

# Casall Inspire PT1

MONTERINGS- OCH BRUKSANVISNING

Power Trainer



SKRIV NED SERIENUMMER HÄR

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>Avsnitt</b> .....	<b>Sida</b>
Anvisningar .....	1
Nödvändiga verktyg .....	1
Komponent- och järnvarulista .....	2-4
Storlekstabell järnvaror .....	5-6
Monteringsanvisningar .....	7-28
Sprängskiss .....	29
Dekaler .....	30
Allmän underhållsinformation .....	31
Underhållsschema .....	32
Begränsad garanti .....	33

## **INNAN DU MONTERAR DIN Power Trainer**

**VIKTIGT:** Läs hela bruksanvisningen innan du monterar eller använder produkten. Bruksanvisningarna innehåller steg-för-steg-instruktioner för korrekt montering.

Före monteringen kontrollerar du att alla delar finns med (se komponentlistan i bruksanvisningarna). Om det saknas delar kontaktar du produktens återförsäljare för reservdelar. Du kan också besöka [service.casall.se](http://service.casall.se) för mer information.

Hemmagymmet ska enbart servas av en auktoriserad INSPIRE-återförsäljare. Om servicen utförs av någon annan kan det leda till att garantin upphör att gälla. Använd enbart Inspire-reservdelar på maskinen. Om reservdelar av andra märken används kan det leda till att garantin upphör att gälla. Kontakta oss direkt om du behöver hjälp med att hitta en auktoriserad återförsäljare:

Huvudkontoret i Sverige  
Casall Sport AB  
Västgötegatan 7  
Box 6007  
600 06 Norrköping  
Sverige  
Telefon: +46 (0) 11 32 56 00  
Fax: +46 (0) 11 32 56 10  
[info@casall.se](mailto:info@casall.se)

**REGISTRERA DITT GYM ONLINE PÅ [WWW.INSPIREFITNESS.NET](http://WWW.INSPIREFITNESS.NET)**

## **VERKTYG SOM BEHÖVS FÖR MONTERING**

- Hylsnyckelsats
- Skiftnyckel
- Måttband
- Gummiklubba

# Komponentlista för Power Trainer

Komponent	Beskrivning	Spec.	Antal	说明
1	Huvudsockel		1	
2	Huvudpelare		1	
3L	Vänster ben		1	
3R	Höger ben		1	
4L	Vänster stödarm		1	
4R	Höger stödarm		1	
5	Tvärstag		1	
6	Toppbom		1	
7	Träningsstång		1	
8R	Höger handtagssats		1	
8L	Vänster handtagssats		1	
9	Monteringsplatta		1	
10	Armstöd		2	
11	Ryggstöd		1	
12	Hängplatta för ryggstödet		1	
13	U-fäste		2	
14	Skyddsplatta för ryggstödet		1	
15	Ändplatta för ryggstödet		1	
16L	Armhåvningsrör (vänster)		1	
16R	Armhåvningsrör (höger)		1	
17	Bricka	Φ30*Φ11*2,5	6	Svart zinkpläterad
18	Block		27	SVART
19	Toppkåpa		1	SVART
20	Låsmutter	M6	2	Svart zinkpläterad
21	Gummiplatta	53*32*2	5	SVART
22	Fotstöd	M10*30	3	SVART
23	Gummistöd	Passar med φ25,4 runt rör	2	SVART
24	Ändplugg	Sats	1	
25	Handtag	Φ33*Φ21*310	2	SVART
26	Ändplugg	Passar med Φ50,8 runt rör	2	SVART
27	Handtag	Φ33*Φ21*152	2	SVART
28	Ändplugg	passar med 75*50*2 rör	3	SVART
29	DYNA	100*25*2	4	SVART
30	Handtag till armhåvningsrör	Φ30*Φ24*350	2	SVART
31	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*30	7	Svart zinkpläterad
32	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*105	3	Svart zinkpläterad
33	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*85	2	Svart zinkpläterad
34	Insexskruv med halvt huvud och ansats	M8*40	4	Svart zinkpläterad
35	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*100	2	Svart zinkpläterad

## Forts. komponentlista för Power Trainer

36	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*20	6	Svart zinkpläterad
37	Insexskruv med sänkt huvud och ansats	φ12*93*M10	1	Svart zinkpläterad
38	Insexskruvar med kullrigt huvud	M8*15	4	Svart zinkpläterad
39	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*70	5	Svart zinkpläterad
40	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*125	2	Svart zinkpläterad
41	Skrivar med platt huvud och krysspår	M10*50	13	Svart zinkpläterad
42	Insexskruvar med kullrigt huvud	M8*20	10	Svart zinkpläterad
43	Plan bricka	φ10	90	Svart zinkpläterad
44	Fjäderbricka	φ10	8	Svart zinkpläterad
45	Plan bricka	φ8	12	Svart zinkpläterad
46	Plan bricka	φ12	1	Svart zinkpläterad
47	Plan bricka	φ5	4	Svart zinkpläterad
48	Låsmutter	M10	59	Svart zinkpläterad
49	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10	2	Svart zinkpläterad
50	Distanshylsa till block	Φ20*Φ11*6	4	Svart zinkpläterad
51	Låsmutter	M8	4	Svart zinkpläterad
52	Mellanläggsbricka till guidestång		1	
53	Nedre omläggspatta		2	SVART
54	Distansrör till viktstack		2	
55	Gummidämpare	φ64*φ20*25,5	2	SVART
56	Vikthållarsprint		1	
57	Viktplatta		15	SVART
58	Viktstång	Φ22*582	1	Krompläterad
59	Ändvikt		1	SVART
60	Guidestång	Φ19*2008	2	Krompläterad
61	U-format blockhus		1	
62	Övre tvärstag		1	
63	Övre blockhus		1	
64	Bakre pelarrör		1	
65	Vajeradapter		2	
66	Rörligt blockhus		2	
67	Vajerstopp		2	SVART
68	Vajerförarfäste		2	
69	Bakre stödben		1	
70	Blockplatta		2	Krompläterad

## Forts. komponentlista för Power Trainer

71R	Pelarrörsats höger		1	Krompläterad
71L	Pelarrörsats vänster		1	Krompläterad
72	Justergrepp	Φ33*Φ21*140	2	SVART
73	Handtag		2	
74R	Justerhylsesats höger		1	
74L	Justerhylsesats vänster		1	
75	Vagnhylsa		4	SVART
76	T-formad låssprint		2	
77	Gummiplatta	37*20*3	4	SVART
78	Bussning till förvaringskrok	Φ25,4*Φ21,4*Φ12*15	4	
79	Blockhus		2	
80	U-fäste vajerände		2	Krompläterad
81	Bussning	Φ13*Φ10*Φ6,2*4,5	2	
82	Nedre blockhus		2	
83	Fotplatta		1	
84	Bakre vajer		1	
85	Vajer		2	
86	Kedjeskydd i tyg		1	
87	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*95	2	Svart zinkpläterad
88	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*45	6	Svart zinkpläterad
89	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*40	1	Svart zinkpläterad
90	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*40	4	Svart zinkpläterad
91	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*100	3	Svart zinkpläterad
92	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*130	2	Svart zinkpläterad
93	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*80	2	Svart zinkpläterad
94	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*145	2	Svart zinkpläterad
95	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*75	4	Svart zinkpläterad
96	Insexskruv med sänkt huvud och ansats	φ12*63*M10	2	Svart zinkpläterad
97	Insexskruv med halvt huvud och ansats	M6*32	2	Svart zinkpläterad
98	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*35	2	Svart zinkpläterad
99	Insexskruvar med kullrigt huvud	M10*55	2	Svart zinkpläterad
100	Ändplugg	Passar med 60°30'1,5 elliptiskt rör		
101	Bricka	Φ26*Φ10*2	22	Svart zinkpläterad
102	Insexskruv	M12	1	Svart zinkpläterad
103	Gummiplatta	35*20*2	4	SVART
104	Ändplugg	Passar med φ25,4*2 elliptiskt rör	2	SVART
	Insexnyckel	5#	1	Zinkpläterad
	Insexnyckel	6#	1	Zinkpläterad
	Insexnyckel	8#	1	Zinkpläterad
	Smal nyckel	δ3	1	Zinkpläterad

# Storlekstabell järnvaror



#45 Plan bricka  $\phi 8$  (12)



#43 Plan Bricka  $\phi 10$  (90)



#101 Bricka  $\Phi 26*\Phi 10*2$  (22)



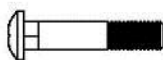
#46 Plan Bricka  $\phi 12$  (1)



#38 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M8\*15 (4)



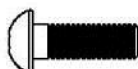
#42 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M8\*20 (10)



#34 Insexskruv med halvt huvud  
och ansats M8\*40 (4)



#38 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M8\*15 (1)



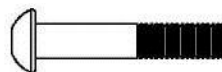
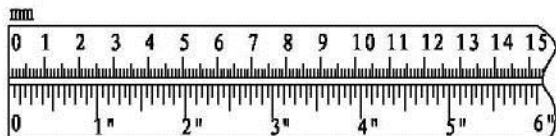
#31 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M10\*30 (7)



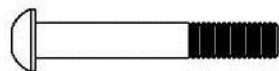
#90 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M10\*40 (4)



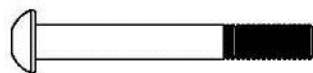
#41 Skruvar med platt huvud och  
krysspår M10\*50 (13)



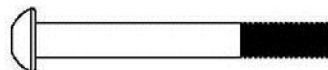
#99 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M10\*55 (2)



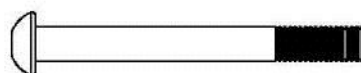
#39 Insexskruvar med kullrigt huvud  
huvud M10\*70 (5)



#93 Insexskruvar med kullrigt huvud  
huvud M10\*80 (2)



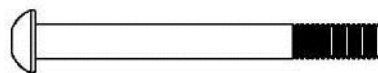
#33 Insexskruvar med kullrigt huvud  
huvud M10\*85 (2)



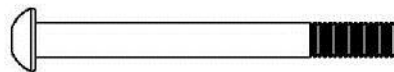
#87 Insexskruvar med kullrigt  
huvud M10\*95 (2)



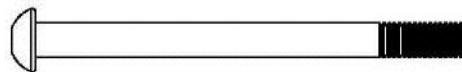
#37 Insexskruv med sänkt  
huvud och ansats  
 $\phi 12*93*M10$  (1)



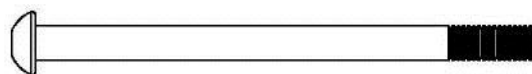
#35 Insexskruvar med kullrigt  
huvud M10\*100 (2)



#32 Insexskruvar med kullrigt  
huvud M10\*105 (3)



#40 Insexskruvar med kullrigt huvud M10\*125 (2)



#94 Insexskruvar med kullrigt huvud  
M10\*145 (2)

## Forts. storlekstabell järnvaror



#51 Låsmutter M8 (4)



#48 Låsmutter M10 (59)



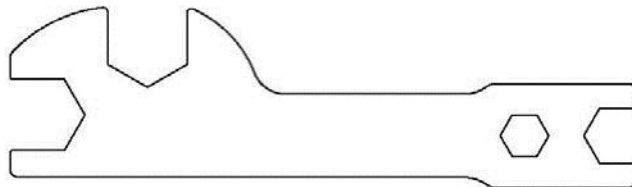
5mm insexnyckel (1)



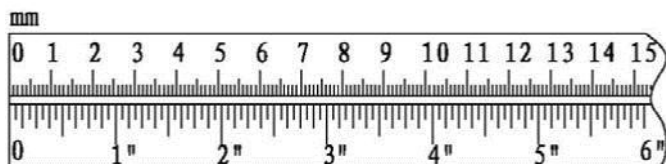
6mm insexnyckel (1)



6mm insexnyckel (1)



ø3mm (1)





# OBS! MYCKET VIKTIGT:

Följ järnvarulistorna för PT1 på de tre järnvarupanelerna vid montering av Inspire Fitness PT1. De järnvaror som behövs för ett steg kan finnas på mer än en panel. T.ex.: Järnvaran för steg 1 finns på två olika paneler.

