

MANUAL DE INSTRUÇÕES

SQUAT RACK 1.8



 Ginast

**ATENÇÃO**

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

1. APRESENTAÇÃO

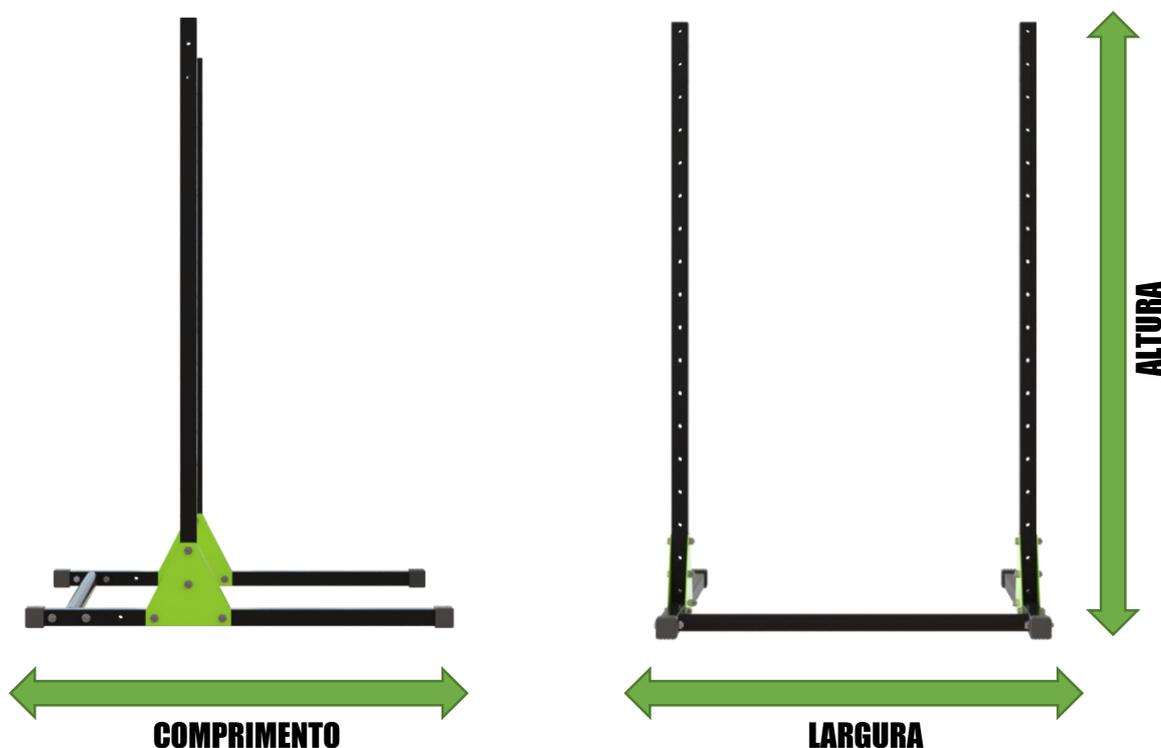
O Squat rack 1.8, é um equipamento de fácil montagem para treinos indoor, desenvolvido para realizar movimentos de agachamentos livres, possui uma coluna de 1,8 metros para encaixe da barra olímpica masculina ou feminina de até 200 kg.

O equipamento pode ser adquirido com o suporte de segurança e ganchos capaz de suportar uma barra olímpica.

O equipamento é fabricado em tubos quadrados de 50mm com espessura de 2mm e chapas de 3mm de aço carbono de alta resistência, as peças são soldadas por processo MIG.

Possui parafusos, porca e arruelas em aço zincado, uma pintura eletrostática resistente a corrosão e ponteiros de borracha na base para mais aderência para os movimentos.

Possui 1800mm de altura, 1100mm de largura e 1250mm de comprimento, pesando 25,6kg.



