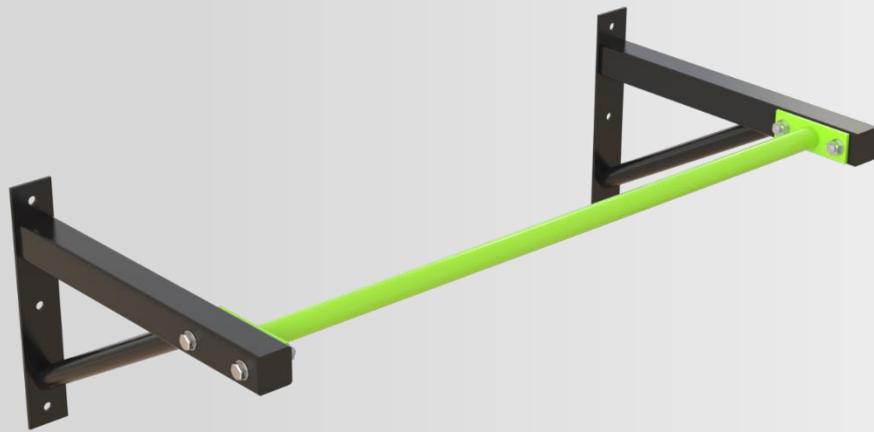


# MANUAL DE INSTRUÇÕES

## BARRA FIXA PAREDE



 Ginast



**Leia estas instruções antes de realizar a montagem, instalação ou utilizar o equipamento.**

## **1. APRESENTAÇÃO**

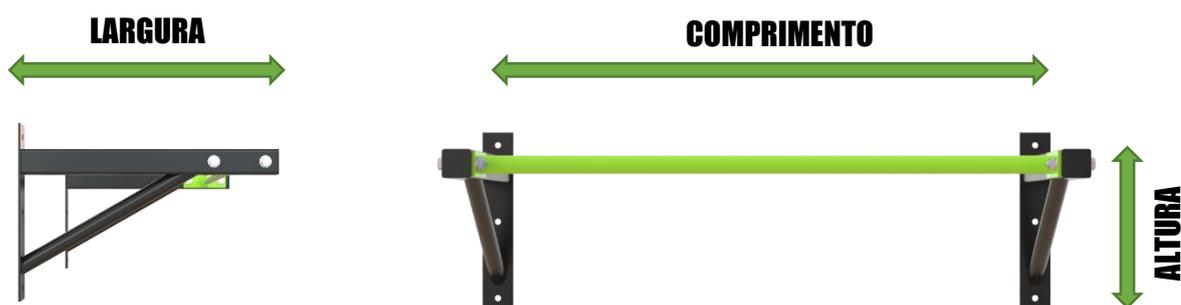
A barra fixa parede, é um equipamento permanentemente instalado em paredes para treinos indoor e outdoor, capaz de suportar pessoas adultas ou adolescentes maiores de 13 anos, desenvolvido para treinos musculação, podendo ser adquirido em várias cores.

O equipamento muito utilizado para o fortalecimento de braço, peito e costa, ideal para centros de treinamentos, sua estrutura suporta uma única pessoa de até 150kg.

O equipamento é fabricado em tubos quadrados de 50mm e redondos de 32mm com espessura de 2mm e chapas de 4,75mm de aço carbono de alta resistência, as peças são soldadas por processo MIG.

Possui parafusos, porca e arruelas em aço zincado e uma pintura eletrostática resistente a corrosão.

**Possui 350mm de altura, 507mm de largura e 1120mm de comprimento, pesando 8kg.**



## 2. TRANSPORTE

Todos os equipamentos e partes fornecidas pela GINAST são envolvidas em uma manta fortemente fixada para que não haja risco e imperfeições na pintura.

O transporte do equipamento para a área de treinamento deve ser feito por pessoas maiores de 18 anos de idade, trajada com os equipamentos de segurança: sapatos, luvas e óculos de proteção.



Ao descer ou descarregar os equipamentos no local indicado, os mesmos não devem ser jogados de qualquer forma, isso pode danificar a estrutura e pintura do equipamento, impossibilitando o seu uso no decorrer de sua vida útil.

