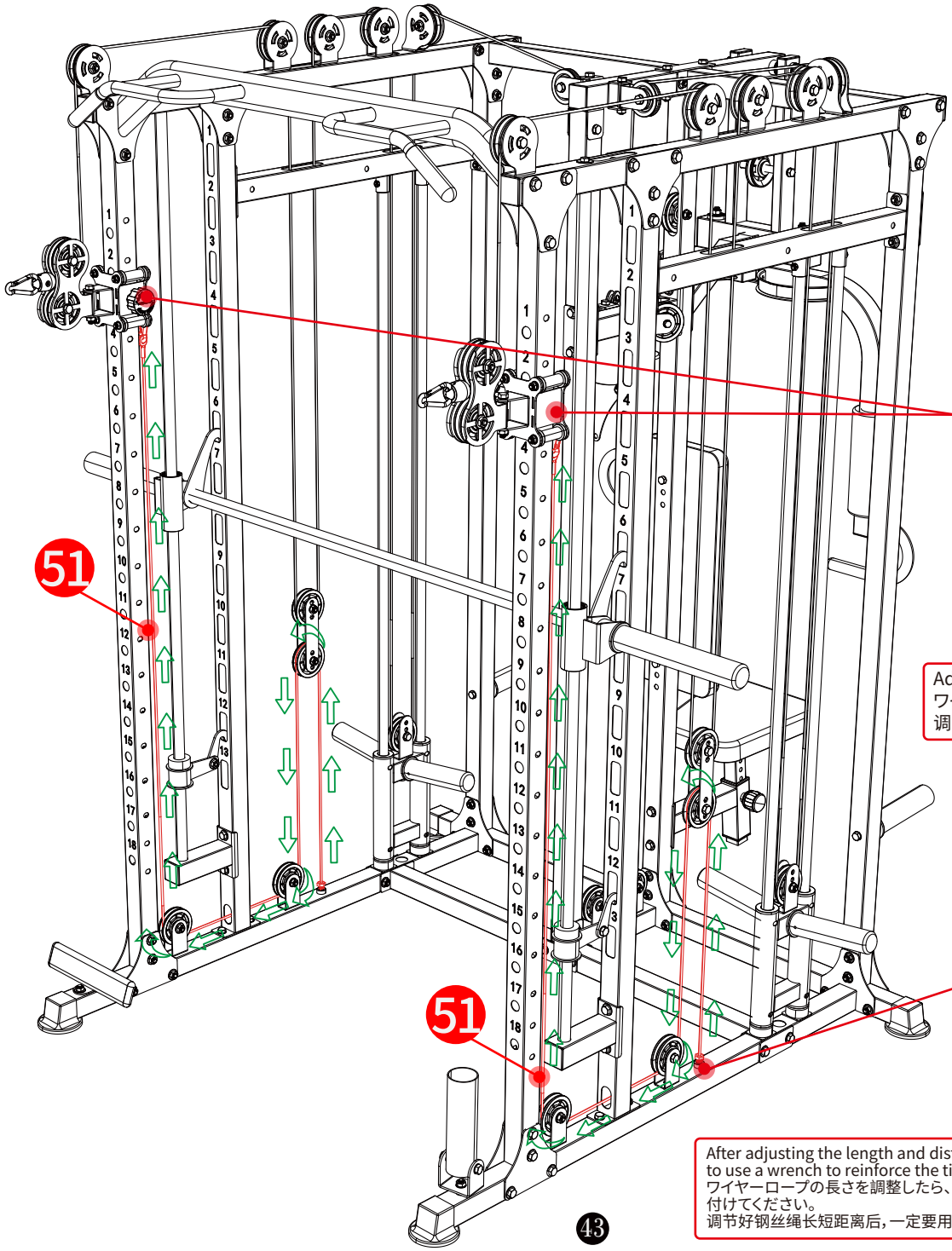


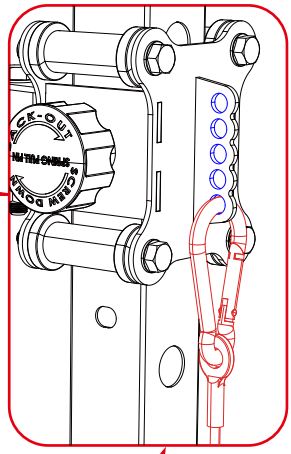


Step43

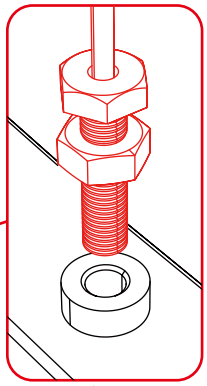


Wire rope needs to be smoothed out for installation
ワイヤーロープは、取り付ける前にほぐしておく必要があります
钢丝绳需要捋顺来安装





