

TOORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



MSX90 
multifunctional power



Cod : GRLD TOORXMSX90

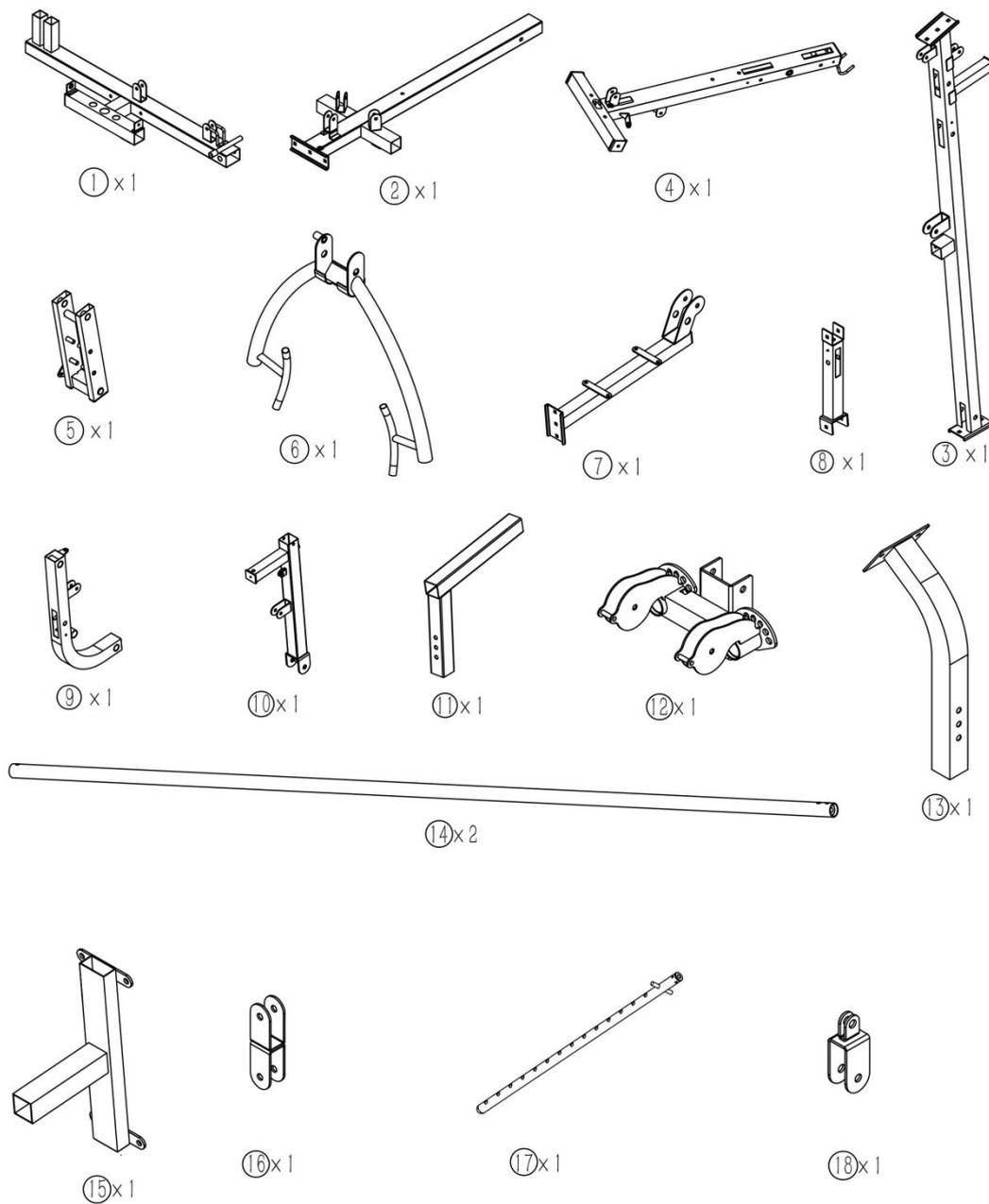
Rev : 00

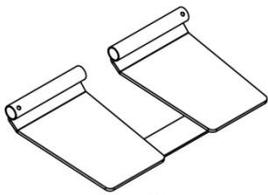
Ed : 09/18

Bauteile - Teile

Bitte alle auf der nachstehenden Liste aufgeführten Teile überprüfen

Hinweis: Einige der kleinen Bauteile können bereits an größeren vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie uns wegen fehlender Bauteile kontaktieren.





19x1



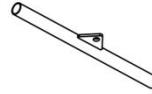
20x1



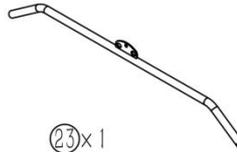
21x1



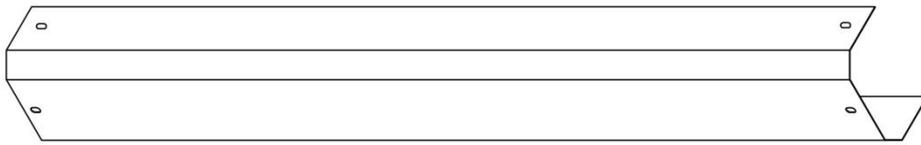
22x2



24x1



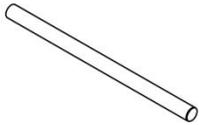
23x1



25x2



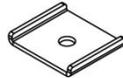
112x2



26x2



27x2



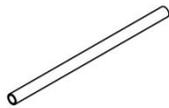
28x2



29x3



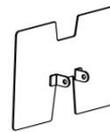
30x1



31x1



109x1



110x1



⑥1×2



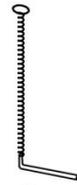
⑥2×1



⑥3×1



⑥4×2



⑥5×1



⑥6×1



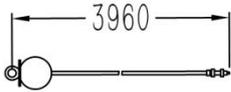
⑥7×1



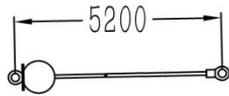
⑥8×7



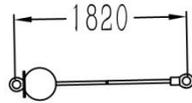
⑥9×4



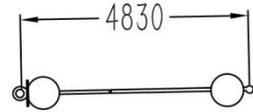
⑨6×1



⑨7×1



⑨8×1



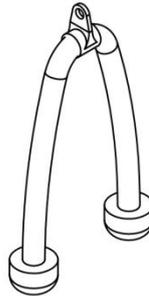
⑨9×1



⑩0×14



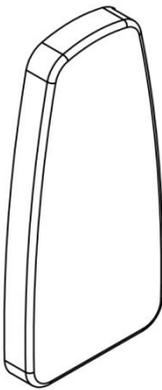
⑩1×1



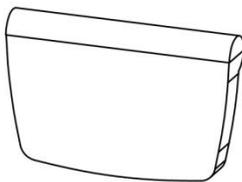
⑩2×1



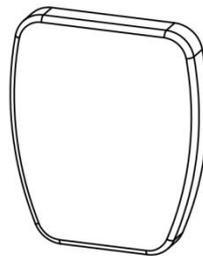
⑩3×4



⑩5×1



⑩6×1



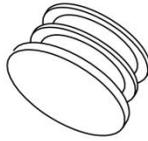
⑩7×1



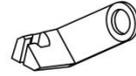
③⑧× 4



③⑨× 10



⑤⑤× 2



⑤⑥× 6



⑤⑦× 6



⑤⑧× 4



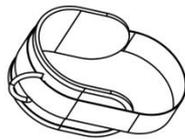
⑤⑨× 2



⑥①× 2



⑦①× 2



⑦②× 1



⑦③× 10



⑨②× 26

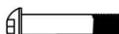
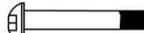
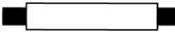
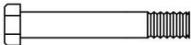
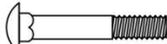
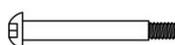


⑨③× 4

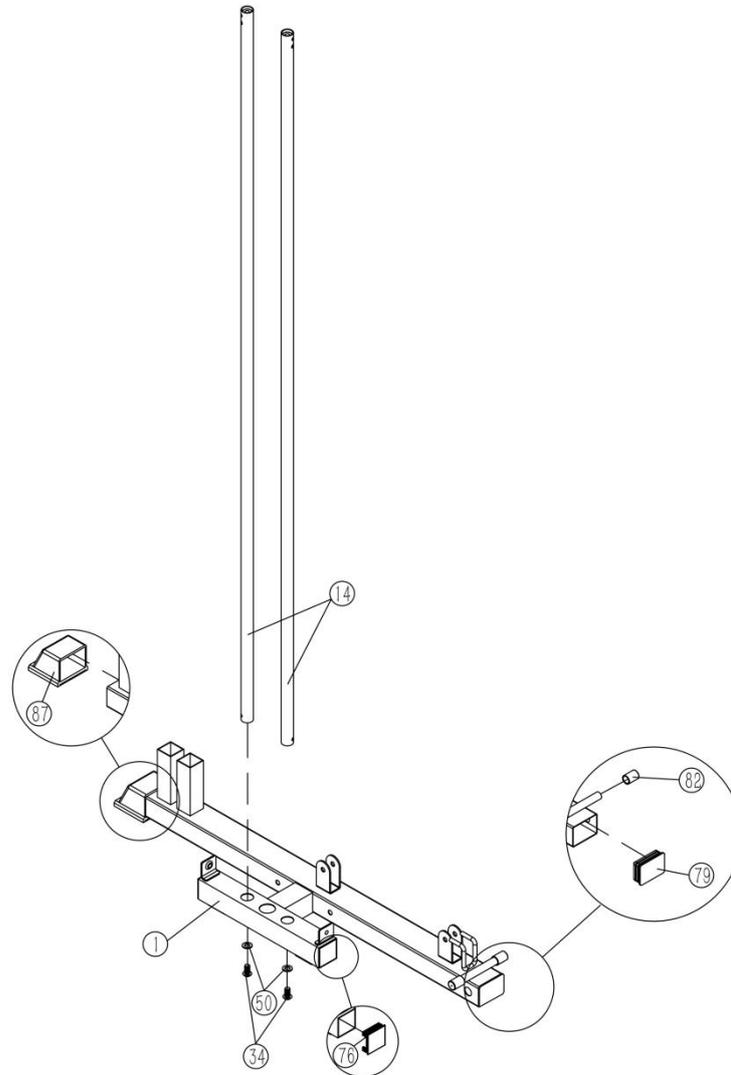
Bauteile - Montagezubehör

Bitte alle auf der nachstehenden Liste aufgeführten Teile überprüfen

Hinweis: Die unten angegebenen Mengen sind zur korrekten Montage erforderlich. In einigen Fällen kann mehr Montagezubehör geliefert werden, als erforderlich ist. Einige der Befestigungselemente können bereits an größeren Bauteilen vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie uns wegen fehlender Befestigungselemente kontaktieren.

