

TCORX
FITNESS IN MOTION

BEDIENUNGSANLEITUNG



MSX70



Rev : 00

Ed : 02/17

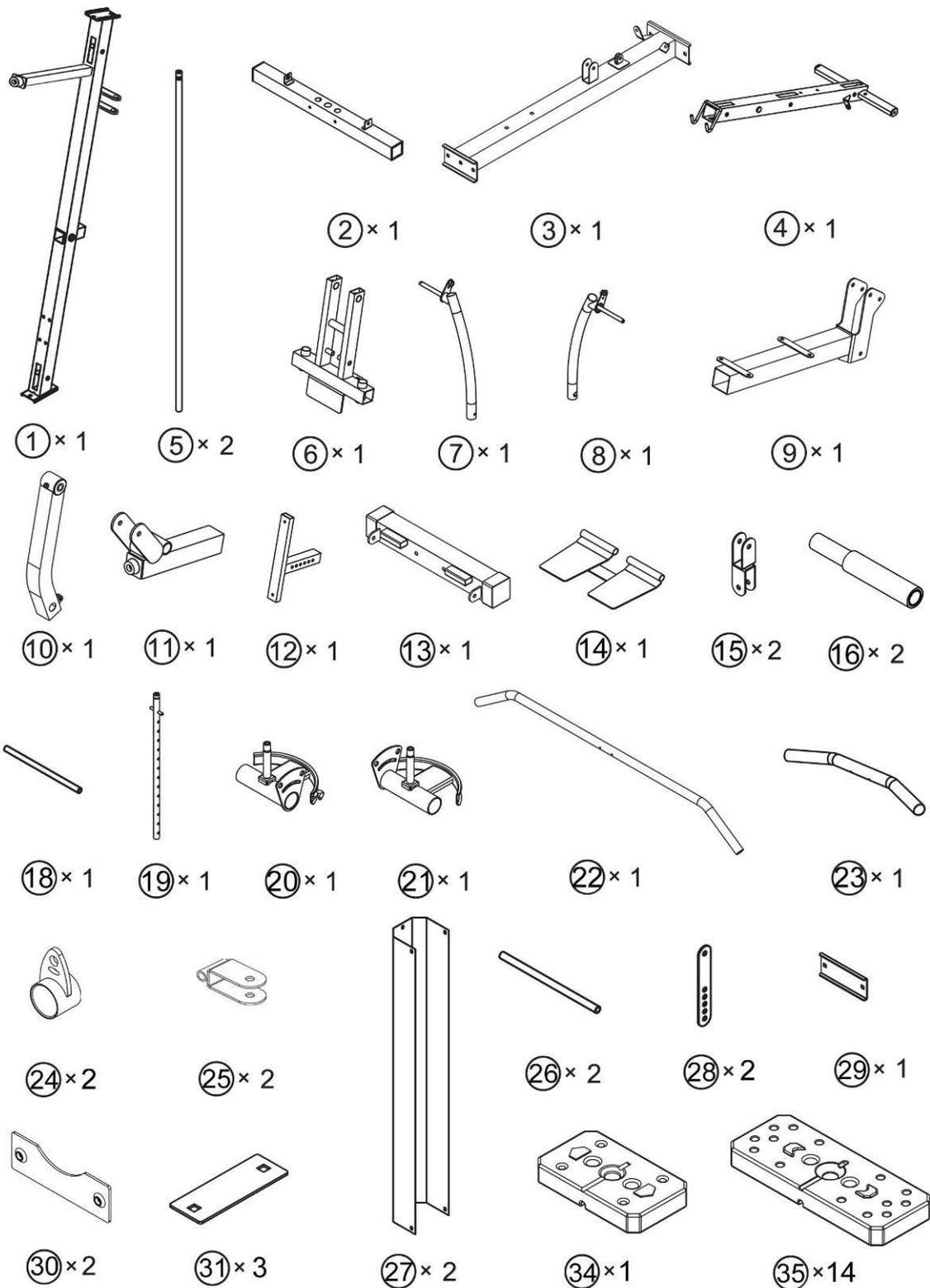


Bauteile - Teile

Sollten Bauteile beschädigt sein oder fehlen, bitte die **Kundenberatung** anrufen:

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 Argos wegen fehlender Bauteile kontaktieren.



Bauteile - Teile

Sollten Bauteile beschädigt sein oder fehlen, bitte die **Kundenberatung** anrufen: **Bitte fügen Sie Ihre Telefonnummer ein.**

Bitte alle auf der nachstehenden Liste aufgeführten Teile

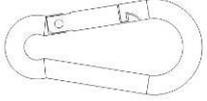
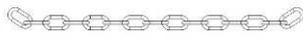
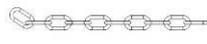
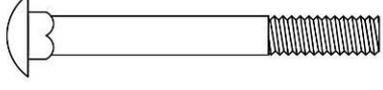
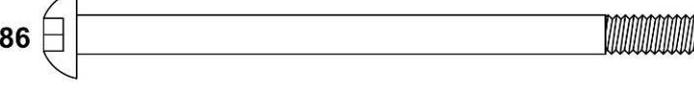
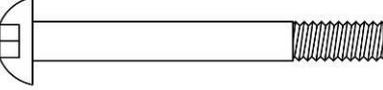
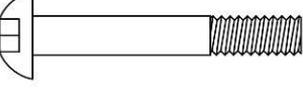
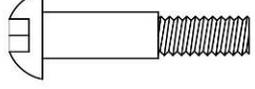
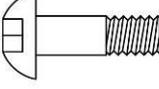
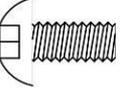
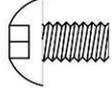
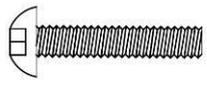
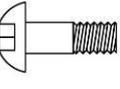
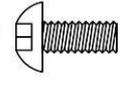
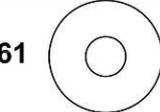
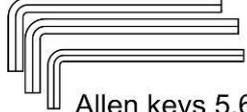
Hinweis: Einige der kleinen Bauteile können bereits an größeren vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie Argos wegen fehlender Bauteile kontaktieren.



Bauteile -

Bitte überprüfen, ob das nachstehend aufgelistete Montagezubehör vorhanden ist

Hinweis: Einige der kleinen Bauteile können bereits an größeren vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie Argos wegen fehlender Bauteile kontaktieren. Bitte legen Sie einen verstellbaren Maulschlüssel bereit, wenn die dieses Gerät selbst zusammenbauen.

<p>79 </p> <p>Ø16×M10×169mm Axle ×1</p>	<p>80 </p> <p>Ø16×M10×57mm Axle ×1</p>	
<p>81 </p> <p>7# Clip Hook × 4</p>	<p>82 </p> <p>15 Joint Chain × 1</p>	<p>83 </p> <p>10 Joint Chain × 1</p>
<p>85 </p> <p>M10×85mm Carriage Bolt × 8</p>	<p>86 </p> <p>M10×150mm Allen Bolt × 1</p>	
<p>87 </p> <p>M10×85mm Allen Bolt × 5</p>	<p>88 </p> <p>Ø10×100×35 Select Pin × 1</p>	
<p>89 </p> <p>M10×65mm Allen Bolt × 2</p>	<p>90 </p> <p>M10×50mm Allen Bolt × 7</p>	<p>91 </p> <p>M10×30mm Allen Bolt × 1</p>
<p>92 </p> <p>M10×20mm Allen Bolt × 12</p>	<p>93 </p> <p>M10×16mm Allen Bolt × 14</p>	<p>95 </p> <p>M8×40mm Allen Bolt × 2</p>
<p>96 </p> <p>M8×22mm Allen Bolt × 2</p>	<p>97 </p> <p>M8×18mm Allen Bolt × 4</p>	<p>99 </p> <p>M6×16mm phillips screw × 2</p>
<p>100 </p> <p>Ø10mm Washer × 68</p>	<p>101 </p> <p>Ø8mm Washer × 10</p>	<p>102 </p> <p>M10 Aircraft Nut × 30</p>
<p>103 </p> <p>M8 Aircraft Nut × 2</p>	<p>61 </p> <p>Ø30×Ø10.5 Washer × 2</p>	<p></p> <p>Allen keys 5,6,mm</p>

