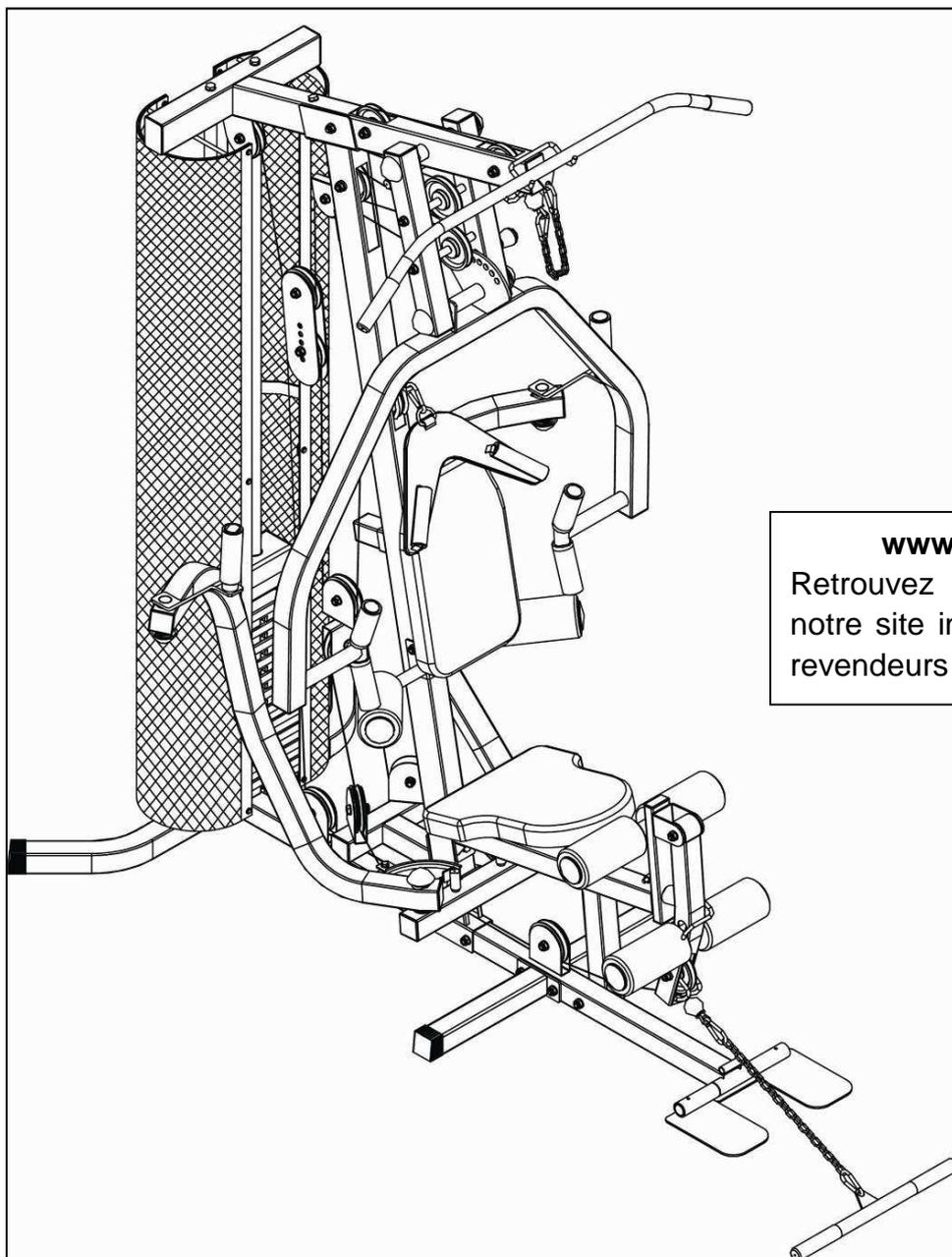




CARBON X PRESS

Appareil de musculation



www.moovyoo.fr

Retrouvez notre gamme sur
notre site internet et chez nos
revendeurs Fitness Boutique !

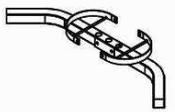
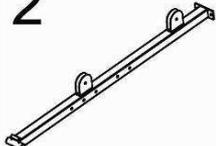
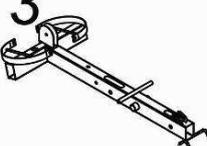
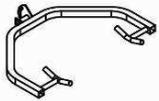
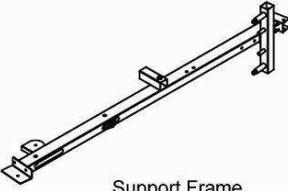
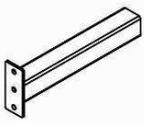
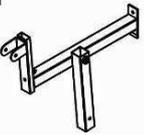
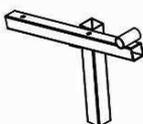
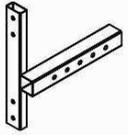
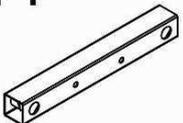
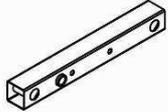
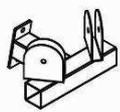
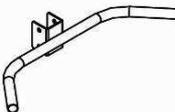
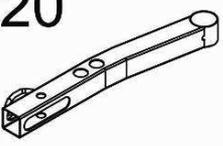
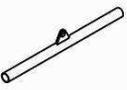
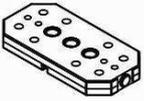
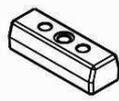
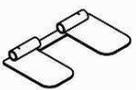
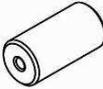
IMPORTANT

Veillez lire attentivement ces instructions avant d'assembler et d'utiliser cet appareil.

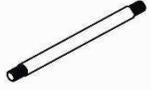
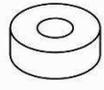
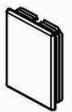
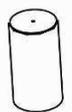
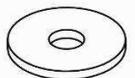
Veillez conserver ce manuel pour toute référence ultérieure.

Merci d'avoir choisi cet appareil de musculation CARBON X PRESS. Tout comme les autres références de notre gamme, ce produit répond à des normes de qualité très strictes pour votre confort ainsi que pour votre sécurité. Nous vous recommandons de lire attentivement ce manuel d'utilisation et de le conserver pour une future consultation.

SCHEMA DES PIECES

<p>1</p>  <p>Rear Base Frame 1PC</p>	<p>2</p>  <p>Base Frame 1PC</p>	<p>3</p>  <p>Upper Cross Beam 1PC</p>	<p>4</p>  <p>Left Press Frame 1PC</p>	<p>5</p>  <p>Right Press Frame 1PC</p>
<p>6</p>  <p>Press Arm 1PC</p>	<p>7</p>  <p>Support Frame 1PC</p>		<p>8</p>  <p>Front Base Frame 2PCS</p>	<p>9</p>  <p>Weight Guide Tube 2PCS</p>
<p>10</p>  <p>Plastic Bushing 2PCS</p>	<p>11</p>  <p>Seat Support Frame 1PC</p>	<p>12</p>  <p>Seat Frame 1PC</p>	<p>13</p>  <p>Backrest Support Frame 1PC</p>	<p>14</p>  <p>Right Connect Frame 1PC</p>
<p>15</p>  <p>Left Connect Frame 1PC</p>	<p>16</p>  <p>Bracket Support 1PC</p>	<p>17</p>  <p>Hand Bar 1PC</p>	<p>18</p>  <p>Lat Bar 1PC</p>	<p>19</p>  <p>Foam Tube 2PCS</p>
<p>20</p>  <p>Leg Extension Frame 1PC</p>	<p>21</p>  <p>Hand Tube 2PCS</p>	<p>22</p>  <p>Lower Bar 1PC</p>	<p>23</p>  <p>Selector shaft 1PC</p>	<p>24</p>  <p>Backrest Cushion 1PC</p>
<p>25</p>  <p>Seat Cushion 1PC</p>	<p>26</p>  <p>Weight Plate 11PCS</p>	<p>27</p>  <p>Top Weight Plate 1PC</p>	<p>28</p>  <p>Footplate 1PC</p>	<p>29</p>  <p>Footplate Fixed Tube 1PC</p>
<p>30</p>  <p>Pulley Patch 2PCS</p>	<p>31</p>  <p>Reverse U 1PC</p>	<p>32</p>  <p>Leg Foam Roller 6PCS</p>	<p>33</p>  <p>Ankle Strap 1PC</p>	<p>34</p>  <p>Round Cap(long) 2PCS</p>

