TRAINING BENCH B200



8,5 KG

MAX 300 KG

EN

B200 training bench user manual.

PL

Instrukcja obsługi ławki treningowej B200.

Read all instructions carefully before using this product.
Retain this owner's manual for future reference.

EN User manual PL Instrukcja obsługi

EN Digital user manuals are available at: **PL** Instrukcje używania w formie cyfrowej dostępna jest na stronie: D**E** Digitale Benutzerhandbücher sind verfügbar unter: **RO** Manualele de utilizare digitale sunt disponibile la: **CS** Digitální uživatelské příručky jsou k dispozici na adrese: **SK** Digitálne používateľské príručky sú k dispozícii na: **BG** Цифровите ръководства за потребителя са налични на адрес: **HU** Digitális felhasználói kézikönyvek a következő címen érhetők el: **FR** Les manuels d'utilisation des appareils numériques sont disponibles à l'adresse suivante: **UA** Цифрові посібники користувача доступні за посиланням: **LT** Skaitmeninius naudotojo vadovus galima rasti adresu: **IT** I manuali d'uso digitali sono disponibili all'indirizzo: **NL** Digitale gebruikershandleidingen zijn beschikbaar op: **ES** Los manuales de usuario digitales están disponibles en: **https:// brandslab.pl/productsupport**

EN: For assistance or warranty claims, please contact us using the form on our website.
PL: W celu uzyskania pomocy technicznej lub zgłoszenia reklamacyjnego,
skontaktuj się z nami poprzez formularz na stronie.
www.brandslab.pl/productsupport

⚠ UWAGA!

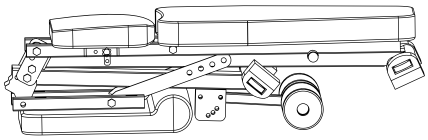
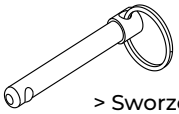
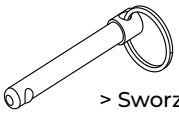
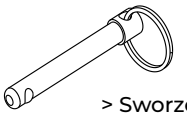
MAKSYMALNA OBSŁUGIWANA WAGA WYNOSI 300 KG.
PRZED ROZPOCZĘCIEM TRENINGU NALEŻY DOKŁADNIE PRZEYCZYTAĆ INSTRUKCJĘ UZYTKOWANIA ORAZ ZACHOWAĆ WSZELKIE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI.