Ruler - Use this ruler to help correctly identify the hardware



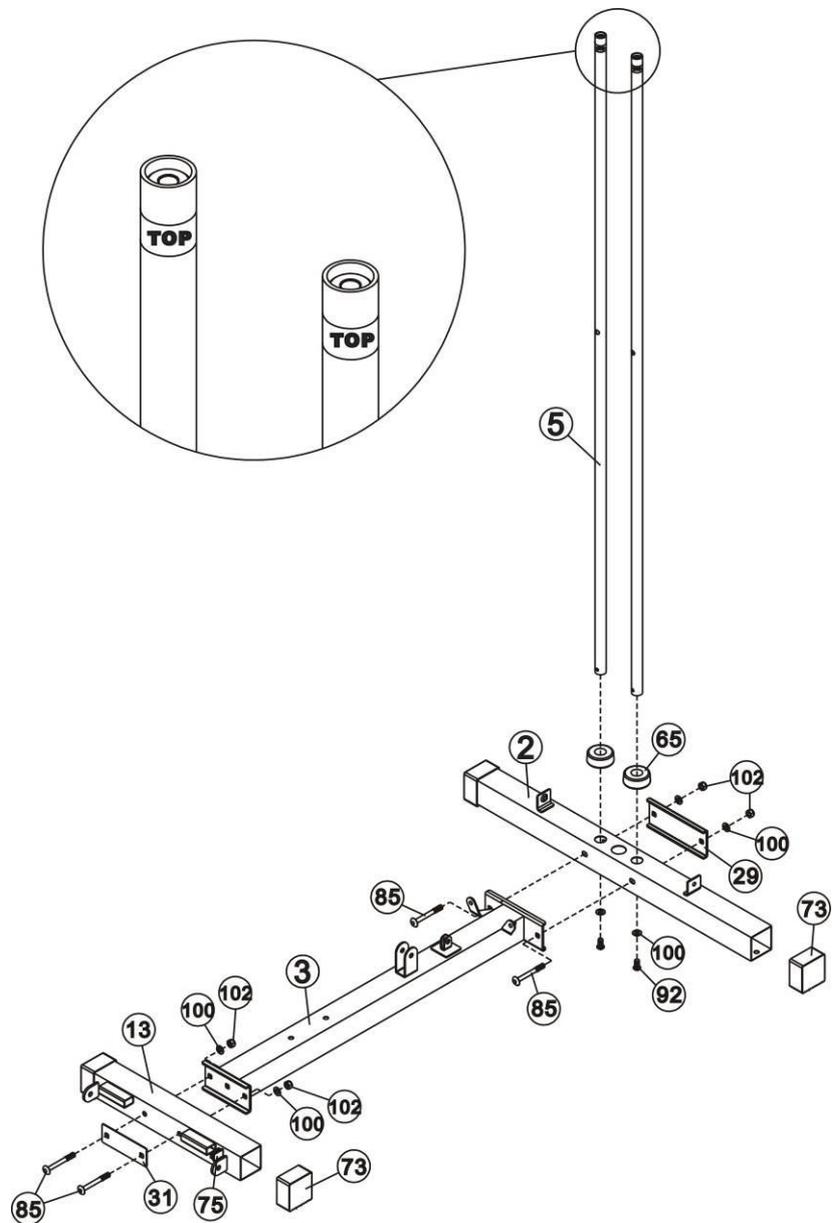
Montageanleitung

Schritt 1

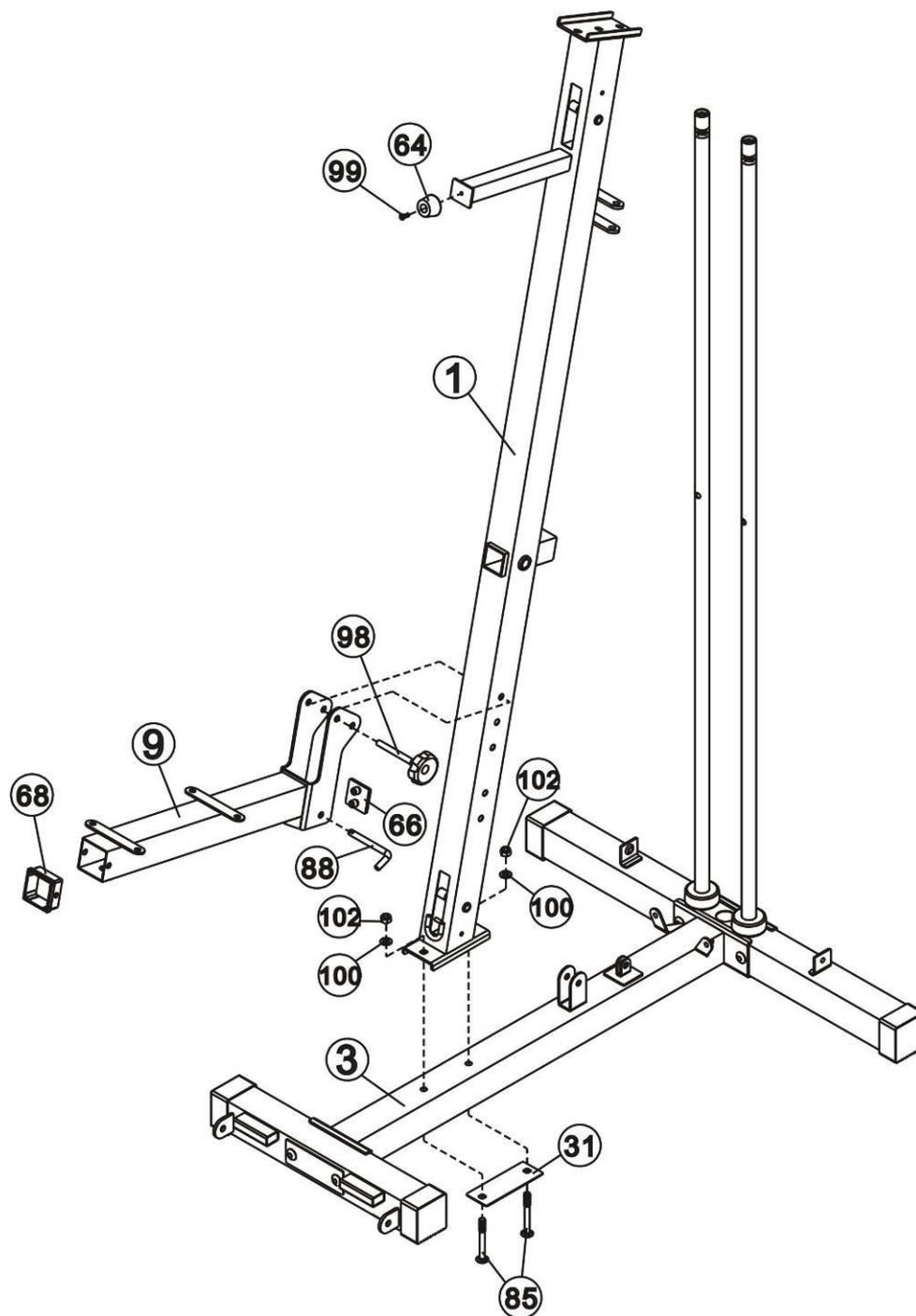
(A) Die 2 Führungsstangen (5) in die Öffnungen am hinteren Standfuß (2) getrennt einsetzen und mit 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10 mm) (100) und 2 M10 x 20 mm Inbusschrauben (92) festschrauben. Die 2 Gummianschläge (65) an den Führungsstangen von oben nach unten schieben.

(B) Den Grundrahmen (3) am hinteren Standfuß (2) mit 2 M10 \times 85 Schlossschrauben (85), einem Bügel (29), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (102) befestigen.

(C) Den vorderen Standfuß (13) am Grundrahmen (3) mit einem Bügel (31), 2 M10 \times 85 Schlossschrauben (85), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (102) befestigen.



Montageanleitung



Schritt 2

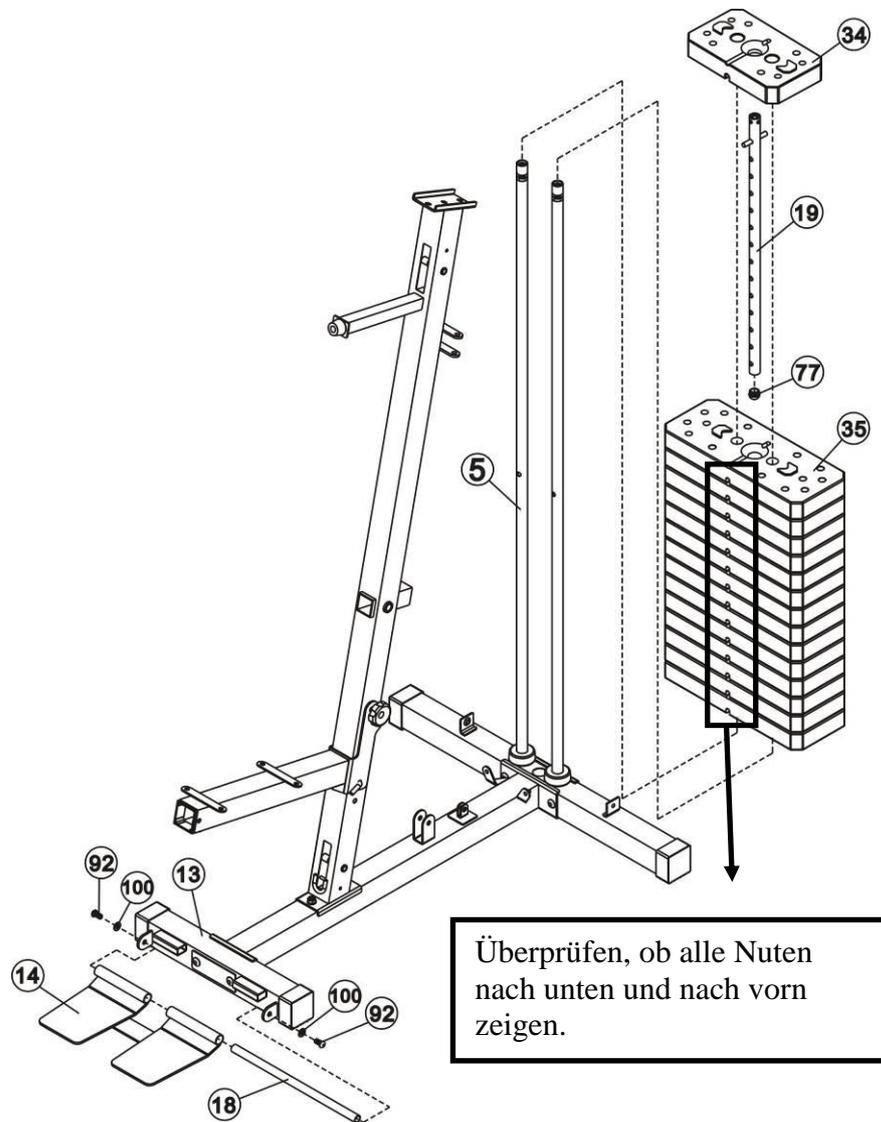
- (A) Das vordere Standrohr (1) am Grundrahmen (3) befestigen. Hierzu die Bohrungen sorgfältig aufeinander ausrichten und die beiden Teile mit 2 M10 x 85 Schlossschrauben (85), einem Bügel (31), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (102) verschrauben.
- (B) Die Sitzpolsterhalterung (9) an der Vorderseite des Standrohrs (1) mit einer M10 x 93 Feststell-Griffschraube (98) und einem Sperrriegel (88) befestigen.