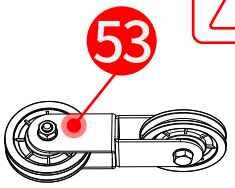
Adjustment of wire rope length
ワイヤーロープの長さを調整する
调节钢丝绳长短距离

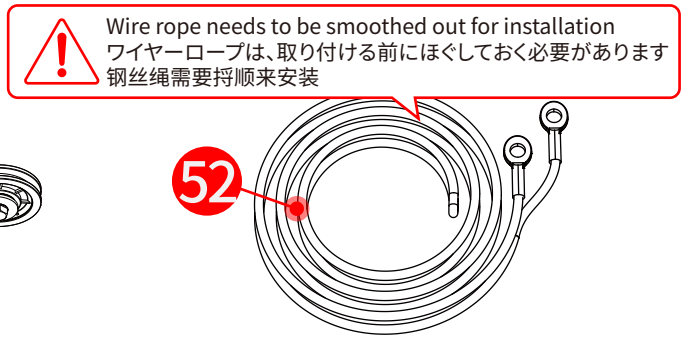


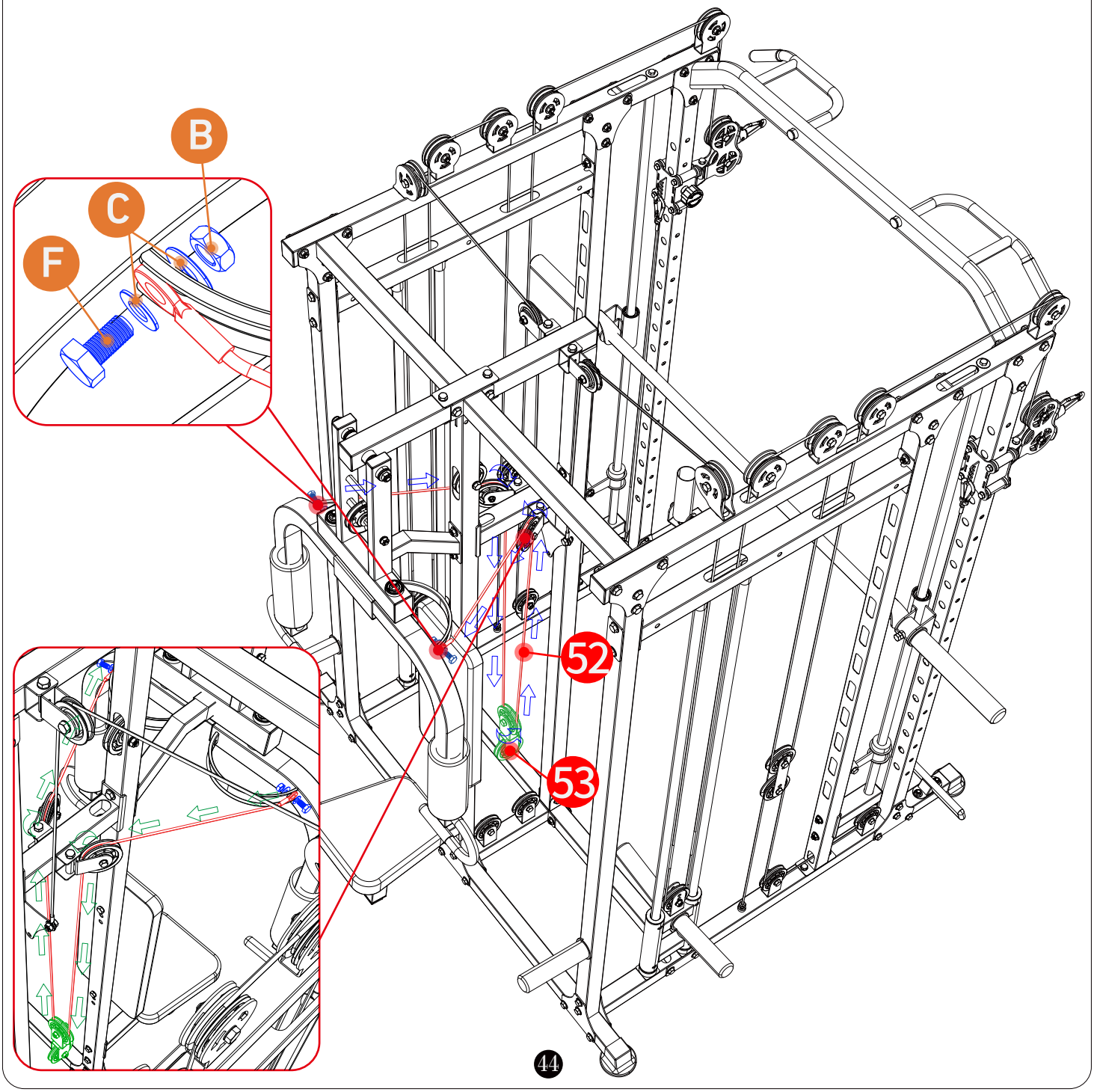
After adjusting the length and distance of the wire rope,be sure to use a wrench to reinforce the tightened
ワイヤーロープの長さを調整したら、必ずレンチを使ってしっかりと締め付けてください。
调节好钢丝绳长短距离后，一定要用扳手加固拧紧

