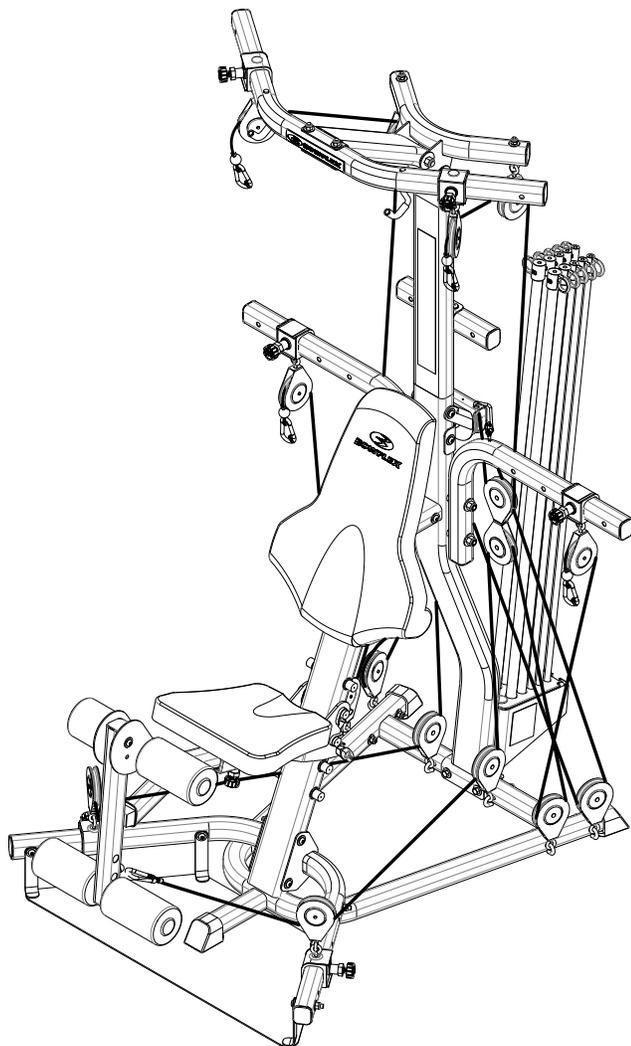




## Bowflex Xtreme® 2 SE Home Gym



**Manuel d'assemblage**



Vous avez décidé de prendre votre forme en main en acquérant le Bowflex Xtreme® 2 SE home gym et nous vous en félicitons ! Avant d'assembler votre machine, nous vous invitons à lire le manuel d'assemblage afin d'en suivre les précautions de sécurité. Pour de plus amples informations sur la façon d'utiliser votre appareil, veuillez vous référer au manuel d'utilisation du Bowflex Xtreme® 2 SE.

## ***Table des matières***

<b>Précautions de sécurité</b> .....	1
<b>Avant l'assemblage</b> .....	1
<b>Pièces</b> .....	2
<b>Visserie</b> .....	4
<b>Guide d'assemblage</b> .....	5
<b>Installation des câbles et des poulies</b> .....	15

# Précautions de sécurité

---



Indique un danger potentiel pouvant engendrer des blessures graves, voire la mort.

## Avant d'utiliser cet appareil, veuillez suivre les recommandations ci-après :



Lisez les étiquettes de mise en garde apposées sur la machine.

Prenez connaissance du manuel d'assemblage.

- Eloignez les tiers et les enfants de la machine lors de son assemblage.
- N'assemblez pas la machine à l'extérieur ou dans un environnement humide.
- Effectuez l'assemblage dans un espace de travail approprié, loin du passage des tiers.
- Certains composants sont lourds ou difficiles à manier. Demandez l'aide d'une deuxième personne pour leur assemblage. Ne réalisez pas seul des opérations qui demandent l'intervention de deux personnes.
- Installez cette machine sur une surface plane, horizontale et solide.
- Ne modifiez pas l'assemblage ni les fonctionnalités de la machine. Vous pourriez en effet compromettre la sécurité et annuler ainsi la garantie de votre appareil.
- N'utilisez que les pièces de rechange et la visserie fournies par Nautilus. La non utilisation de pièces de rechange d'origine peut occasionner des risques pour les utilisateurs, empêcher le fonctionnement correct de la machine ou en annuler la garantie.
- N'utilisez pas l'équipement avant d'avoir terminé son assemblage et son inspection, afin de garantir des performances correctes et en accord avec le manuel d'utilisation.
- Lisez la totalité du manuel d'utilisation fourni avec la machine avant son utilisation. Conservez les manuels d'assemblage et d'utilisation pour référence future.
- Suivez les instructions de montage dans l'ordre où elles vous sont données. Un montage incorrect peut en effet engendrer des blessures ou un mauvais fonctionnement de l'appareil.