<p>32 </p> <p>M8X18 Inbusschraube 10 St.</p>	<p>33 </p> <p>M10X16 Inbusschraube 10 St.</p>	<p>34 </p> <p>M10X20 Inbusschraube 4 St.</p>
<p>35 </p> <p>M10X30 Inbusschraube 3 St.</p>	<p>36 </p> <p>M10X45 Inbusschraube 15 St.</p>	<p>37 </p> <p>M10X50 Inbusschraube 8 St.</p>
<p>40 </p> <p>M10X65 Inbusschraube 2 St.</p>	<p>41 </p> <p>M10X85 Inbusschraube 5 St.</p>	<p>42 </p> <p>M10X160 Inbusschraube 2 St.</p>
<p>43 </p> <p>Ø16x64xM10 SCHWENKACHSE 2 St.</p>	<p>44 </p> <p>M12X95 Sechskantschraube 2 St.</p>	<p>45 </p> <p>Ø16x172xM10 SCHWENKACHSE 1 St.</p>
<p>46 </p> <p>Ø16x198xM10 SCHWENKACHSE 1 St.</p>	<p>47 </p> <p>M10X90 Schlossschraube 3 St.</p>	<p>48 </p> <p>M10X70 Schlossschraube 7 St.</p>
<p>49 </p> <p>Ø25x Ø10,5x1,5 Unterlegscheibe 8 St.</p>	<p>50 </p> <p>Ø10 Unterlegscheibe 80 St.</p>	<p>51 </p> <p>Ø8 Unterlegscheibe 10 St.</p>
<p>52 </p> <p>Ø12 Unterlegscheibe 4 St.</p>	<p>53 </p> <p>Selbstsichernde Mutter M10mm 54 St.</p>	<p>54 </p> <p>Selbstsichernde Mutter M12mm 2 St.</p>
<p>84 </p> <p>M6 x 16 Kreuzschlitzschraube 2 St.</p>	<p>108 </p> <p>M10X90 Inbusschraube 1 St.</p>	<p></p> <p>Inbusschlüssel 5,6,mm</p>

Montageanleitung

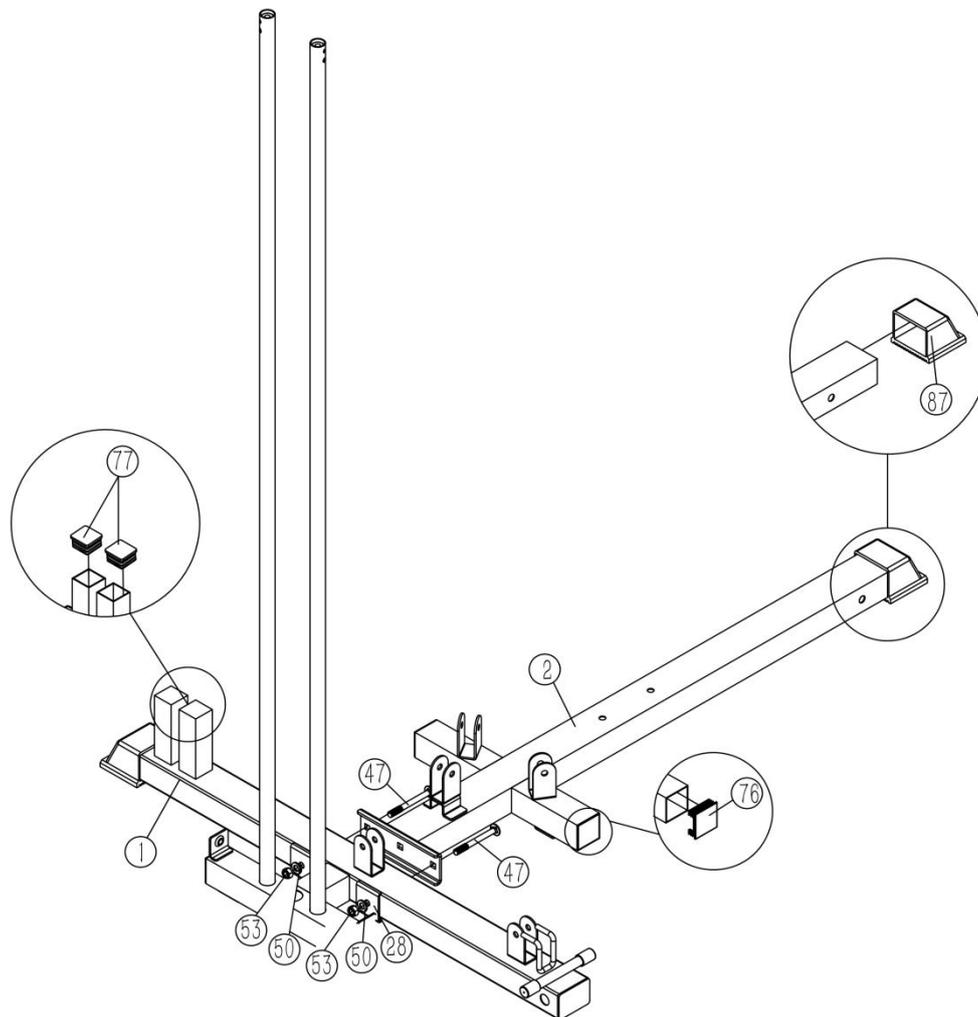


Schritt 1

2 Führungsstangen (14#) in die Öffnungen am hinteren Standfuß (1#) getrennt einsetzen und mit 2 Inbusschrauben M10*20 (34#) und 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) festschrauben.

Hinweis: (76#) und (87#) und (79#) und (82#) wurden bereits im Werk vormontiert.

Montageanleitung

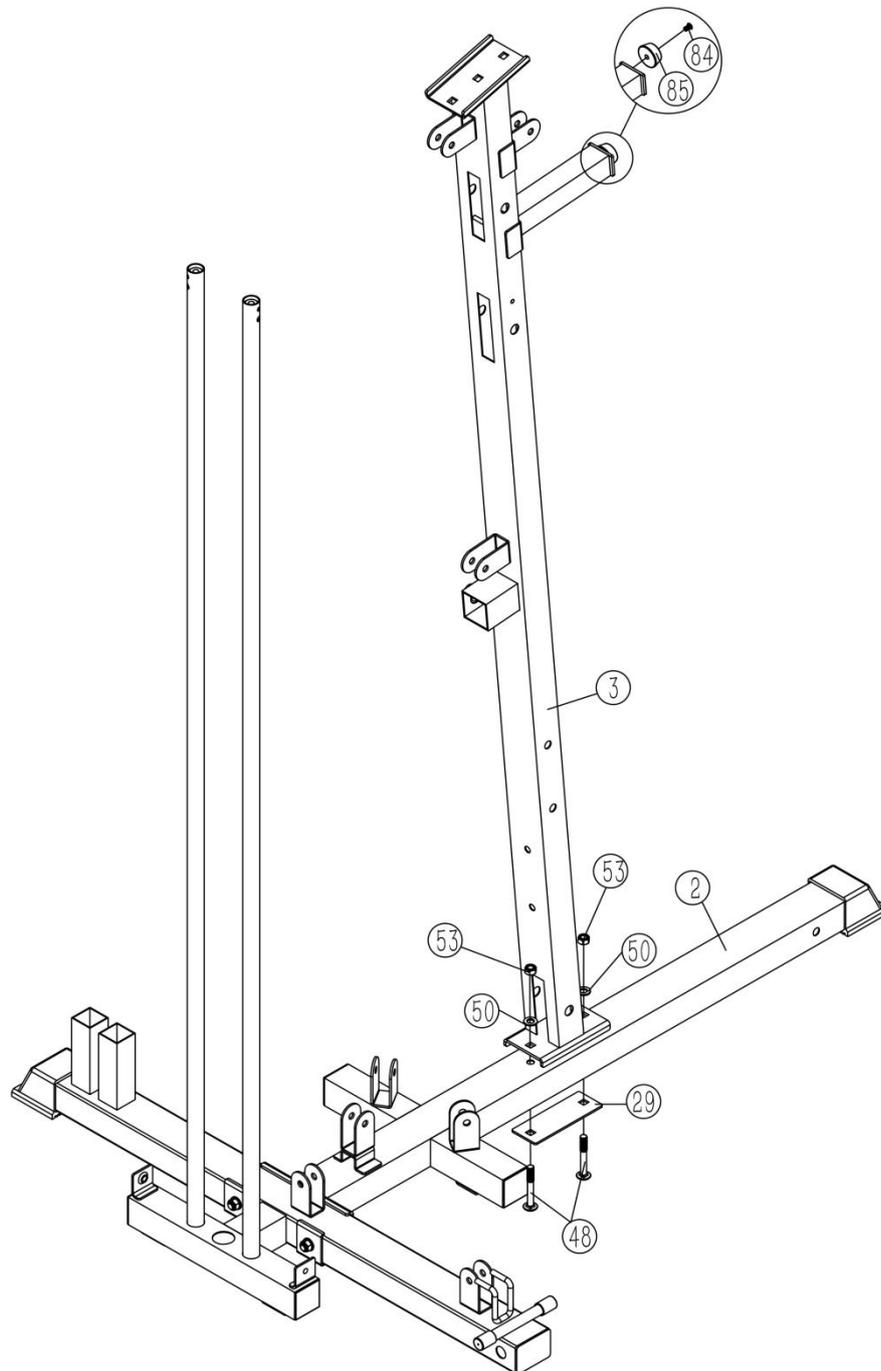


Schritt 2

Den Grundrahmen (2#) am hinteren Standfuß (1#) befestigen. Die Löcher sorgfältig anpassen und mit 2 Schlossschrauben M10*90 (47#), 2 Bügeln (28#), 2 Unterlegscheiben $\text{\O}10$ (50#) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) sichern.