SCHEMA DES PIECES

<p>35</p>  <p>Selector Shaft Bushing 1PC</p>	<p>36</p>  <p>AB Strap 1PC</p>	<p>37</p>  <p>Chain(short) 1PC</p>	<p>38</p>  <p>Chain(long) 1PC</p>	<p>39</p>  <p>Shaft (M16) 2PCS</p>
<p>40</p>  <p>Selector Shaft Pin 1PC</p>	<p>41</p>  <p>Weight Selector Pin 1PC</p>	<p>42</p>  <p>Selector Shaft End Cap 1PC</p>	<p>43</p>  <p>Pull Pin(long) 1PC</p>	<p>44</p>  <p>Pull Pin(short) 2PCS</p>
<p>45</p>  <p>Pothook 5PCS</p>	<p>46</p>  <p>Pulley 17PCS</p>	<p>47</p>  <p>50mm Square End Cap 4PCS</p>	<p>48</p>  <p>Rubber Ring 2PCS</p>	<p>49</p>  <p>50*75mm Square End Plug 3PCS</p>
<p>50</p>  <p>50mm Square End Plug 15PCS</p>	<p>51</p>  <p>45mm Square End Plug 3PCS</p>	<p>52</p>  <p>32mm Round End Plug 6PCS</p>	<p>53</p>  <p>Bumper 1PC</p>	<p>54</p>  <p>Hand Grip 4PCS</p>
<p>55</p>  <p>Round Cap(short) 2PCS</p>	<p>56</p>  <p>Handle Foam 6PCS</p>	<p>57</p>  <p>25mm Round End Plug 2PCS</p>	<p>58</p>  <p>Plastic Dome Cap 8PCS</p>	<p>59</p>  <p>Steel Bushing ($\varnothing 35^* \varnothing 26$) 2PCS</p>
<p>60</p>  <p>25mm Round End Cap (big) 6PCS</p>	<p>61</p>  <p>Oil Bushing 20PCS</p>	<p>62</p>  <p>Safety Hook 1PC</p>	<p>63</p>  <p>Steel Bushing ($\varnothing 16^* \varnothing 11$) 4PCS</p>	<p>64</p>  <p>Plastic Washer 1PC</p>
<p>65</p>  <p>25*50mm Square End Plug 4PCS</p>	<p>66</p>  <p>38mm Square End Plug 2PCS</p>	<p>67</p>  <p>Pulley Plastic Bushing (short) 2PCS</p>	<p>68</p>  <p>Pulley Plastic Bushing (long) 8PCS</p>	<p>69</p>  <p>Lower Cable 1PC</p>

SCHEMA DES PIECES

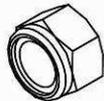
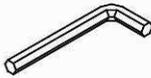
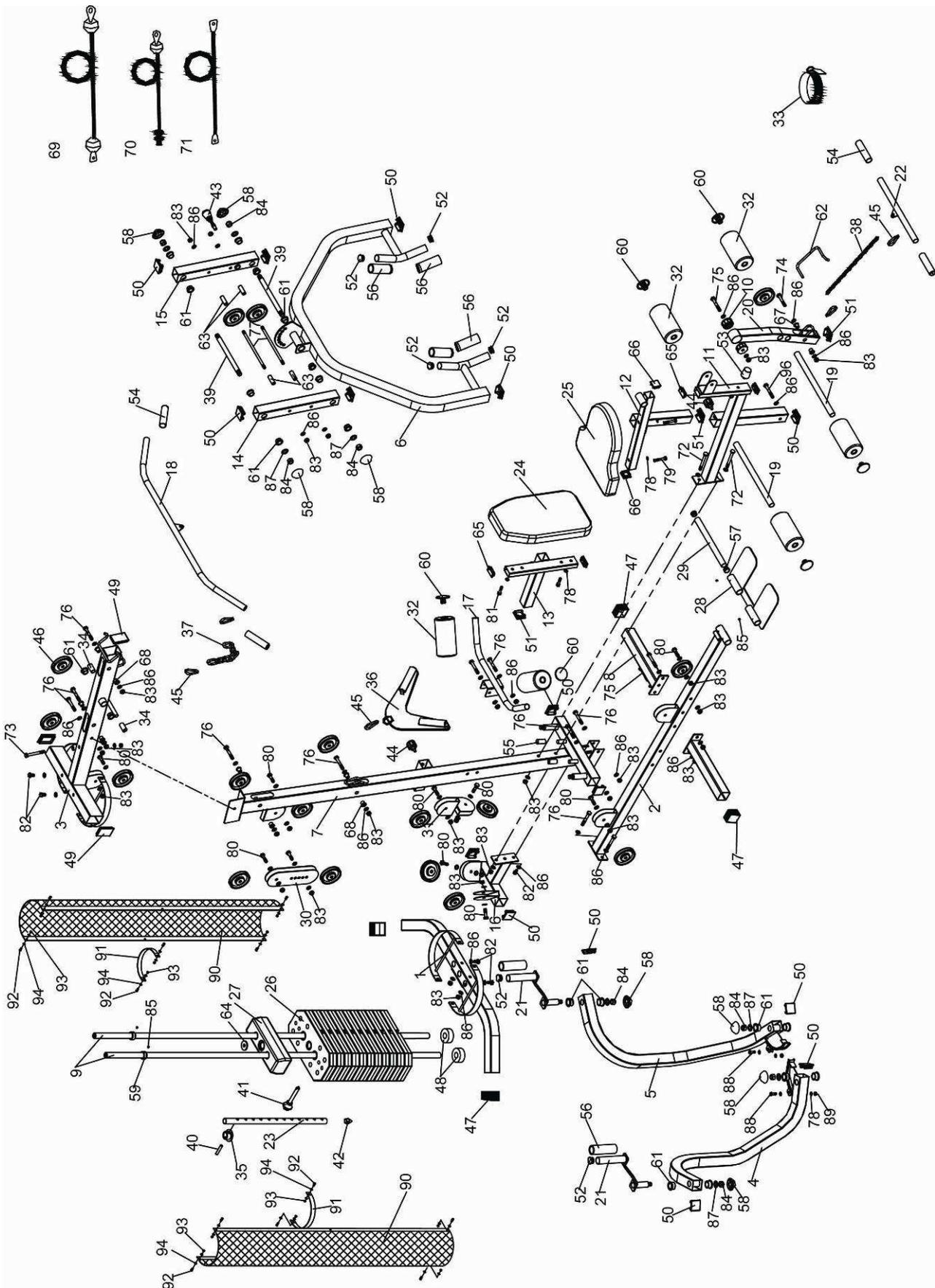
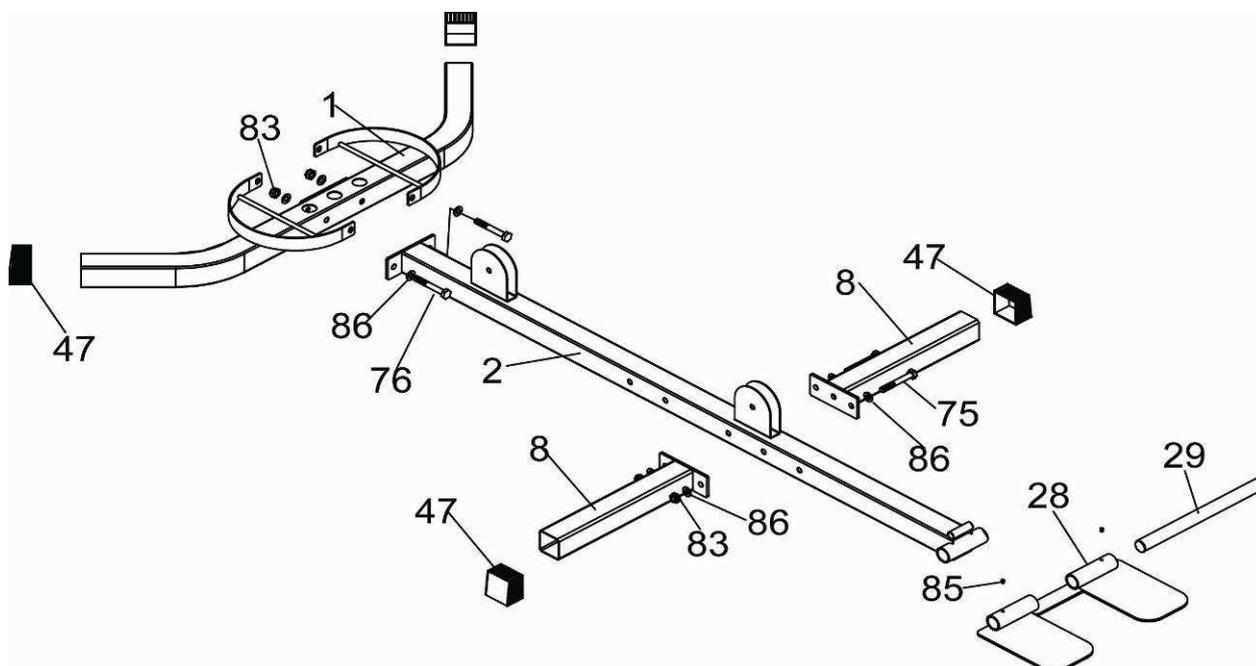
<p>70</p>  <p>Upper Cable 1PC</p>	<p>71</p>  <p>Butterfly Cable 1PC</p>	<p>72</p>  <p>M10×100mm Hex Bolt 2PCS</p>	<p>73</p>  <p>M10×95mm Hex Bolt 1PC</p>	<p>74</p>  <p>M10×65mm Hex Bolt 1PC</p>
<p>75</p>  <p>M10×75mm Hex Bolt 3PCS</p>	<p>76</p>  <p>M10×70mm Hex Bolt 11PCS</p>	<p>77</p>  <p>Shaft (M10) 2PCS</p>	<p>78</p>  <p>M8 Washer 8PCS</p>	<p>79</p>  <p>M8×55mm Hex Bolt 2PCS</p>
<p>80</p>  <p>M10×40mm Hex Bolt 10PCS</p>	<p>81</p>  <p>M8×40mm Hex Bolt 2PCS</p>	<p>82</p>  <p>M10×20mm Hex Bolt 5PCS</p>	<p>83</p>  <p>M10 Nylock Nut 33PCS</p>	<p>84</p>  <p>M16 Nylock Nut 8PCS</p>
<p>85</p>  <p>Screw M5×5mm 4PCS</p>	<p>86</p>  <p>M10 Washer 67PCS</p>	<p>87</p>  <p>M16 Washer 8PCS</p>	<p>88</p>  <p>M8×25mm Hex Bolt 2PCS</p>	<p>89</p>  <p>M8 Nylock Nut 2PCS</p>
<p>90</p>  <p>Safety Cover 2PCS</p>	<p>91</p>  <p>Connective Plate 2PCS</p>	<p>92</p>  <p>M6×15mm Hex Bolt 12PCS</p>	<p>93</p>  <p>M6 Lock Nut 12PCS</p>	<p>94</p>  <p>M6 Washer 24PCS</p>
<p>95</p>  <p>Wrench 1PC</p>	<p>96</p>  <p>M10×115mm Hex Bolt 1PC</p>			