## Avant l'assemblage

Choisissez l'endroit où vous allez installer et faire fonctionner votre machine. Pour un fonctionnement sûr, il doit s'agir d'une surface plane et solide.

La zone située à l'arrière du boîtier des barres doit mesurer au minimum 0,5' (15 cm) de long et 6,5' (2,0 m) de large. Laissez 3,0' (0,9 m) au moins à l'avant de la machine.

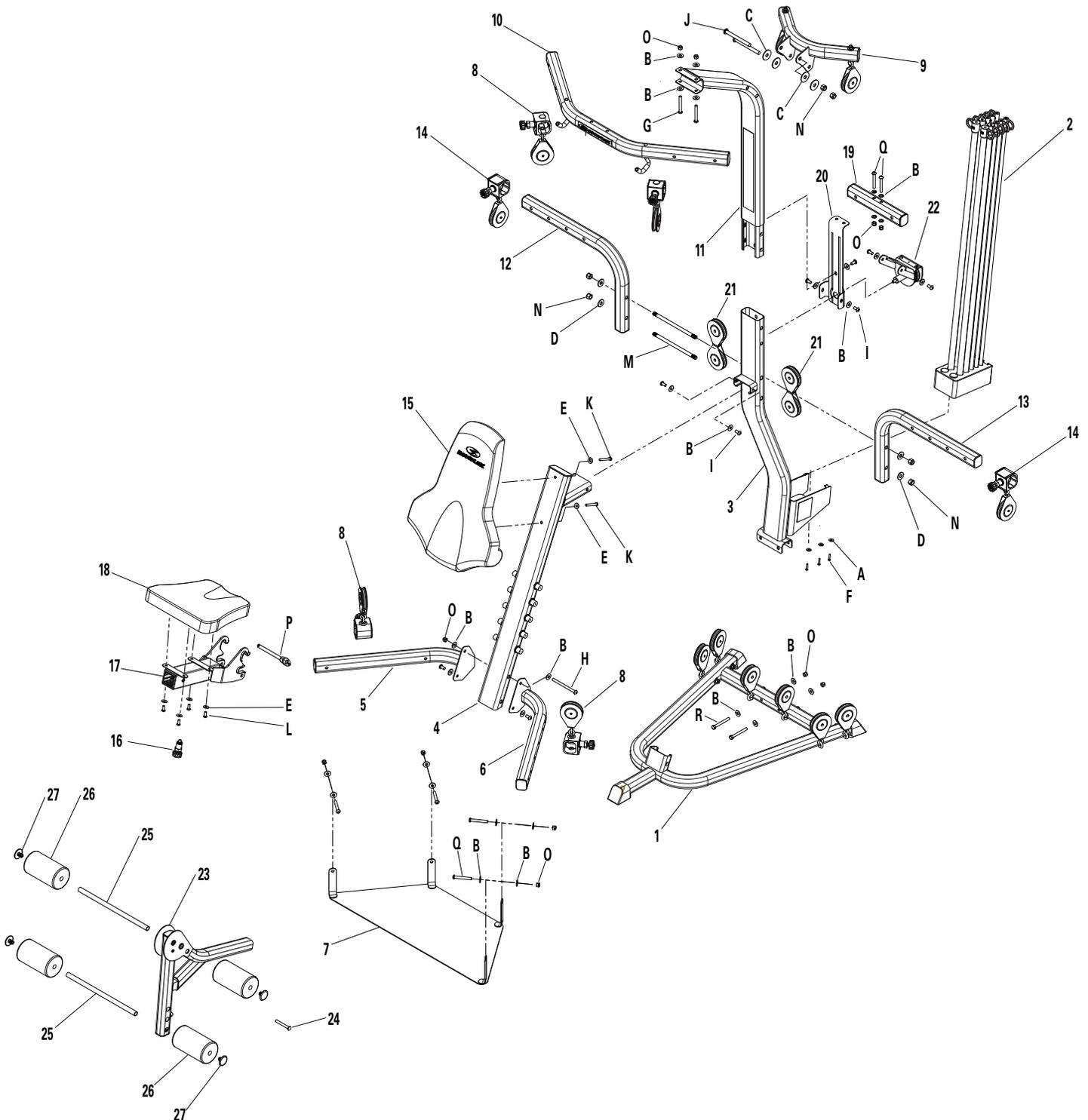
## Conseils de base pour l'assemblage

Lors de l'assemblage de la machine, veuillez respecter ces consignes élémentaires :