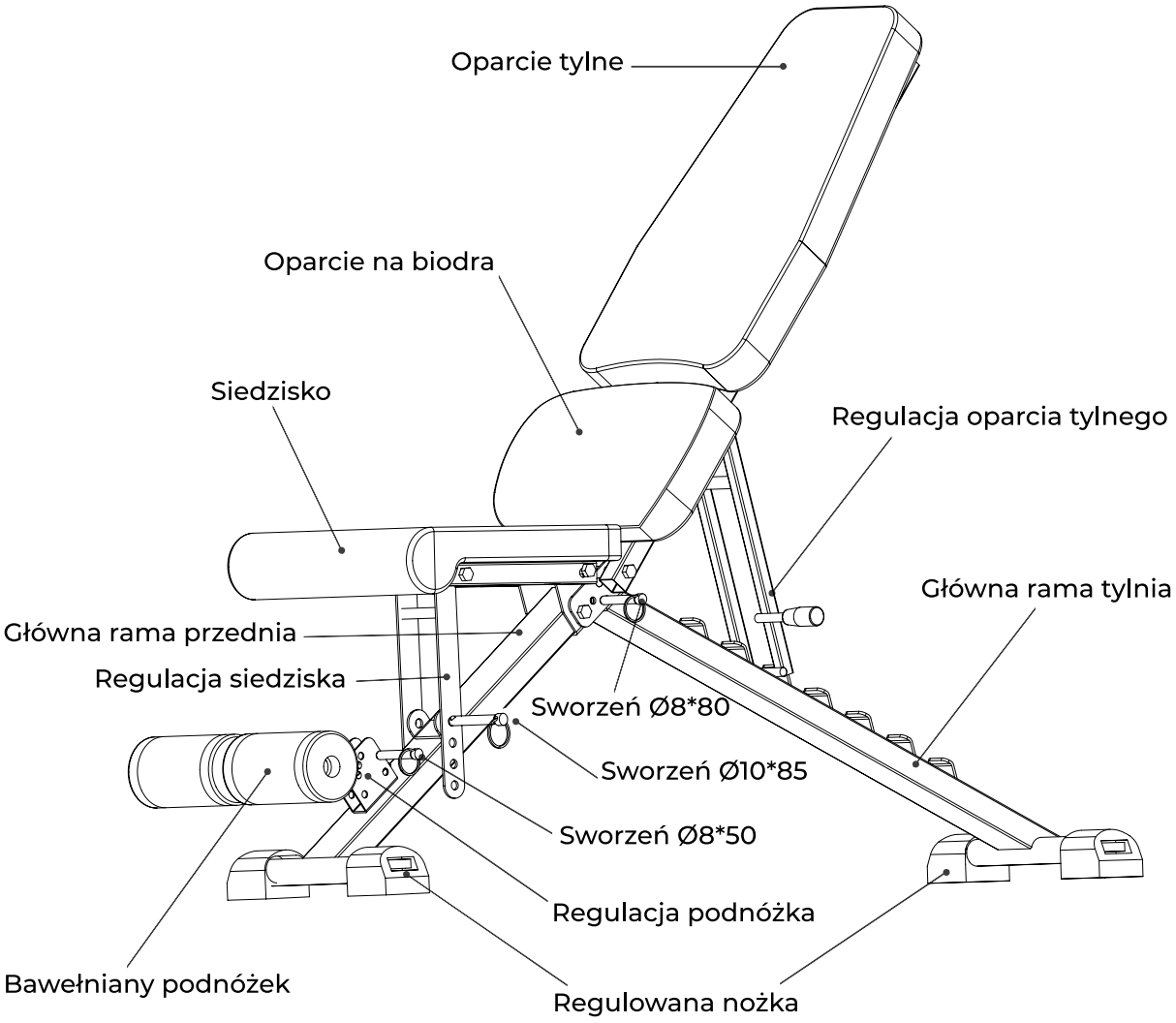
⚠ INSTRUKCJA BEZPIECZEŃSTWA ⚠

- Przed użyciem i montażem należy przeczytać instrukcję obsługi i zachować ją na przyszłość.
- Przechowywać poza zasięgiem dzieci i zwierząt domowych.
- Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba w danym momencie.
- W przypadku wystąpienia nudności, bólu w klatce piersiowej lub innych nietypowych objawów fizycznych, należy natychmiast przerwać ćwiczenia.
- Kończyny należy trzymać z dala od ruchomych elementów urządzenia.
- Urządzenie należy ustawić na płaskiej i twardej powierzchni.
- Zawsze noś odpowiednią odzież i obuwie sportowe, nie noś luźnych ubrań ani biżuterii.
- Używać wyłącznie do celów, do których urządzenie zostało zmontowane.
- Nie należy dokonywać modyfikacji urządzenia.
- Usunąć wszystkie ostre przedmioty znajdujące się w pobliżu urządzenia podczas jego użytkowania.
- Dla bezpieczeństwa należy zachować co najmniej 0,6 m wolnej przestrzeni wokół urządzenia.
- Osoby o ograniczonych zdolnościach umysłowych lub fizycznych nie mogą korzystać z urządzenia.
- Przed treningiem należy przeprowadzić rozgrzewkę mieśni aby zredukować ryzyko powstania kontuzji.
- Jeśli na urządzeniu pojawią się ostre krawędzie, należy natychmiast zaprzestać korzystania z urządzenia.
- Nie kładź ostrych przedmiotów na urządzeniu. Regulowane części nie powinny przeszkadzać użytkownikowi w poruszaniu się.
- Sprawdź urządzenie przed każdym użyciem, upewnij się, że wszystkie połączenia są dobrze zabezpieczone.
- Urządzenie musi być przechowywane wewnątrz. Nie narażone na czynniki zewnętrzne takie jak deszcz, kurz.
- **Maksymalna waga użytkownika: 110kg**
  Maksymalna waga użytkowa (użytkownik+obciążenie): 300kg
- **Urządzenie służy jedynie do użytku domowego.**
- **OSTRZEŻENIE: Przed rozpoczęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń należy skonsultować się z lekarzem. Jest to szczególnie ważne w przypadku osób z istniejącymi wcześniej problemami zdrowotnymi. Sprzedawca nie ponosi odpowiedzialności za obrażenia ciała lub uszkodzenia mienia powstałe w wyniku korzystania z tego produktu.**