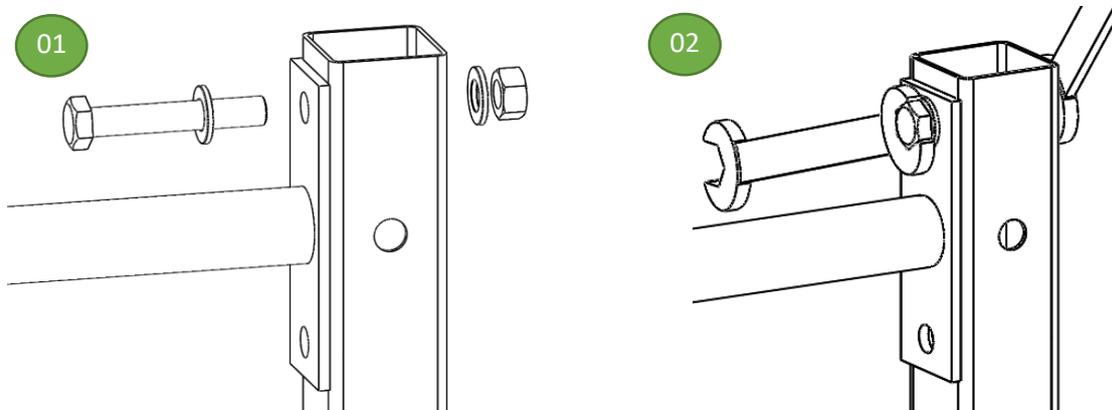
## 3. MONTAGEM

O primeiro passo para a montagem do equipamento é a separação das peças e componentes de fixação; composto por:

- (2x) Colunas
- (1x) pega mão
- (4x) Parafuso M12
- (4x) Porca M12
- (8x) Arruela lisa M12



Para realizar a uniões das partes citadas acima **serão necessárias 02 chaves sextavadas de 19mm.**

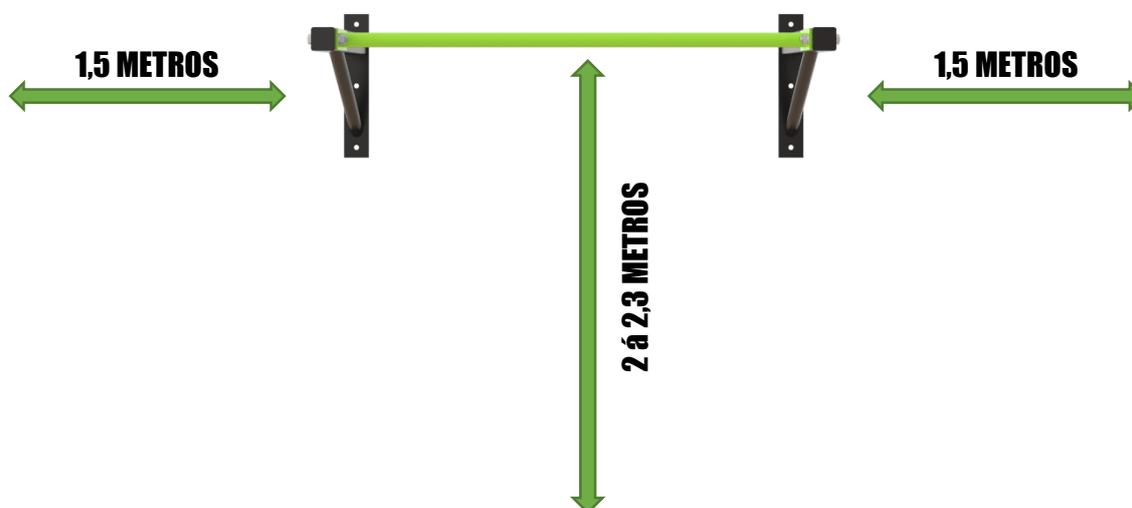


Repetir o procedimento demonstrado acima para a fixar o pega mão por inteiro.

#### **4. INSTALAÇÃO**

Ao instalar o equipamento verificar um espaço de livre acesso, é necessário no mínimo uma distância de 1,5 metros de distância das paredes laterais em relação ao mesmo, para facilitar o acesso das vias ao redor do equipamento.

A parede precisa ter no mínimo uma altura de 5 metros para poder realizar os movimentos de forma segura, a GINAST sugere que o equipamento seja instalado a uma altura de 2 a 2,3 metros em relação ao solo para a melhor amplitude de movimento.



O equipamento pode ser instalado em espaço ao ar livre.

Para realizar a instalação será necessário:

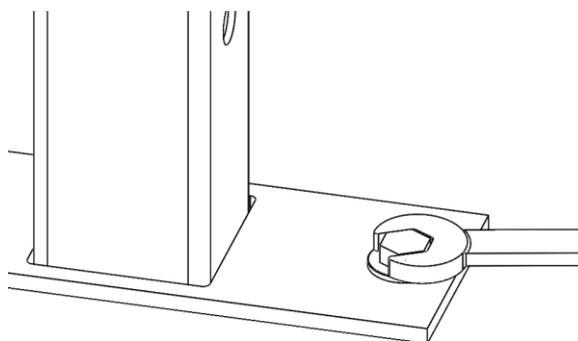
- (1x) Furadeira de impacto
- (1x) Broca de widea 12mm
- (1x) chave sextavada de 13mm
- (6x) Buchas 12
- (6x) Arruelas M10
- (6x) Parafusos cabeça sextavada M8

**A furadeira, broca e chave de aperto não são fornecidos pela GINAST.**

O primeiro passo é realizar as marcações das furações na parede, em seguida remova o equipamento.