Hinweis: (#76) (#77) und (#87) wurden bereits im Werk vormontiert.

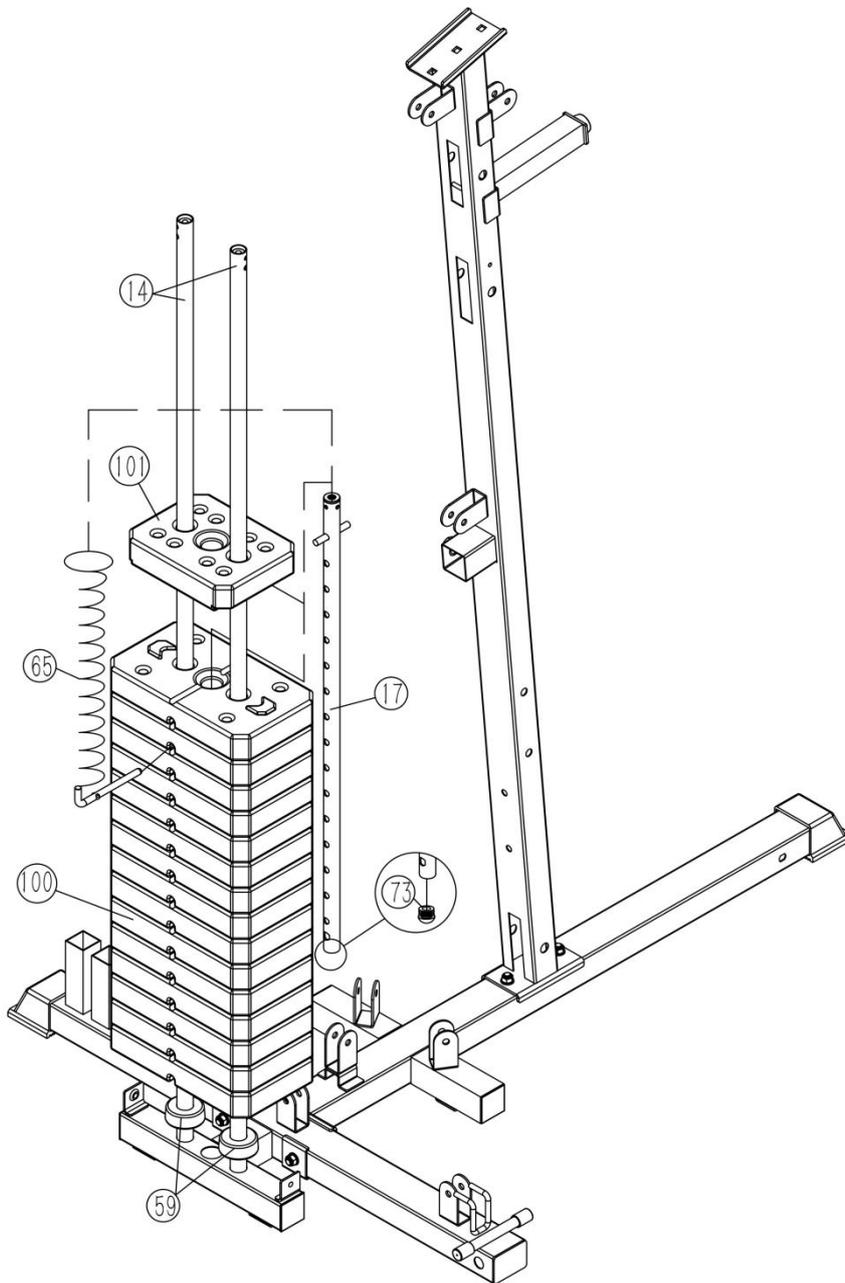
Montageanleitung



Schritt 3

Das Standrohr (3#) am Grundrahmen (2#) befestigen. Hierzu die Bohrungen sorgfältig aufeinander ausrichten und mit 2 Schlossschrauben M10*70 (48#), 1 Bügel (29#), 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) miteinander verschrauben.

Montageanleitung

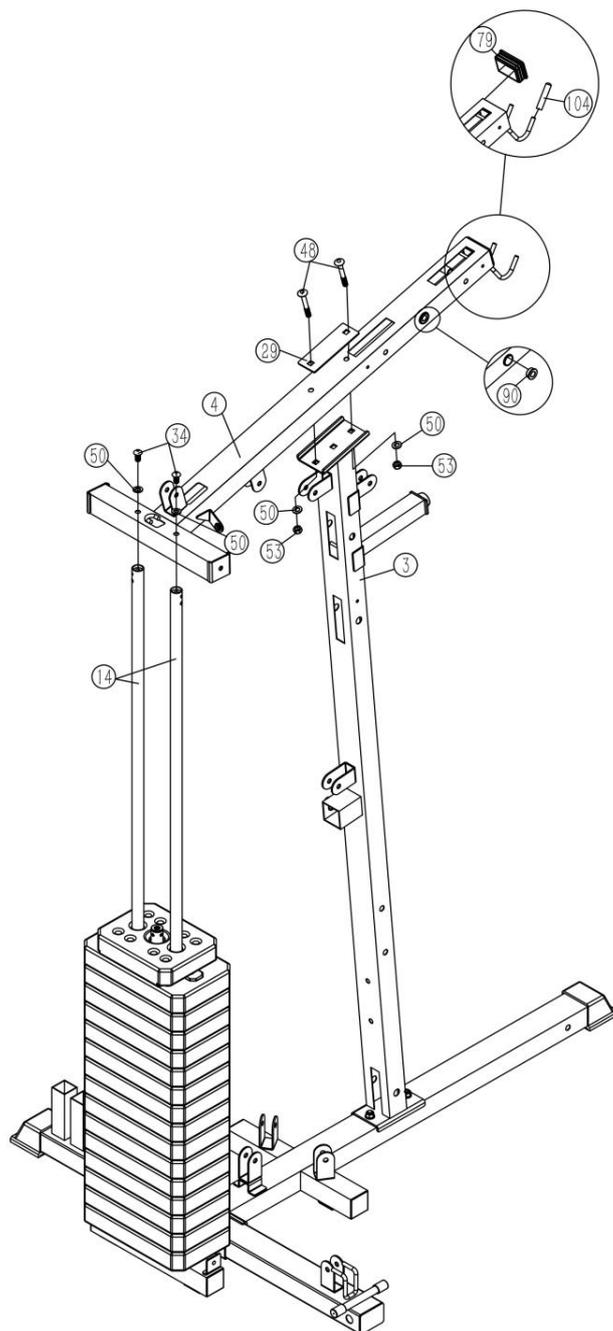


Schritt 4

Die 2 Gummianschläge (59#) an den Führungsstangen (14#) getrennt von oben nach unten schieben.
15 Gewichte (100#) entlang der Führungsstangen (14#) von oben nach unten anbringen und die Auswahlstange (17#) in das mittlere Loch der Gewichte (#100) einsetzen. Danach das Gewicht (101#) auf dieselbe Weise anbringen. Beim Trainieren das gewünschte Gewicht mit dem Arretierstift (65#) wählen.

Hinweis: Die Endkappe (73#) wurde bereits im Werk vormontiert.

Montageanleitung



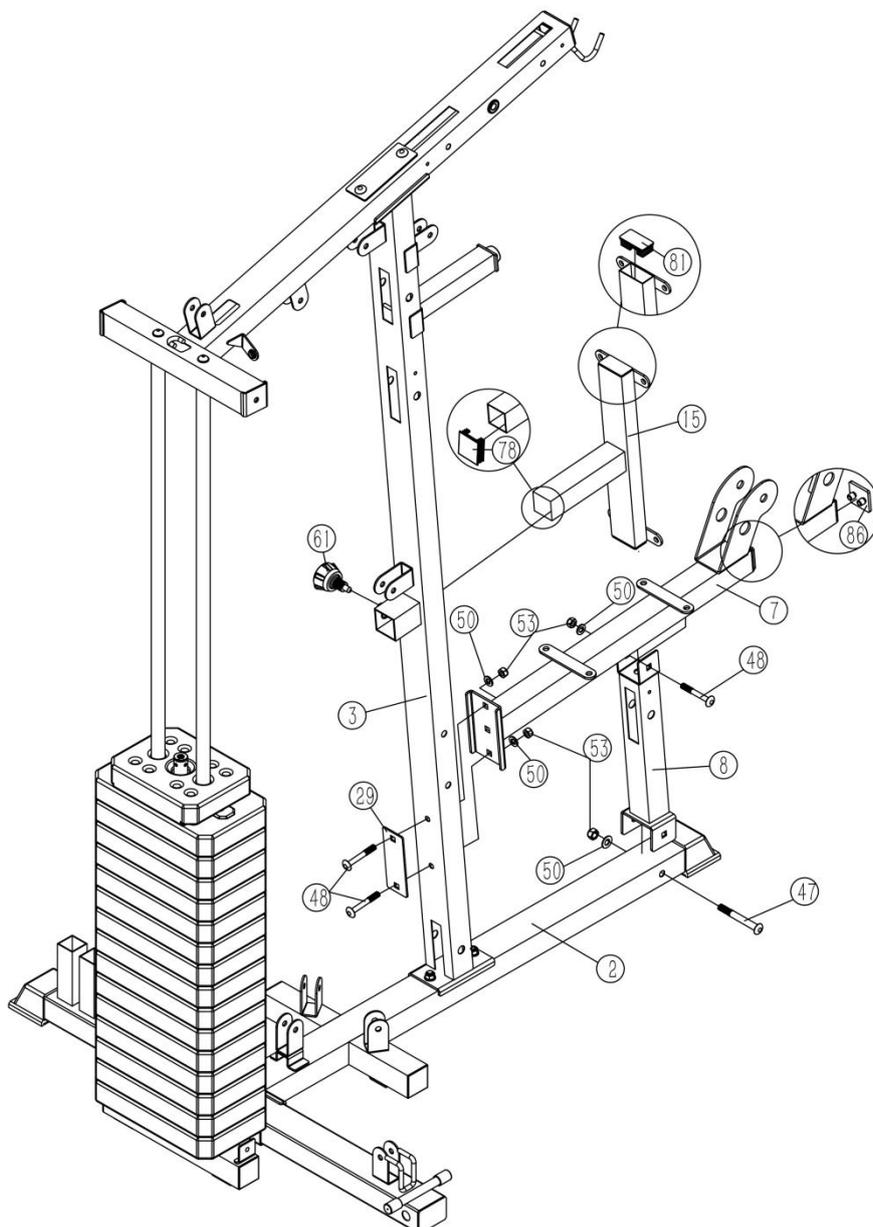
Schritt 5

A. Das Ende des oberen Trägers (4#) an der Führungsstange (14#) befestigen, die Löcher anpassen und mit 2 Inbusschrauben M10*20 (34#) und 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) sichern.