På en panel listas järnvaran som:

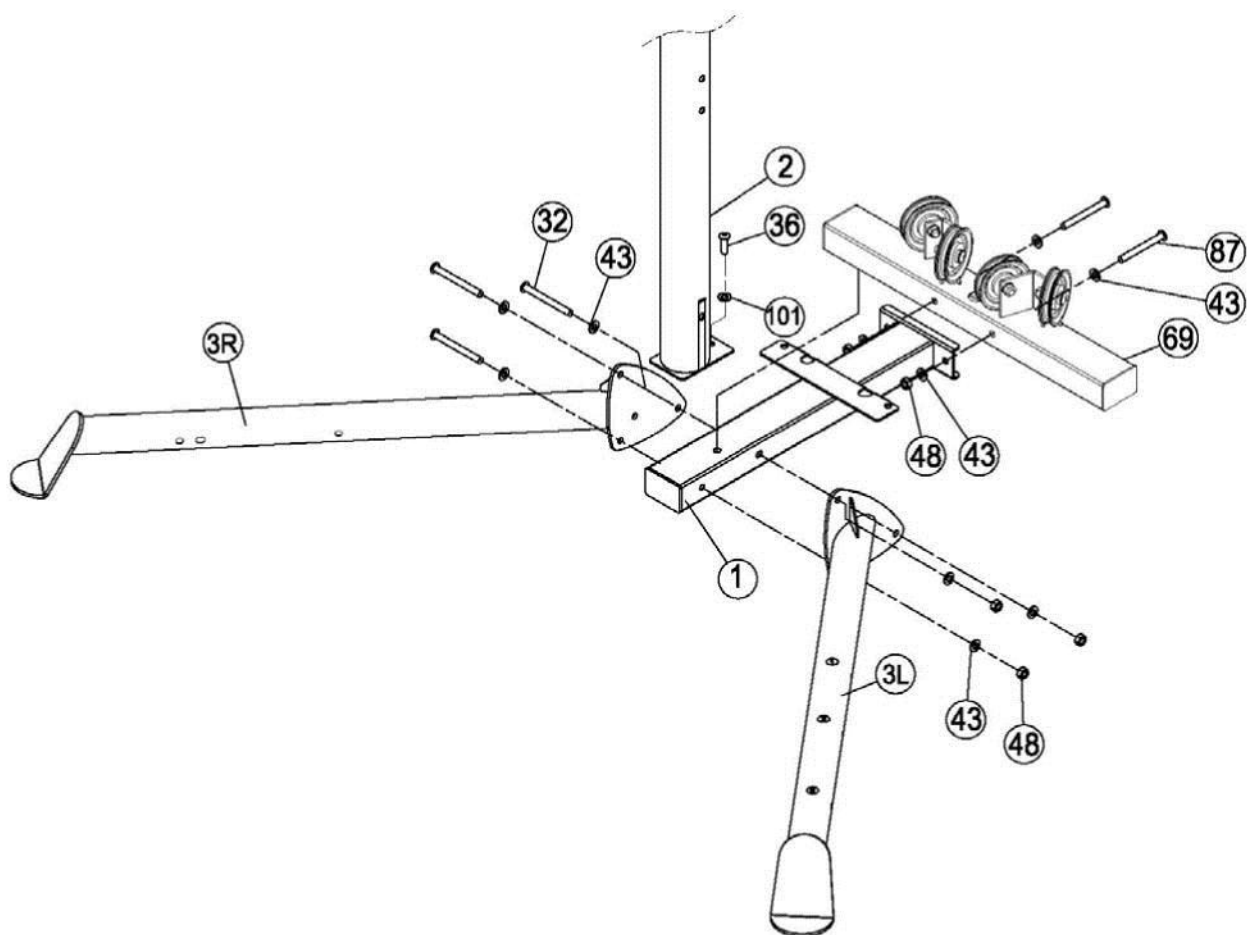
**CDVK2-Step 1**

**PT1-Step 1**

På den andra panelen listas järnvaran som:

**PT1-Step 1**

# Steg 1

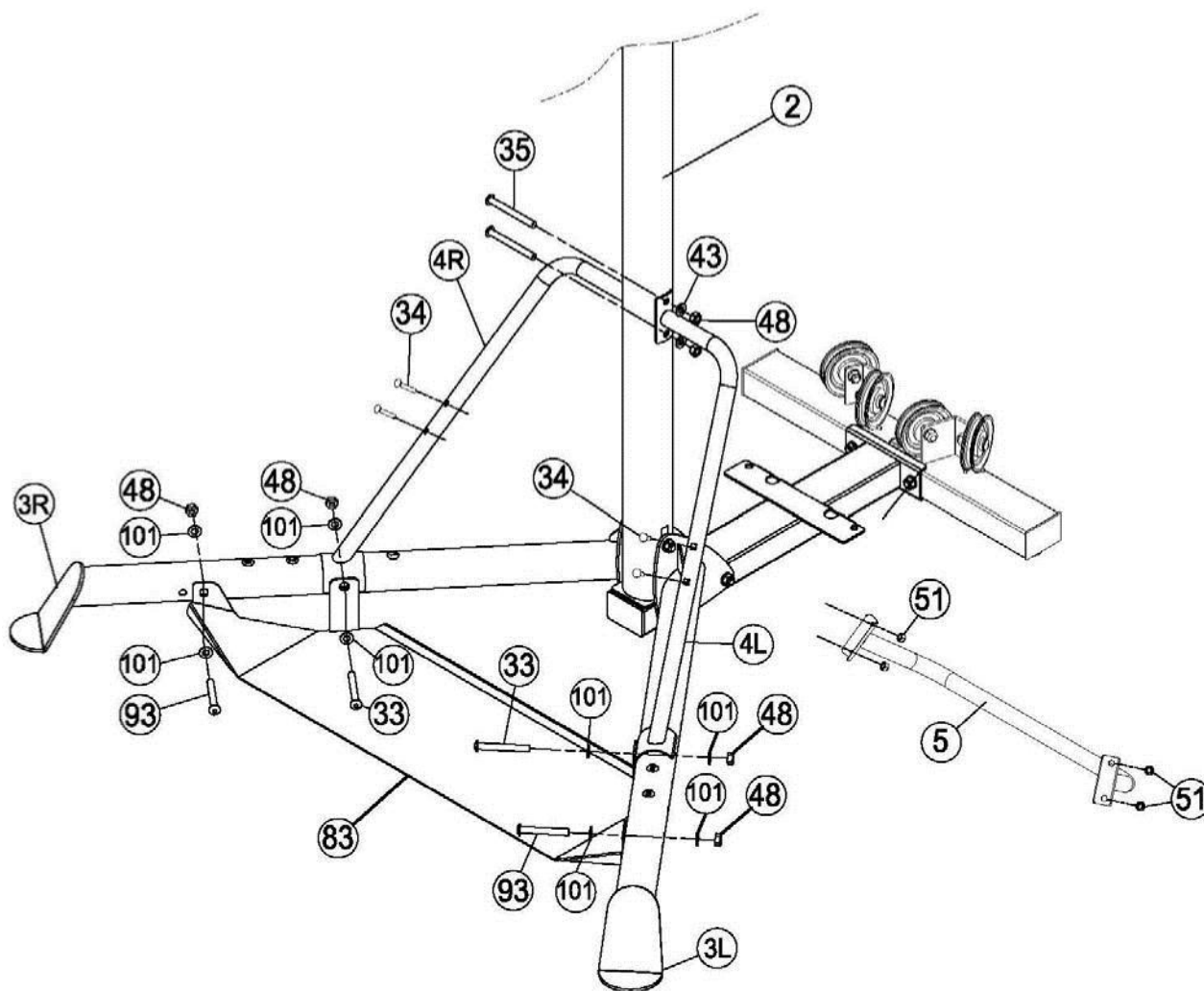


Montera höger och vänster ben (3R och 3L) på huvudpelaren (2) och huvudsockeln (1) med:  
**en (M10 x 4/5"-bult)**  
**tre (M10 x 4 1/8"-bultar)**

Montera det bakre stödbenet (69) på huvudsockeln (1) med: **tre (M10 x 3 3/4"-bultar)**

**Obs! Dra bara åt för hand.**

## Steg 2



Montera höger och vänster stödarmar (4L och 4R) på huvudpelaren (2) med:  
**två (M10 x 4"-bultar)**

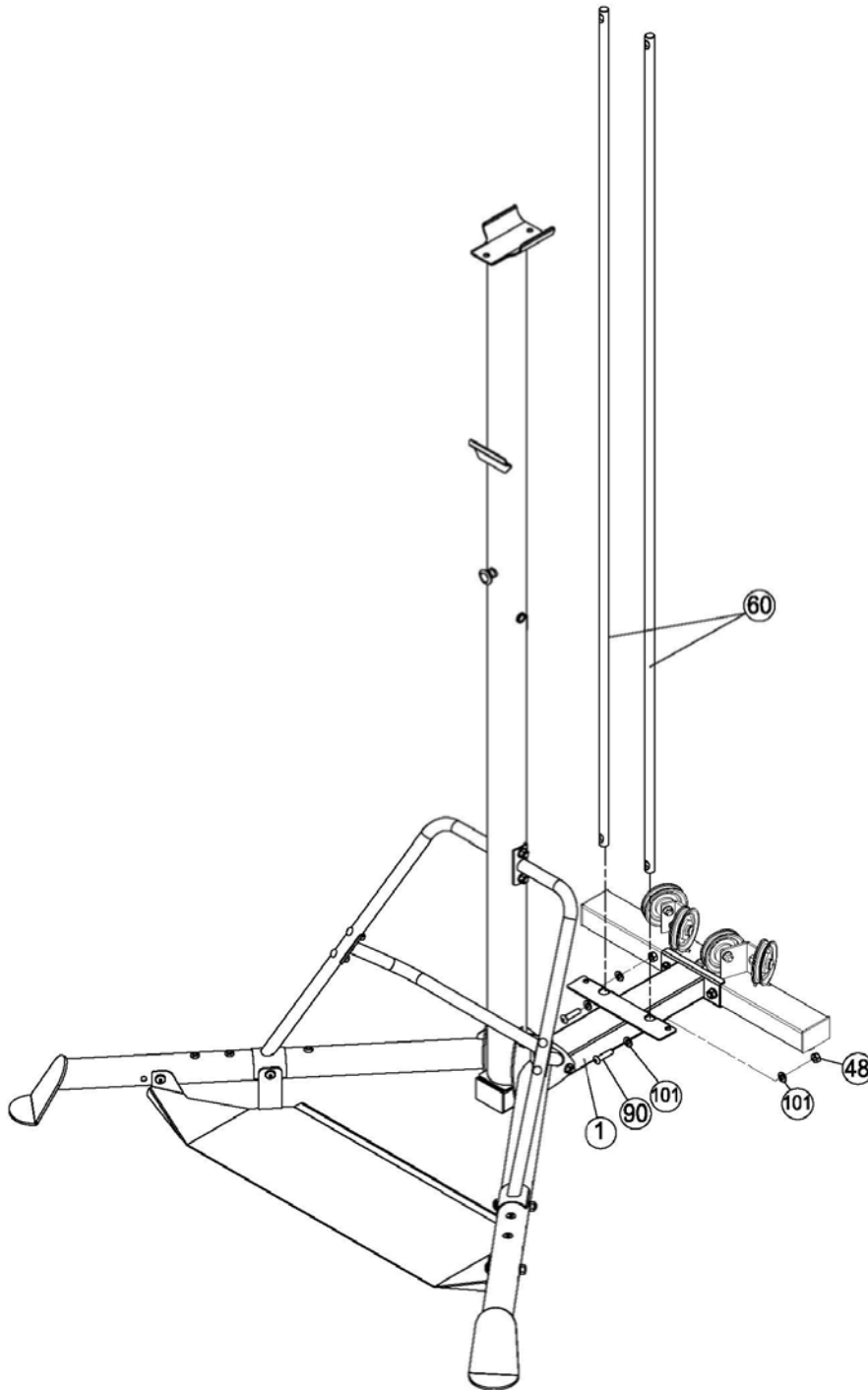
Montera båda stödarmarna (4L och 4R) och fotplattan (83) på benen med:  
**två (M10 x 3 3/8"-bultar)**

Montera fotplattan (83) på vänster och höger ben (3L och 3R) med:  
**två (M10 x 3 1/8"-bultar)**

Montera tvärstaget (5) på stödarmarna (4L och 4R) med:  
**fyra (M8 x 1 3/5"-bultar)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar i steg 1 och 2 med nyckel.**