DIAGRAMME ÉCLATÉ DES PIÈCES

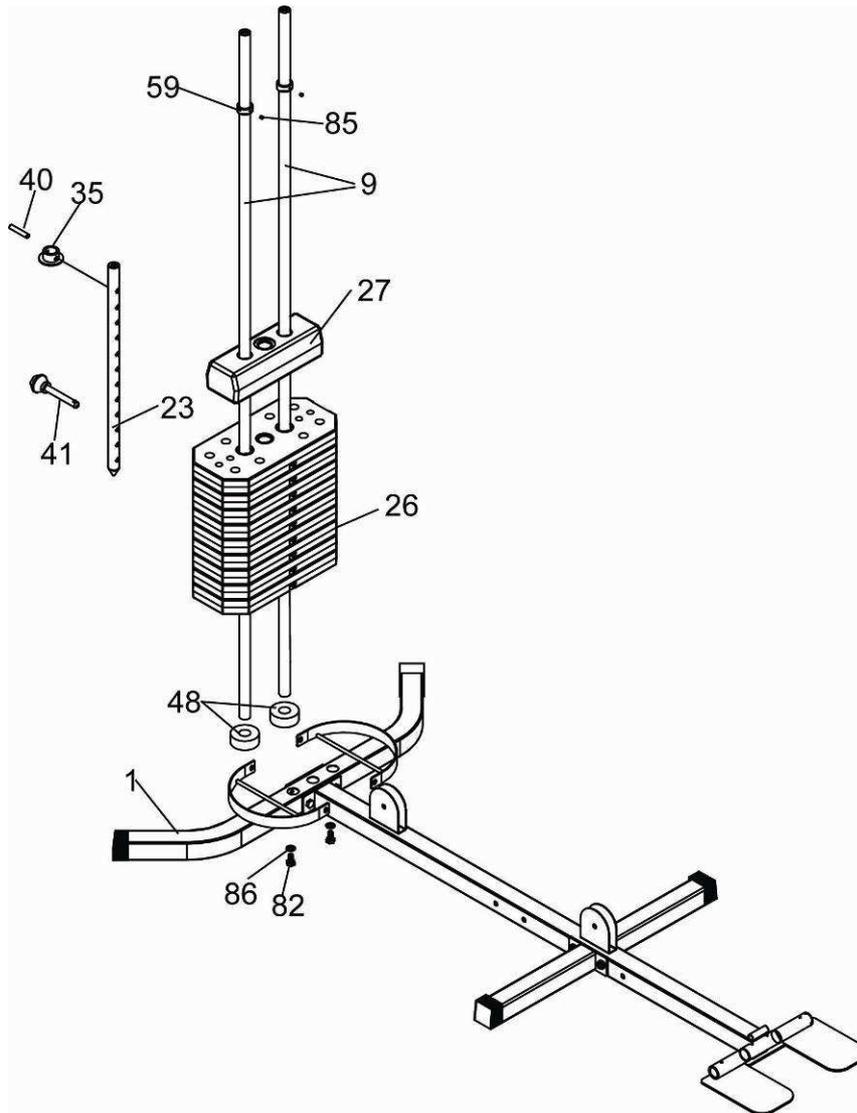


INSTRUCTIONS POUR L'ASSEMBLAGE



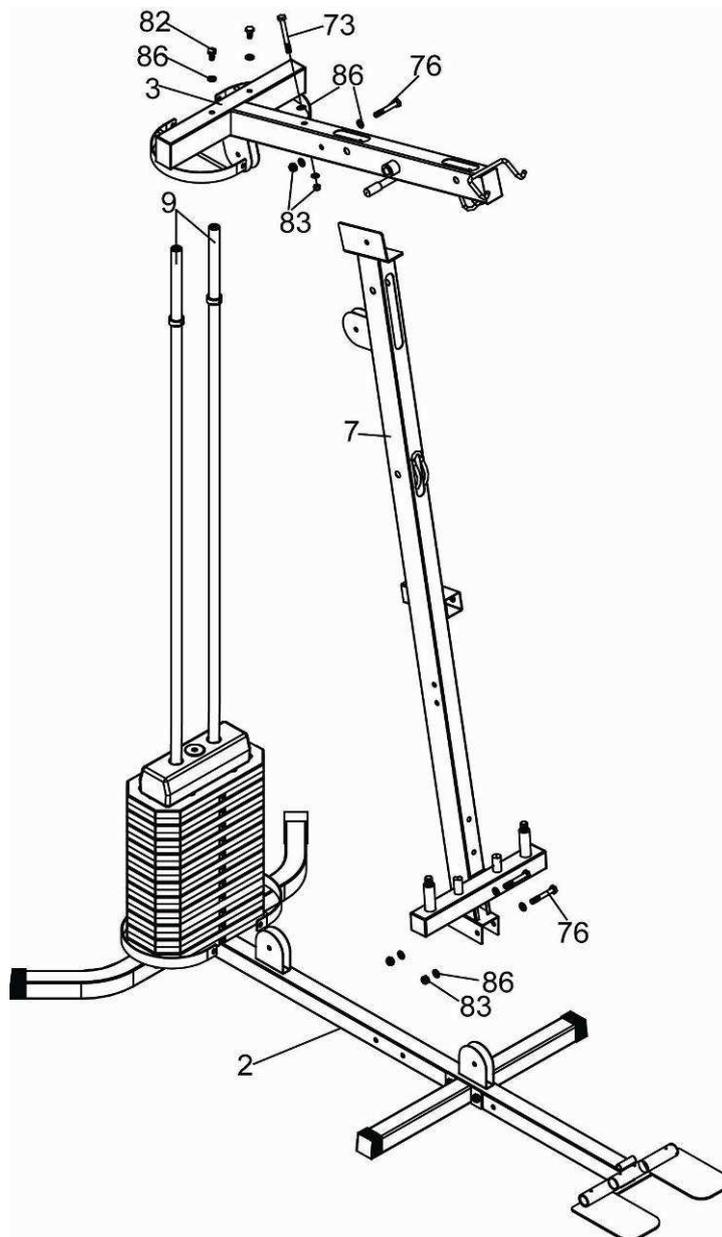
Etape 1:

1. Placez 4 embouts carrés de 50 mm (47) sur la partie arrière du cadre principal (1) et sur la partie avant du cadre principal (8).
2. Attachez la partie arrière du cadre principal (1) au cadre principal (2), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*70mm (76), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
3. Attachez deux parties avant du cadre principal (8) au cadre principal (2), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*75mm (75), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
4. Attachez le repose-pieds (28) au cadre principal (2), en utilisant le tube fixe du repose-pieds (29) et des vis 2*M5*5mm (85). (Note: des vis 2*M5*5mm (85) ont été pré-assemblées dans le repose-pieds (28).)



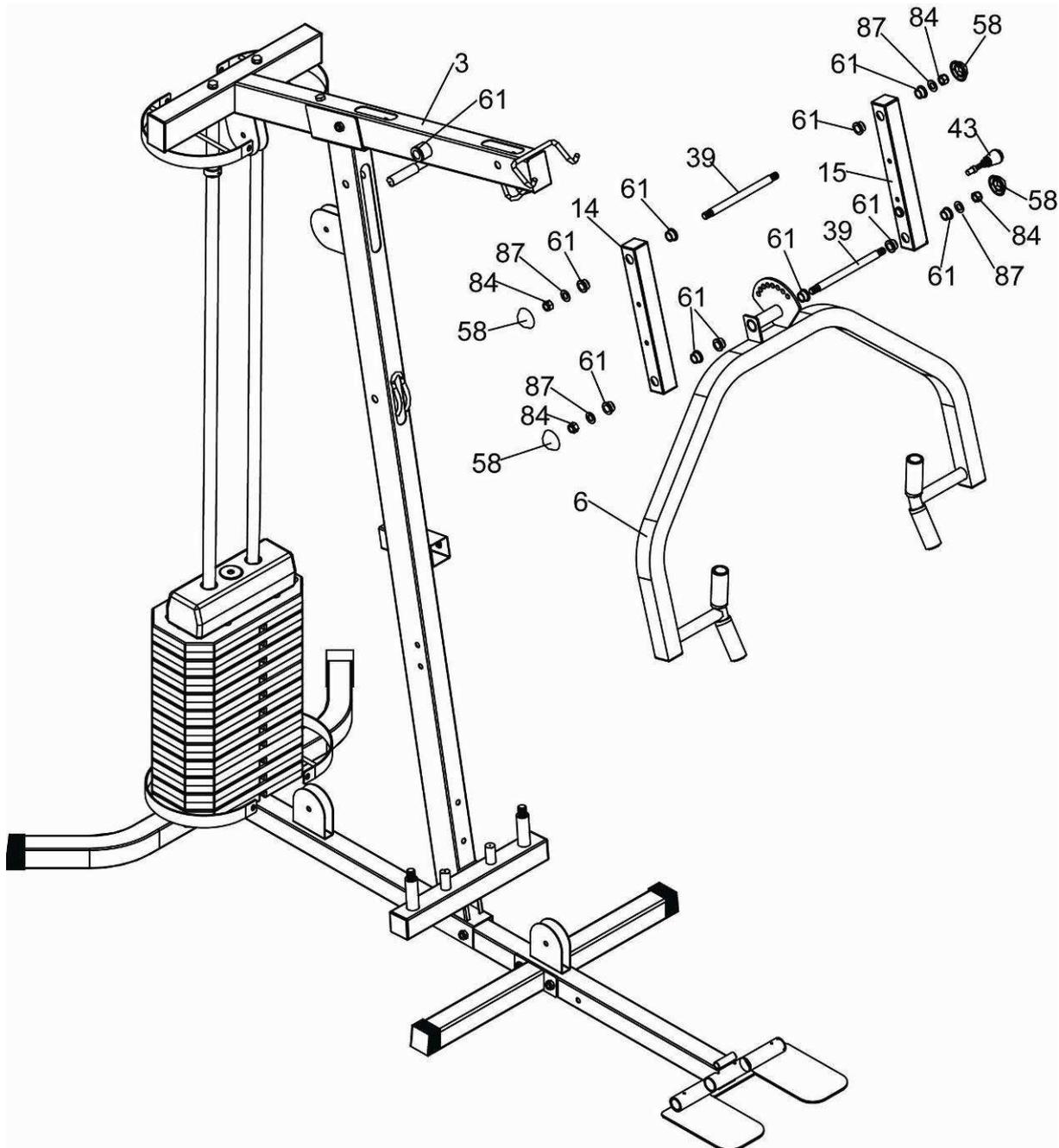
Etape 2 :

1. Enlevez les boulons à tête hexagonale 2*M10*20mm (82) et les rondelles 2*M10 (86) du tube de guidage pour haltères (9).
 2. Insérez le tube de guidage pour haltères (9) dans la partie arrière du cadre principal (1), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*20mm (82) et des rondelles 2*M10 (86).
 3. Glissez deux anneaux en caoutchouc (48) sur le tube de guidage pour haltères (9).
 4. Glissez onze disques pour haltère (26) sous le tube de guidage pour haltères (9).
 5. Glissez le coussinet de l'arbre de commande (35) sous l'arbre de commande (23) au premier trou avec la goupille de l'arbre de commande (40). Insérez l'arbre de commande (23) dans le trou du disque pour haltère (26).
 6. Glissez le disque pour haltère supérieur (27) sous l'arbre de commande (23).
 7. Insérez la goupille du sélecteur d'haltère (41) dans le trou de l'haltère désirée. Ajustez le trou.
 8. Glissez deux coussinets en acier ($\varnothing 35 \times \varnothing 26$) (59) au sommet du tube de guidage pour haltères (9), en utilisant des vis 2*M5*5mm (85).
- (Note: des vis 2*M5*5mm (85) ont été pré-assemblées dans les coussinets en acier ($\varnothing 35 \times \varnothing 26$) (59).)