Montageanleitung

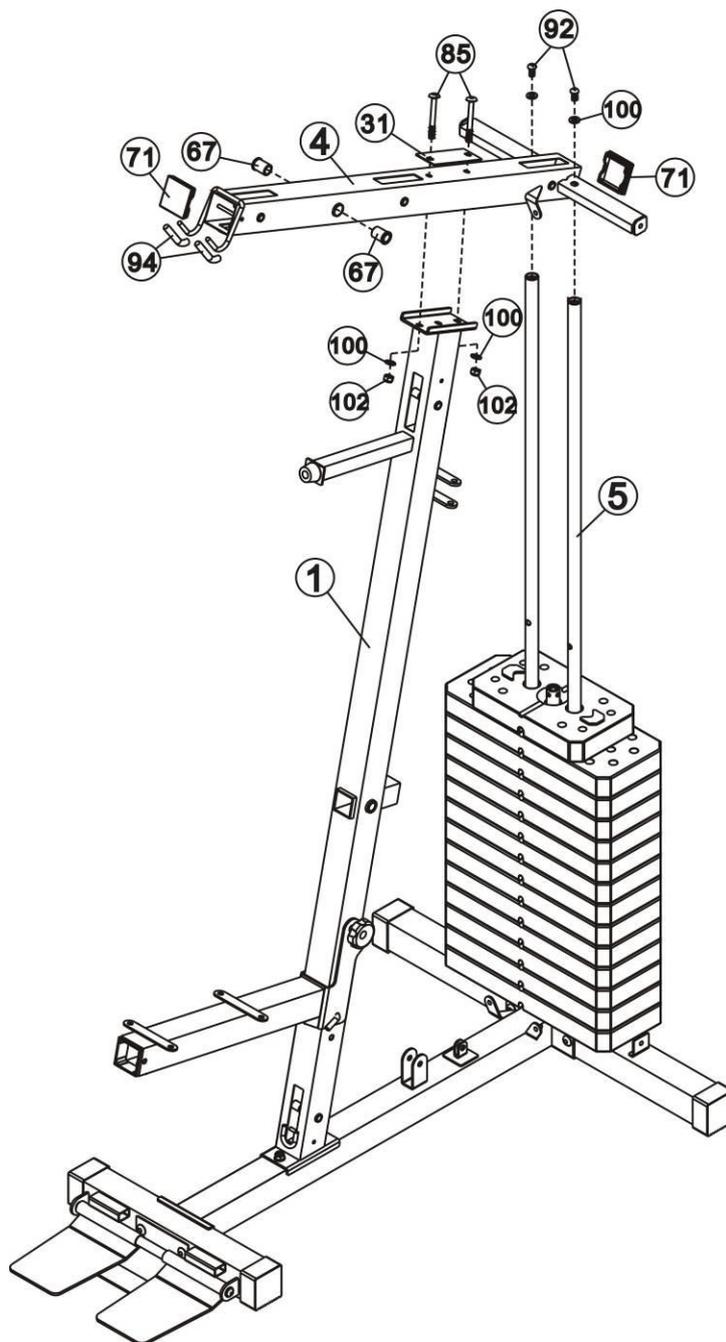
Schritt 3

(A) Die 14 Gewichte (35) von oben in die Führungsstangen (5) einsetzen. Die Gewichtsaufnahme (19) in die mittlere Öffnung der Gewichten schieben und dann den Gewichtestift (34) auf die Gewichtsaufnahme (19) setzen.

(B) Die Fußplatte (14) am vorderen Standfuß (13) mit 2 M10 x 20 Inbusschrauben (92), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (100) und einem Fußplattenrohr (18) befestigen.



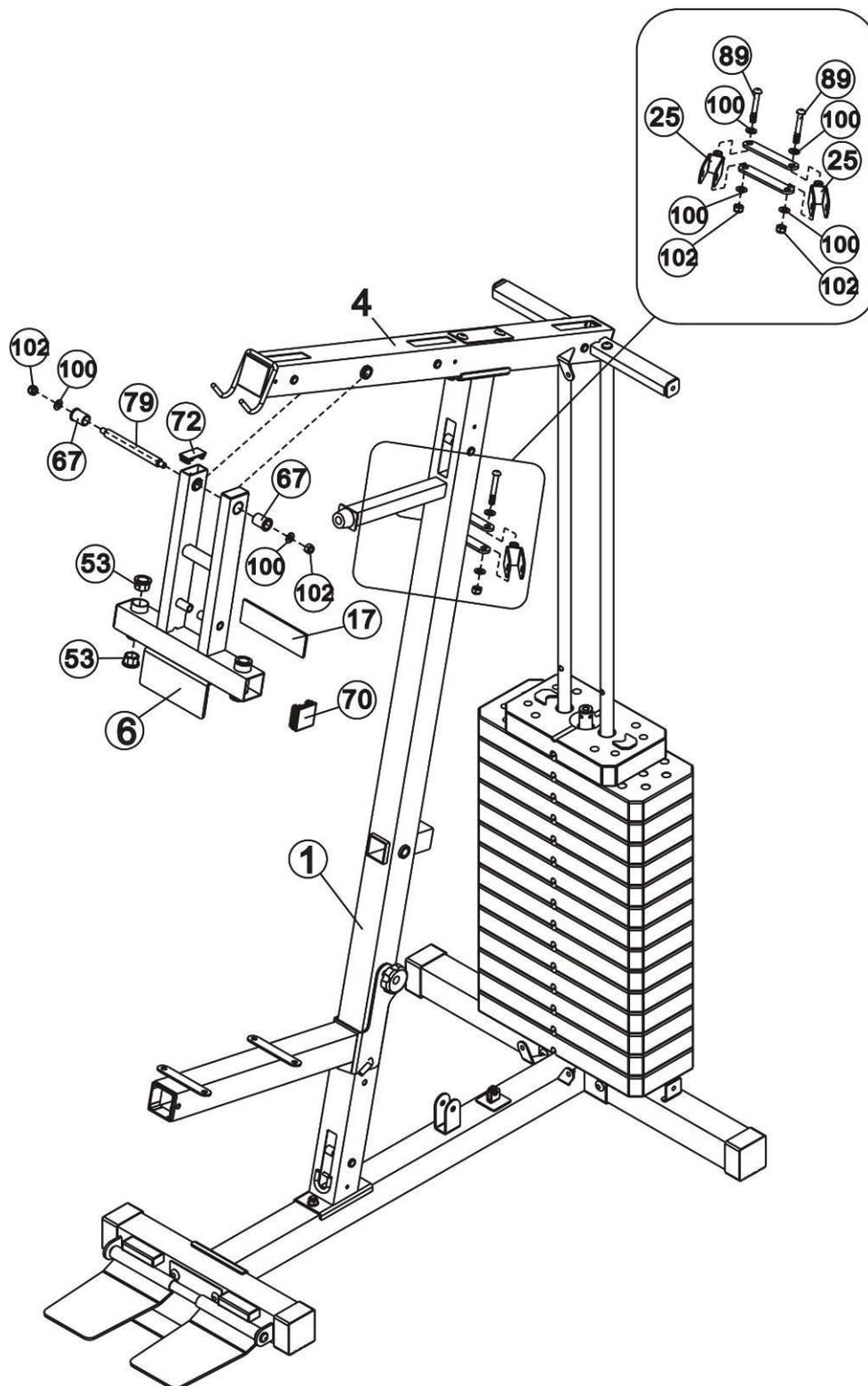
Montageanleitung



Schritt 4

Das Firstrohr (4) auf das vordere Standrohr (1) und die 2 Führungsstangen (5) setzen. Sorgfältig die Bohrungen aufeinander ausrichten und die beiden Teile mit 2 M 10 Ø 20 Inbusschrauben (92), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (100) verschrauben. 2 M10 x 85 Schlossschrauben (85), einen Bügel (31), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (100) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (102) verschrauben.

Montageanleitung

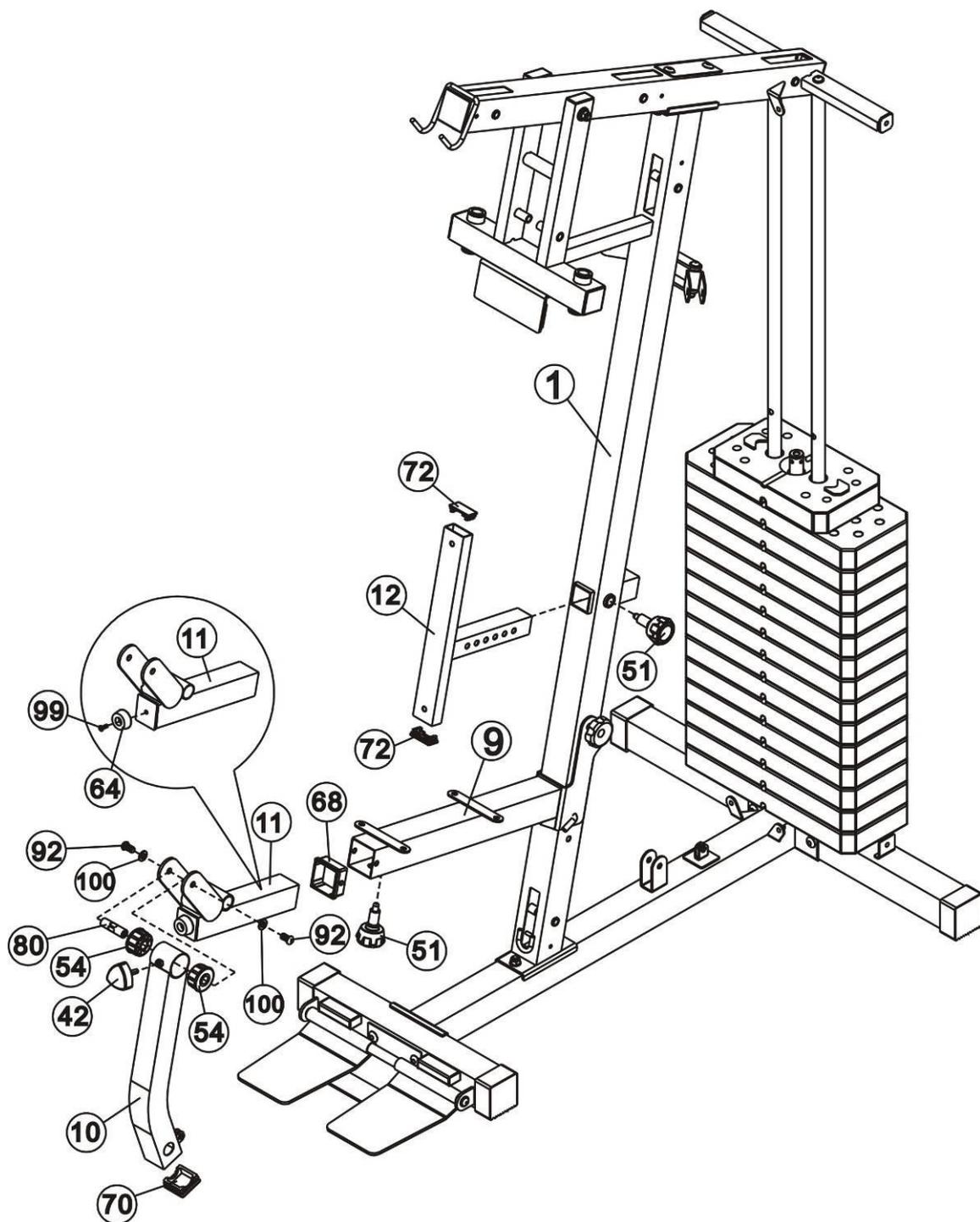


Schritt 5

(A). Die vordere Armbügel-Halterung (6) am Firstrohr (4) mit einer M10 x 169 Welle (\varnothing 16) (79), 2 \varnothing 25x28 Hülse (67), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (**100**) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (**102**) sichern.