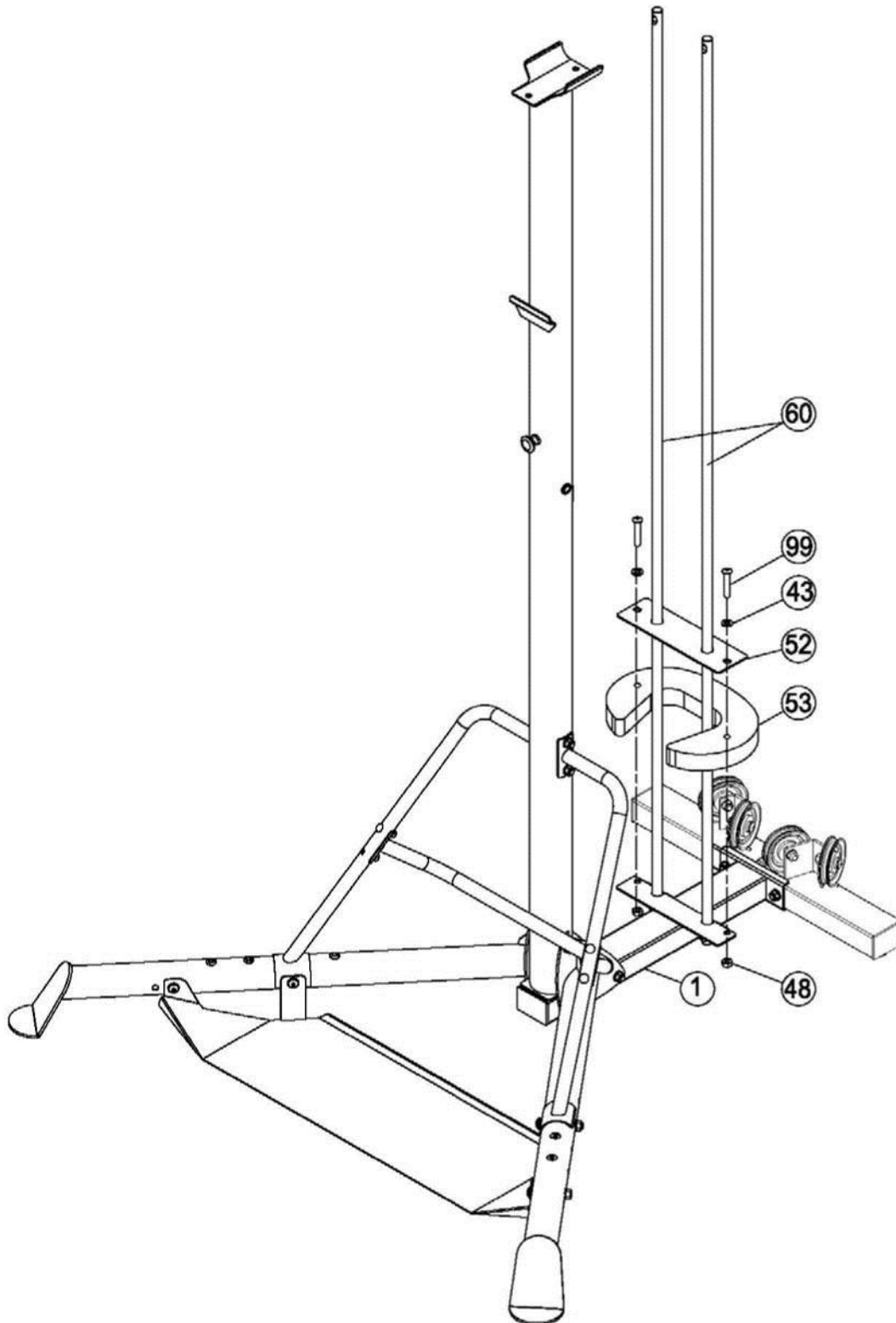
## Steg 3



Montera guidestängerna (60) på huvudsockeln (1) med: **två (M10 x 1 3/5"-bultar)**

**Obs! Dra bara åt för hand.**

## Steg 4

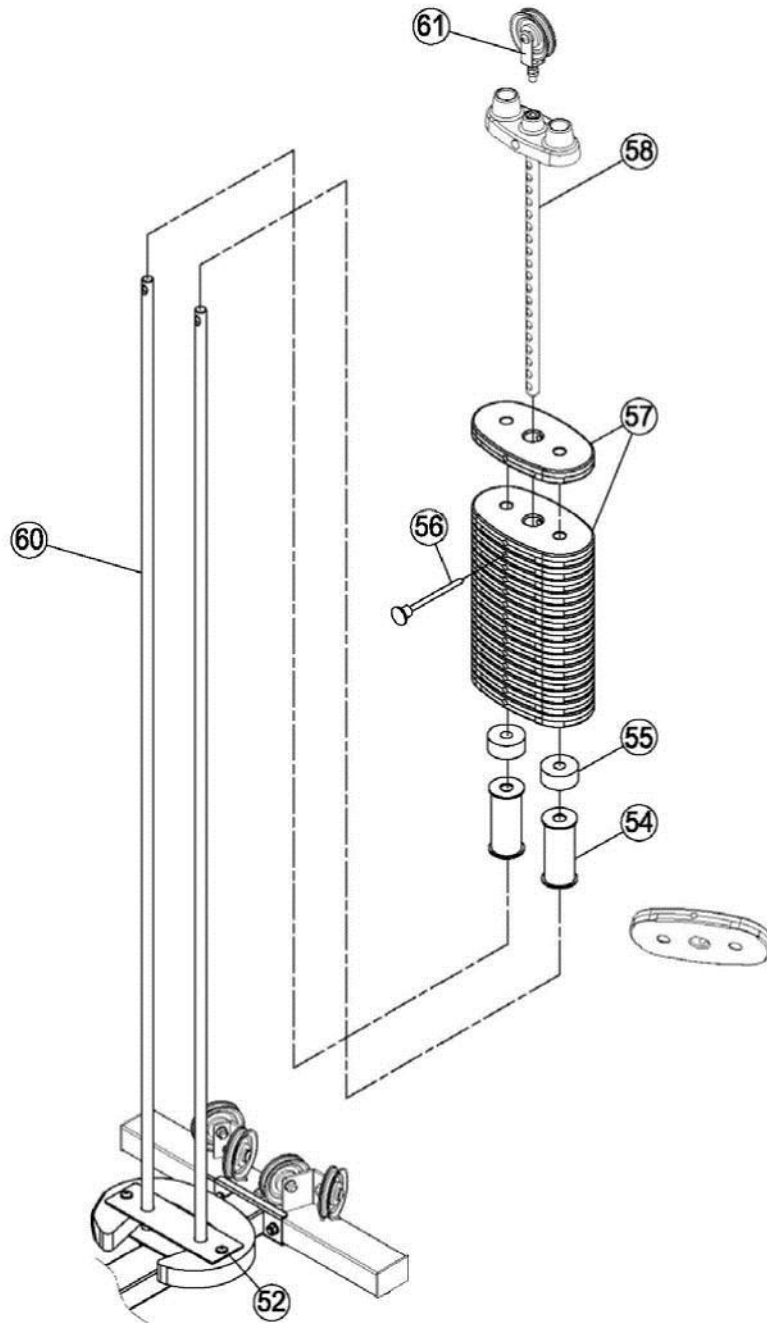


Steg 4: Montera den nedre omläggsplattan (53) och mellanlägsbrickan till guidestången (52) på huvudsockeln med:

**två (M10 x 2 1/8"-bultar)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar i steg 3 och 4 med nyckel.**

## Steg 5



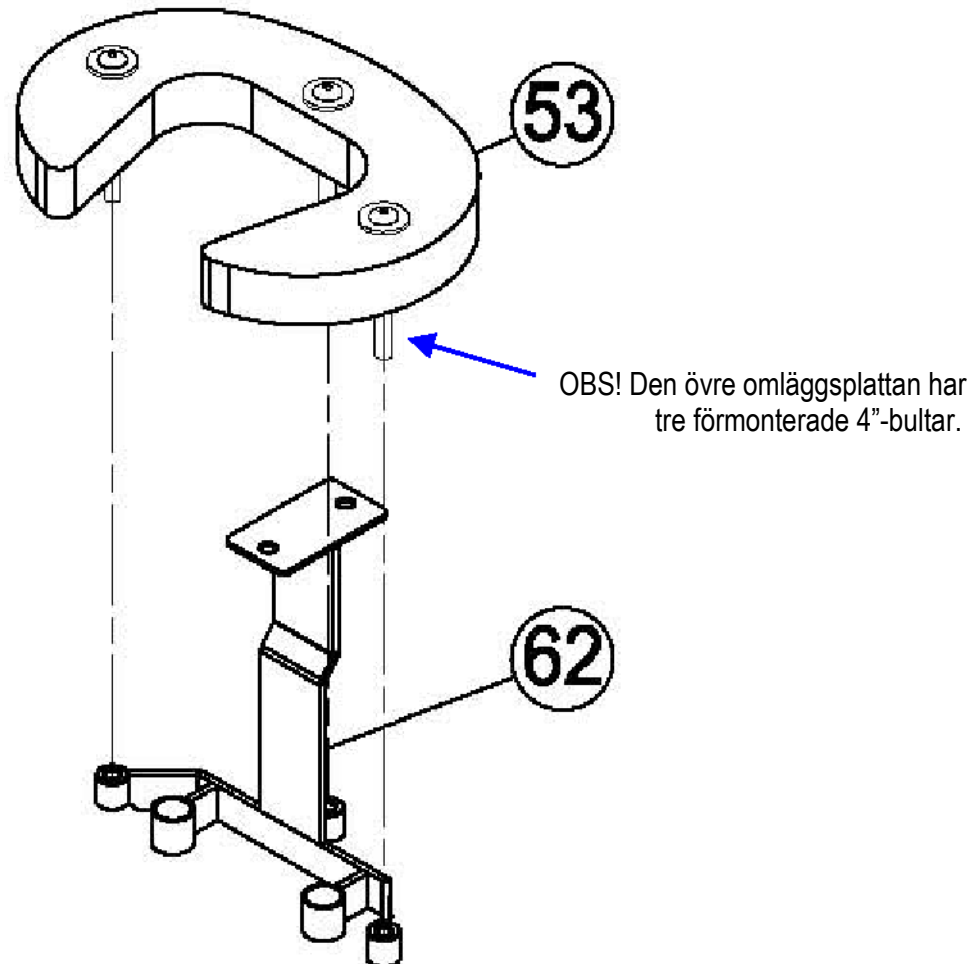
Montera det U-formade blockhuset (61) och blocket på viktstången (58). **VIKTIGT! Gänga i bulten till det U-formade blockhuset halvvägs in i viktstången och dra åt låsmuttern ordentligt.**

**OBS!** Innan du påbörjar steg 5: Om den valfria tunga viktstacken på 200 pund monteras ska distansrören till viktstacken (54) inte användas. (Utrymmet används till fem extra viktplattor.)

Skjut ned distansrören till viktstacken (54) längs guidestängerna (60) till omläggsplattan. Skjut sedan gummidämparna (55) ned längs guidestängerna tills de vilar på distansrören till viktstacken. Skjut sedan ned varje platta längs guidestängerna tills alla 15 viktplattorna (57) vilar på gummidämparna.

Kontrollera att alla viktplattorna är vända framåt och ligger med rätt sida uppåt. **(Framsidan på viktplattorna markeras med ett inskjutet område för viktstacknummer. Undersidorna på plattorna har tre upphöjningar).**

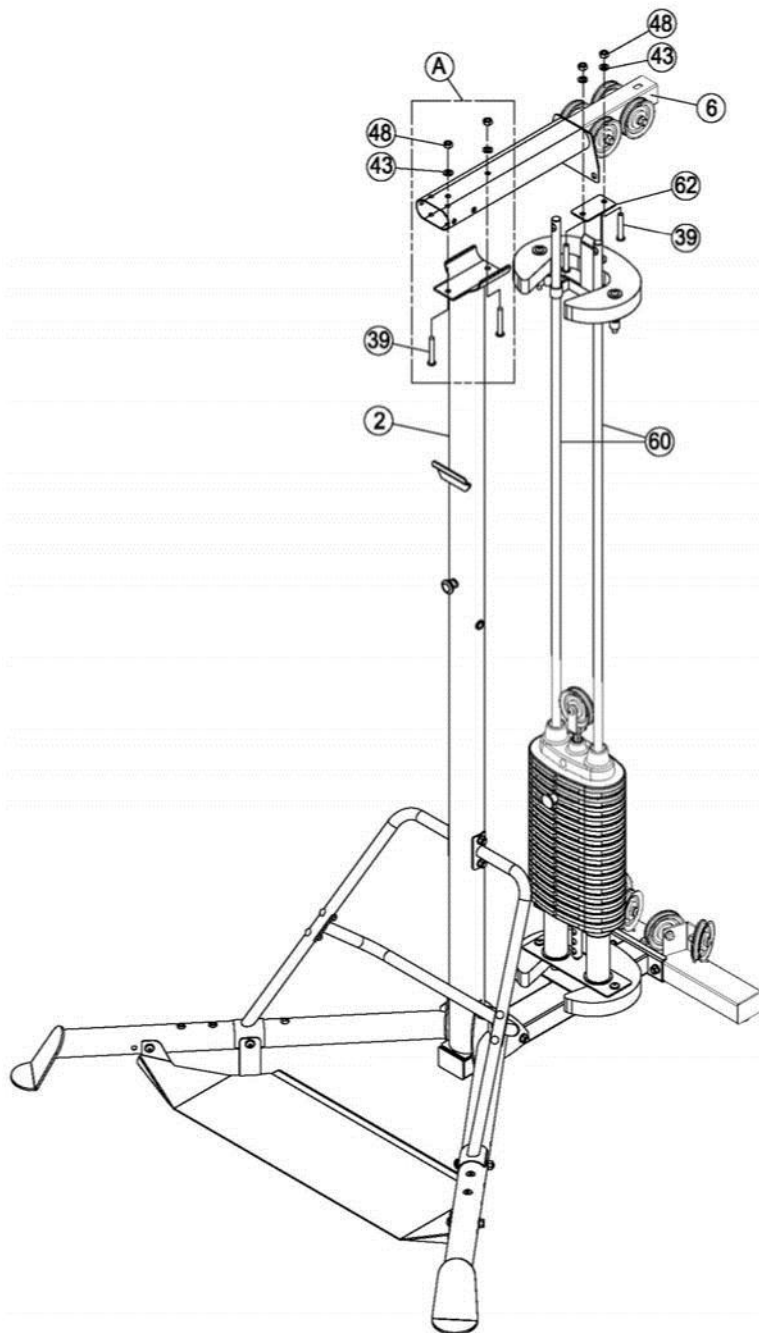
## Steg 6



Montera den övre omläggsplattan (53) på fästet för omläggsplattan (62) genom att gänga i de tre skruvarna med kullriga huvuden halvvägs ned.