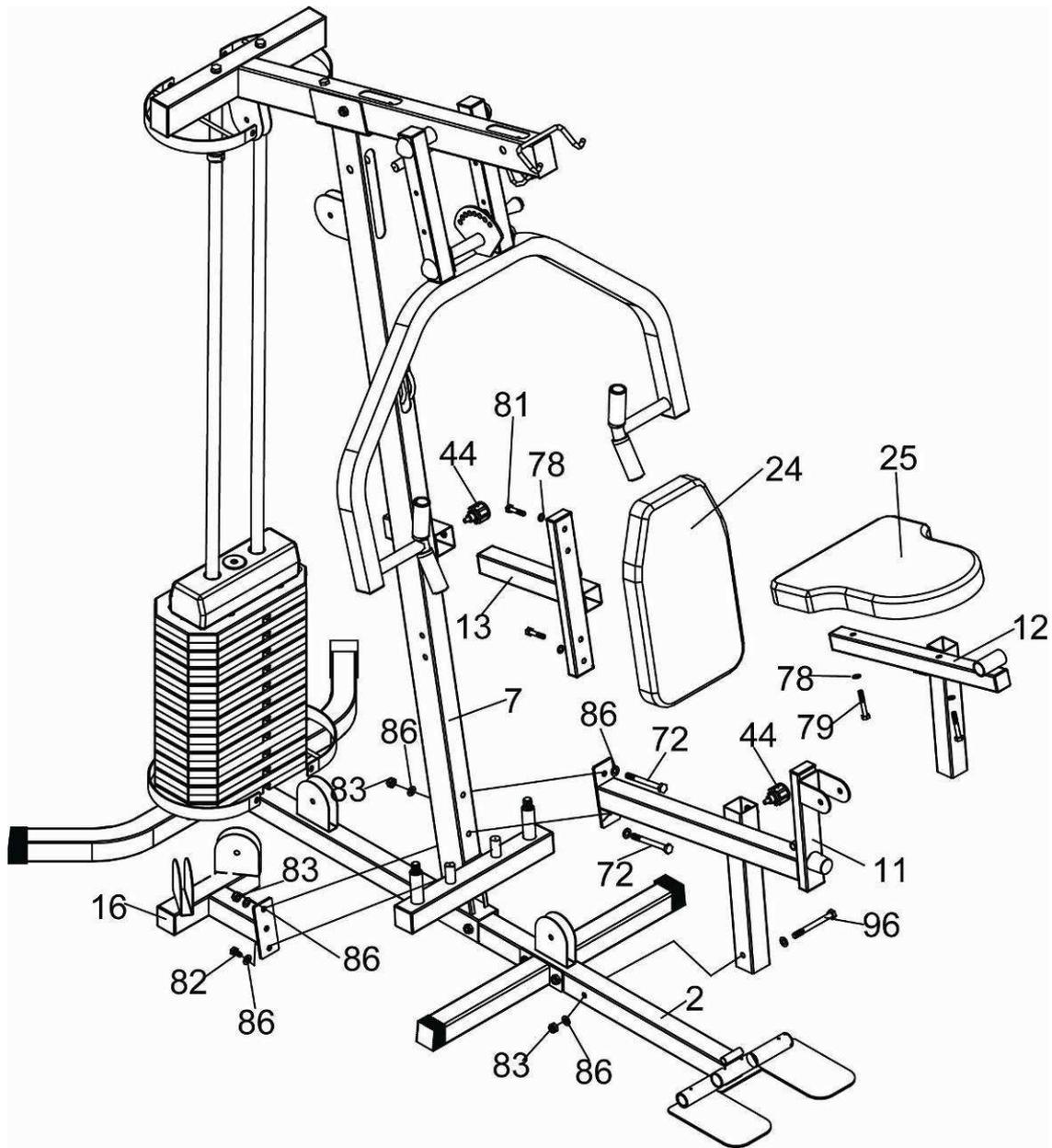
Etape 3 :

1. Attachez le support (7) au cadre principal (2), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*70mm (76), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
2. Enlevez les boulons à tête hexagonale 2*M10*20mm (82) et les rondelles 2*M10 (86) du tube de guidage pour haltères (9).
3. Attachez la traverse supérieure (3) au tube de guidage pour haltères (9), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*20mm (82) et des rondelles 2*M10 (86).
4. Attachez la traverse supérieure (3) au support (7), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*95mm (73) et un boulon à tête hexagonale M10*70mm (76), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).



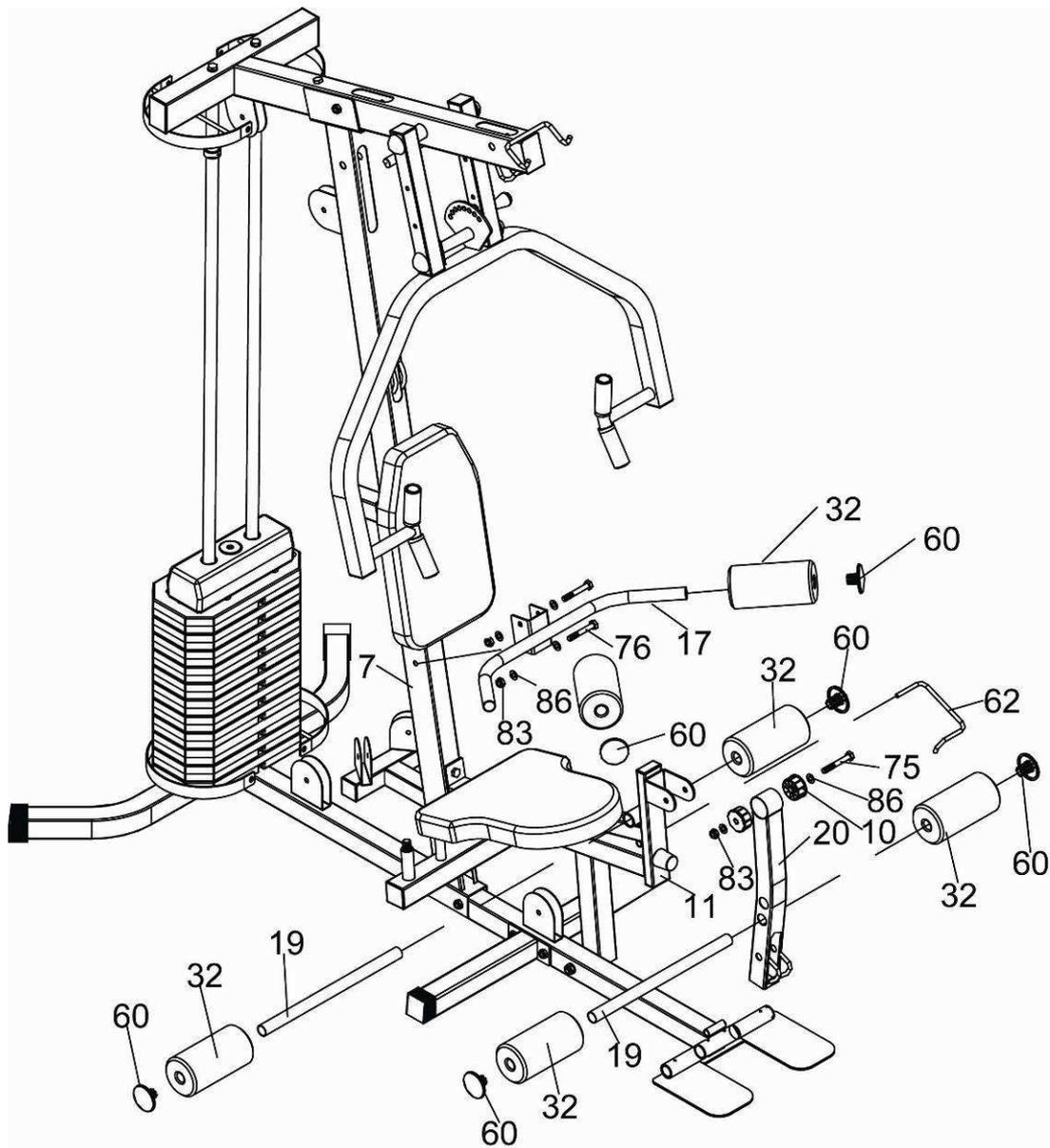
Etape 4 :