B. Den oberen Träger (4#) an der Vorderseite des Standrohrs (3#) befestigen und mit 2 Schlossschrauben M10*70 (48#), 1 Bügel (29#), 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) sichern.

Hinweis: (76#) und (79#) und (90#) und (104#) wurden bereits im Werk vormontiert.

Montageanleitung



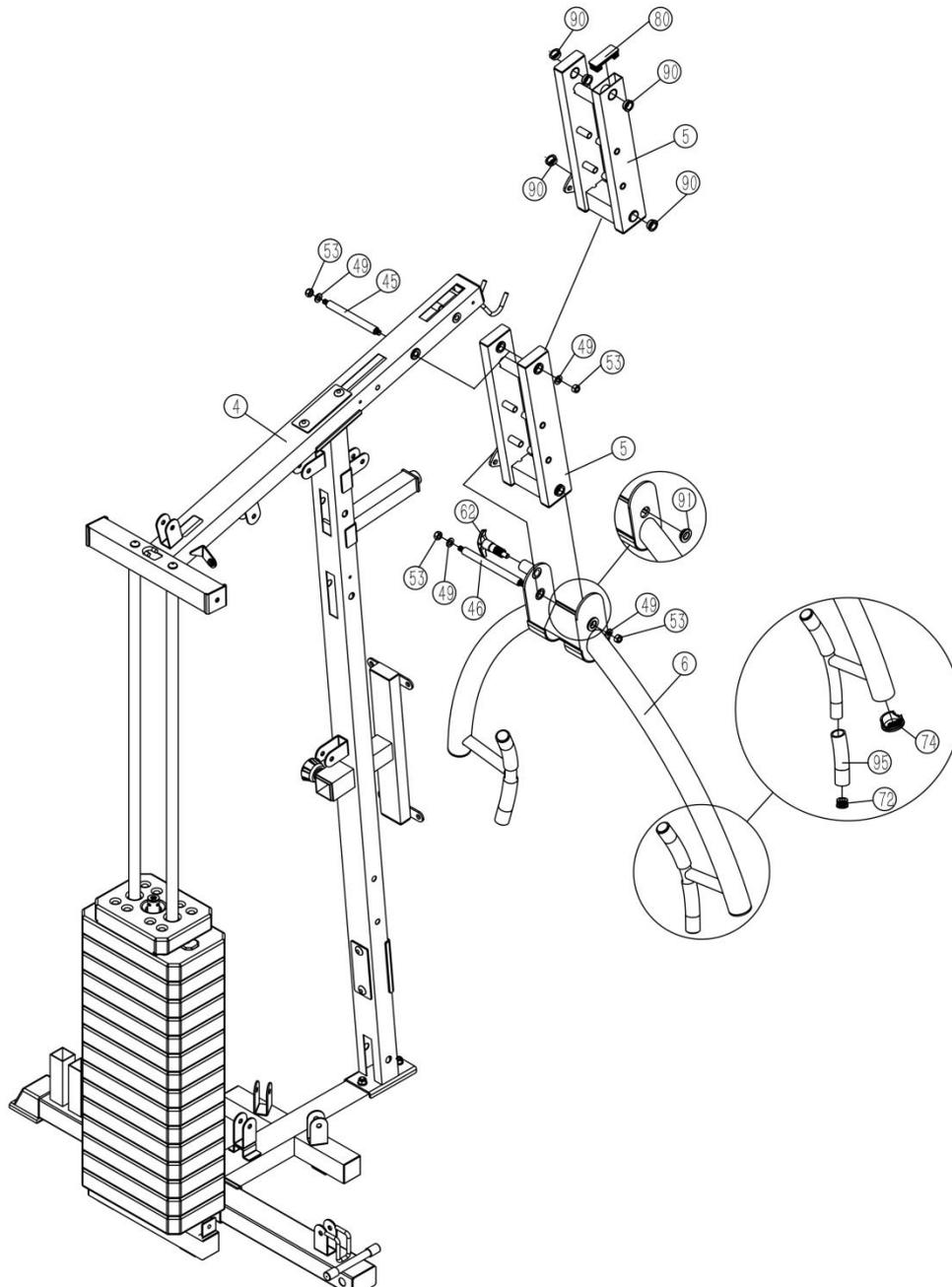
Schritt 6

A. Die Sitzpolsterhalterung (7#) an der Vorderseite des Standrohrs (3#) befestigen. Mit 2 Schlossschrauben M10*70 (48#), 1 Bügel (29#), 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) und 2 Sicherungsmuttern M10 (53#) sichern.

B. Den vorderen kurzen Standfuß (8#) am Grundrahmen (2#) befestigen. Mit 1 Schlossschraube M10*90 (47#), 1 Unterlegscheibe Ø 10 (50#) und 1 Sicherungsmutter M10 (53#) sichern. Den vorderen kurzen Standfuß (8#) mit der Sitzpolsterhalterung (7#) verbinden und mit 1 Schlossschraube M10*70 (48#), 1 Unterlegscheibe Ø 10 (50#) und 1 M10 Sicherungsmutter (53#) sichern.

C. Die Rückenpolsterhalterung (#15) in die Öffnung an der Vorderseite des Standrohrs (#3) stecken. Beim Trainieren können Sie die gewünschte Position mithilfe der Feststellschraube M18 (#61) einstellen.

Montageanleitung

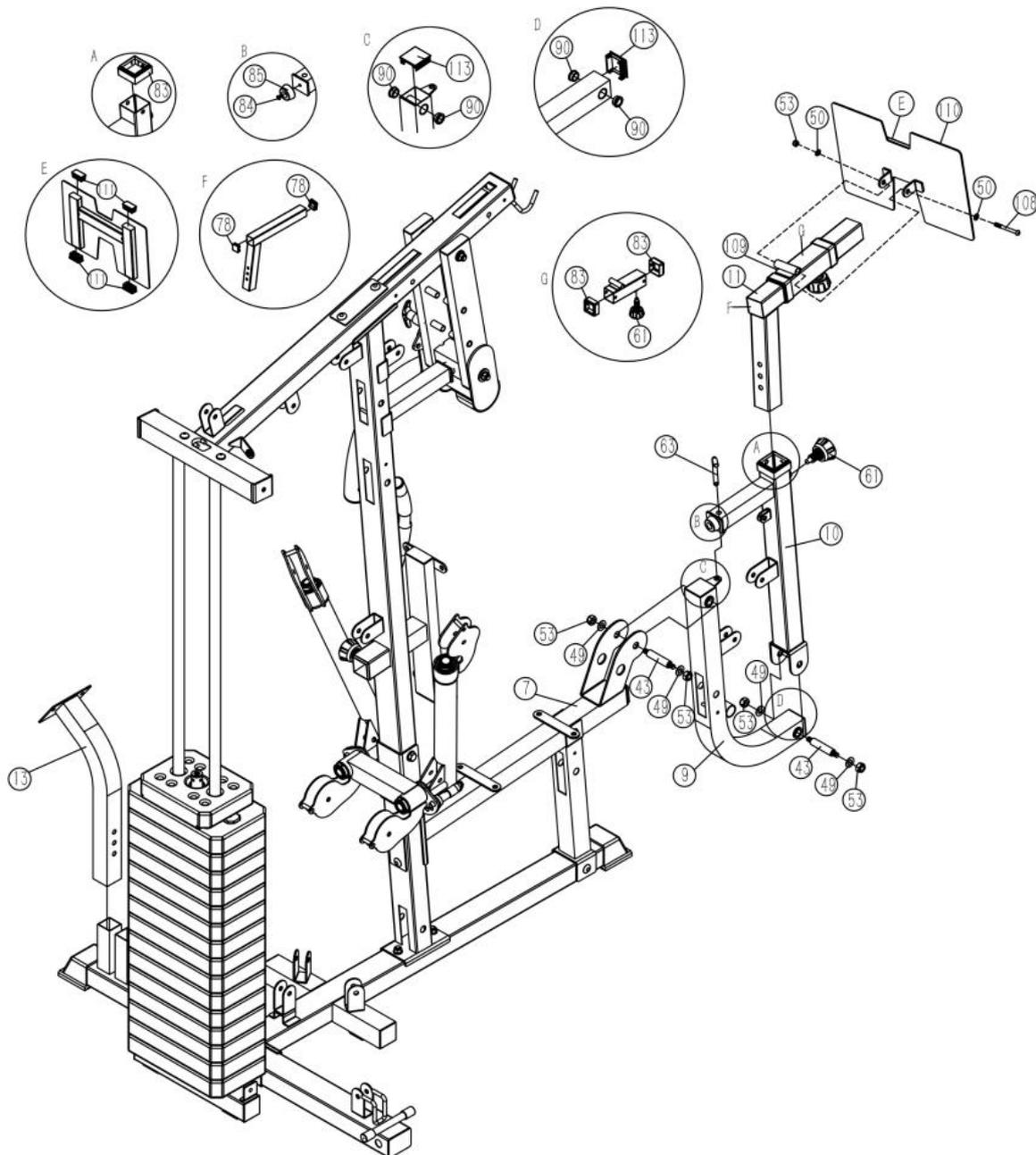


Schritt 7

- A.** Die vordere Armbügel-Halterung (5#) am oberen Träger (4#) befestigen und mit 1 Achse (45#), 2 Unterlegscheiben \varnothing 10 (49#) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) sichern.
- B.** Den Butterfly-Armbügel (6#) an der vorderen Armbügel-Halterung (5#) befestigen und mit 1 Achse (46#), 2 Unterlegscheiben \varnothing 10 (49#) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) sichern.