*OBS! Se till att alla tre skruvarna gängas i lika djupt.*

## Steg 7

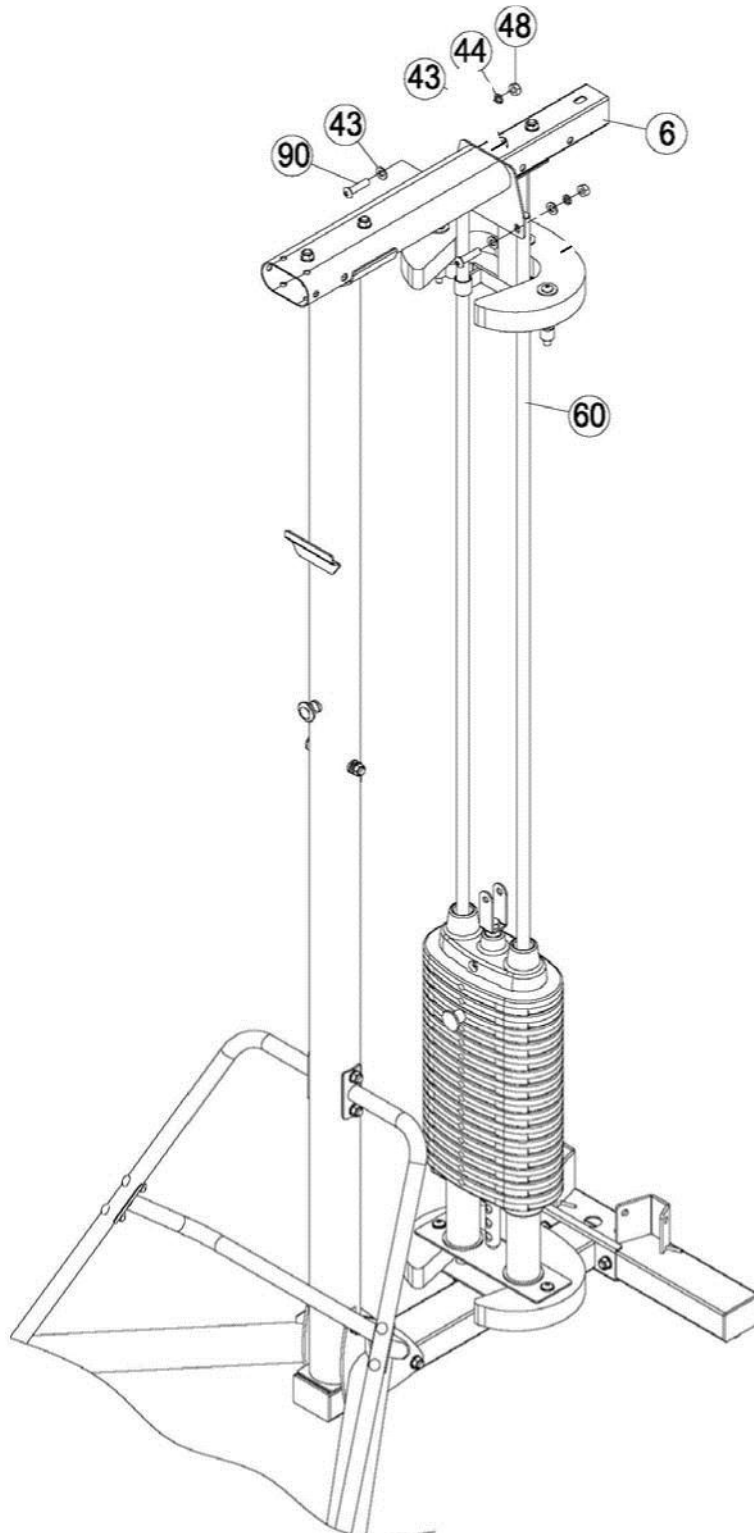


Montera fästet för omläggsplattan (62) på toppbommen (6) med: **Två (M10 x 2 3/4"-bultar)**. Skjut på fästet för omläggsplattan (62) på guidestängerna (60).

Montera toppbommen (6) på huvudpelaren (2) med: **två (M10 x 2 3/4"-bultar)**. **Obs! Dra bara åt för hand.**



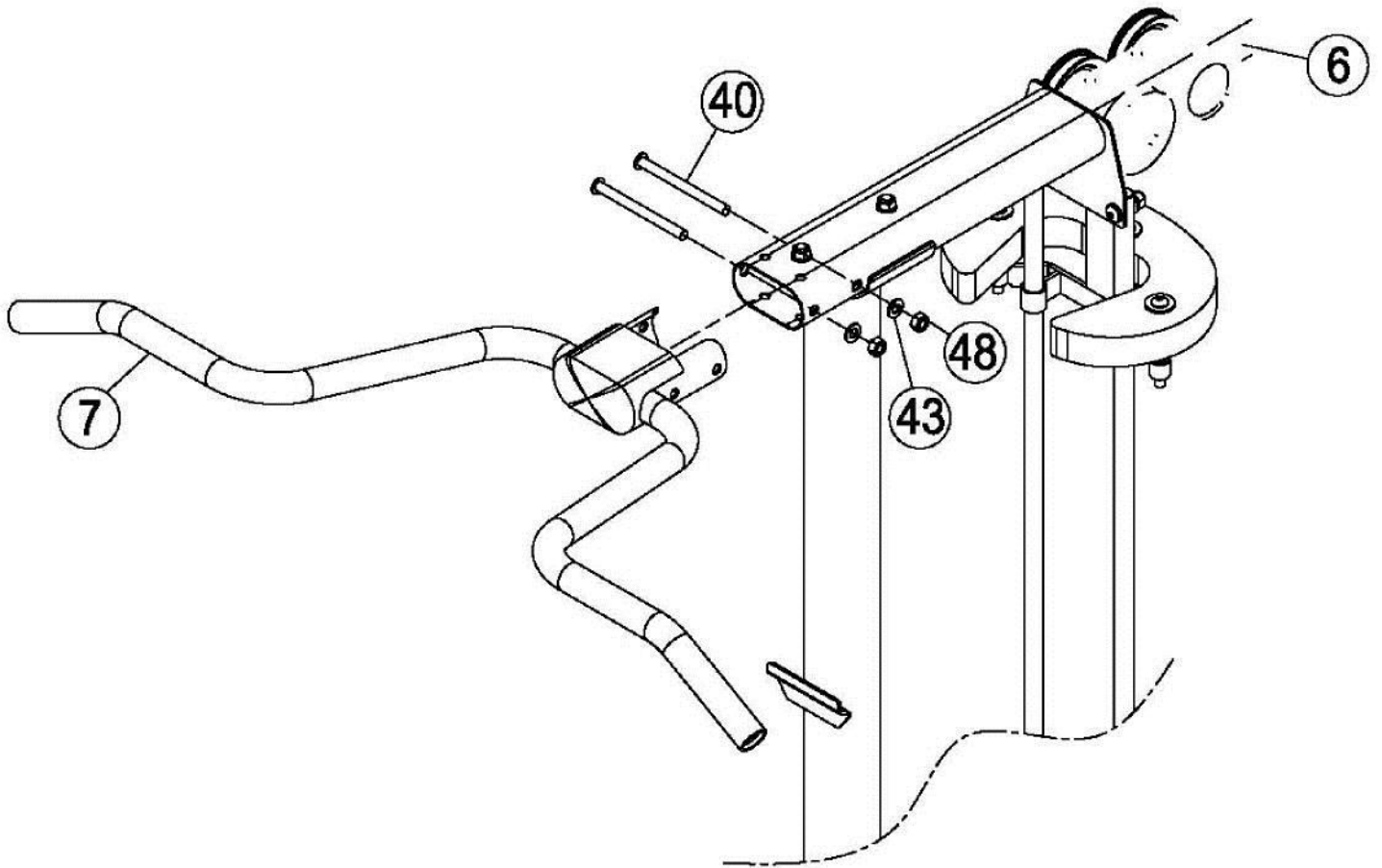
## Steg 8



Montera guidstängerna (60) på toppbommen (6) med: **två (M10 x 1 3/5"-bultar).**

**Obs! Dra bara åt för hand.**

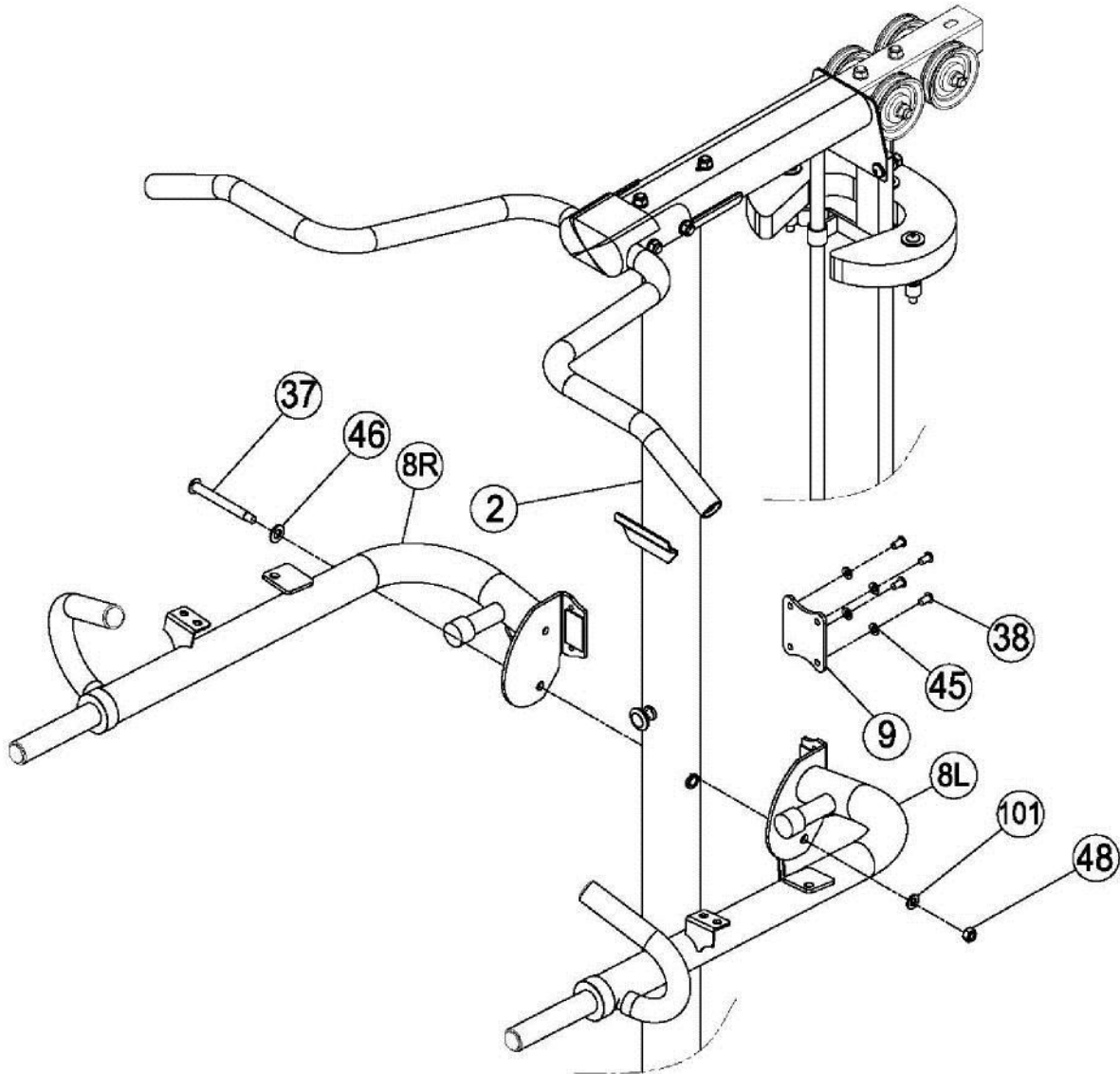
## Steg 9



Montera träningsstången (7) på toppbommen (6) med: **två (M10 x 4 7/8"-bultar)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar i detta steg med nyckel.**