(B) Die Umlenkrollen-Halterung (25) mit einer M10 x 65 Inbusschraube (89), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen. Die andere auf die gleiche Weise montieren.

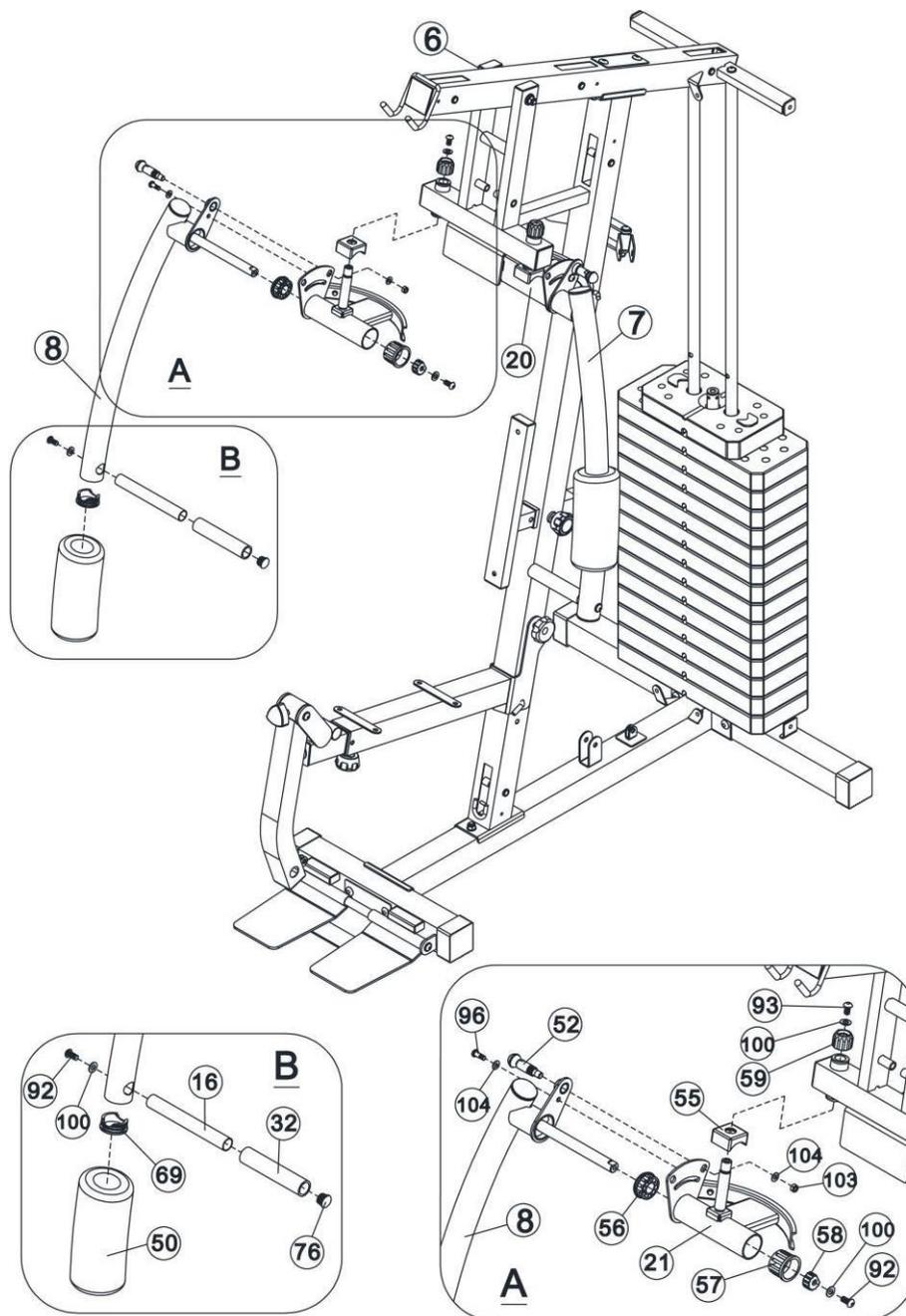
Montageanleitung



Schritt 6

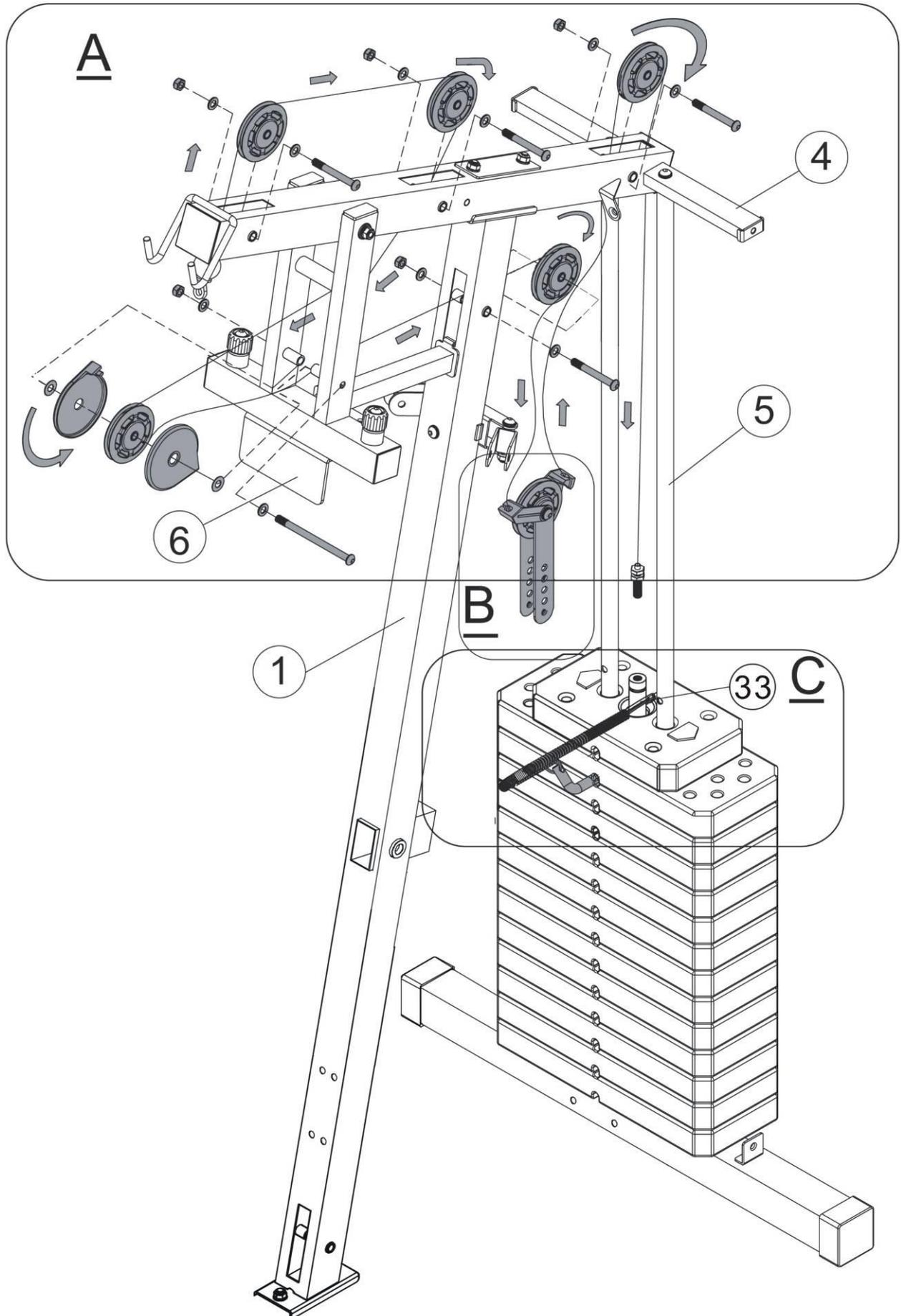
- (A) Die Rückenpolsterhalterung (12) in die Öffnung an der Vorderseite des Standrohres (1) stecken. Beim Trainieren können Sie die gewünschte Position mithilfe der Feststell-Griffschraube (51) einstellen.
- (B) Die Halterung für die Bein-Trainingseinheit (11) in die Öffnung an der Vorderseite der Sitzpolsterhalterung (9) schieben. Die gewünschte Position kann dann mithilfe der Feststell-Griffschraube (51) eingestellt werden.
- (C) Die Bein-Trainingseinheit (10) an dem Montagebügel mit einer M10 x 56-Welle (\varnothing 10) (80), 2 M10 x 20 Inbusschrauben (92) und 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) montieren.