Hinweis: (#72)(#74)(#80)(#90)(#91)(#95) wurden bereits im Werk vormontiert.

Montageanleitung



Schritt 9

A. Die Halterung der Bein-Trainingseinheit (9#) an der Sitzpolsterhalterung (7#) befestigen und mit 1 Achse (43#), 2 Unterlegscheiben (#49) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) sichern.

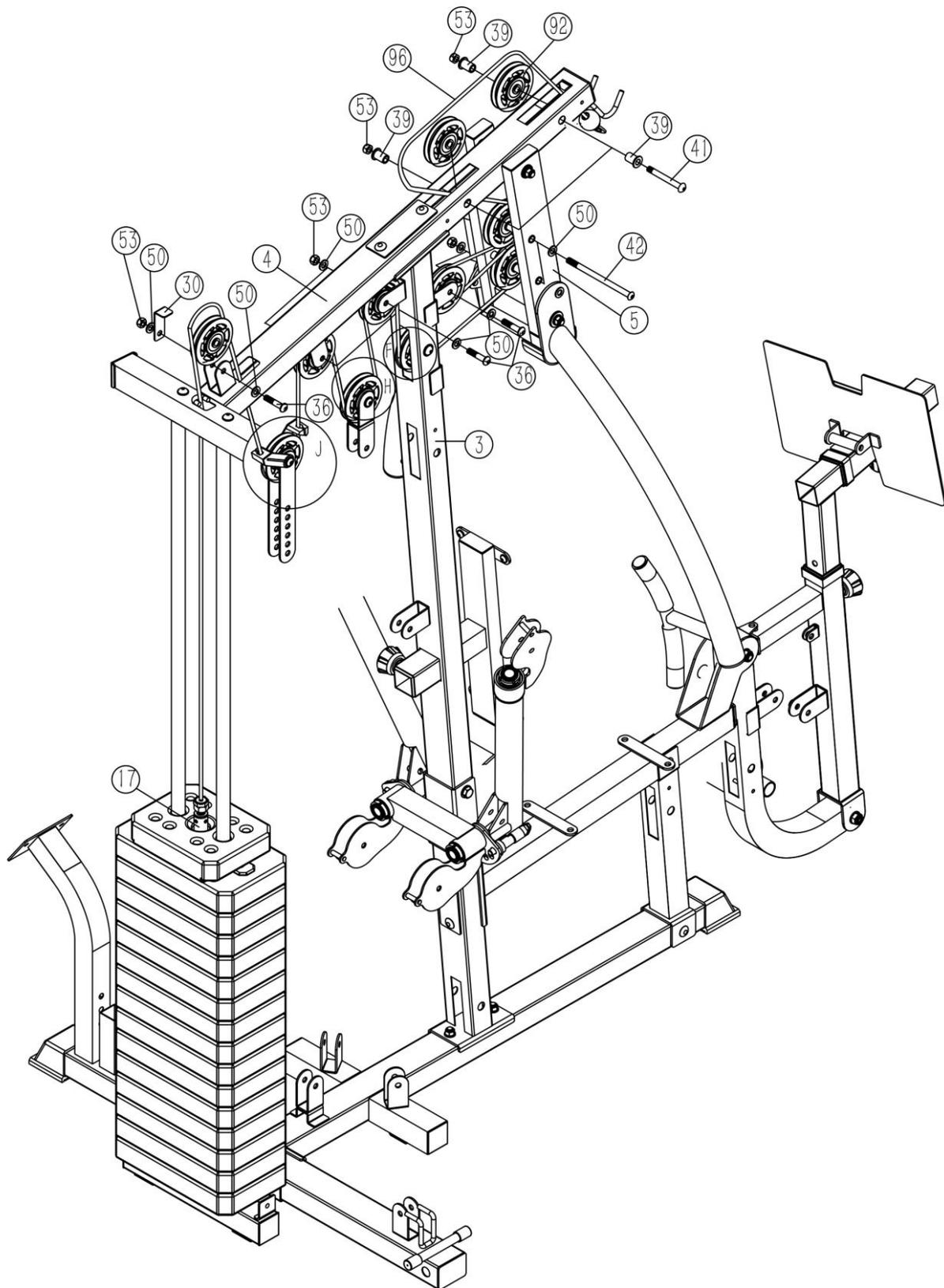
B. Die Halterung der Beinpresse (10#) an der Halterung der Bein-Trainingseinheit (9#) befestigen und mit 1 Achse (43#), 2 Unterlegscheiben (#49) und 2 selbstsichernden Muttern M10 (53#) sichern. Bei Nichtbenutzung zur Sicherung den L-förmigen Stift (#63) einsetzen.

C. Die Fußplattenhalterung (#11) in die Öffnung der Halterung der Beinpresse (#10) einsetzen und die gewünschte Höhe mit dem Arretierstift (#61) wählen.

D. Die Halterung des Armcurl-Polsters (13#) in den hinteren Standfuß (#1) einsetzen, wie in der Zeichnung gezeigt ist.

Hinweis: (#75) (#76) (#78) (#83) (#84) (#85) und (#90) wurden bereits im Werk vormontiert.

Montageanleitung



Schritt 10

A. Das obere Seil (96#) durch die Öffnung des oberen Trägers führen. Sicherstellen, dass sich die Anschlagkugel unter dem oberen Träger befindet. 1 Umlenkrolle (92#) unter dem Seil platzieren und die Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10*85 (41#), 2 Hülsen (39#) und selbstsichernder Mutter M10 (53#) befestigen.

B. Das Seil nach hinten ziehen und die 2. Umlenkrolle darunter anbringen. Die Umlenkrolle wie in A beschrieben befestigen.

C. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach vorn ziehen, die 3. Umlenkrolle auf dieselbe Weise mit 1 (42#) und 2 Unterlegscheiben \varnothing 10 (50#) und selbstsichernder Mutter M10 (53#) befestigen.

D. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach hinten ziehen, die 4. Umlenkrolle platzieren und mit Inbusschraube M10*50 (36#), 2 Unterlegscheiben \varnothing 10 (50#) und selbstsichernder Mutter M10 (53#) befestigen.

E. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach vorn ziehen, die 5. Umlenkrolle platzieren und wie in C beschrieben befestigen.

F. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach vorn ziehen, die 6. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren und wie in A beschrieben befestigen.

G. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach oben ziehen, die 7. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren wie in D beschrieben befestigen.

H. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach unten ziehen, die 8. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren.

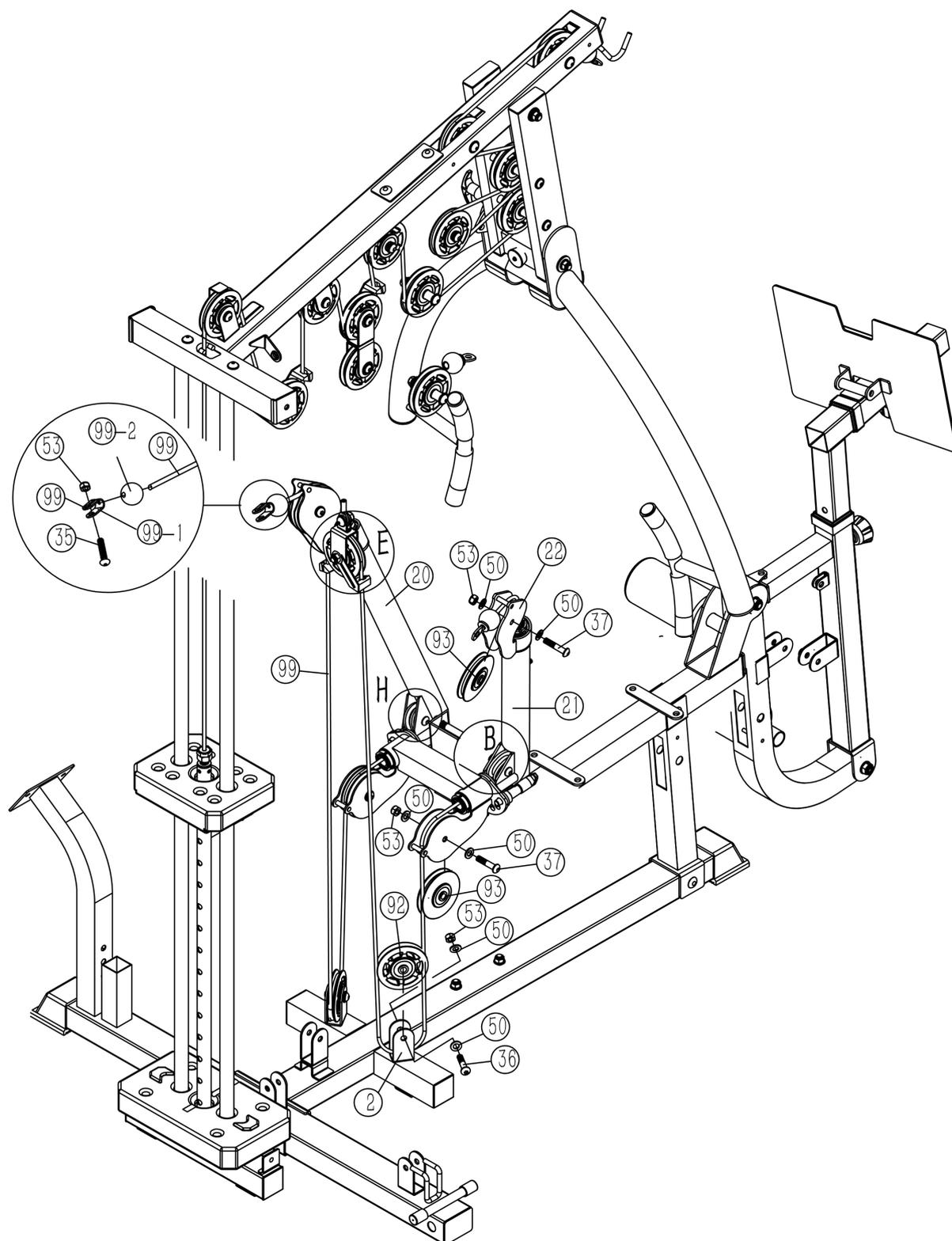
Die Umlenkrolle mit dem Kreuz-Doppelbügel für lose Rollen wie in D beschrieben befestigen.

I. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach vorn ziehen, die 9. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren und wie in D beschrieben befestigen.

J. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach unten ziehen. Die 10. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren und mit dem Doppelbügel für lose Rollen (#) und 2 Umlenkrollen-Abdeckungen sichern.

K. Das Seil um die Umlenkrolle herum und durch die Öffnung des oberen Trägers ziehen. Die 11. Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10*45 (36#), 1 Seilzug-Haltebügel (30#), 2 Hülsen (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.

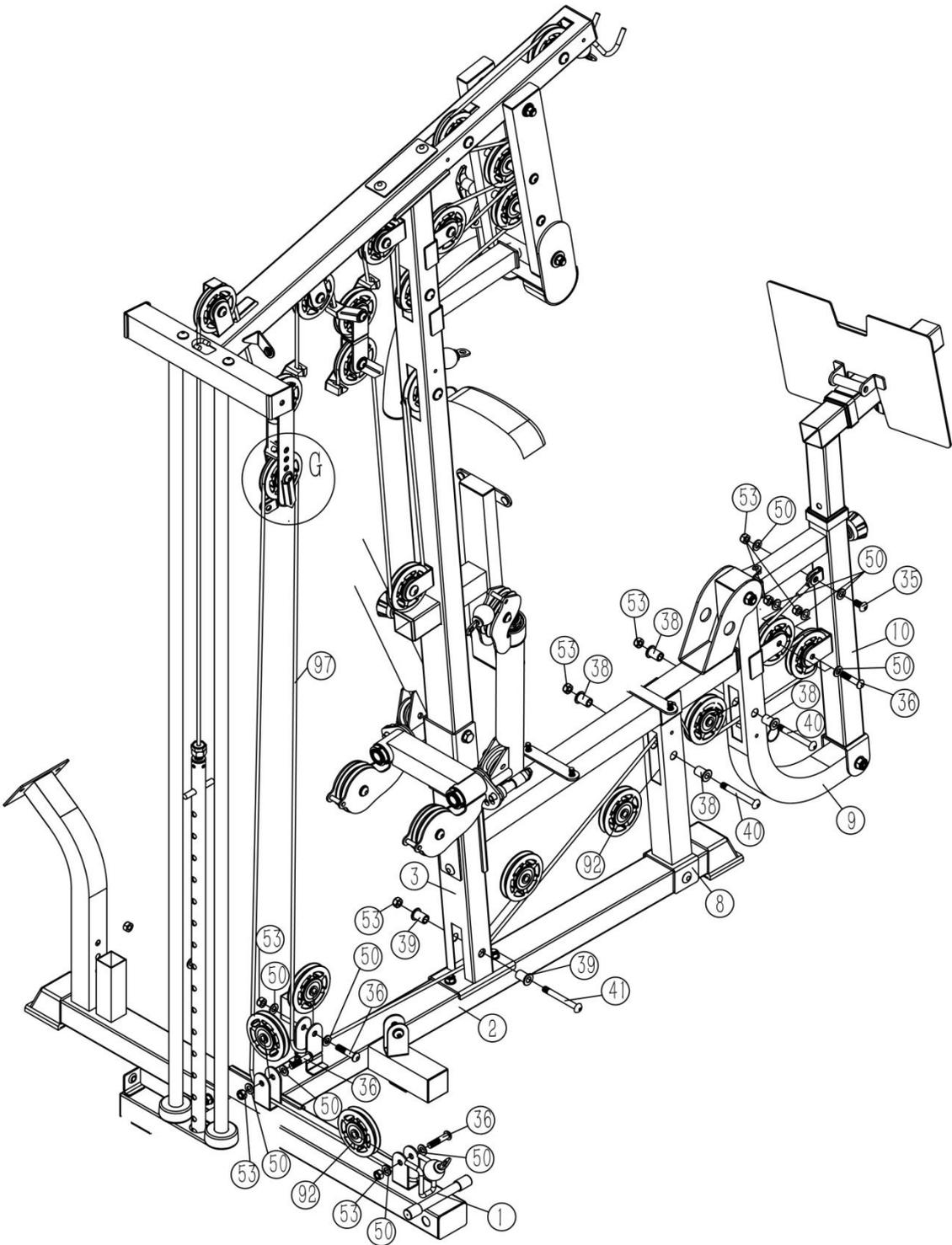
Montageanleitung

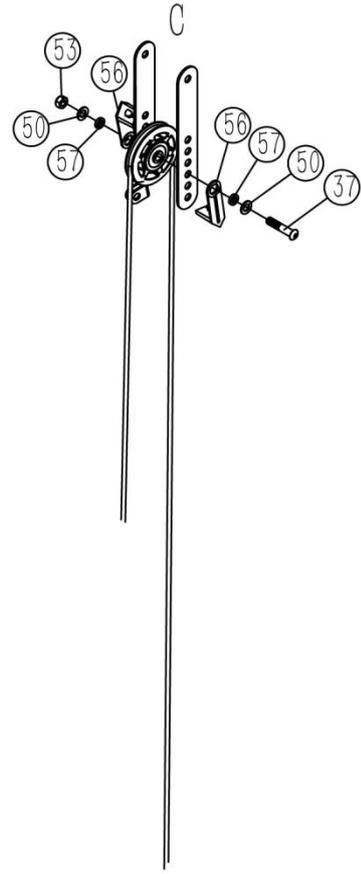
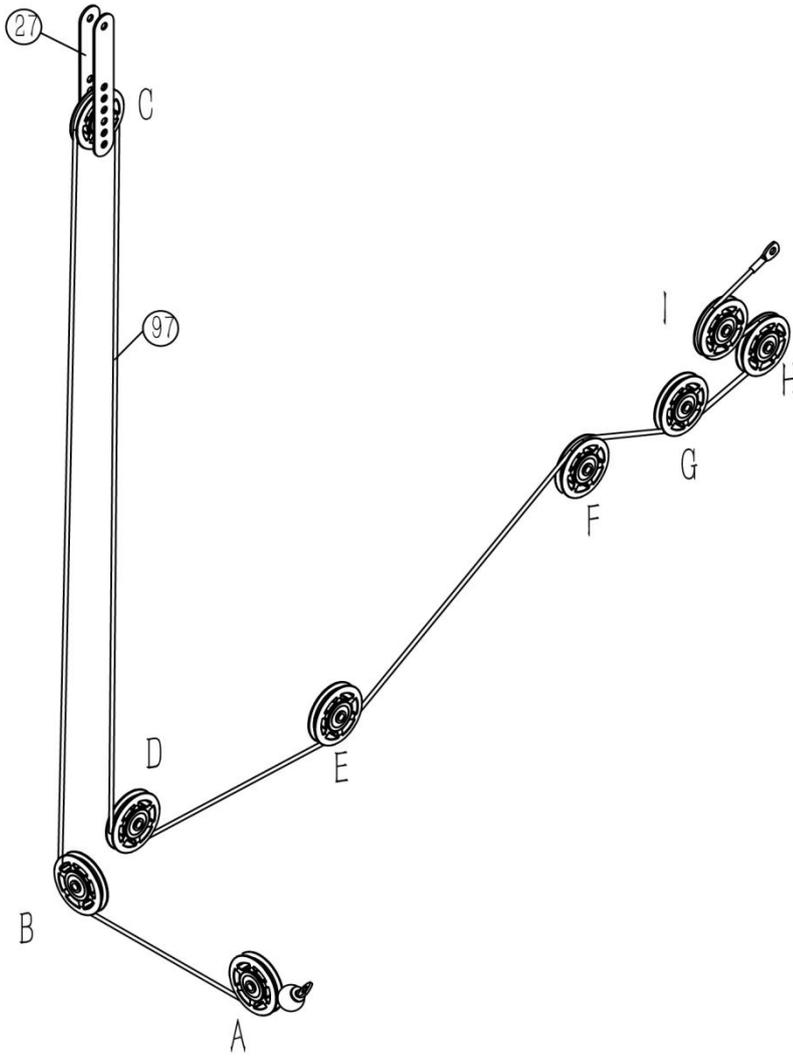


Schritt 11

- 1 A. Das Seil für das Brustmuskeltraining (99#) durch die Öffnung ziehen und die 1. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle mit Inbusschraube M10*50 (37#), 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.
- 1 B. Das Seil für das Brustmuskeltraining durch das Rohr ziehen und die 2. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10*45 (36#), 2 Unterlegscheiben Ø 10 (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.
- 1 C. Das Seil für das Brustmuskeltraining durch die Öffnung ziehen und die 3. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10*50 (37#), Unterlegscheibe Ø 10 (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.
- 1 D. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach unten ziehen. Die 4. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren und mit 1 Inbusschraube M10*45 (36#), Unterlegscheibe Ø 10 (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.
- 1 E. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach oben ziehen. Die 5. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren. Mit dem Umlenkrollenbügel (18#), 2 Hülsen (57#), 2 Umlenkrollen-Abdeckungen (56#), 2 Unterlegscheiben Ø10 (50#), 1 Inbusschraube M10*50 (37#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.
- 1 F. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach unten ziehen. E, D, C, B und A wiederholen. Das Ende des Seilzugs für das Brustmuskeltraining mit der Anschlagkugel, 1 Schnalle, 1 Inbusschraube M10*30 (35#) und selbstsichernder Mutter M10 (53#) befestigen.