1. Afin de gagner du temps, nous vous conseillons de rassembler les pièces nécessaires à chaque étape et de lire attentivement les instructions relatives à l'étape à laquelle vous allez procéder.
2. Utilisez une clé mixte pour serrer les boulons.
3. Pour l'arrimage des pièces, guidez sans forcer les broches dans les orifices.
4. En règle générale, tous les boulons et écrous du modèle Bowflex Xtreme® 2 SE home gym se serrent vers la droite et se desserrent vers la gauche.

# Pièces

**IMPORTANT : LAISSEZ LES CÂBLES ENROULÉS DANS LEUR EMBALLAGE DE PROTECTION JUSQU'À L'ASSEMBLAGE COMPLET DE VOTRE BOWFLEX XTREME® 2 SE HOME GYM.**



**Remarque :** pour une clarté accrue des schémas, les câbles ne sont pas représentés.

# Pièces

Pièce	Quantité :	Description	Pièce	Quantité :	Description
1	1	Base	16	1	Bouton de verrouillage
2	1	Pack de barres Bfx 210#	17	1	Assemblage de l'ossature du siège
3	1	Assemblage de la tour latérale	18	1	Partie inférieure du siège
4	1	Rail du support du siège	19	1	Barre transversale à abdominaux
5	1	Châssis à squats gauche	20	1	Support de barre à abdominaux
6	1	Châssis à squats droit	21	2	Poulie, paire flottante
7	1	Plateforme à squats	22	1	Poulie double latérale / Boîtier
8	4	Glissière de poulie, 4" sans autocollant	23	1	Ossature du mécanisme pour les extensions de jambes
9	1	Barre transversale latérale arrière	24	1	Broche pour extensions de jambes
10	1	Assemblage de la barre transversale latérale	25	2	Tube, manchon en mousse
11	1	Tube de la tour latérale supérieure	26	4	Patin, manchon en mousse
12	1	Assemblage de la barre de la poulie, droit	27	4	Embout 3/4"
13	1	Assemblage de la barre de la poulie, gauche	28	1	Assemblage des câbles des barres, paire
14	2	Glissière de poulie, 4" avec autocollant	29	1	Assemblage des câbles à squats, paire
15	1	Dossier du siège			