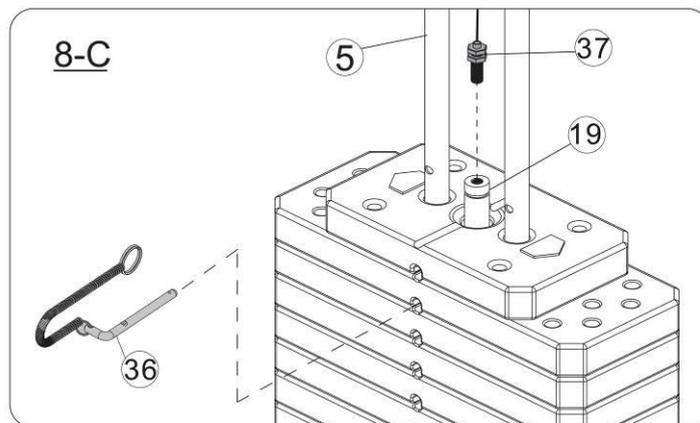
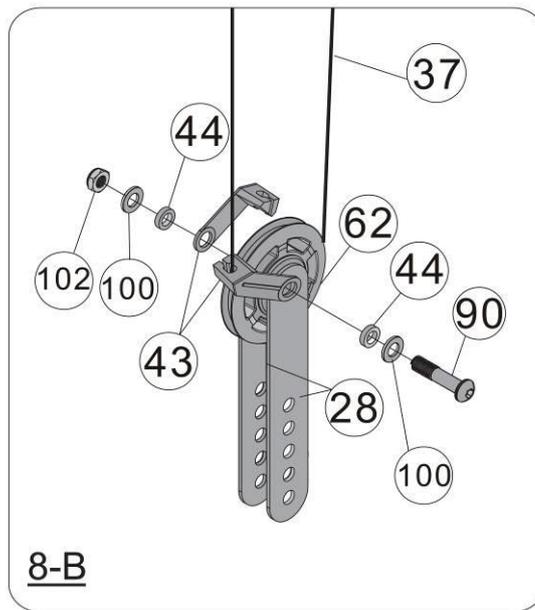
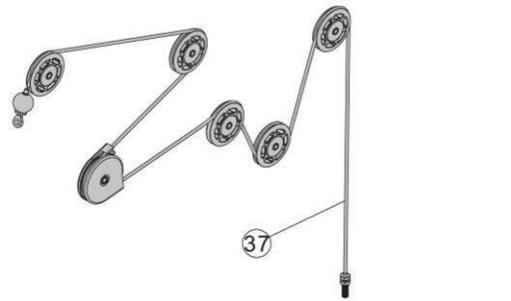
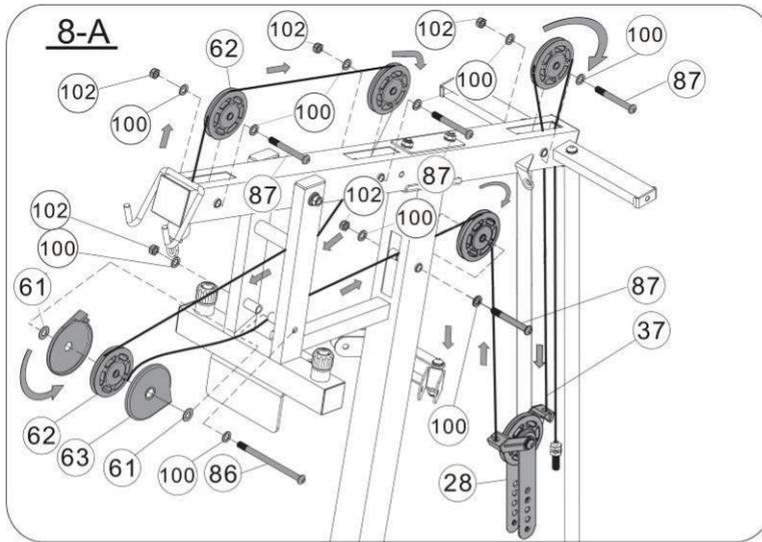
Montageanleitung



- (A) Eine Kunststoffabdeckung (55) auf die Halterung setzen (siehe Abbildung). Dann den rechten Butterfly-Einstellbügel (21) an der vorderen Armbügel-Halterung mit einer Sicherungsscheibe (59), einer Unterlegscheibe (\varnothing 10) (100) und einer M10 x 16 Inbusschraube (93) befestigen.
- (B) Den rechten Butterfly-Armbügel (8) in die Öffnung einsetzen (siehe Abbildung) und mit einer \varnothing 50 x 20 Hülse (56), einer \varnothing 50 x 35 Hülse (57), einem Abstandhalter (58), einer Unterlegscheibe (\varnothing 10) (100), einer M10 x 20 Inbusschraube (92), einem Schnellentriegelungsstift (52), einer Unterlegscheibe (\varnothing 8) (101) und einer M8 selbstsichernden Mutter (103) festschrauben. Für das Training kann der Butterfly-Armbügel mithilfe des Schnellentriegelungsstifts (52) in der gewünschten Position blockiert werden.
- (C) Die Butterfly-Schaumstoffrolle (50) am rechten Butterfly-Armbügel befestigen (siehe Abbildung).
- (D) Den Butterfly-Griff (16) am rechten Butterfly-Armbügel mit einer M10 x 20 Inbusschraube (92) und einer Unterlegscheibe (\varnothing 10) (100) befestigen.
- (E) Den linken Butterfly-Armbügel (7) auf die gleiche Weise montieren.

Montageanleitung

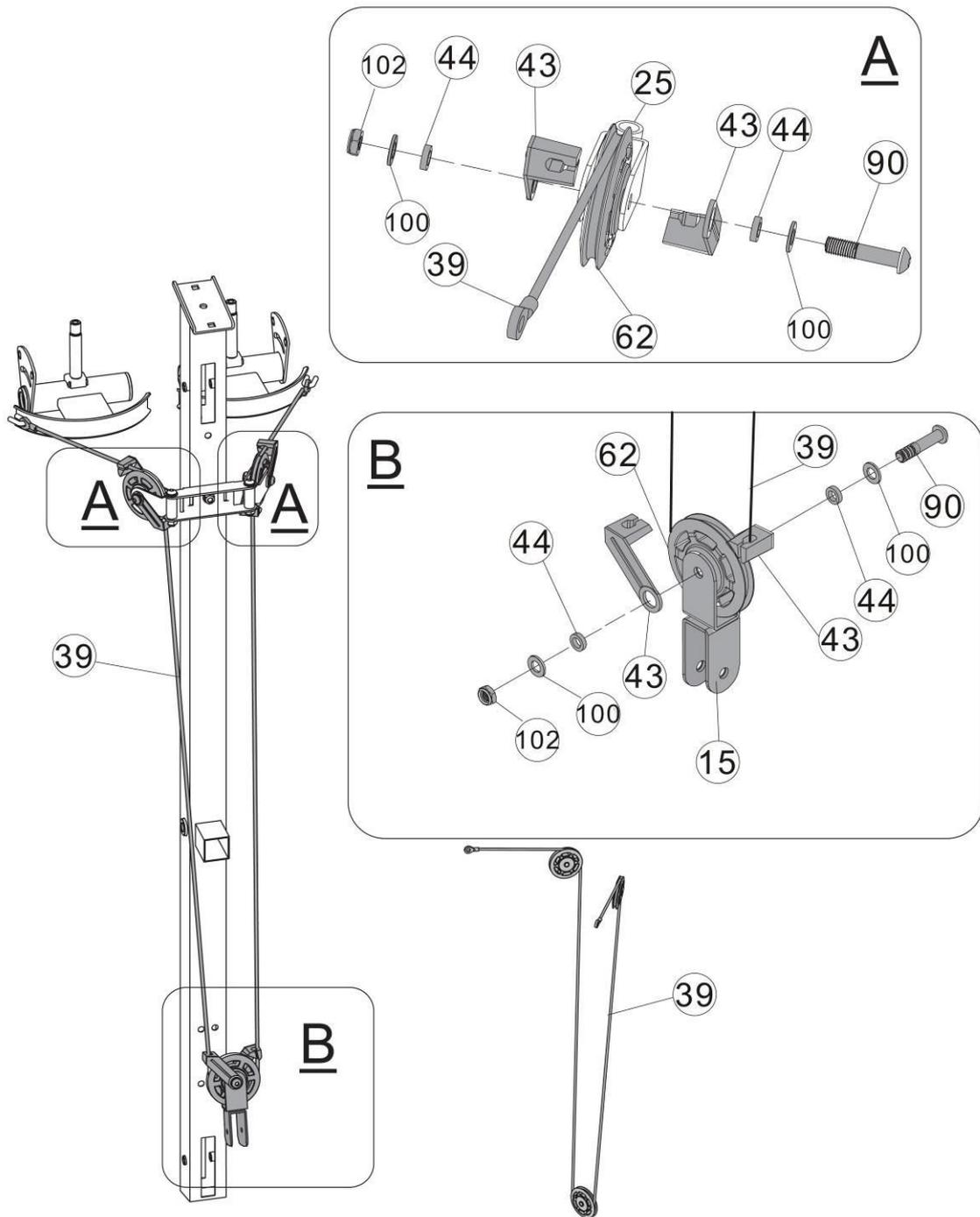




Schritt 8

- (A) Den oberen Seilzug durch die erste Öffnung befestigen und sicherstellen, dass sich die Anschlagkugel unter dem Firstrohr befindet. Eine Umlenkrolle (62) unter dem Seilzug mit einer M10 x 85 Inbusschraube (87), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen.
- (B) Den Seilzug nach hinten ziehen und eine Umlenkrolle unter ihn setzen. Die Umlenkrolle wie unter (A) beschrieben befestigen.
- (C) Den Seilzug ziehen und eine Umlenkrolle (62) und 2 Umlenkrollenabdeckungen (63) unter ihm platzieren (siehe Abbildung). Die Umlenkrolle mit einer M10 x 150 Inbusschraube (86), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 30 x \varnothing 10,5) (61) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) festschrauben.
- (D) Den Seilzug um die Umlenkrolle und nach hinten durch die Öffnung an der Vorderseite des Standrohrs ziehen. Die Umlenkrolle mit einer M10 x 85 Inbusschraube (87), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen.
- (E) Den Seilzug nach unten ziehen und eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen. Die Umlenkrolle mit 43 Doppelbügeln für lose Rollen (2), 2 Seilzug-Haltebügeln (2), 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (28) mit einer 2pcs x 50 Inbusschraube (90), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100), 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (44) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen.
- (F) Den Seilzug nach oben und durch die letzte Öffnung im Firstrohr ziehen. Eine Umlenkrolle unter den Seilzug setzen und auf die gleiche Weise wie unter (A) beschrieben befestigen.
- (G) Beim Training den Gewichtestift (36) in eine der Bohrungen schieben, um das gewünschte Gewicht auszuwählen. Den Ring des Gewichtestiftes oben an der Gewichtsaufnahme befestigen.
- (H) Den Seilzug um die Umlenkrolle und nach unten ziehen. Die Abschlusschraube am oberen Ende der Gewichtsaufnahme befestigen. Mindestens 5 Umdrehungen durchführen, um ihre Sicherheit zu gewährleisten.