PL

Lista elementów:

Nr	Przedmiot	Ilość	Nr	Przedmiot	Ilość
1	 > Główna rama ławki	1	2	 > Sworzeń Ø10*85 mm	1
			3	 > Sworzeń Ø8*80 mm	1
			4	 > Sworzeń Ø8*50 mm	1

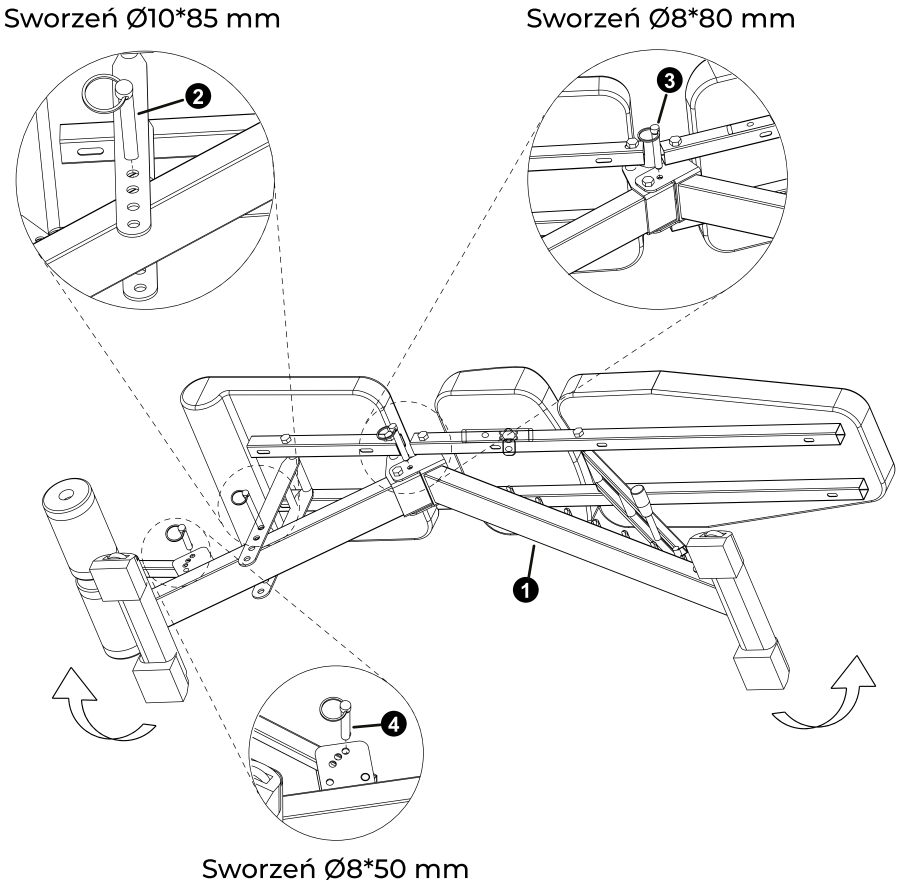


PL

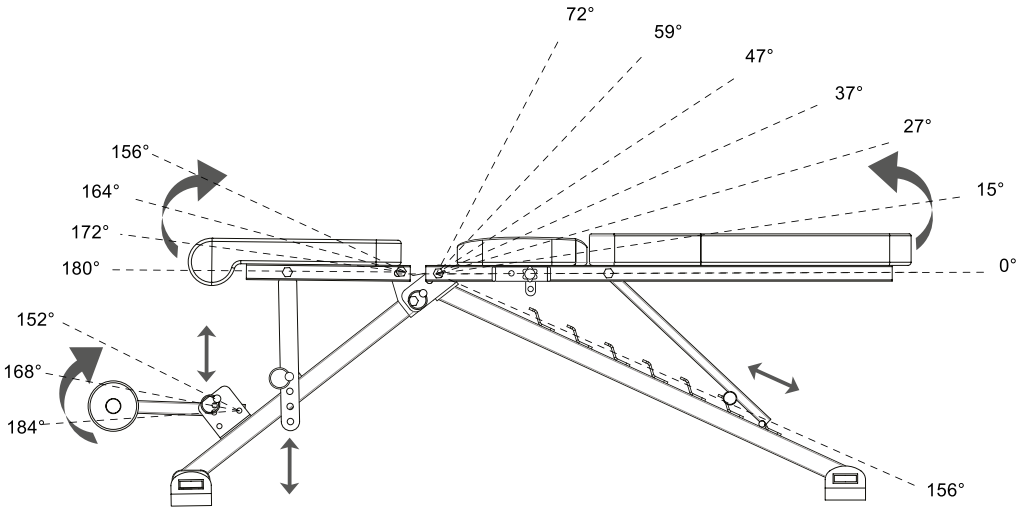
Instrukcja montażu

Otwórz główną ramę ławki w kierunku wskazanym strzałką i umieść ramę ławki na ziemi.