1. Attachez les cadres de raccord droit et gauche (15 et 14) à la traverse supérieure (3), **en utilisant un arbre (M16) (39), 6 bagues d'étanchéité d'huile (61), 2*M16 rondelles (87), 2*M16 écrous nylon (84) et 2 capuchons en plastique (58).**
2. Attachez le bras de traction (6) aux cadres de raccord droit et gauche (15 et 14), en utilisant un arbre (M16) (39), 6 bagues d'étanchéité d'huile (61), des rondelles 2*M16 (87), des écrous nylon 2*M16 (84) et 2* capuchons en plastique (58).
3. Insérez la goupille de déverrouillage (43) à travers l'unique trou sur le bras de traction (6) en direction de l'un des trous sur l'haltère en forme de ventilateur. (Note: La goupille de déverrouillage (43) a été pré-assemblée dans le cadre de raccord gauche (15).)



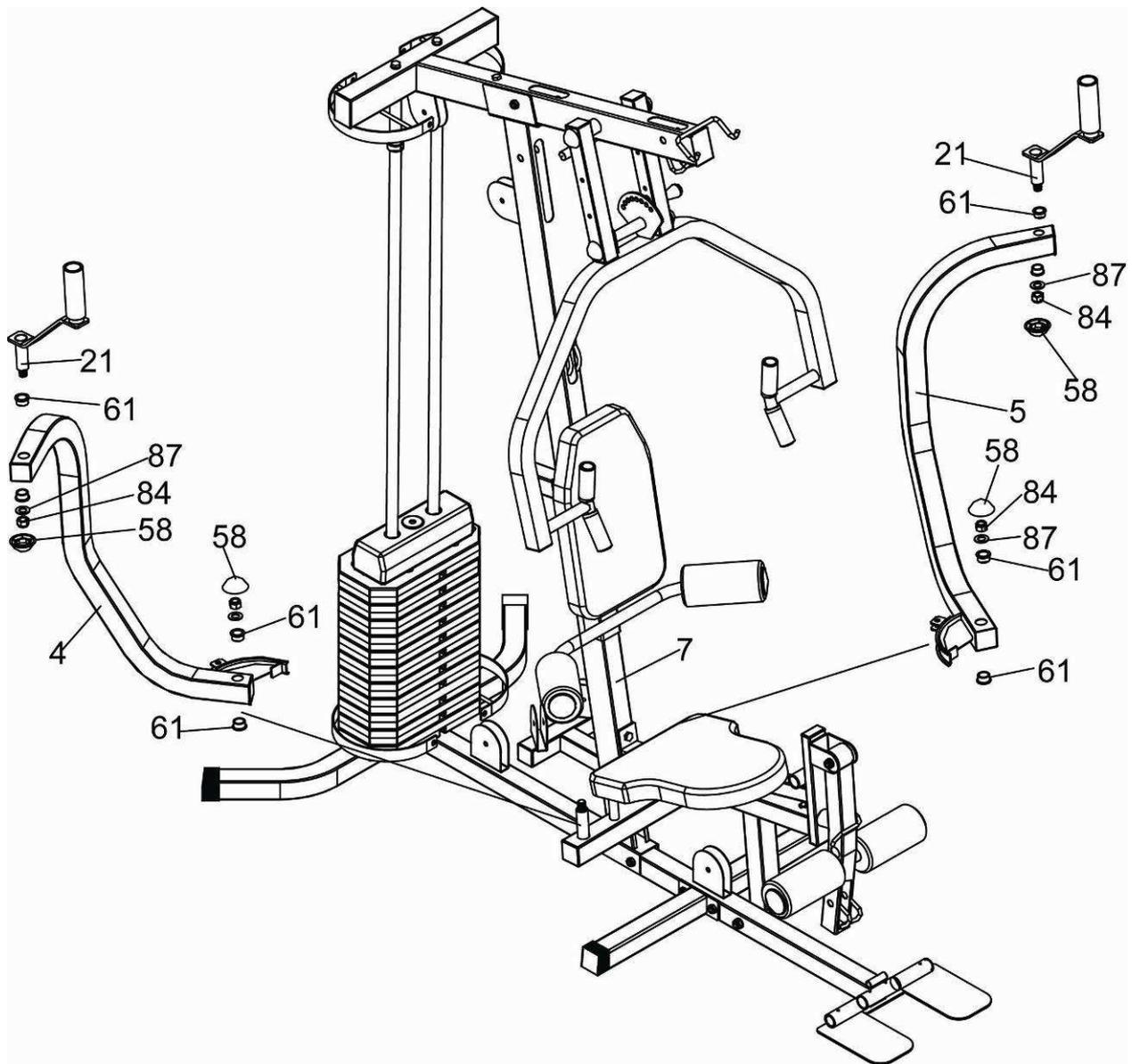
Etape 5 :

1. Attachez le **support de fermeture** (16) et le support du siège (11) au support (7), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*100mm (72), un boulon à tête hexagonale M10*20mm (82), des rondelles 5*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
2. Attachez le support du siège (11) au cadre principal (2), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*115mm (96), deux rondelles M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
3. Attachez le coussin du siège (25) au cadre d'assise (12), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M8*55mm (79) et des rondelles 2*M8 (78).
4. Insérez le cadre d'assise (12) au support du siège (11) en utilisant la goupille de déverrouillage (44).
5. Attachez le coussin du dossier (24) au support du dossier (13), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M8*40mm (81) et des rondelles 2*M8 (78).
6. Insérez le support du dossier (13) dans le support (7) en utilisant la goupille de déverrouillage (44).