## Steg 10

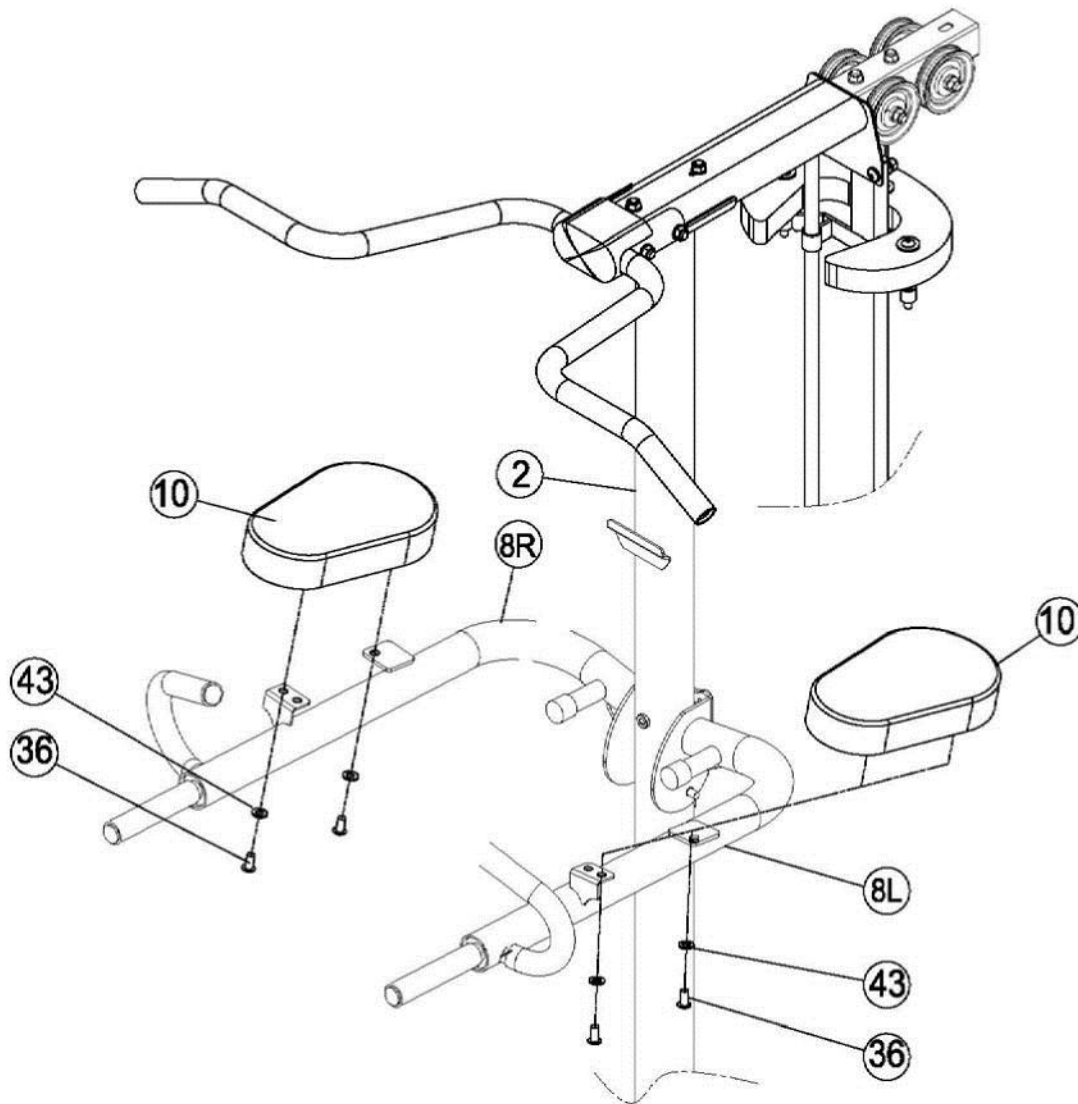


Montera höger och vänster handtag (8R och 8L) på huvudpelaren (2) med:  
**en (M12 x 3 5/8"-bult)**

Montera höger handtag (8R) och vänster handtag (8L) på monteringsplattan med:  
**fyra (M8 x 3/5"-bultar)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar i detta steg med nyckel.**

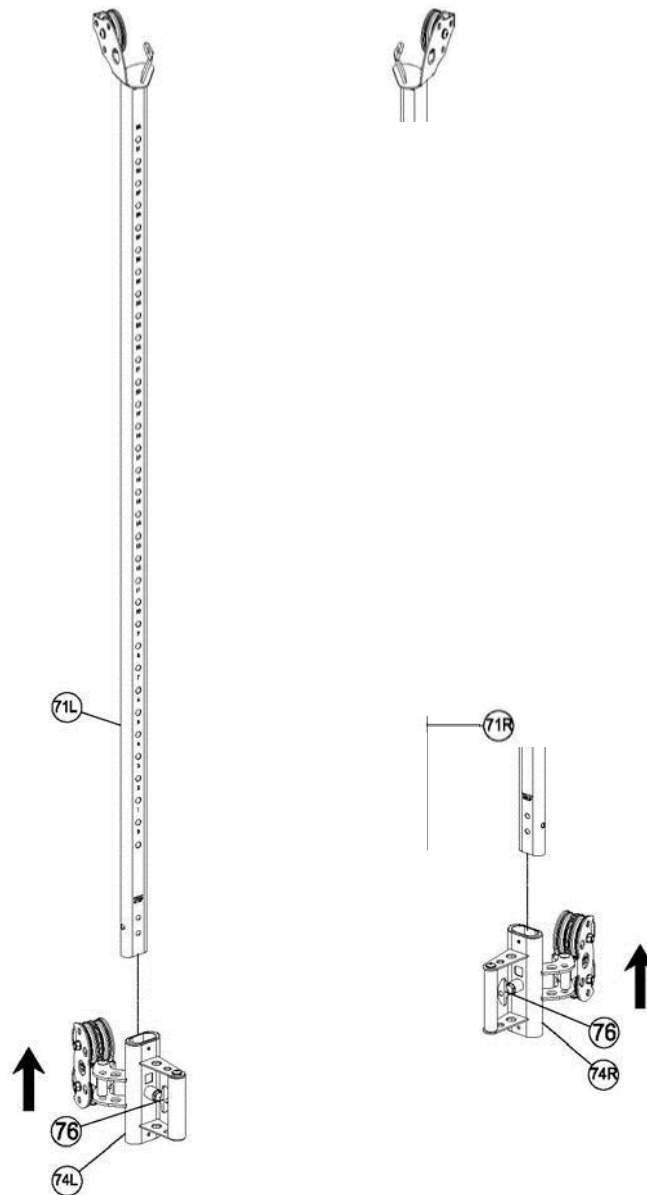
# Steg 11



Montera armstöden (10) på vänster och höger handtag (8R och 8L) med:  
**fyra (M10 x 4/5"-bultar)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar i detta steg med nyckel, men dra inte åt för hårt.**

## Steg 12



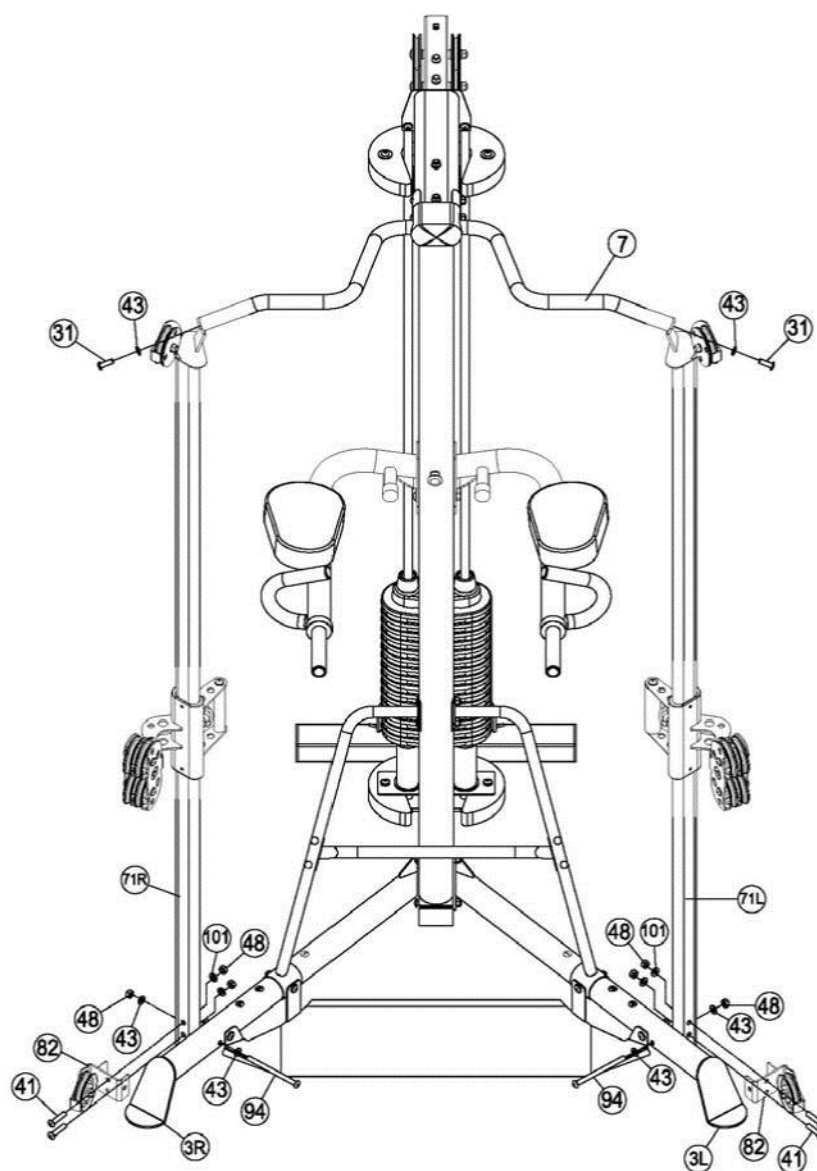
Montera vänster justerhylsesats (74L)  
på vänster pelarrörsats (71L).

höger pelarrörsats (71R).

Montera höger justerhylsesats (74R) på

**OBS!** Kontrollera att fönstret i vänster och höger justerhylsesatser är ovanför den T-formade låssprinten (76).

## Steg 13



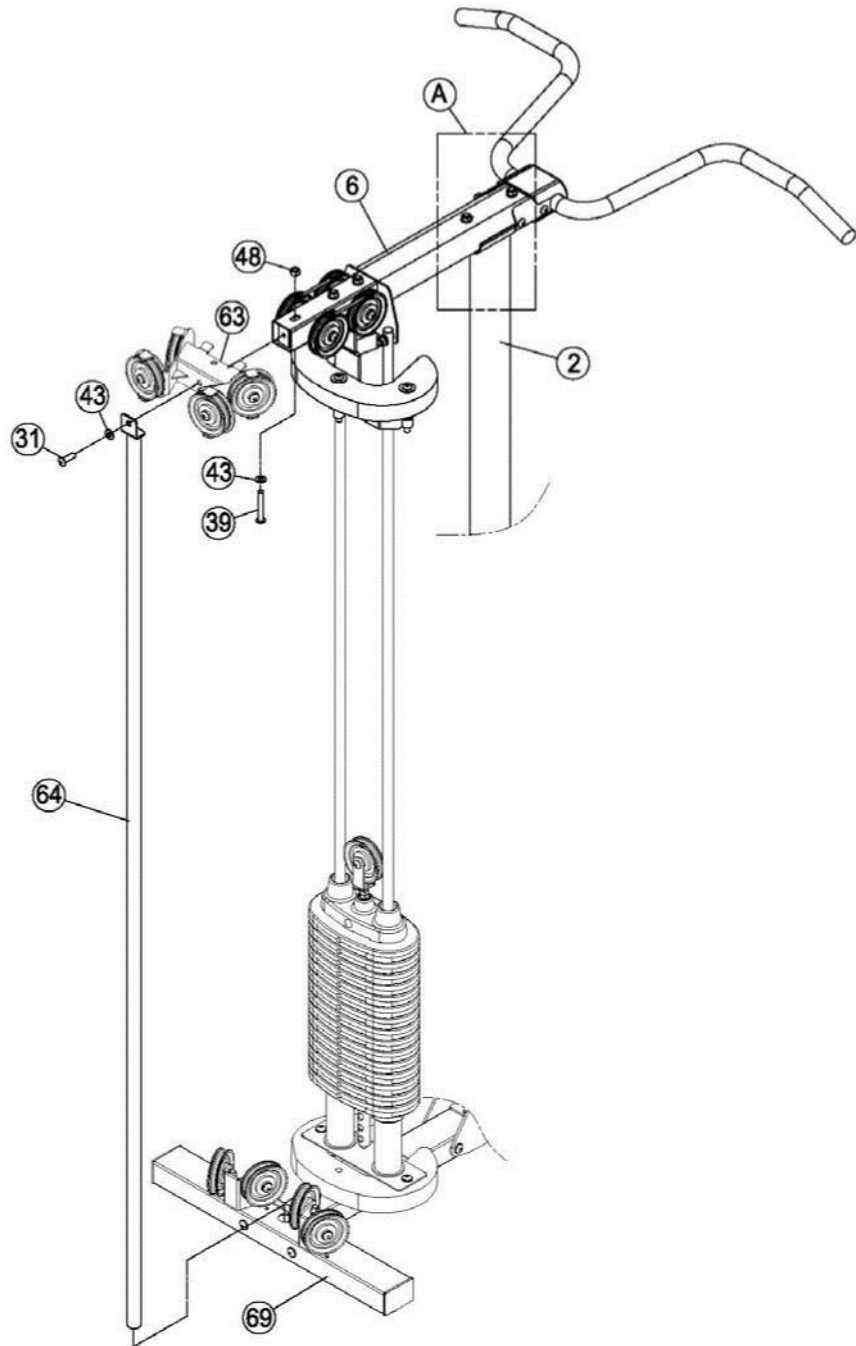
Montera det nedre blockhuset (82) längst ned på höger och vänster pelarrörsats med:  
**två (M10 x 2"-bultar)**