Step44

- B 10C Non-slip Nut*2
  10C 滑り止めナット×2個
- C 10*25*1.5 spacer*4
  10×25×1.5 スペーサー×4
- F 10*25 screws*2
  10×25mmのネジ×2本



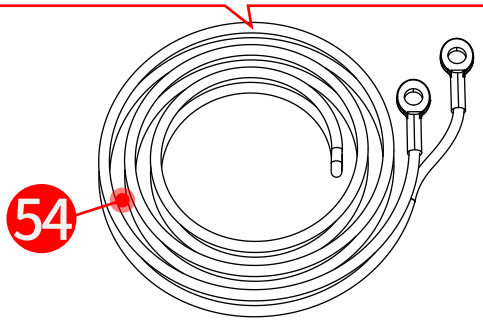


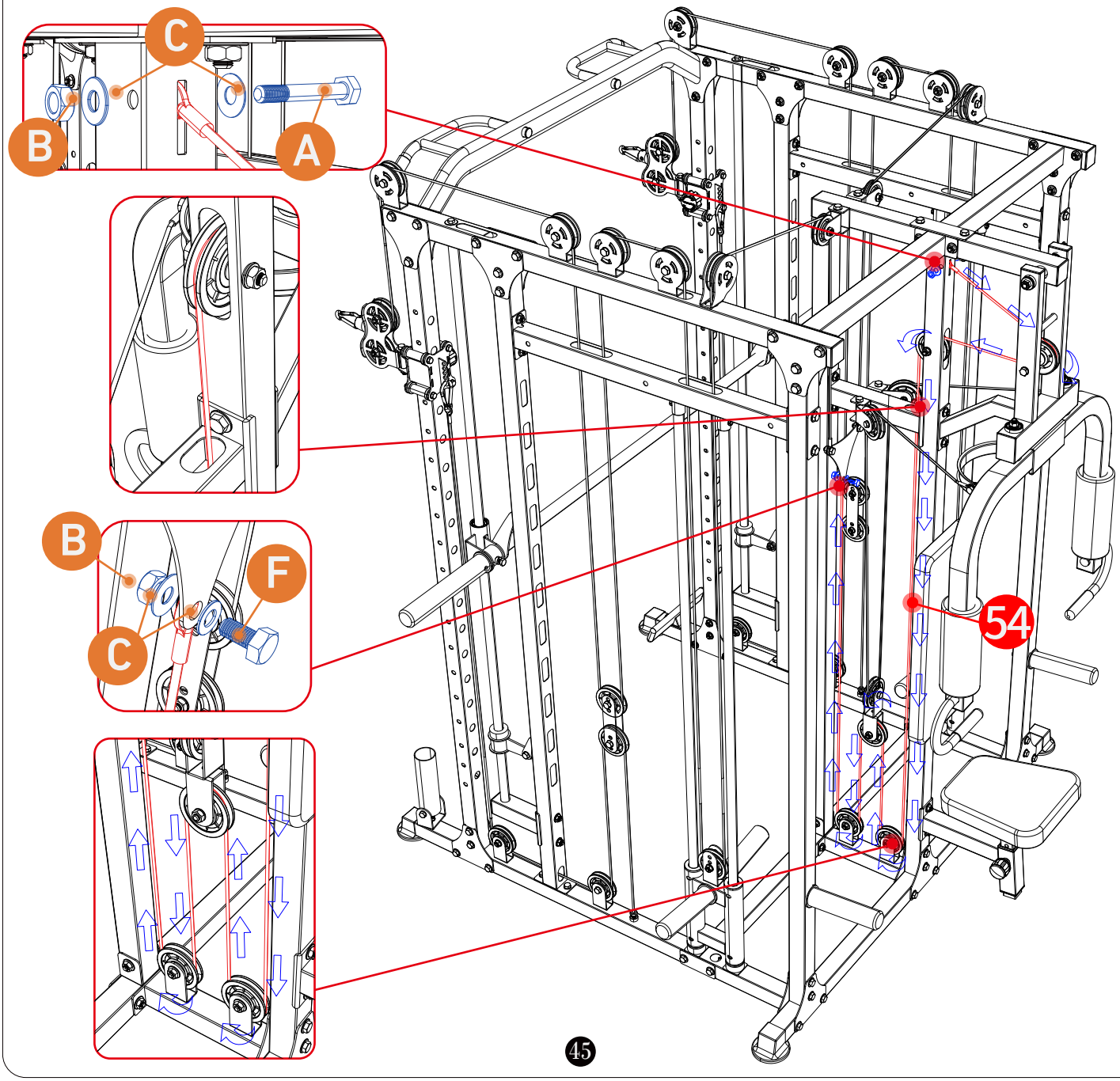


Step45

- A 10*70 screws*1
  10×70のネジ×1本
- B 10C Non-slip Nut*2
  10C 滑り止めナット×2個
- C 10*25*1.5 spacer*4
  10×25×1.5 スペーサー×4
- F 10*25 screws*1
  10×25mmのネジ×1本

Wire rope needs to be smoothed out for installation
ワイヤーロープは、取り付ける前にほぐしておく必要があります
钢丝绳需要捋顺来安装