Montageanleitung



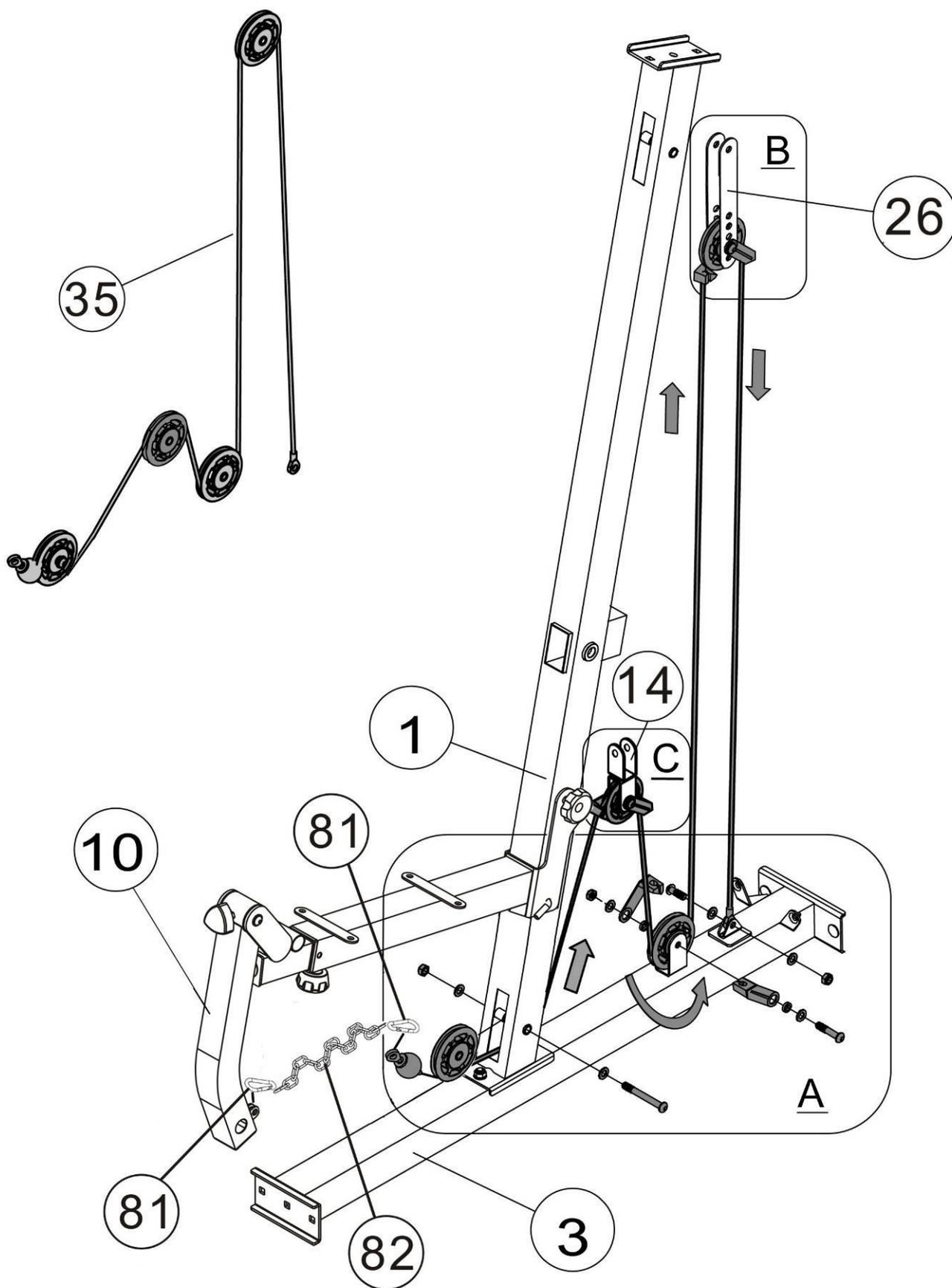
Schritt 9

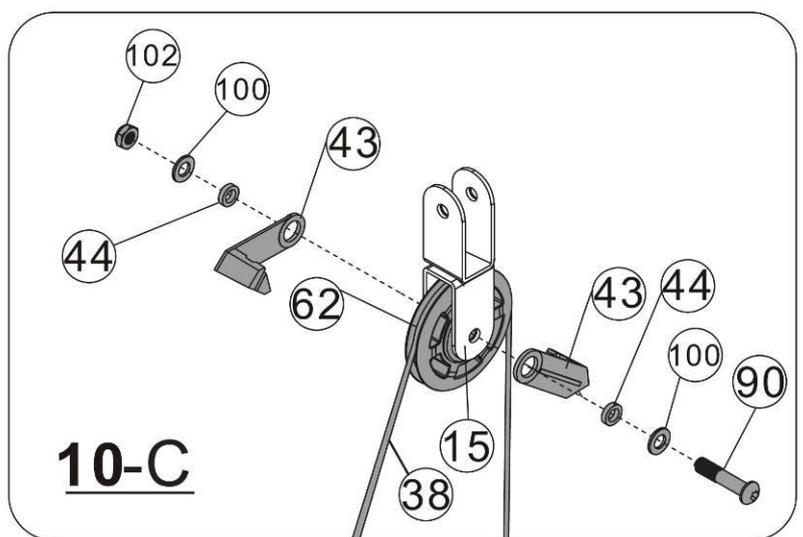
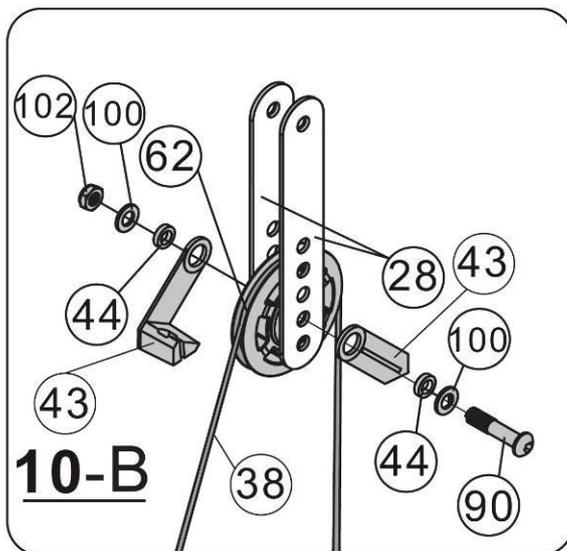
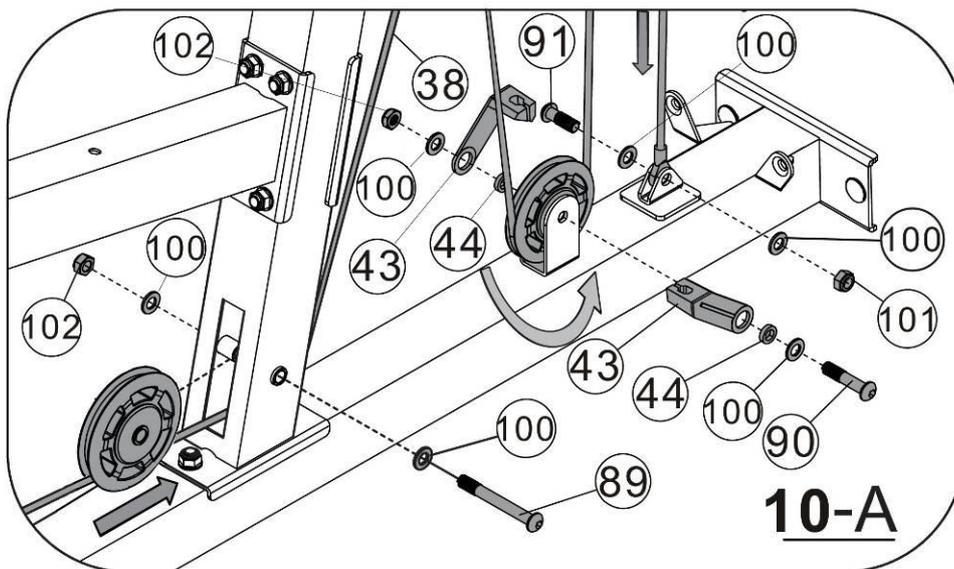
(A). Ein Ende des Butterfly-Seilzugs (39) am oberen rechten Butterfly-Einstellbügel (21) befestigen. Den Seilzug nach hinten ziehen und eine Umlenkrolle unter dem Seilzug mit 2 Seilzug-Haltebügeln (43) und mit der Umlenkrolle zusammen mit einer $\text{Ø}10 \times 50$ Inbusschraube (90), 2 Unterlegscheiben ($\text{Ø} 10$) (100), 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (44) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) montieren.

(B) Den Seilzug nach unten ziehen und eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen. Die Umlenkrolle mit 2 Seilzug-Haltebügeln (43) und einem Winkelbügel für lose Rollen (15) zusammen wie unter A beschrieben befestigen.

(C) Den Seilzug nach oben ziehen und den unter A beschriebenen Vorgang wiederholen, um das andere Seilzugende am linken Butterfly-Einstellbügel (20) zu befestigen.