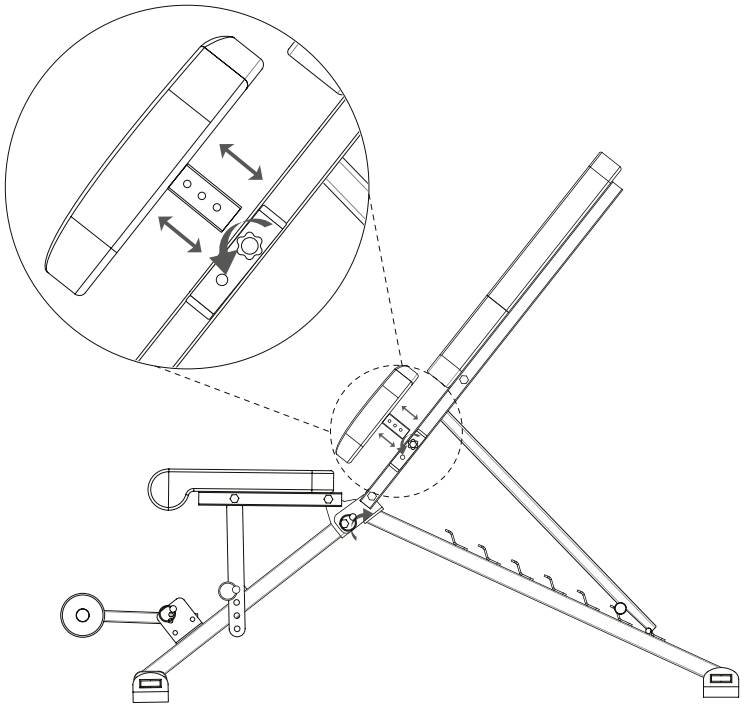
Następnie wyrównaj odpowiednie otwory na sworzeń i włóż trzy sworznie odpowiednio do otworów (jak pokazano na poniższym rysunku).



Kąty regulacji ławki



Obracając śrubę w kierunku wskazywanym przez strzałkę, wyreguluj pozycję poduszki biodrowej (jak pokazano na poniższym rysunku).



Gwarancja

Produkt objęty jest 2-letnią gwarancją obowiązującą na terenie Unii Europejskiej. Okres gwarancji jest liczony od daty zakupu, określanej na podstawie dowodu zakupu. Zobowiązania w ramach gwarancji ograniczają się do wymiany lub naprawy urządzenia zgodnie z uznaniem Gwaranta.

- Gwarancja nie obowiązuje w następujących przypadkach:
- Uszkodzenia powstałego podczas transportu
- Nieprawidłowego montażu
- Nieprawidłowego lub nietypowego użytkowania
- Nieprawidłowej konserwacji
- Zużycia elementów eksploatacyjnych
- Naprawy wykonanej przez osoby nieposiadające autoryzacji producenta
- Wykorzystania do innych celów, niż do użytku prywatnego

Zgłoszenia gwarancyjne i pomoc techniczna

W celu uzyskania pomocy lub zgłoszenia reklamacyjnego skontaktuj się z Nami za pomocą formularza na stronie internetowej www.brandslab.pl

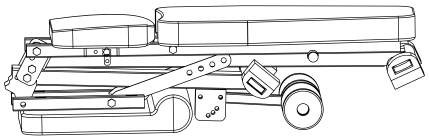
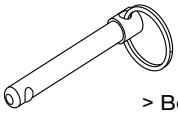
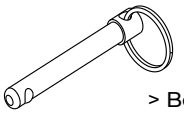
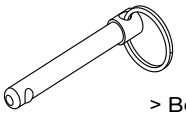
⚠ WARNING!