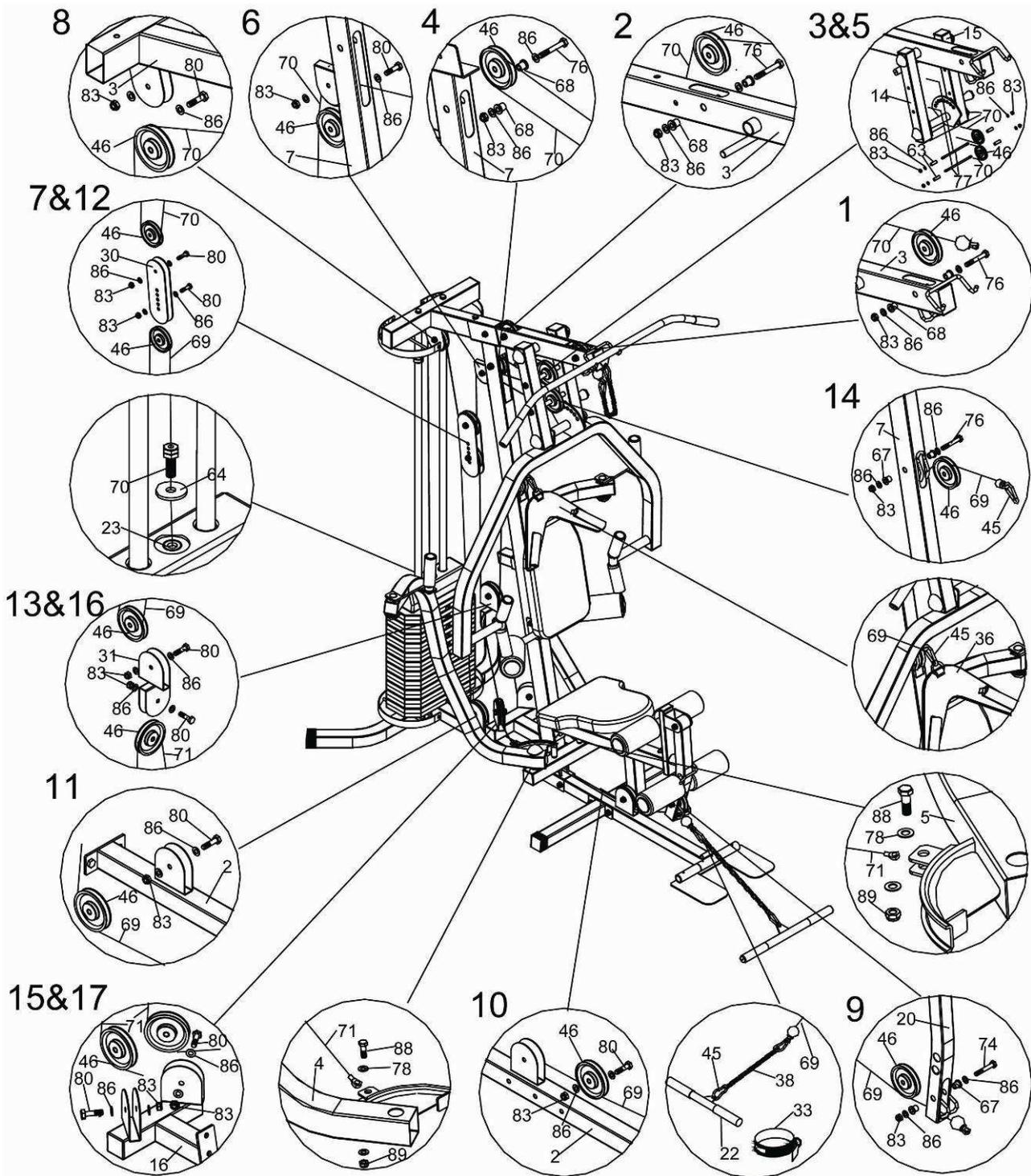
Etape 6:

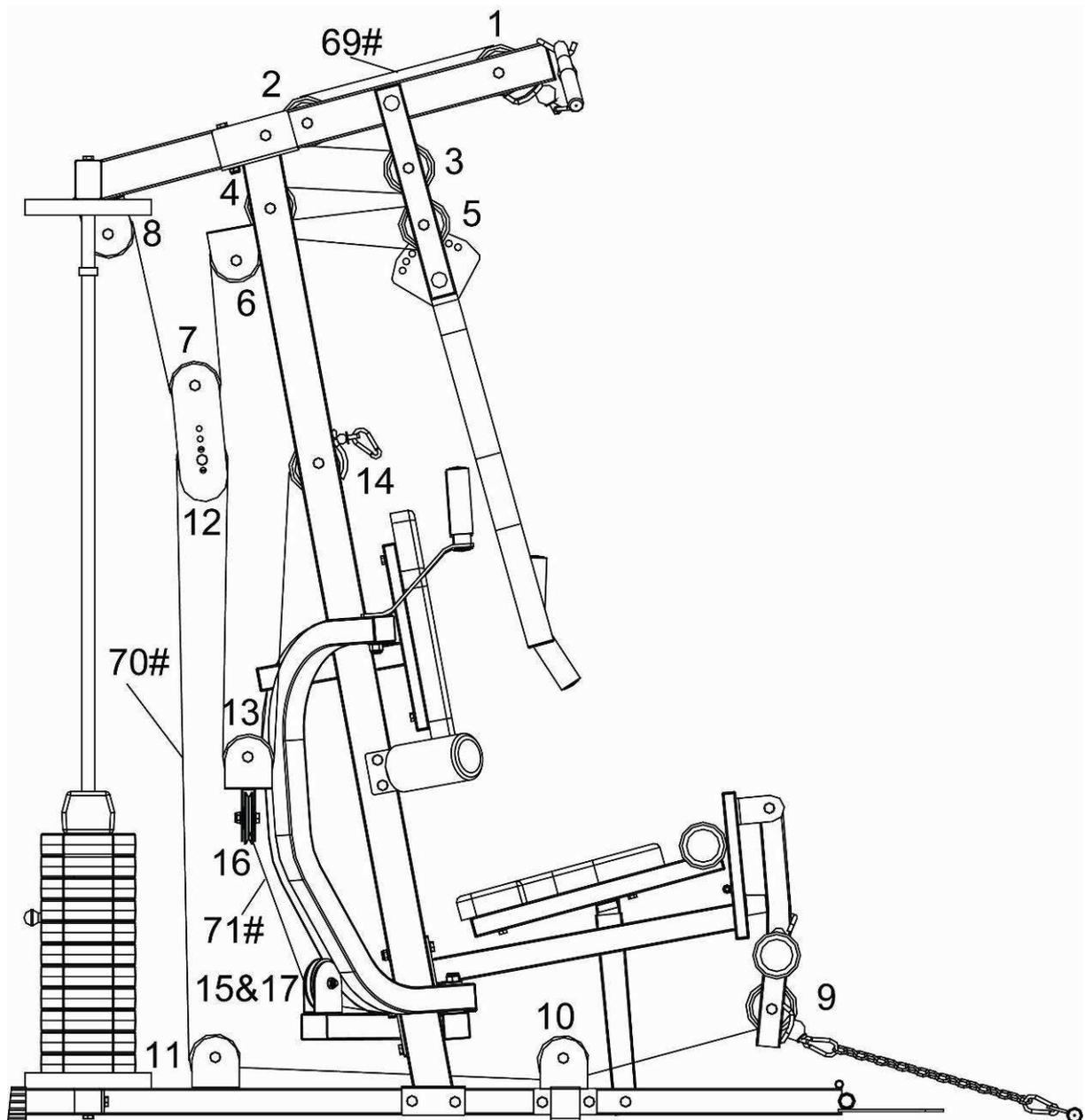
1. Attachez la poignée (17) au support (7), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*70mm (76), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
2. Glissez deux manchons en mousse (32) sur la poignée (17). Placez deux capuchons arrondis de 25mm (gros) (60) dans la poignée (17).
3. Attachez le cadre d'extension de jambe (20) au support du siège (11), en utilisant deux coussinets en plastique (10), un boulon à tête hexagonale M10*75mm (75), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
4. Insérez deux manchons en mousse (19) dans le cadre d'extension de jambe (20) et le support de siège (11).
5. Glissez quatre manchons en mousse pour support de du siège (11) et au cadre d'extension de jambe (20).



Etape 7:

1. Attachez le **presse gauche** (4) au support (7), en utilisant 2 **bagues à étanchéité d'huile** (61), une rondelle M16 (87), un écrou nylon M16 (83) et un capuchon en plastique (58).
2. Assemblez **le presse droit** (5) avec la même méthode.
3. Attachez deux **tubes à main** (21) aux presses gauche et droit (4&5), en utilisant 4 **bagues à étanchéité d'huile** (61), des rondelles 2*M16 (87), des écrous nylon 2*M16 (83) et 2 capuchons en plastique (58).