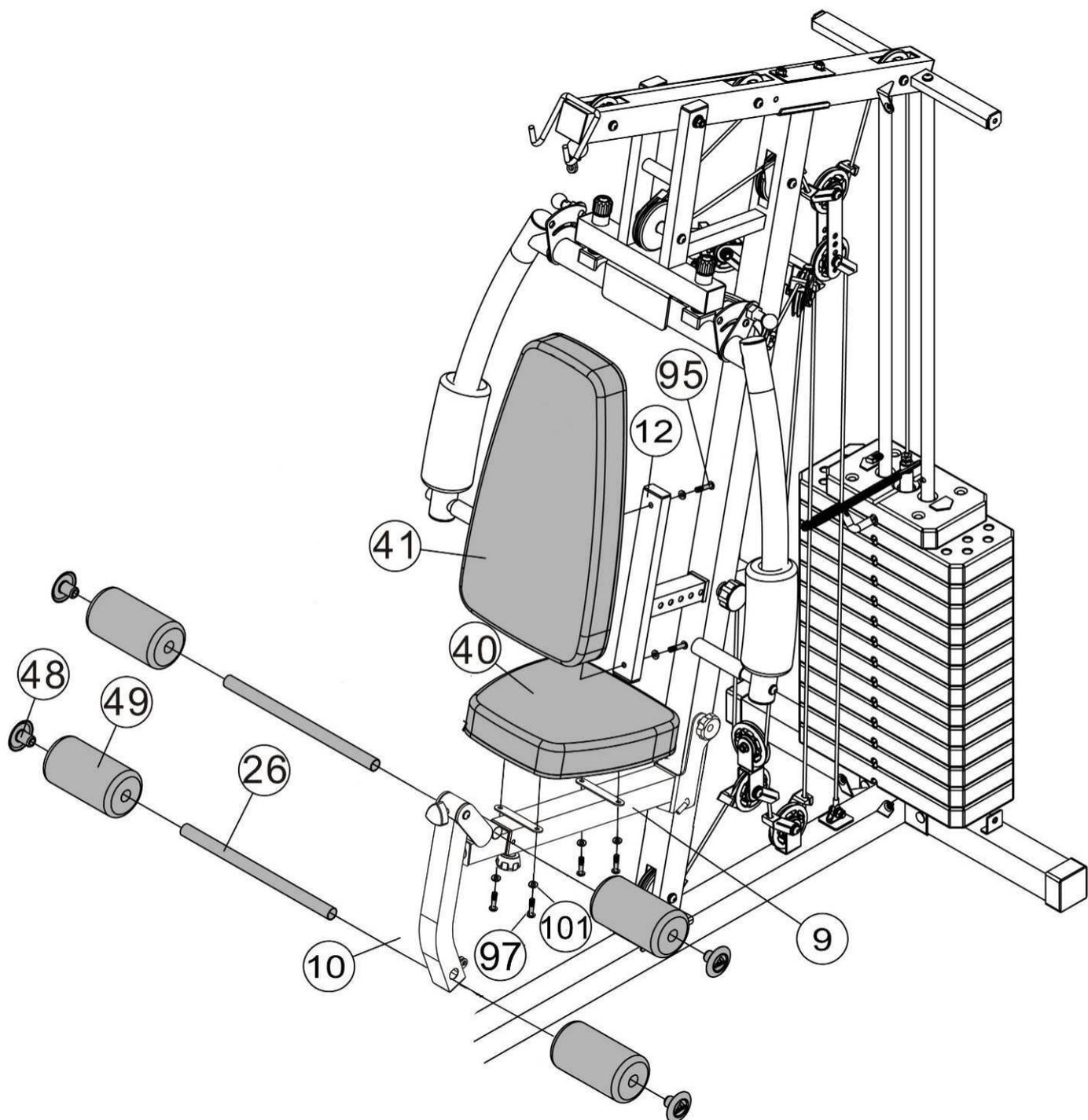
Montageanleitung





Schritt 10

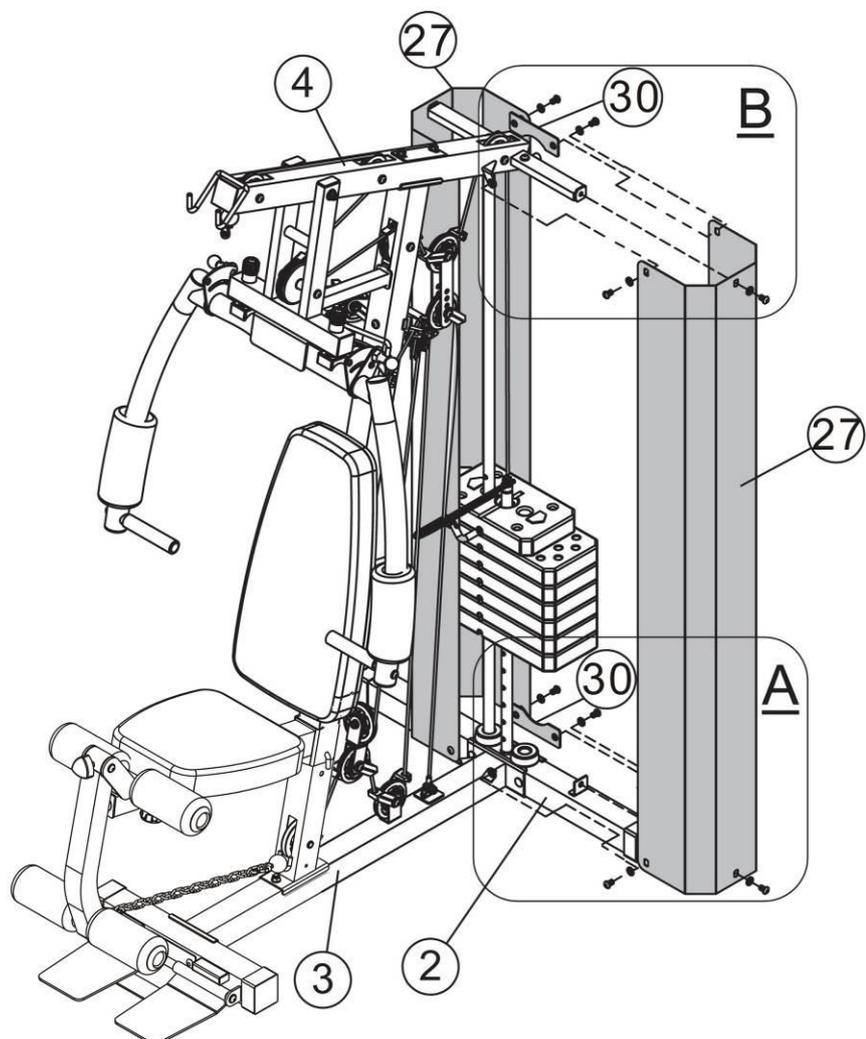
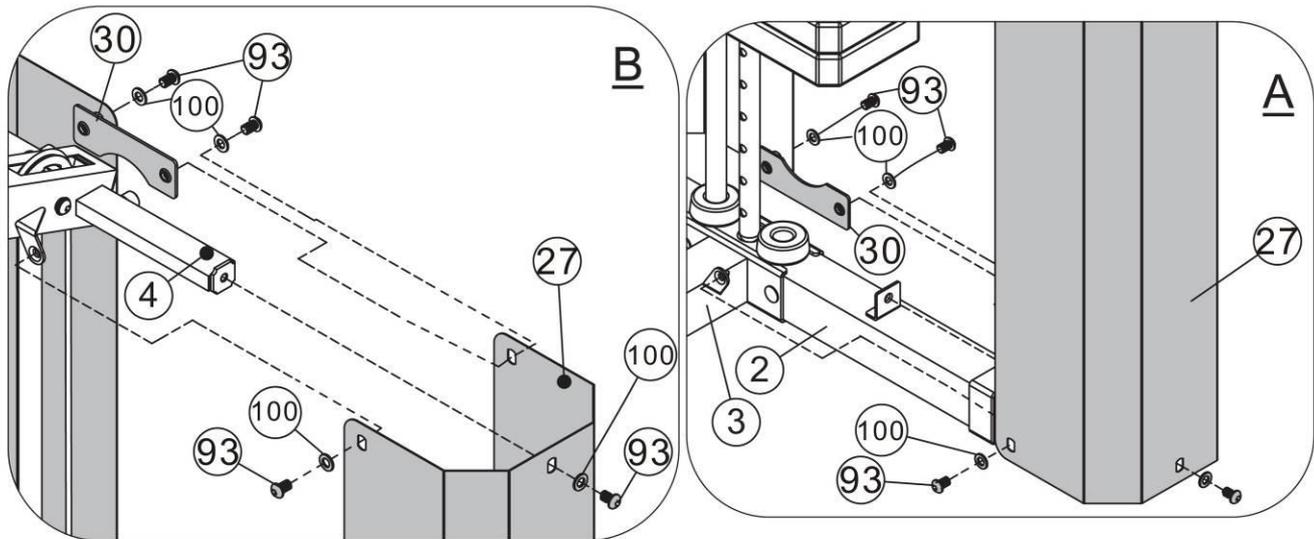
- (A) Den unteren Seilzug (35) durch die erste Öffnung ziehen und dabei sicherstellen, dass sich die Anschlagkugel vor der Öffnung befindet. Eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen und mit einer M10 x 65 Inbusschraube (89), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (100) und einer Ø10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen.
- (B) Den Seilzug wie in der Abbildung gezeigt bis zum Winkelbügel für die lose Rolle (15) ziehen. Eine Umlenkrolle unter den Seilzug setzen und den Winkelbügel der losen Rolle (15), die Umlenkrolle (62), 2 Seilzug-Haltebügel (43) zusammen mit einer M10 x 50 Inbusschraube (90), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (100), 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (44) und einer M10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen.
- (C) Eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen und wie unter (B) beschrieben befestigen.
- (D) Den Seilzug nach oben bis zum Doppelbügel für lose Rollen (28) ziehen. Die Umlenkrolle und die 2 Seilzug-Haltebügel (43) wie unter (B) beschrieben montieren.
- (E) Den Seilzug um die Umlenkrolle und nach unten ziehen. Das Ende mit einer M10 x 30 Inbusschraube (91), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (100) und einer M 10 selbstsichernden Mutter (102) befestigen.
- (F) Die Bein-Trainingseinheit (10) und das Ende des unteren Seilzugs mithilfe von 2 Karabinerhaken Nr. 7 (81) und einer 15-gliedrigen Kette (82) verbinden.