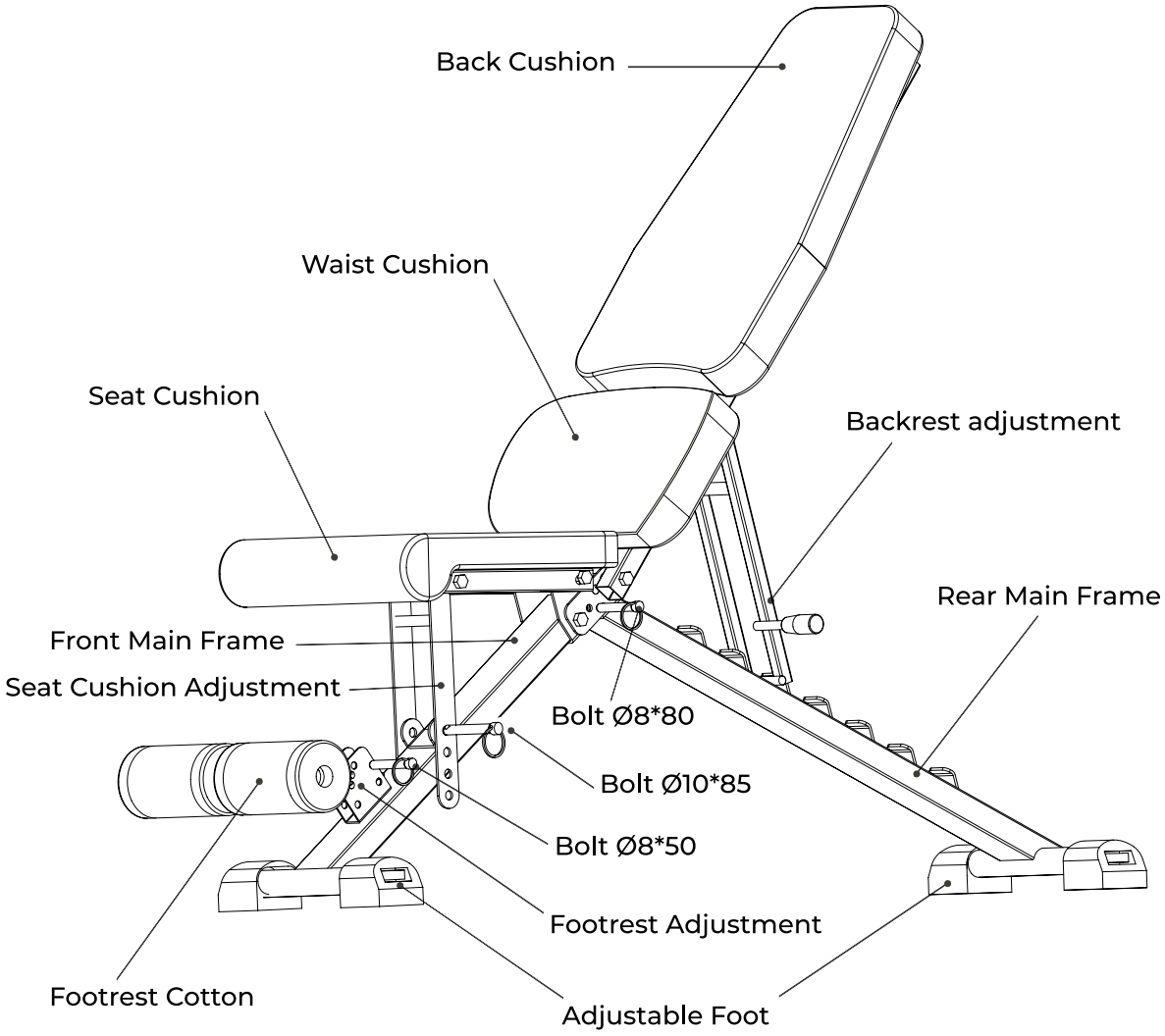
MAXIMUM WEIGHT SUPPORTED IS 300 KG.
PLEASE READ THE INSTRUCTIONS CAREFULLY AND TAKE ALL SAFETY PRECAUTIONS BEFORE TRAINING.