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

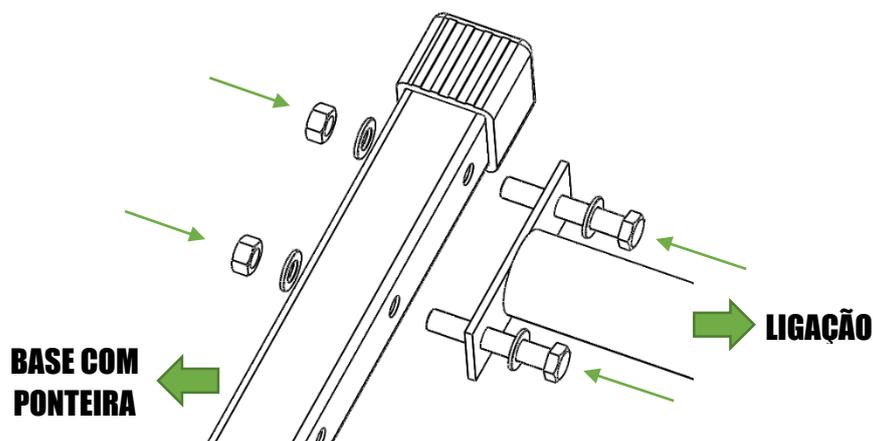
O primeiro passo para a montagem do equipamento é a separação das peças e componentes de fixação; composto por:

- (2x) Coluna
- (2x) Base com ponteira de borracha
- (1x) Ligação
- (4x) Chapa fixação
- (12x) Parafuso M12
- (12x) Porca M12
- (24x) Arruela lisa M12

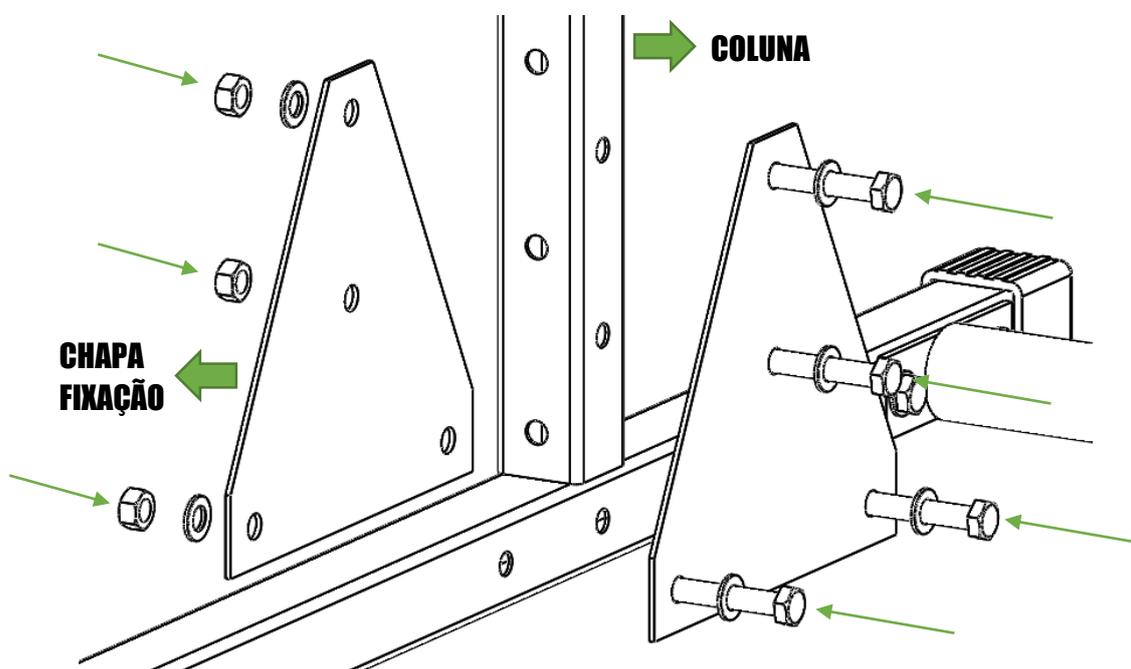


Para a montagem do equipamento serão necessárias 02 chaves de boca sextavada tamanho 19 para o aperto das porcas e parafusos.

Segundo passo, faça a fixação dos componentes (parafuso, porca e arruela) com o auxílio das chaves de boca sextavada, unindo a base com ponteira de borracha e a ligação, formando a base do equipamento.



Terceiro e último passo, faça a fixação dos componentes (parafuso, porca e arruela) com o auxílio das chaves de boca, unindo a base do equipamento com a chapa fixação e a coluna.



Repetir o procedimento demonstrado acima para a fixação de todas as peças.

4. UTILIZAÇÃO

Ao finalizar a montagem e a instalação, o equipamento está pronto para ser utilizado, desenvolvido para realizar movimentos de agachamentos livres, possui uma coluna de 1,8 metros para encaixe da barra olímpica masculina ou feminina de até 200 kg.

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

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.

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.

5. 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.

6. DESCARTE

Os equipamentos em geral 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 colem metais.

7. 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, 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 montagem e instalação 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



**ATENDIMENTO AO
CONSUMIDOR**

(19) 3113-5400

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.