Schritt 11

- (A) Das Rückenpolster (41) an der Rückenpolsterhalterung (12) positionieren. Sorgfältig die Bohrungen aufeinander ausrichten und das Rückenpolster mit 2 M8 x 40 Inbusschrauben (95) und 2 Unterlegscheiben (\varnothing 8) (101) festschrauben.
- (B) Das Sitzpolster (40) auf die Sitzpolsterhalterung (9) setzen und mit 4 Unterlegscheiben (\varnothing 8) (101) und 4 M8 x 18 Inbusschrauben (97) festschrauben.
- (C) Die 2 Schaumstoffrollen-Rohre (26) zur Hälfte in die Bohrungen schieben. Dann die 4 Schaumstoffrollen (49) an beiden Seiten getrennt auf die Rohre schieben. Zuletzt wird die Verschlusskappe (48) auf die Schaumstoffrollen gesetzt.

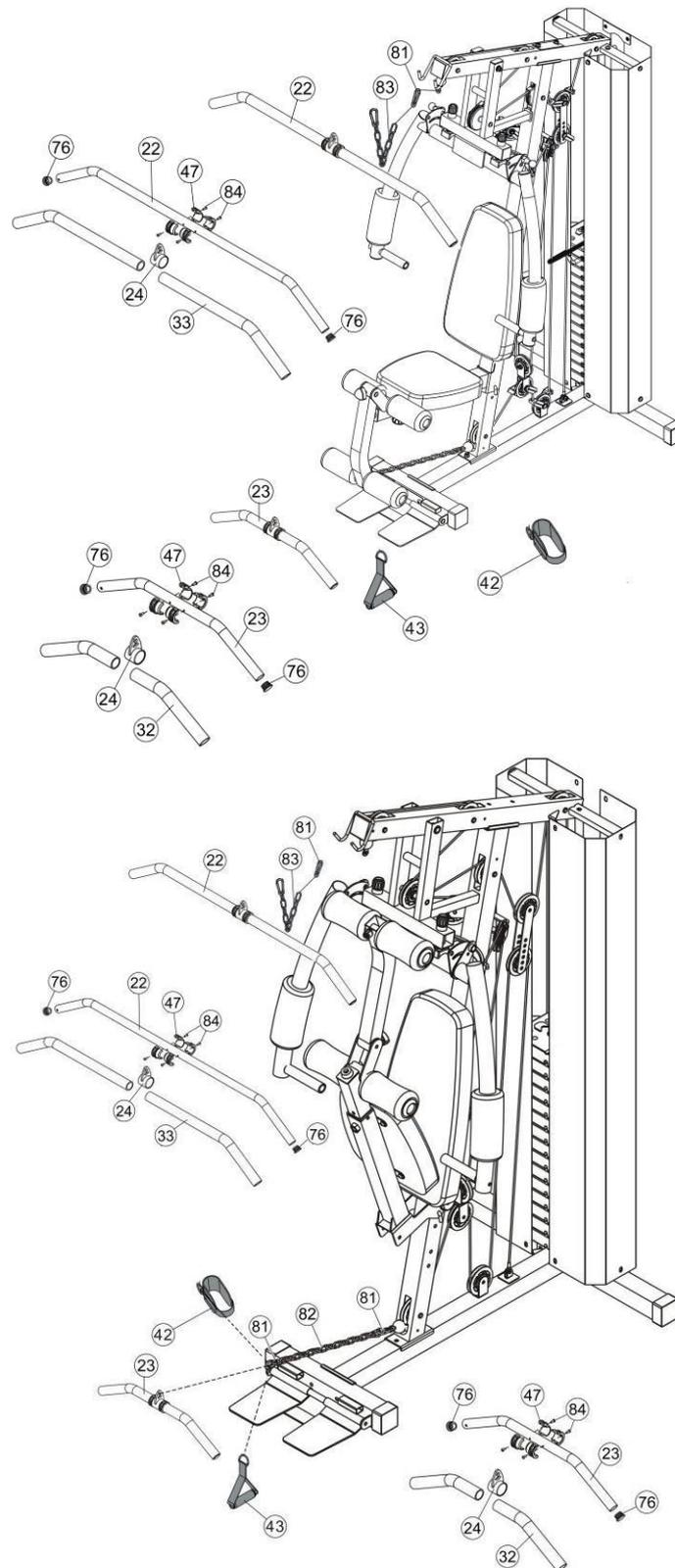
Montageanleitung



Schritt 12

Die 2 Abdeckungen des Gewichtestapels (27) am hinteren Standfuß mit 12 M10 x 6 Inbusschrauben (93), 12 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (100) und 2 Bügeln (30) festschrauben.

Montageanleitung



Schritt 13

- (A) Die Latissimus-Stange (22) am Ende des oberen Seilzugs mit 2 Karabinerhaken (81) und einer 10-gliedrigen Kette (83) befestigen.
- (B) Die Sitzhalterung wie in der Abbildung dargestellt nach oben klappen. Die Zugstange (23) oder den Einzelgriff (43) oder die Fußschleufe (42) zum Trainieren am unteren Seilzug befestigen.
- (C) Bitte die gesamte Mutterkappe (42) auf die Schraube setzen.

Pflege und Instandhaltung

1. Die Sicherheit des Gerätes kann nur aufrechterhalten, wenn dieses regelmäßig auf Schäden und Abnutzung, z. B. an den Verbindungspunkten, überprüft wird.

2. Die Bewegungsmechanik mit Leichtöl regelmäßig schmieren, um eine vorzeitige Abnutzung zu verhindern.

3. Bevor das Gerät benutzt wird, alle Bauteile überprüfen und die Schrauben anziehen. Defekte Bauteile sind sofort auszuwechseln und das Gerät

darf nicht verwendet werden, solange es sich nicht wieder in einem einwandfreien Zustand befindet.

4. Das Gerät kann mit einem feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel ohne Scheuerzusätzen gesäubert werden. **Keine** Lösungsmittel verwenden.

5. Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren. Sollten Sie auf Schwierigkeiten bei der Montage, der Bedienung

oder der Verwendung ihres Trainingsgerätes stoßen oder der Meinung sein, dass Teile fehlen, wenden Sie sich bitte an die Kundenberatung:

Bitte fügen Sie hier Ihre Telefonnummer und die Webseite ein.

Garantiebestimmungen:

Aus Garantiegründen bewahren Sie bitte Ihren Kaufbeleg auf.

Exploded Parts List

Part	Description	Qty.	Part	Description	Qty.
1	Front vertical frame	1	22	Lat bar	2
2	Rear stabilizer	1	23	Shiver bar	1
3	Main base frame	1	24	Rotate ring	2
4	Upper frame	1	25	Swivel pulley bracket	2
5	Guide rod	2	26	Foam roll tube	2
6	Front press frame	1	27	Weight stack cover	2
7	Left butterfly	1	28	Double floating pulley bracket	2
8	Right butterfly	1	29	bracket	1
9	Set pad support	1	30	Weight stack cover bracket	2
10	Leg developer	1	31	bracket	3
11	Leg developer holder	1	32	Ø25x255 Handle grip	2
12	Backrest pad support	1	33	Ø25x520 Handle grip	2
13	Front stabilizer	1	34	Weight selector	1
14	Foot plate	1	35	Weight plate	14
15	angled floating pulley bracket	2	36	Selector rod	1
16	Buterfly handle	2	37	Upper cable	1
17	Anti slip	1	38	Lower cable	1
18	Foot plate tube	1	39	Butterfly cable	1
19	Selector rod	1	40	Seat pad	1
20	Left butterfly adjustment frame	1	41	Backrest pad	1

Exploded Parts List

43	Cable retainer	14	66	48X48 rubber bumper	1
44	Cable retainer bushing	14	67	Ø25x 28 bushing	4
45	Angle strap	1	68	□ 60×50 sleeve	1
46	Single strap	1	69	Ø50*1.5 end cap	4
47	Plastic ring	8	70	□ 50*2 end cap	3
48	Foam roll end cap	4	71	□ 65*1.5 end cap	2
49	Foam roll	4	72	25*50 enc cap	4
50	Buttrerfly foam roll	2	73	foot	4
51	Lock knob	2	74	□38 x1.5 End Cap	1
52	Quick release lock pin	2	75	20*30*2 End Cap	4
53	Ø32x Ø20 bushing	4	76	Ø25 x 1.5 End cap	6
54	Ø50x Ø16 bushing	2	77	Dome end cap	1
55	Plastic cover	2	78	Combination lock	1
56	Ø32x 20 bushing	2	79	Ø 16xM10x169 Axle	1
57	Ø32x 35 bushing	2	80	Ø 16xM10x56 Axle	1
58	Spacer	2	81	7# Gourd hook	4
59	M18 Lock ring	2	82	15 joint Chain	1
60	Ø25x 150 handle grip	2	83	10 joint Chain	1
61	Ø30x Ø 10.5 washer	2	84	Ø4× 15 clinch bolt	8
62	Pulley	13	85	M10 x 85 Carriage bolt	8
63	Pulley cover	2	86	M10x 150 Allen bolt	1

64	Small rubber bumper	2	87	M10x 85 Allen bolt	5
65	Rubber bumper	2	88	Ø10x100x35 L shape lock pin	1

33

89	M10x 65 Allen bolt	2
90	M10x 50 Allen bolt	7
91	M10x 30 Allen bolt	1
92	M10x 20 Allen bolt	12
93	M10x 16 Allen bolt	14
94	Ø8x50 Handle grip	2
95	M8x 40 Allen bolt	2
96	M8x 22 Allen bolt	2
97	M8x 18 Allen bolt	4
98	M10X93 Lock knob	1
99	M6X16 philips screw	2
100	Ø10 washer	68
101	Ø8 washer	6
102	M10 aircraft nut	30
103	M8 aircraft nut	2
104	Nylon washer	4



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