Montera höger och vänster pelarrörsats (71R och 71L) och det nedre blockhuset på höger och vänster ben (3R och 3L) med:  
**två (M10 x 5 3/4"-bultar)**

Montera höger och vänster pelarrörsats (71R och 71L) på träningsstängens med:  
**två (M10 x 1 1/4"-bultar)**

**Obs! Dra bara åt för hand.**

## Steg 14



Montera det övre blockhuset (63) på toppbommen (6) med:

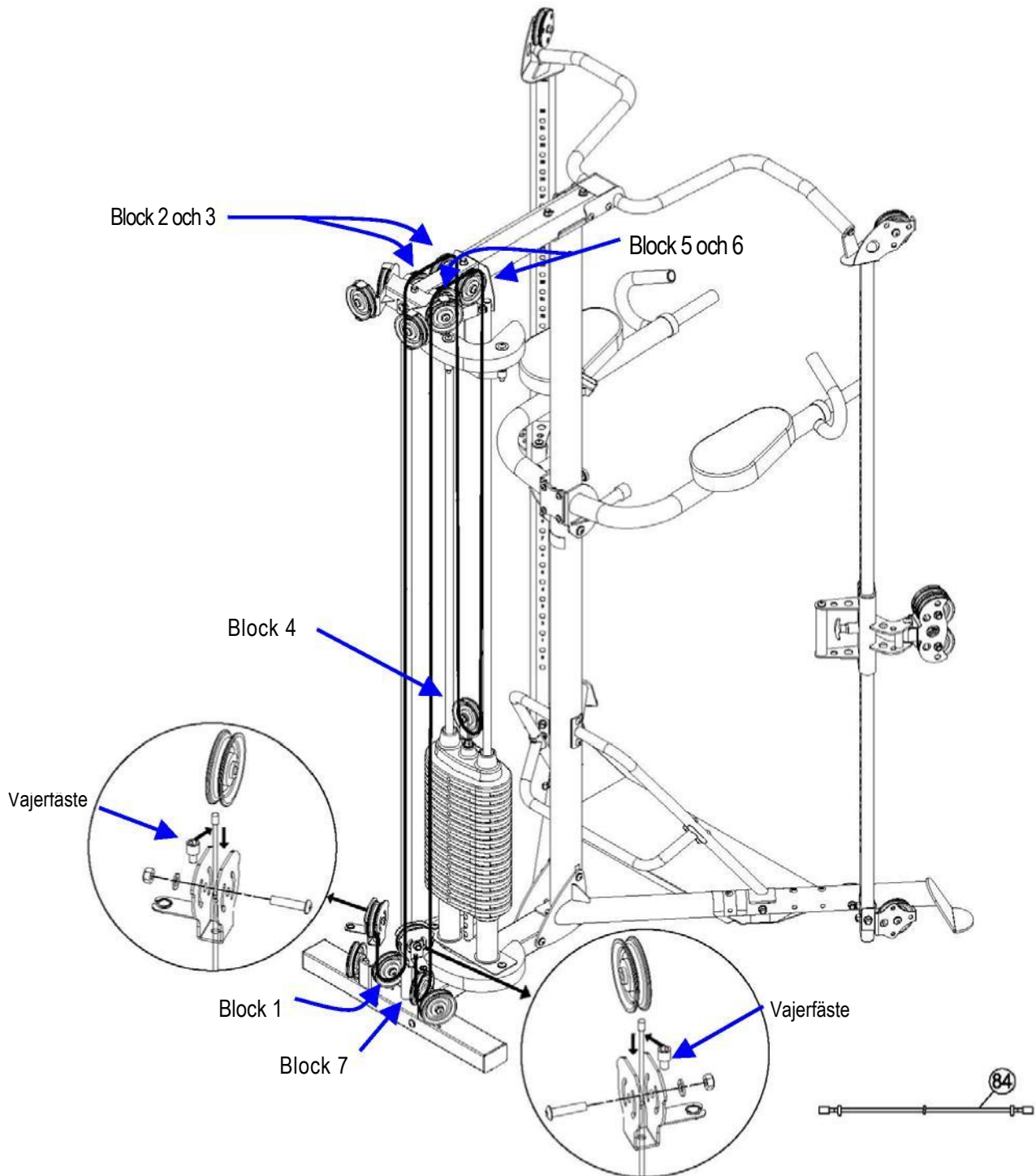
**en (M10 x 2 3/4"-bult)**

Skjut det bakre pelarröret (64) in i det bakre stödbenet (69). Montera sedan på det övre blockhuset (63) med:

**en (M10 x 1 1/4"-bult)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar i steg 7, 8, 13 och 14 med nyckel.**

## Steg 15

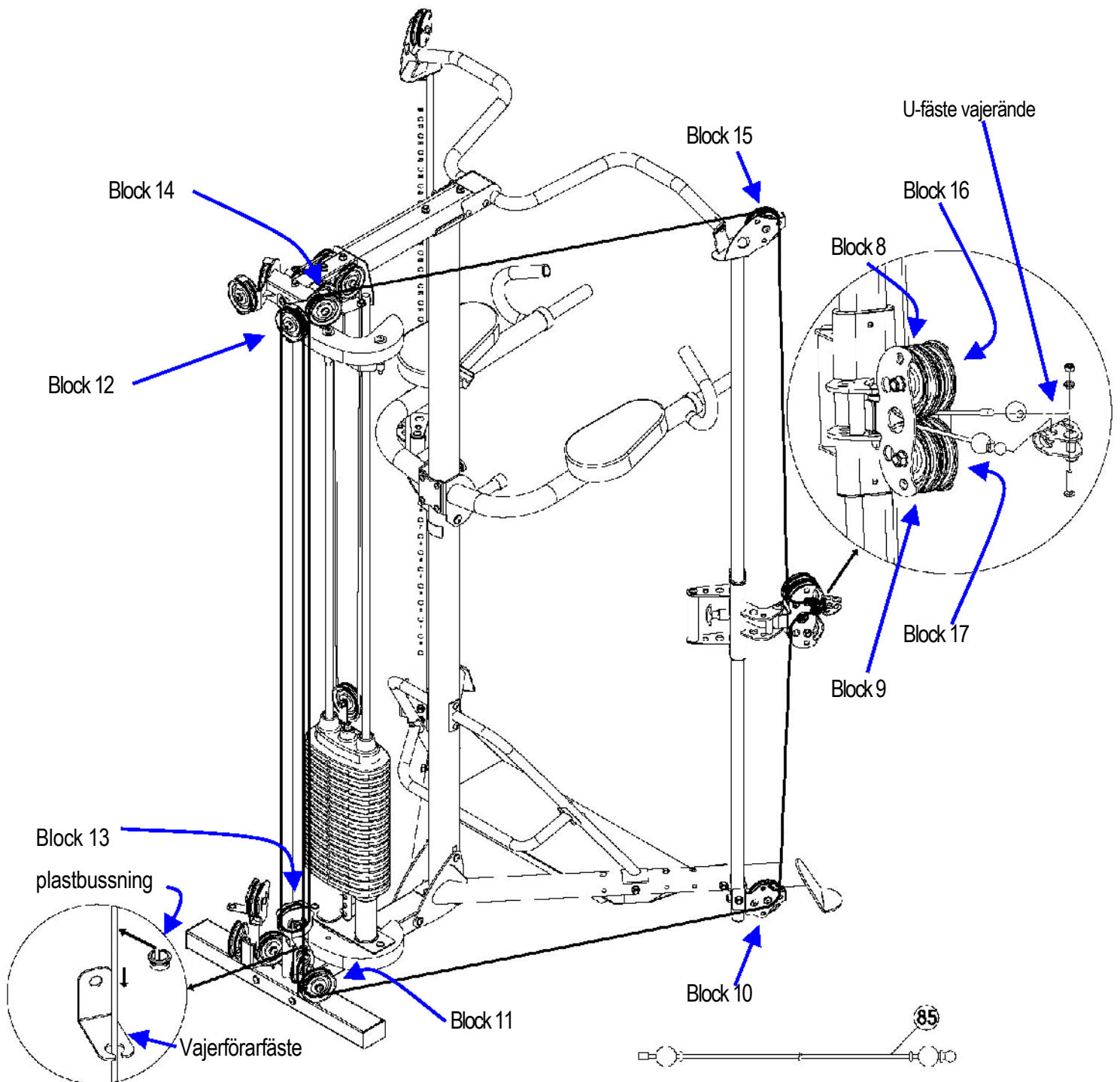


Med början baktill på gymmet börjar du dra den bakre vajern (84) runt block 1. Fortsätt till toppen av gymmet och dra den runt block 2 och 3. Fortsätt ned och runt block 4 och sedan upp och runt block 5 och 6. Avsluta genom att dra vajern ned och runt block 7.

Hitta de båda rörliga blockhusen och börja med att ta bort 3 1/2"-blocken från dem. Skjut sedan in båda ändarna av vajern (84) i bottenhålet på varje rörligt blockhus. Montera kabelfästena så som visas i de förstörade cirklarna ovan. Montera 3 1/2"-blocken igen och dra åt.



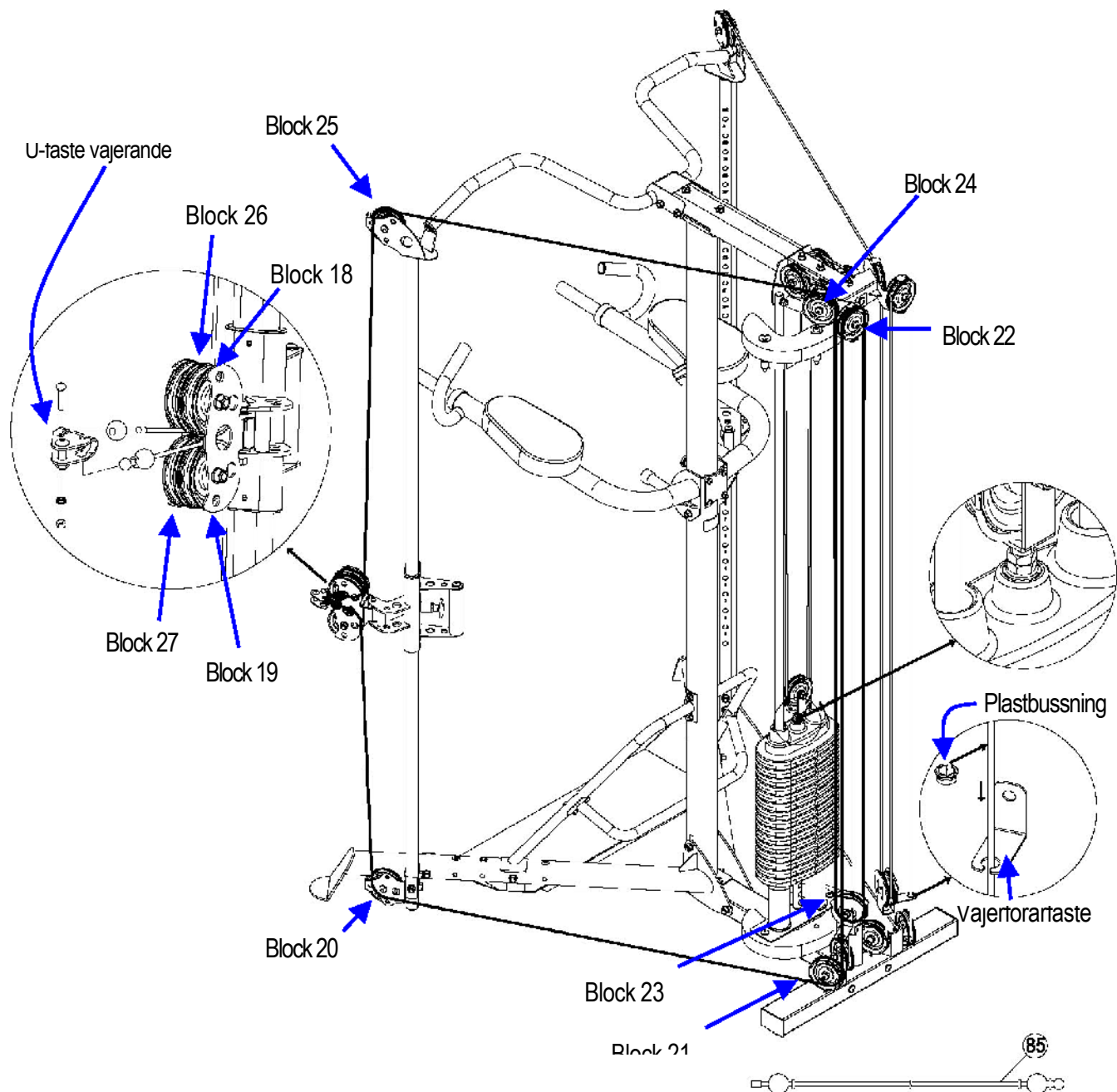
## Steg 16



I steg 16 dras vjern på höger sida. Börja med att hitta vjern (85). För änden utan plastkula mellan block 8 och 9. Fortsätt ned och runt block 10 och 11. För vjern upp och runt block 12, sedan ned och runt det rörliga blocket 13. Fortsätt upp och runt block 14 och 15. Vjern slutar mellan block 16 och 17. Hitta U-fästet för vajeränden och ta bort den tunnare vagnsbulten. Skjut en plastkula på vajeränden och fäst sedan U-fästet i vajeränden och byt ut vagnsbulten. Vajeränden mellan block 8 och 9 kan nu skjutas in i spåret på U-fästet. Detta är den löstagnbara änden av kabeln.