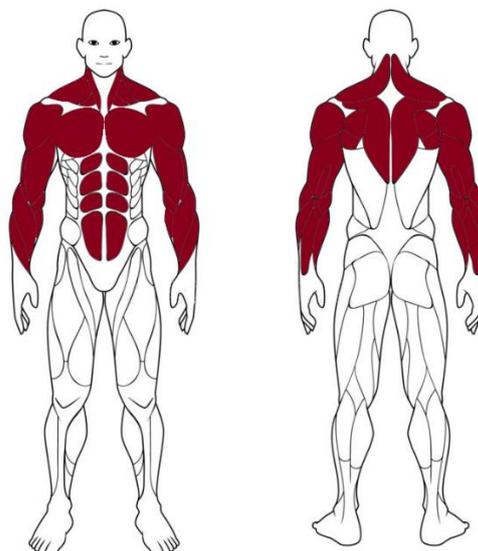
Segundo passo, fazer furações de no mínimo 8cm de profundidade, realize o encaixe das buchas nas respectivas furações.

Terceiro passo, posicione novamente o equipamento nas furações e monte o parafuso com arruela, com a chave sextavada de aperto para fixar a estrutura na parede.



## 5. UTILIZAÇÃO

Ao finalizar a montagem e a instalação, o equipamento está pronto para ser utilizado, podendo realizar movimentos de puxadas, fortalecendo braço, peito, costa e abdômen.



Ao iniciar as atividades nos equipamentos, remover capacetes, cordões ou acessórios em volta do pescoço.

O equipamento se instalado no ar livre **devem ser previstos o sombreamento das áreas de lazer** do equipamento que recebem maior incidência do sol (raios UV).

O equipamento **não pode ser instalado** em áreas localizadas a **menos de 5km de distância de zonas litorâneas**.

**As pessoas que não estiverem fazendo o exercício mantenham uma distância segura enquanto o equipamento estiver em uso.**

**Não utilize o equipamento se estiver com a superfície quente ou escorregadia por decorrência do tempo.**

Ao sentir dores em qualquer parte do corpo, pare imediatamente o exercício e procure um médico, se existir alguma limitação pessoal procure um médico antes de iniciar as atividades.

## 6. INSPEÇÃO E MANUTENÇÃO

Inspeção semanal, comprovar de forma visual o estado geral do equipamento, assegurando a estabilidade estrutural e verificar o estado de todos os parafusos e porcas, realizar aperto se necessário.

## 7. DESCARTE

Os equipamentos de academia ao ar livre são compostos por sua grande parte de tubos e chapas de aço carbono, no fim de sua vida útil, o equipamento pode ser desmontado e descartado em partes para os centros de reciclagem que coletam metais.

## 8. TERMO DE GARANTIA

Este produto de marca GINAST possui **garantia de 24 (vinte e quatro) meses**, a partir da data de emissão de compra na Nota Fiscal. Está garantido contra defeitos de fabricação e montagem, desde que usados em condições normais, de acordo com manual de instruções.

### PERDA DO VALOR DE GARANTIA

- Desgaste e deterioração ocorrido por **exposição a maresia**.
- Mau uso, esforços indevidos, peso excessivo, uso diferente do proposto no manual de instrução e **vandalismo**.
- Violação ou alteração de suas características originais.
- Problemas de instalação e fixação realizado em desacordo com o manual de instrução.
- Problemas relacionados a condições inadequadas do local onde o produto foi instalado, tais como piso desnivelados, presença de umidade excessiva, concreto pouco resistente, etc.

Cliente: \_\_\_\_\_ Fone:(\_\_ ) \_\_\_\_\_

Endereço: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_

Local da compra: \_\_\_\_\_ NºN.F.: \_\_\_\_\_

Conheça outros equipamentos e  
saiba mais sobre linhas de Produtos  
Ginast, acessando nosso site

[www.ginast.com.br](http://www.ginast.com.br)



**ATENDIMENTO AO  
CONSUMIDOR**

**(19) 3113-5400**

**[atendimento@ginast.com.br](mailto:atendimento@ginast.com.br)**

**Nova Odessa/SP - Brasil • CEP 13460-000**

A Ginast reserva-se no direito de paralisar a fabricação do equipamento, a qualquer tempo e sem prévio aviso, modificar suas especificações e introduzir melhorias, sem incorrer na obrigação de efetuar tais aperfeiçoamentos em produtos anteriormente fabricados.