⚠ SAFETY INSTRUCTIONS ⚠

- Read the instructions before use and installation and keep them for future reference.
- Keep out of the reach of children and pets.
- The device may only be used by one person at a time.
- If nausea, chest pain or other unusual physical symptoms occur, stop exercising immediately.
- Keep your limbs away from the moving parts of the device.
- Place the device on a flat and hard surface.
- Always wear appropriate clothing and sports shoes, do not wear loose clothing or jewellery.
- Use only for the purpose for which the appliance has been assembled.
- Do not modify training bench.
- Remove all sharp objects in the vicinity of the device when using it.
- For safety reasons, keep at least 0.6 m of clearance around the appliance.
- Persons with limited mental or physical abilities must not use the device.
- Warm up your muscles before training to reduce the risk of injury.
- If sharp edges appear on the machine, stop using it immediately.
- Do not place sharp objects on the machine. Adjustable parts should not interfere with the user's movement.
- Check the device before each use, make sure all connections are well secured.
- The device must be stored indoors. Not exposed to external factors such as rain, dust.
- **Maximum user weight: 110kg**
  Maximum user load (user weight+weights): 300kg
- **The appliance is for domestic use only.**
- **WARNING: Consult your doctor before starting any exercise programme. This is particularly important for those with pre-existing health problems. The vendor is not responsible for personal injury or property damage resulting from the use of this product.**

Parts list:

No.	Item	Qty.	No.	Item	Qty.
1	 > Main frame group	1	2	 > Bolt Ø10*85 mm	1
			3	 > Bolt Ø8*80 mm	1
			4	 > Bolt Ø8*50 mm	1