Etape 8 :

1. Commencez par le câble supérieur (70)

- a. Avec un câble supérieur (70) dans la gorge de la poulie (46), enfiler le câble supérieur (70) à travers la traverse supérieure (3).
- b. Installez les poulies No.1 et 2 sur la traverse supérieure (3), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2* M10*70mm (76), 4 coussinets en plastique pour poulie (long) (68), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
- c. Installez la poulie No.3 entre les cadres de raccord droit et gauche (15 et 14), en utilisant un arbre (M16) (77), 2 coussinets en acier ($\varnothing 16 \times \varnothing 11$) (63), des rondelles 2*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
- d. Installez la poulie No.4 au support (7), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*70mm (76), 2 coussinets en plastique pour poulie (long) (68), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
- e. Installez la poulie No.5 entre les cadres de raccord droit et gauche (15&14), en utilisant l'arbre

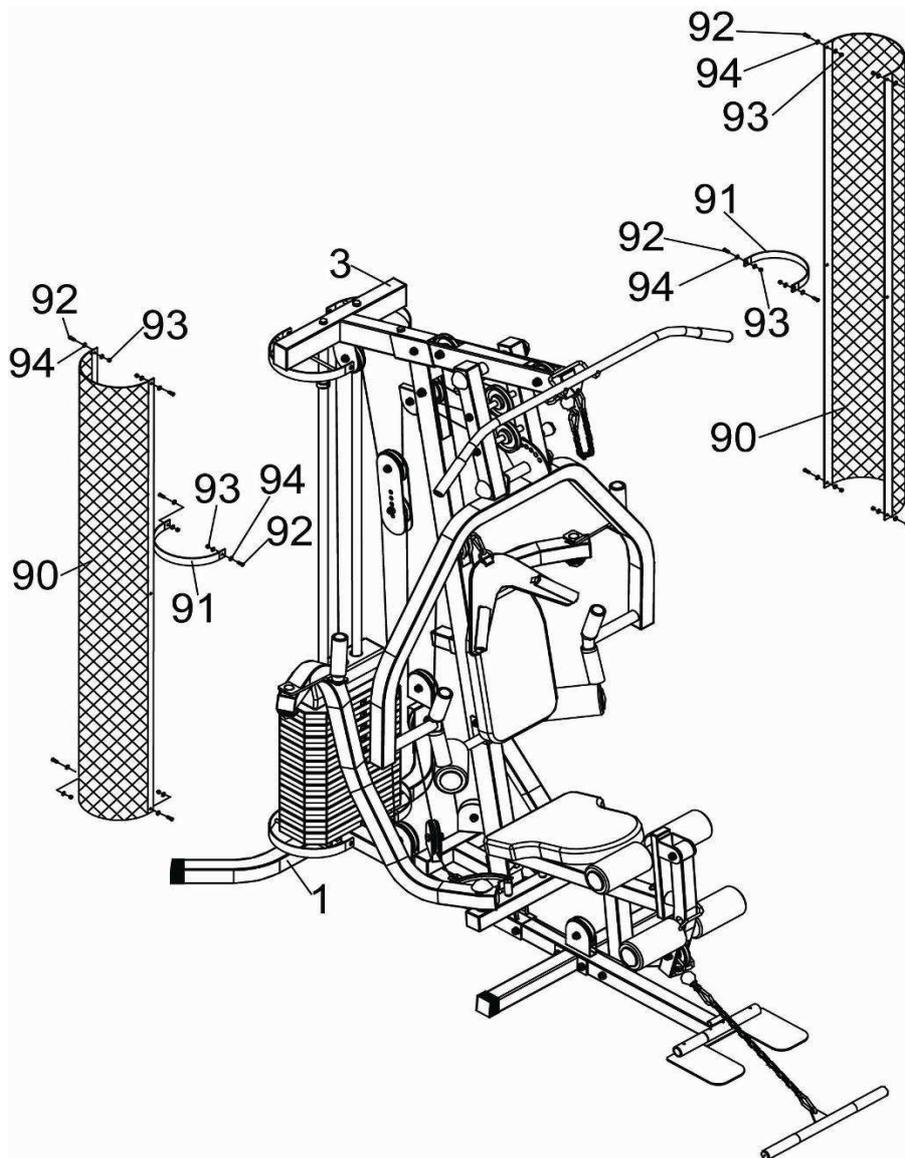
- (M16) (77), 2 coussinets en acier ($\varnothing 16 \times \varnothing 11$) (63), des rondelles 2*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
- f. Installez la poulie No.6 au support (7), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*40mm (80), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
 - g. Installez la poulie No.8 au support (7), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*40mm (80), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
 - h. Attachez la tige du boulon du câble supérieur (70) à l'arbre de commande (23) avec une rondelle en plastique (64).
 - i. Attachez l'autre extrémité du câble supérieur (70) à la barre latérale (18), en utilisant deux fixations murales (45) et une chaîne (courte) (37).
 - j. Installez la poulie No.7 à deux raccordements de poulie (30), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*40mm (80), 2*M10 rondelles (86) et un écrou nylon M10 (83).

2. Assembler le câble à oreille (71)

- a. Attachez les deux extrémités du **câble à oreille** (71) aux presses gauche et droite (4&5) , en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M8*25mm (88), des rondelles 4*M8 (90) et des écrous nylon 2*M8 (89).
- b. Avec un câble à oreille (71) dans la gorge de la poulie (46) enfiler le câble supérieur (71) à travers une poulie en U au **support de fermeture (16)**.
- c. Installez les poulies No.15&17 au support de fermeture (16), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*40mm (80), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
- d. Installez la poulie No.16 au U renversé (31), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*40mm (80), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).

3. Assembler le câble inférieur (69)

- a. **Avec un câble inférieur (69) dans la gorge de la poulie (46) à travers le cadre d'extension de jambe (20).**
- b. Installez la poulie No.9 au cadre d'extension de jambe (20), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*65 (78), 2 coussinets en plastique pour poulie (courts) (67), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
- c. Installez la poulie No.10&11 au cadre principal (2), en utilisant des boulons à tête hexagonale 2*M10*40mm (80), des rondelles 4*M10 (86) et des écrous nylon 2*M10 (83).
- d. Installez la poulie No.12 à deux raccordements de poulie (30), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*40mm (80), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
- e. Installez la poulie No.13 au U renversé (31), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*40mm (80), des rondelles 2*M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
- f. Installez la poulie No.14 au support (7), en utilisant un boulon à tête hexagonale M10*70mm (76), 2 coussinets pour poulie en plastique (longs) (68), 2 rondelles M10 (86) et un écrou nylon M10 (83).
- g. Attachez une courroie AB (36) à l'extrémité du câble inférieur (69) en utilisant une fixation murale (45).
- h. Attachez la poignée inférieure (22) ou bride cheville (33) à l'autre extrémité du câble inférieur (69), en utilisant deux fixations murales (45) et une chaîne (longue) (38).



Etape 9 :

1. Attachez l'anneau **connectif** (91) au couvercle de sécurité (90), en utilisant quatre boulons à tête hexagonale M6*15mm (92), huit rondelles M6 (94) et quatre écrous nylon M6 (93).
2. Attachez le couvercle de sécurité (90) au cadre principal arrière (1) et à la traverse supérieure (3), en utilisant huit boulons à tête hexagonale M6*15mm (92), seize rondelles M6 (94) et huit écrous nylon M6 (93).



Pour toute question technique, ou si vous avez besoin de pièces détachées, merci de contacter notre service après-vente :

SAV MOOVYOO

Netquattro / FitnessBoutique

ZI centr'alp

1450 rue Aristide Bergès

38430 Moirans

Tél : 04 76 50 69 71

e-mail : savnetquattro@netquattro.com