Montageanleitung





Schritt 13

A. Das untere Seil (97#) durch den Bügel ziehen und die 1. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10*45 (36#), 2 Unterlegscheiben Ø10 (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.

B. Das Seil nach hinten ziehen und die 2. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren. Wie in A beschrieben befestigen.

C. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach oben ziehen. Die 3. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren. Mit dem Doppelbügel für lose Rollen, 2 Umlenkrollen-Abdeckungen (56#), 2 Hülsen (57#), 2 Unterlegscheiben Ø10 (50#), 1 Inbusschraube M10*50 (37#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.

D. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach unten ziehen, die 4. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren und wie in A beschrieben befestigen.

E. Das Seil nach hinten ziehen und die 5. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10*85 (41#), 2 Hülsen (39#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.

F. Das Seil nach hinten ziehen und die 6. Umlenkrolle unter dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle mit 1 Inbusschraube M10x65 (40#), 2 Hülsen (38#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) befestigen.

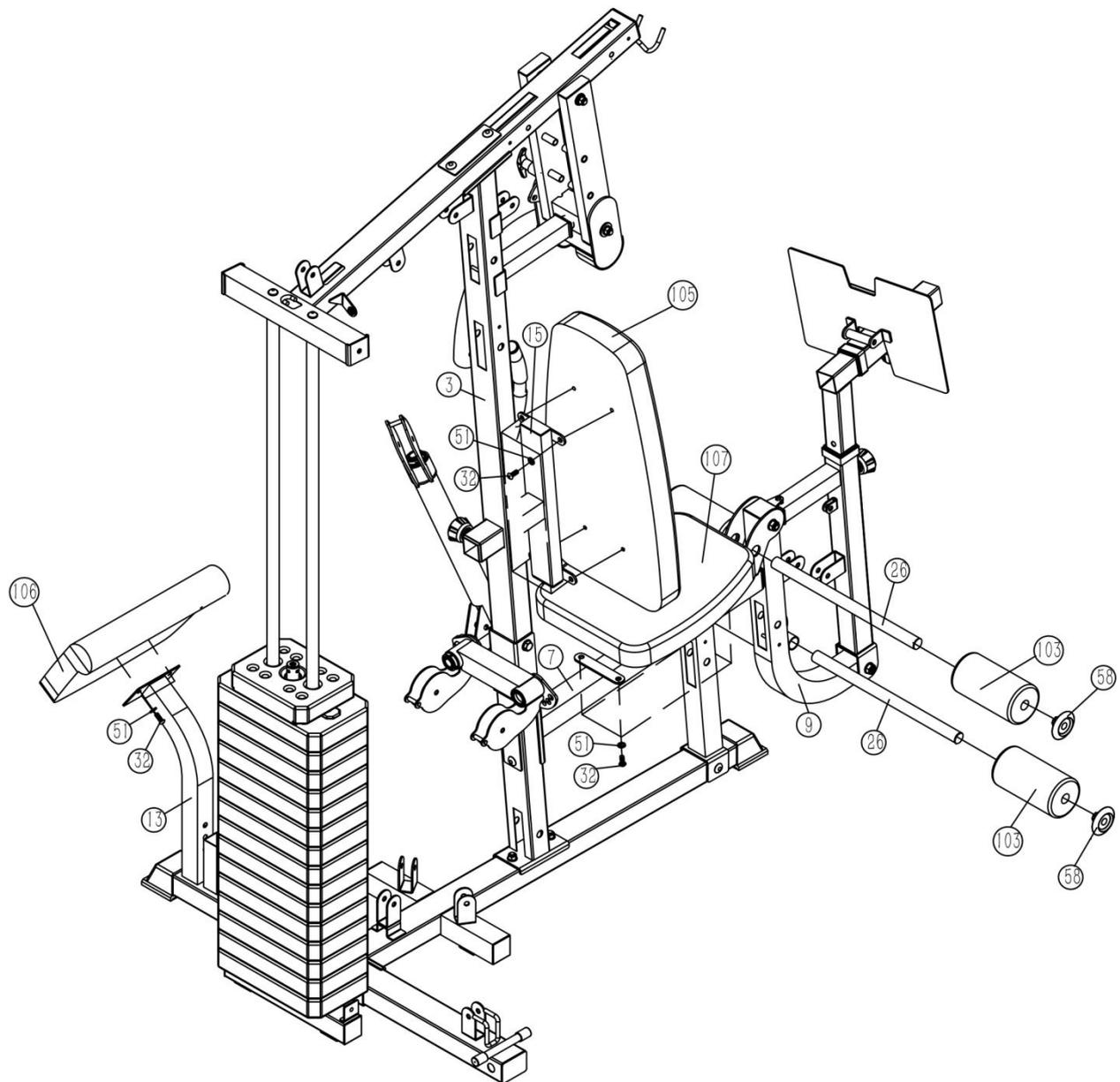
G. Das Seil nach hinten ziehen und die 7. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle wie unter F beschrieben befestigen.

H. Das Seil nach hinten ziehen und die 8. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren. Die Umlenkrolle wie unter A beschrieben befestigen.

I. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach vorn ziehen, die 9. Umlenkrolle auf dem Seil platzieren und wie in A beschrieben befestigen.

J. Das Seil um die Umlenkrolle herum und nach hinten ziehen. Das Ende des unteren Seilzugs mit 1 Inbusschraube M10*30 (35#), 2 Unterlegscheiben Ø10 (50#) und 1 selbstsichernden Mutter M10 (53#) am Bügel befestigen, wie in der Zeichnung gezeigt ist.

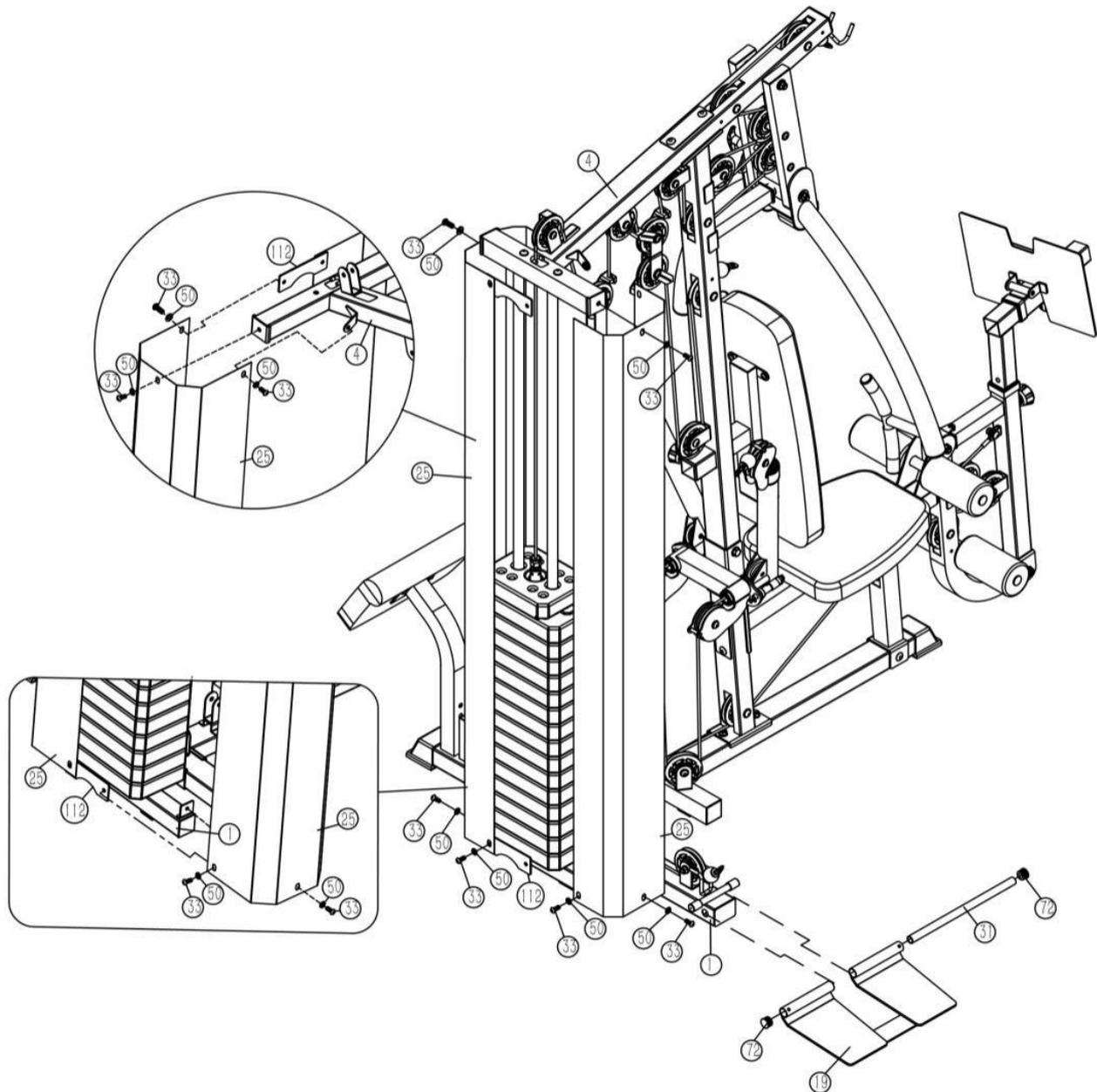
Montageanleitung



Schritt 14

- Das Armcurl-Polster (#106) an seiner Halterung (#13) befestigen und mit 2 Inbusschrauben $M8 \times 18\text{mm}$ (32#) und 2 Unterlegscheiben $\text{Ø}8$ (#51) sichern.
- Das Rückenpolster (#105) an seiner Halterung (#15) befestigen und mit 4 Inbusschrauben $M8 \times 18\text{mm}$ (32#) und 4 Unterlegscheiben $\text{Ø}8$ (#51) sichern.
- Das Sitzpolster (#107) an seiner Halterung (#7) befestigen und mit 2 Inbusschrauben $M8 \times 18\text{mm}$ (32#) und 2 Unterlegscheiben $\text{Ø}8$ (#51) sichern.
- 2 Schaumstoffrollen-Rohre (#26) in die Halterung der Bein-Trainingseinheit (#9) einsetzen, 4 Schaumstoffrollen (#103) an den beiden Enden befestigen und 4 Endkappen (#58) an den beiden Seiten befestigen.