Sätt i vjern i vajerförarfästet. Snäpp fast en plastbussning.

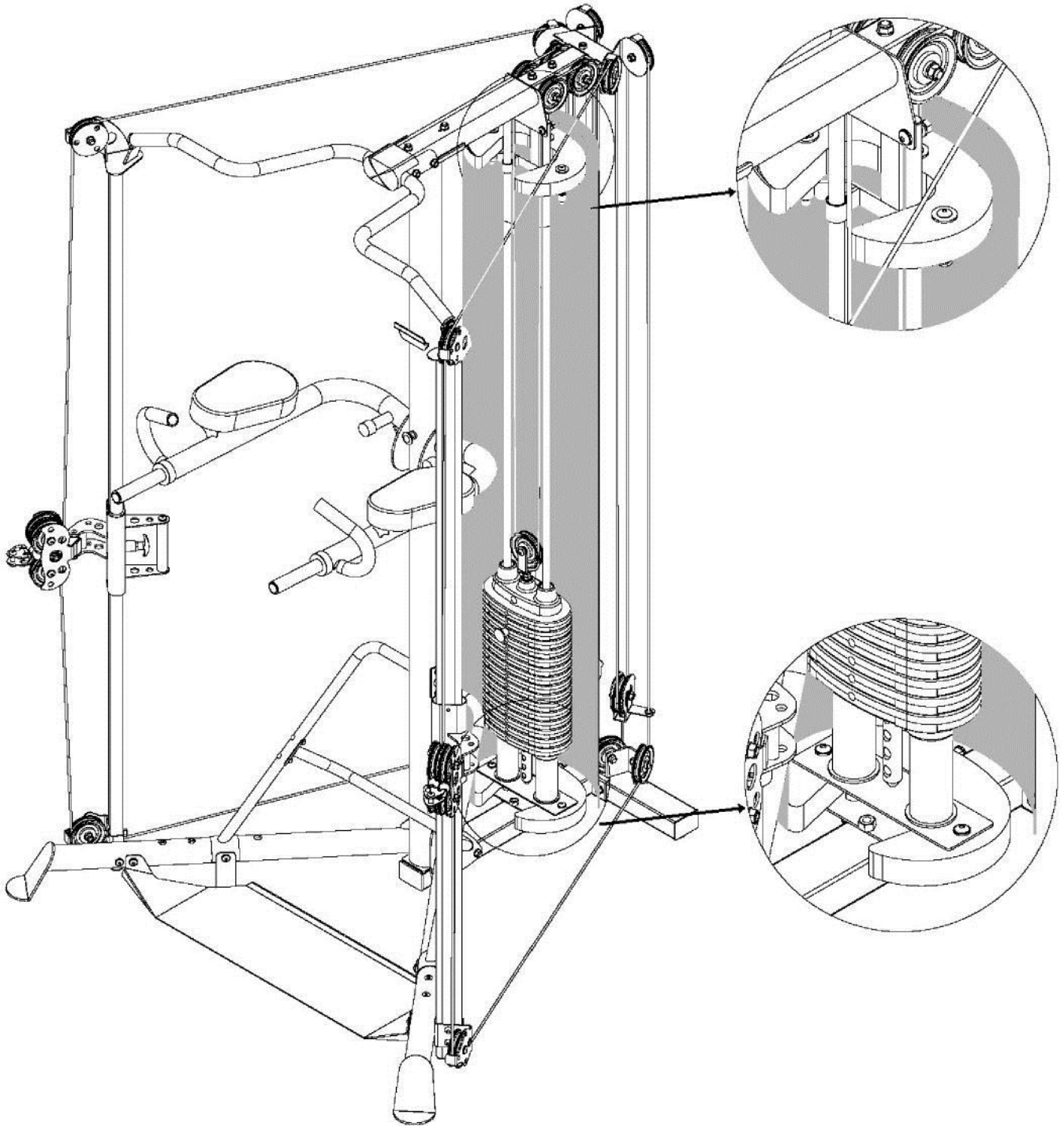
## Steg 17



I steg 17 dras vajern på vänster sida. Börja med att hitta vajern (85). För änden utan plastkula mellan block 18 och 19. Fortsätt ned och runt block 20 och 21. För vajern upp och runt block 22, sedan ned och runt det rörliga blocket 23. Fortsätt upp och runt block 24 och 25. Vajern slutar mellan block 26 och 27. Hitta U-fästet för vajeränden och ta bort den tunnare vagnsbulten. Skjut en plastkula på vajeränden och fäst sedan U-fästet i vajeränden och byt ut vagnsbulten. Vajeränden mellan block 18 och 19 kan nu skjutas in i spåret på U-fästet. Detta är den löstagbara änden av kabeln.

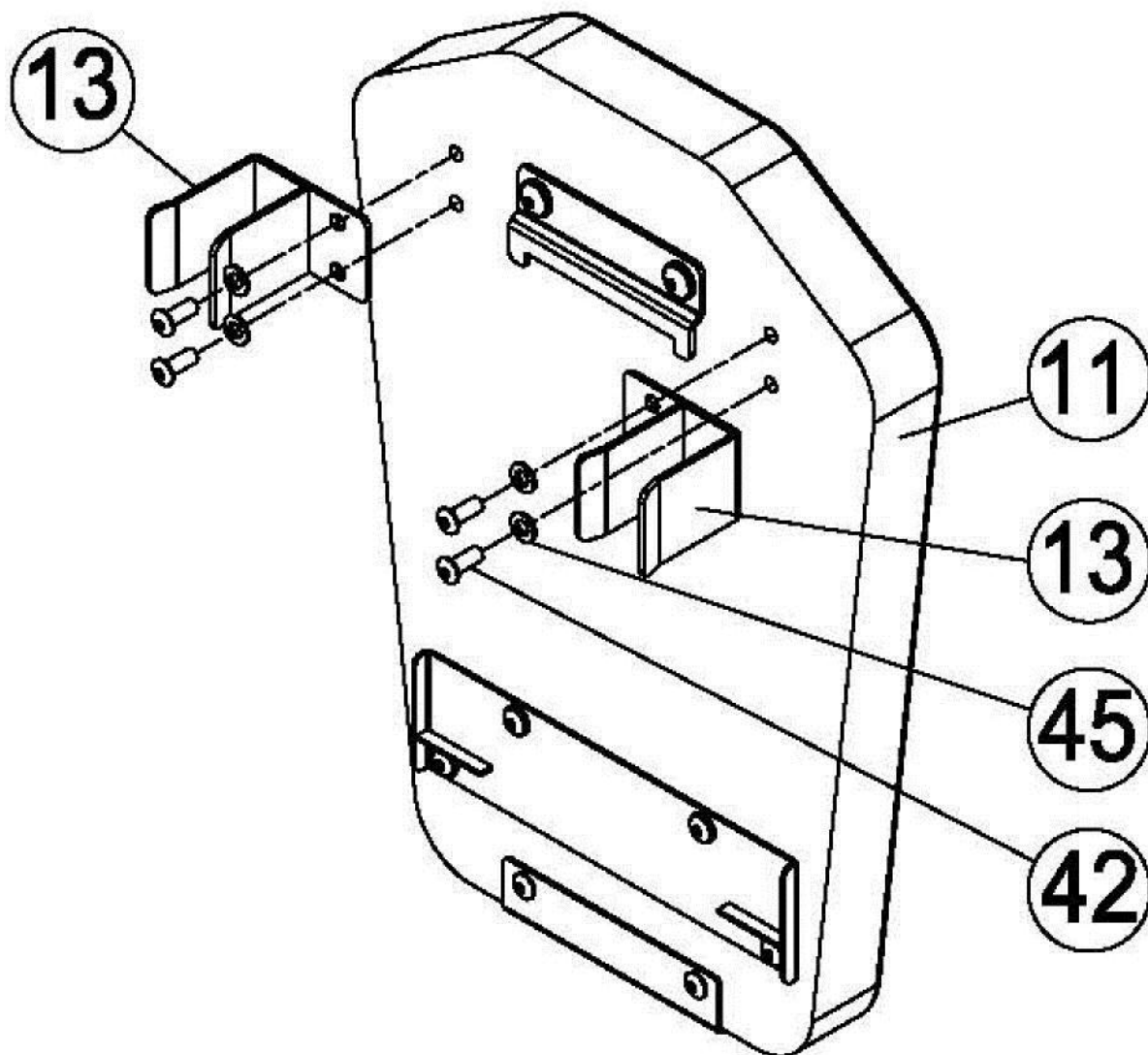
Sätt i vajern i vajerförarfästet. Snäpp fast en plastbusning.

## Steg 18



Montera höljet på de övre och nedre omläggsplattorna. Börja med den övre omläggsplattan och sätt höljet runt omläggsplattan genom att matcha kardborrebanden. När överdelen är klar sätter du höljet runt den nedre omläggsplattan. Dra nedåt när du sätter fast höljet så att det är spänt.