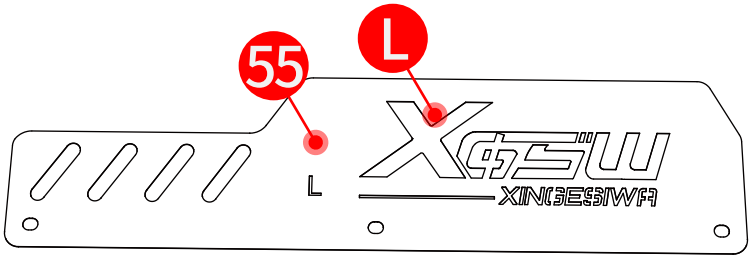


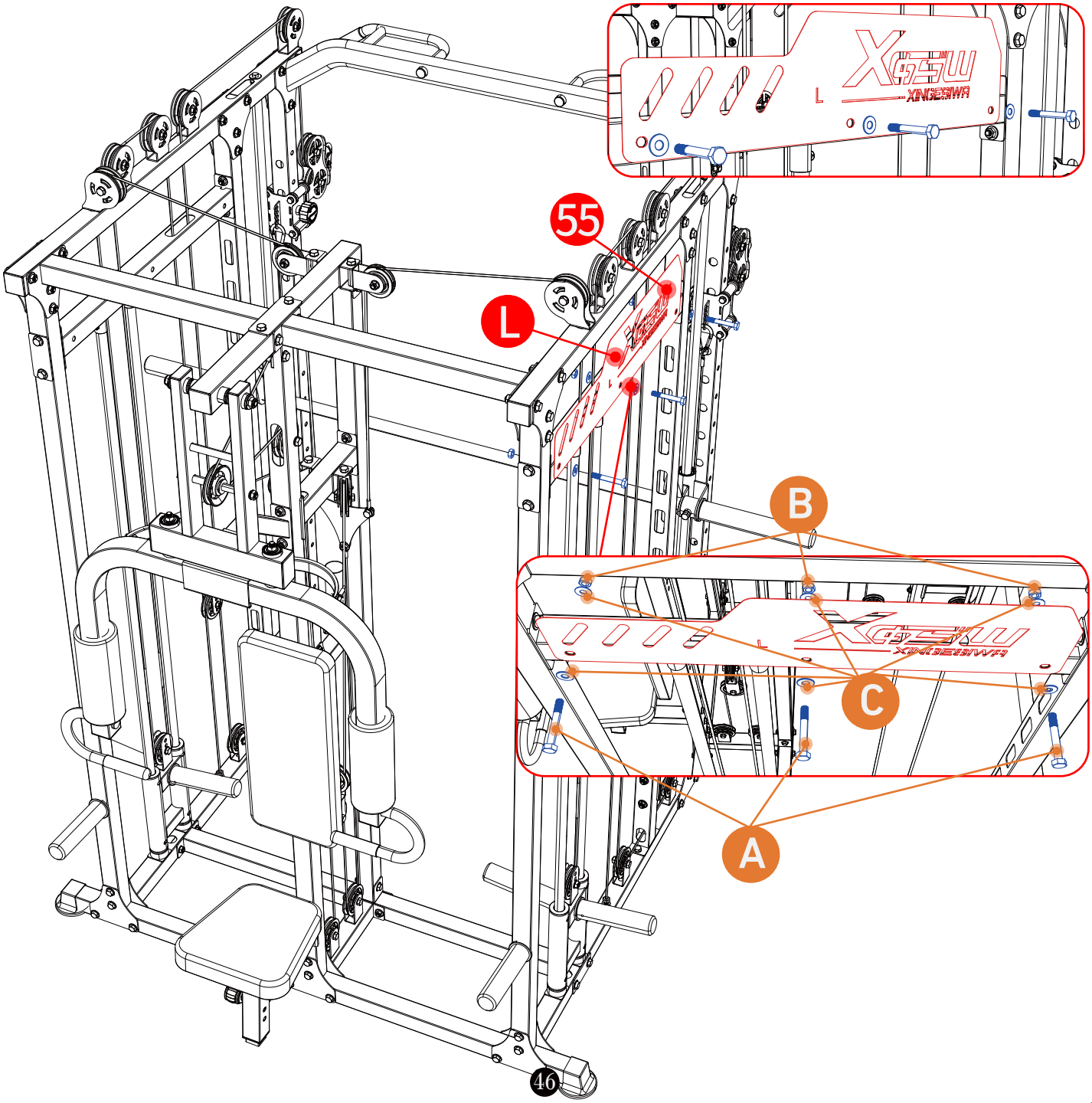
Step46

A 10*70 screws*3
10×70のネジ×3本

B 10C Non-slip Nut*3