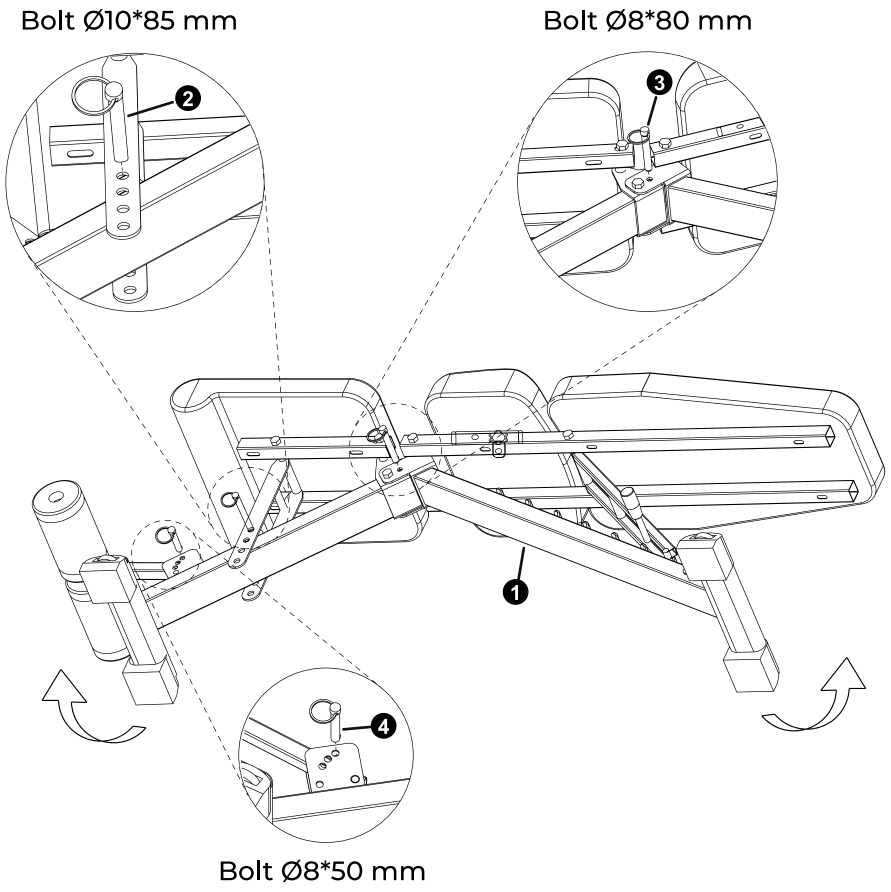


EN

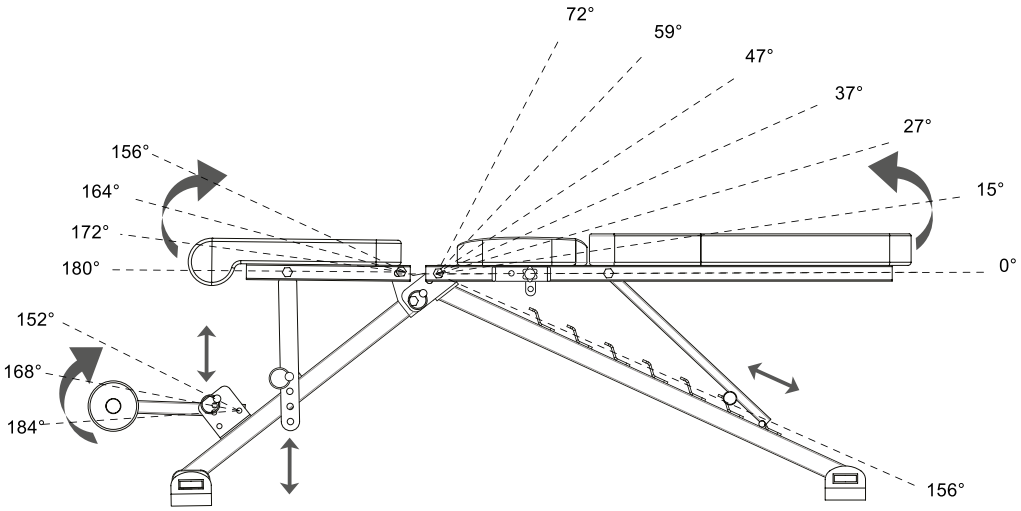
Assembly instructions

Open the main frame group in the direction indicated by arrow and place the main frame group side on the ground.

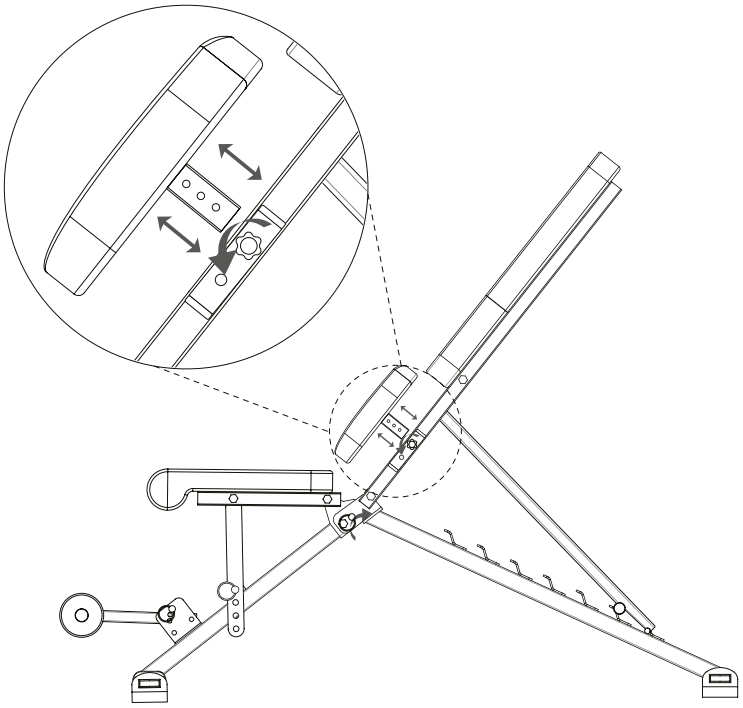
Than align the corresponding bolt holes, and insert the three bolts into the bolt holes respectively (as shown in the figure bellow).



Bench adjustment angles



By turning the screw in the direction of the arrow, adjust the position of the waist cushion (as shown in the figure below).



Warranty

The product comes with a 2-year warranty valid in the European Union. The period of warranty is calculated from the date of purchase, determined by the proof of purchase. Obligations under the warranty are limited to replacement or repair of the device at the discretion of the Guarantor.

- The warranty is not valid in the following cases:
- Damage caused during transportation
- Incorrect installation
- Incorrect or abnormal use
- Improper maintenance
- Wear and tear of consumable components
- Repairs performed by persons not authorized by the manufacturer
- Use for purposes other than for private use

Warranty claims and technical assistance

For assistance or warranty claims, please contact us using the form on our website www.brandslab.pl



Manufacturer / producent / Produzent / producător / výrobce / производител / gyártó / výrobca / producteur / виробник / gamintojas / produttore / producent / productor

BrandsLAB sp. z o.o.
ul. Wrocławska 17B/15-16, 65-427 Zielona Góra, POLAND
contact@brandslab.pl
MADE IN CHINA
www.brandslab.pl/productsupport

Version 09.2026