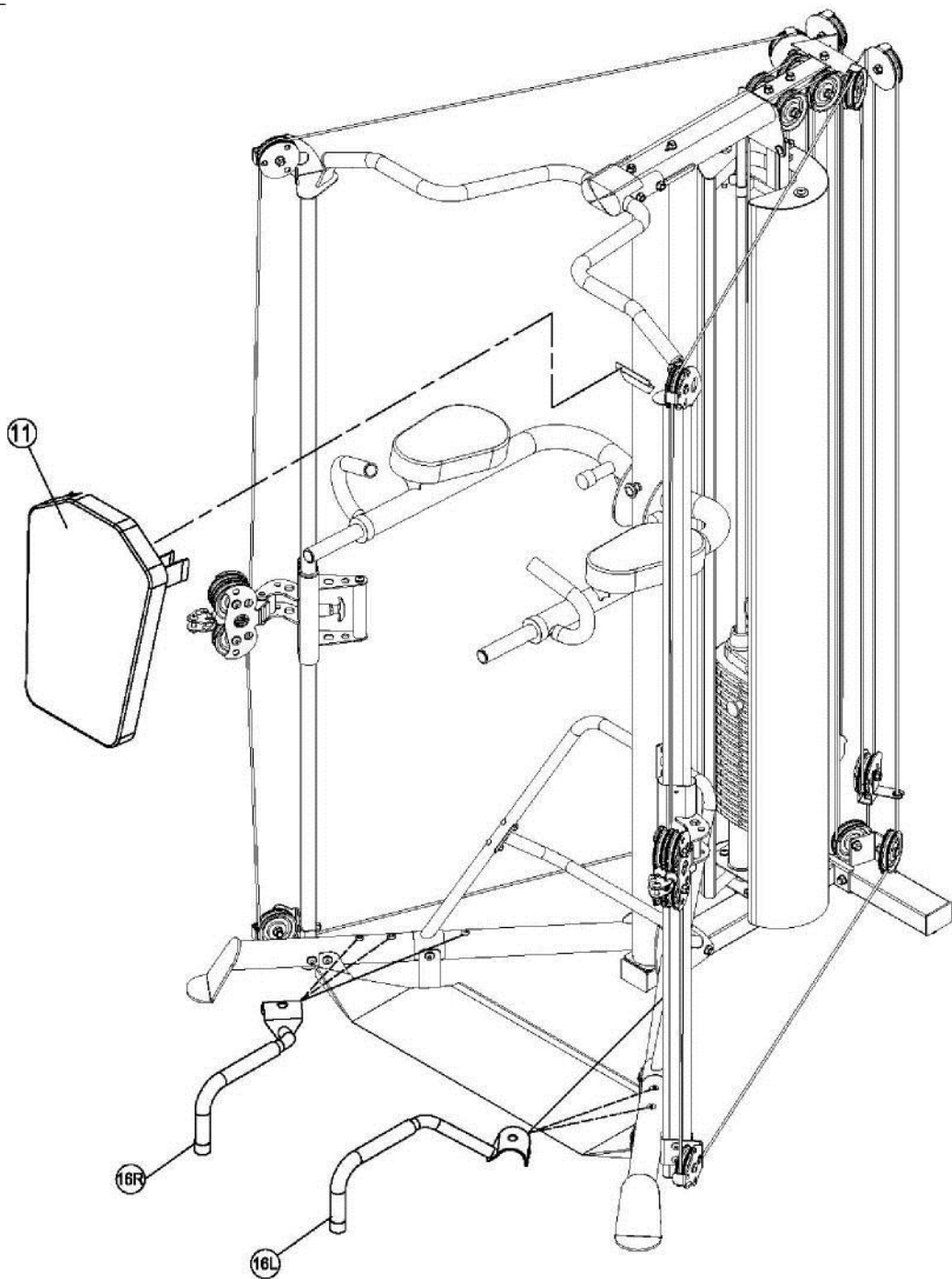
## Steg 19



Montera U-fästena (13) på ryggstödet (11) med: **fyra (M10 x 4/5"-bultar)**

**Obs! Dra nu åt alla bultar med nyckel, men dra inte åt för hårt.**

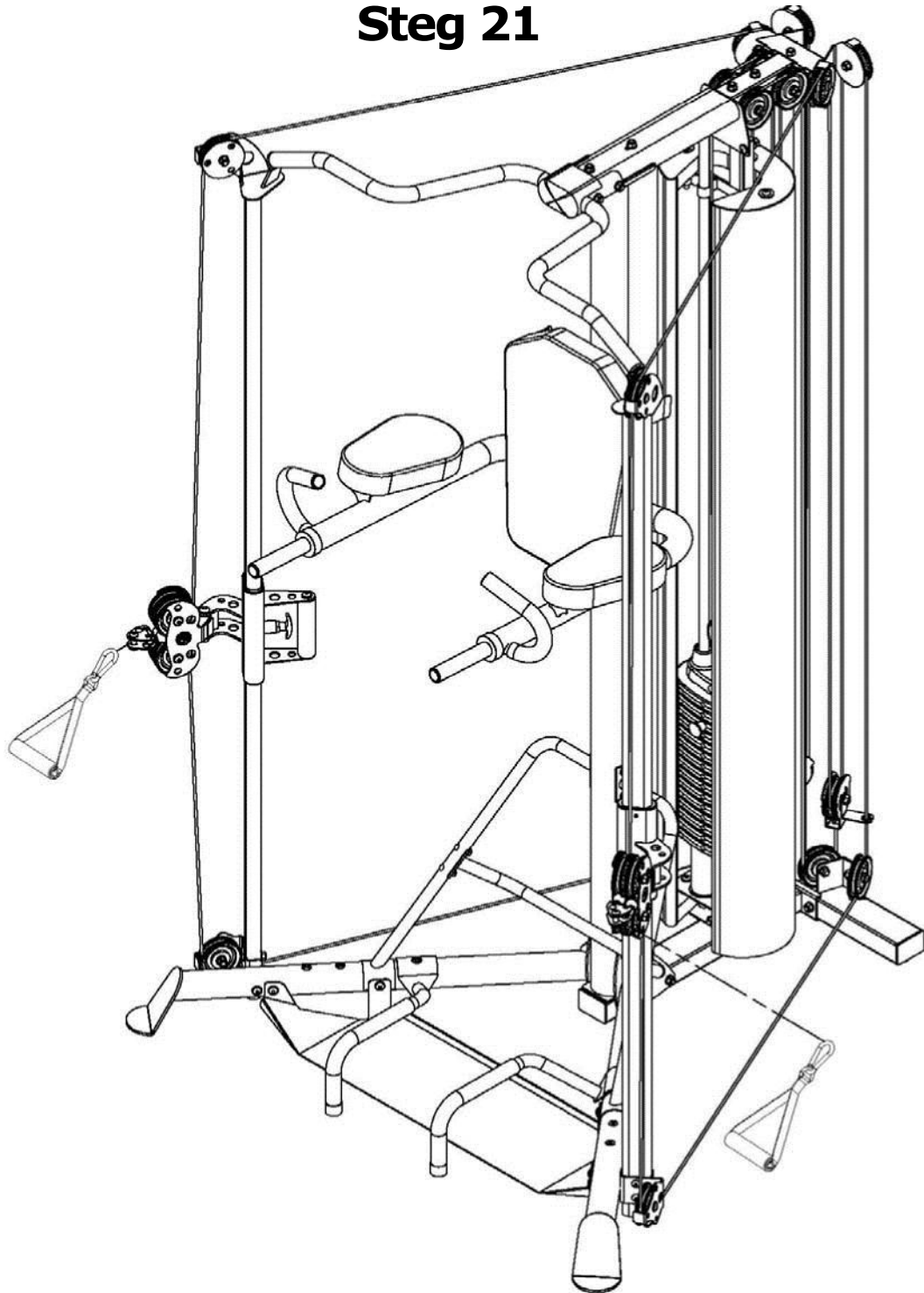
## Steg 20



Montera ryggstödet (11) på flänsen på huvudpelaren (2).

Montera vänster och höger armhåvningrör (16L och 16R).

## Steg 21



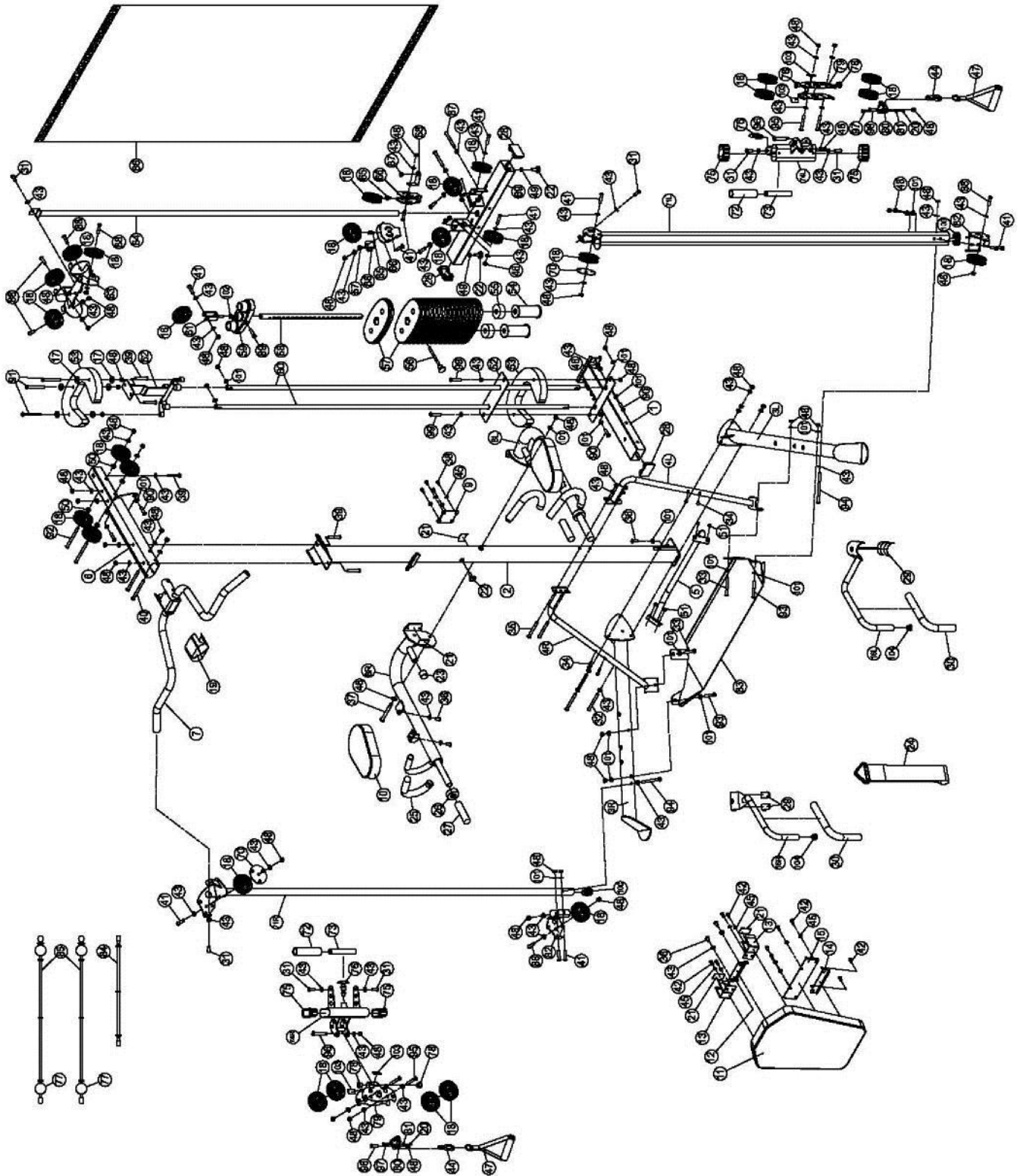
Montera D-handtag på de justerbara höga/låga blocken med fjäderklämmor.

**OBS!** Nu är det dags att spänna vajrarna. Börja med att kontrollera att vajrarna ligger mitt i spåren i alla block. Justera sedan de båda vridbara blocken till knähöjd. Välj en vikt som du enkelt kan hantera vid stående träning. Utför åtta till tio repetitioner. Studsa sedan vikten upp och ned i ungefär fem sekunder.

Då hamnar vajrarna på plats i blocken och vajrarna sträcks ut maximalt.

Om vajern måste spännas ytterligare tar du bort blocket i U-fästet ovanför ändvikten. Vrid den gängade delen av U-fästet djupare ned i ändvikten. Montera tillbaka blocket på U-fästet och kontrollera att bulten är isatt bakifrån så att muttern sitter på framsidan. Dra åt låsmuttern med nyckel.

# Sprängskiss



# DEKALER



## **WARNING**

Make sure the power tower is on flat, level surfaces only.

Do not swing from the Pull-up or Dip Handles.

500lbs Maximum Weight on the Pull-up and Dip Handles.

Make sure the Back Pad is fully engaged onto the main upright hooks before using.

Check hardware and the rear cable assembly weekly to ensure all parts are tight.

Make sure Push-up Handles are attached properly and stable before performing any exercises.

This product is designed for **RESIDENTIAL USE ONLY!**



## ALLMÄN UNDERHÅLLSINFORMATION

- Inspektera regelbundet vajrarna och kontrollera om de har delats, spruckit eller nötts. Leta också efter ovanligt tjocka eller platta delar av vajern.
- Byt ut vajrarna omedelbart vid första tecken på skada eller slitage. Använd aldrig utrustning med skadade eller slitna vajrar.
- Vajrarna sträcks ut med tiden, så kontrollera regelbundet spänningen i vajrarna och justera spänningen vid behov.
- Kontrollera regelbundet om det finns lösa järnvaror på utrustningen.
- Använd och förvara inte utrustningen utomhus.
- Kontrollera om hakar, vridbara kopplingar, handtag eller viktstacksprinten är skadade. Byt omedelbart ut slitna eller skadade delar.
- Leta rätt på och läs alla varningsetiketter på hemmagymmet.
- Byt ut skadade eller slitna dynor omedelbart.
- Torka av guidestängerna regelbundet med en torr trasa och applicera ett tunt lager teflonbaserat smörjmedel.

# UNDERHÅLLSSHEMA

RUTIN	HEMMA- UNDERHÅLL	DATUM									
Inspektera: Länkar, sprintar, hakar, vridbara kopplingar,	VARJE VECKA										
Rengör: dynor	VARJE VECKA										
Inspektera: Vajrarna och deras fästes	VARJE VECKA										
Inspektera: Att alla höljen sitter spänt	VARJE VECKA										
Inspektera: Tillbehörstänger och handtag	3 MÅNADER										
Inspektera: Alla dekaler	3 MÅNADER										
Inspektera: Alla muttrar och bultar. Dra åt om det behövs	3 MÅNADER										
Inspektera: Glidfria ytor	3 MÅNADER										
Rengör och smörj: Guidestänger med ett teflonbaserat	3 MÅNADER										
Smörj: Hylsor och alla plastglidskenor	3 MÅNADER										
Rengör och vaxa: Alla blanka ytor	VARJE ÅR										
Byt ut: Vajrar, remmar och anslutningar	2 ÅR										