10C 滑り止めナット×3個

C 10*25*1.5 spacer*6
10×25×1.5 スペーサー×6



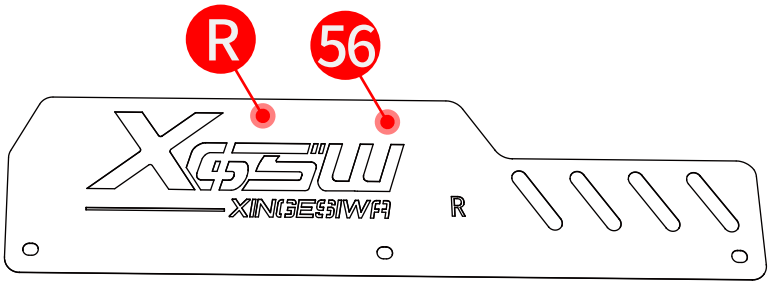


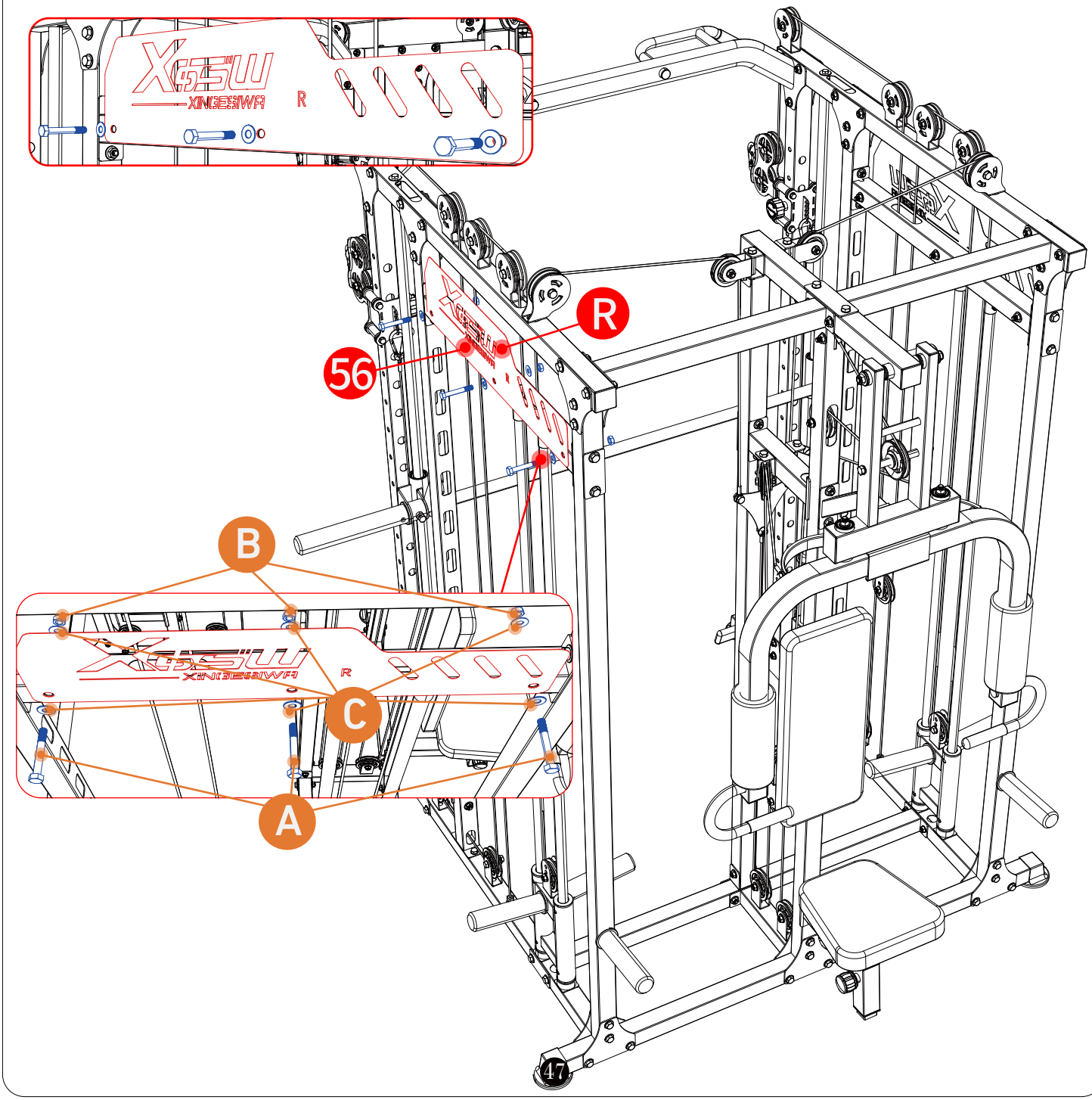
Step47

A 10*70 screws*3
10×70のネジ×3本

B 10C Non-slip Nut*3
10C 滑り止めナット×3個

C 10*25*1.5 spacer*6
10×25×1.5 スペーサー×6





Step48