Montageanleitung



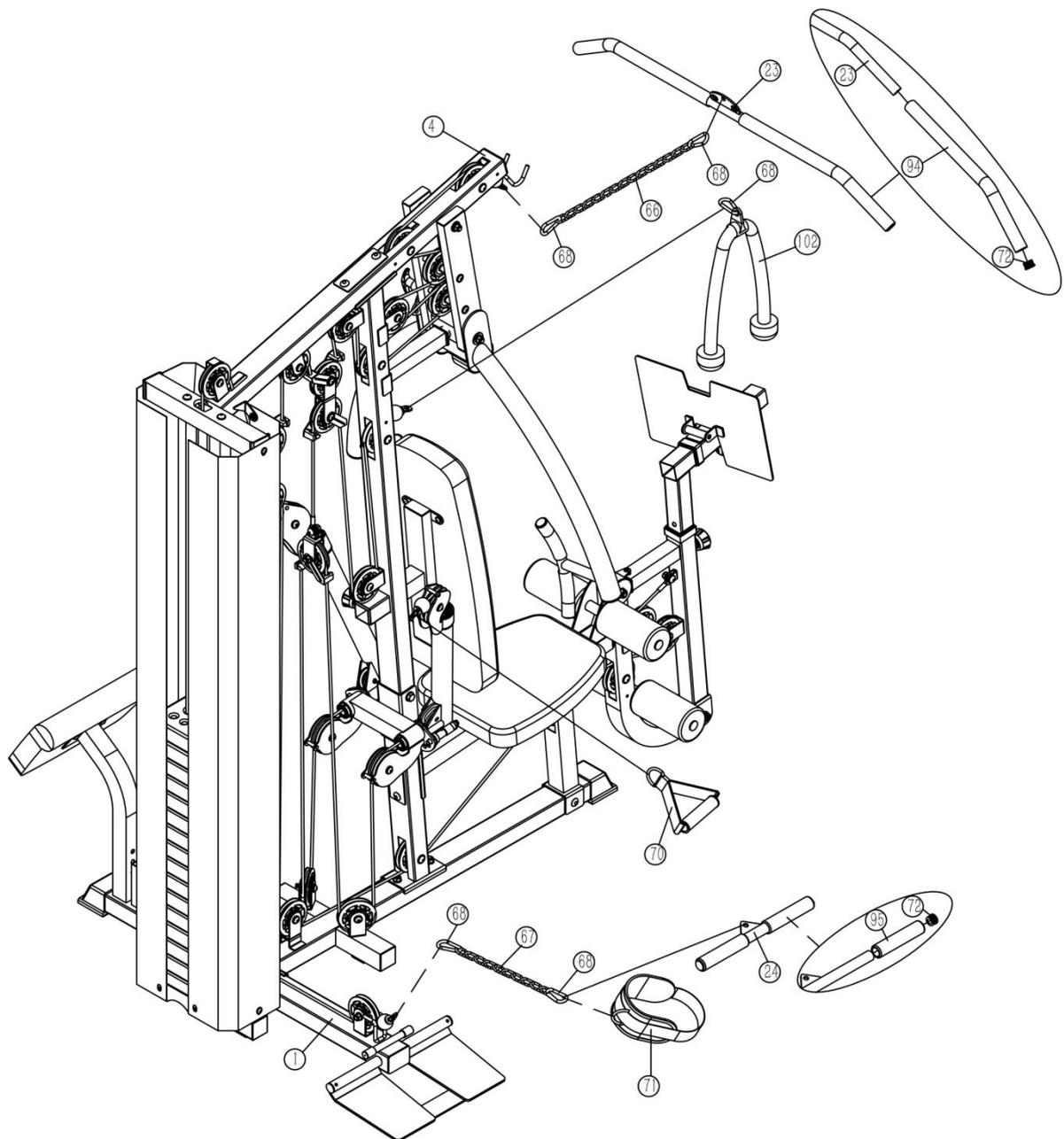
Schritt 15

2 Gewichtestapel-Abdeckungen (25#) am hinteren Standfuß befestigen und mit 4 Inbusschrauben M10*16 (33#) und 4 Unterlegscheiben Ø10 (50#) sichern. (Für diesen Montageschritt werden mindestens zwei Personen benötigt).

2 Bügel (112#) verwenden, um die beiden Gewichtestapel-Abdeckungen mit 4 Inbusschrauben M10*16 (33#) und 4 Unterlegscheiben Ø10 (50#) zu befestigen.

Das Fußplattenrohrprofil (31#) in das Loch einführen, um die Fußplatte am hinteren Standfuß zu sichern. Danach 2 Endkappen (#72) einsetzen.

Montageanleitung



Schritt 16

Wichtige Hinweise: Die Zeichnung aufmerksam studieren und befolgen.

A Die Zugstange (24#) mit 1 Kette mit 10 Gliedern (67#) und 2 Karabinerhaken (68#) am Seilzug (97#) befestigen.

B. Die Latissimus-Stange (23#) mit 1 Kette mit 15 Gliedern (66#) und 2 Karabinerhaken (#68) am oberen Seilzug (96#) befestigen.

C. Das Seil für Bauchmuskeltraining (102#) am Seilzug (#) befestigen.

Hinweis:

1) #24 und #23 wurden bereits im Werk vormontiert.

Teileliste

Part #	Description	QTY	Part #	Description	QTY
1	Rear stabilizer	1	46	φ16*198*M10 Axle	1
2	Main base frame	1	47	M10*90 Carriage bolt	3
3	Front vertical frame	1	48	M10*70 Carriage bolt	7
4	Upper frame	1	49	φ25*10.5*1.5 washer	8
5	front press base frame	1	50	φ10 washer	80
6	Butterfly frame	1	51	φ8 washer	10
7	Seat pad support frame	1	52	φ12 washer	4
8	Front support	1	53	M10 Flat washer	54
9	Leg developer holder	1	54	M12 aircraft nut	2
10	leg press support	1	55	φ50*2.0 end cap	2
11	foot plate support	1	56	Pulley coverf	6
12	bracket	1	57	bushing	6
13	arm curl pad support	1	58	φ25*1.2 foam roller cap	4
14	Guide rod	2	59	Rubber bumper	2
15	backrest support frame	1	60	φ58 Pulley	2
16	Cross double floating pulley bracket	1	61	M18 lock knob	2
17	Select rod	1	62	Quick release lock pin	1
18	Pulley bracket	1	63	L-shape pin	1
19	Foot plate	1	64	T-shape pin	2
20	Left frame	1	65	Weight plate select pin	1
21	Right frame	1	66	15-joint Chain	1
22	Swivel bracket	2	67	10-joint Chain	1
23	Lat bar	1	68	Gourd hook	7
24	Pull bar	1	69	M24*1.5 aircraft circle bolt	4
25	Weight stack cover	2	70	Single strap	2
26	Foam roller tube	2	71	Ankle strape	1

27	Double floating pulley bracket	2	72	φ25*1.5 end cap	10
28	bracket	2	73	φ25*2.0 end cap	1
29	Long bracket	3	74	φ50*1.5 end cap	2
30	L -shape cable retainer	1	75	φ45*2.0 end cap	2
31	Foot plate tube	1	76	□ 50×1.5 End cap	6
32	M8*18 Allen bolt	10	77	□ 38×1.5 End cap	2
33	M10*16 Allen bolt	10	78	□ 45×1.5 End cap	2
34	M10*20 Allen bolt	4	79	50*70*1.5 End cap	2
35	M10*30 Allen bolt	3	80	25*70*1.5 End cap	4
36	M10*45 Allen bolt	15	81	30*60*1.5 End cap	2
37	M10*50 Allen bolt	8	82	sleeve	2
38	Pulley bushing L=15	4	83	□ 50×□ 45 sleeve	3
39	Pulley bushing L=25.5	10	84	M6*16 philips screw	2
40	M10*65 Allen bolt	2	85	Rubber bumper	2
41	M10*85 Allen bolt	5	86	Rubber bumper	1
42	M10*160 Allen bolt	2	87	50*70 foot	2
43	φ16*64*M10*2 axle	2	88	Bearing	4
44	M12*95 hex bolt	2	89	bushing	4
45	φ16*172*M10 Axle	1	90	Bushing	12

Part #	Description	QTY	Part #	Description	QTY
91	φ31*25.7*8 bushing	2			
92	φ97 Pulley	26			
93	φ90*10*26 Pulley	4			
94	φ24.5*31*500 handle grip	2			
95	φ24*31*120 handle grip	6			
96	Upper cable 3960mm	1			
97	Lower cable 5200mm	1			
98	Shoulder pull cable1880mm	1			
99	Pectoral cable 4830mm	1			
100	weight plate/15lbs	14			
101	10lbs weight stem	1			

102	Abdominal strap	1
103	Foam roller group	4
104	φ8*70 handle grip	2
105	Backrest pad	1
106	Arm curl pad	1
107	Seat pad	1
108	M10*90 Allen bolt	1
109	Leg press adjustment frame	1
110	Pedal plate	1
111	20*40*1.5 End cap	4
112	Weight stack cover bracket	2
113	□ 50*2.0 end cap	2



GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it