## Outils

### Fourni



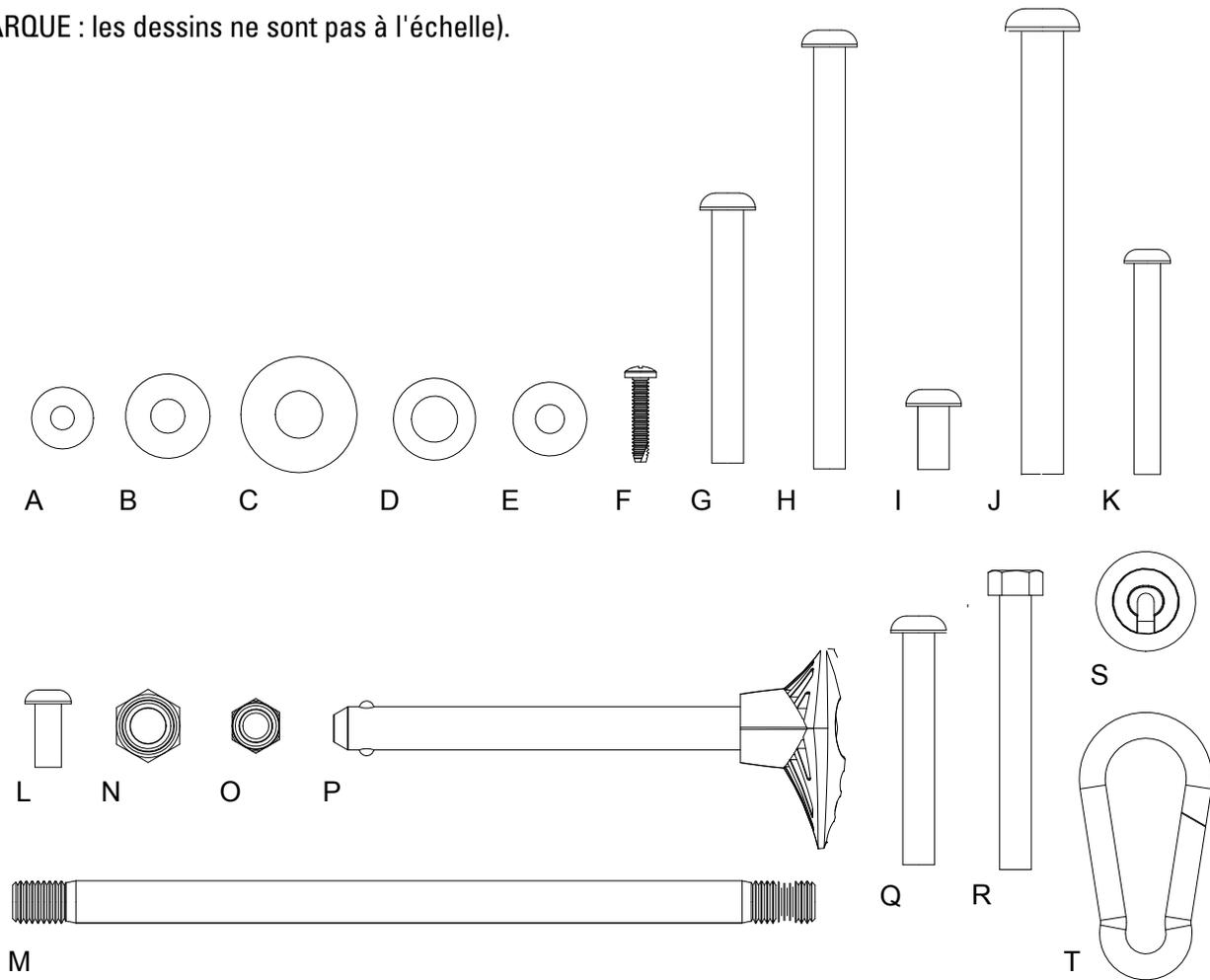
3/16"  
7/32"  
5/16"

### Non fourni (recommandé)

- Clé mixte 7/16"
- Clé mixte 9/16"
- Clé à ouverture variable
- Clé à douille
- Tournevis à pointe cruciforme
- Tournevis à lame plate
- Maillet en caoutchouc
- Couteau
- Ciseaux

# Visserie

(REMARQUE : les dessins ne sont pas à l'échelle).



Pièce	Quantité :	Description	Pièce	Quantité :	Description
A	3	Rondelle plate 1/4" Normale	K	2	Vis à tête ronde 5/16" X 2 1/2"
B	31	Rondelle plate 3/8" Normale	L	4	Vis à tête ronde 5/16" X 3/4"
C	4	Rondelle plate 1/2" Large	M	2	Goujons filetés 1/2" X 9 1/2"
D	4	Rondelle plate 1/2" Normale	N	6	Ecrou à frein 1/2"
E	6	Rondelle plate 5/16" Normale	O	11	Ecrou à frein 3/8"
F	3	Tournevis à pointe cruciforme #10-16 X 1"	P	1	Broche de verrouillage du siège
G	2	Vis à tête ronde 3/8" X 3"	Q	6	Vis à tête ronde 3/8" X 2 3/4"
H	1	Vis à tête ronde 3/8" X 5"	R	2	Boulons hexagonaux 3/8" X 3 1/4"
I	9	Vis à tête ronde 3/8" X 3/4"	S	4	Balle d'arrêt d'extrémité de câble
J	2	Vis à tête ronde 1/2" X 5 1/4"	T	6	Mousqueton

# Guide de montage

## Etape 1 Installer le pack Power Rod® sur l'assemblage de la tour latérale inférieure

### Pièces :

- Tour latérale inférieure (3)
- Boîtier des barres avec pack Power Rod® (2)

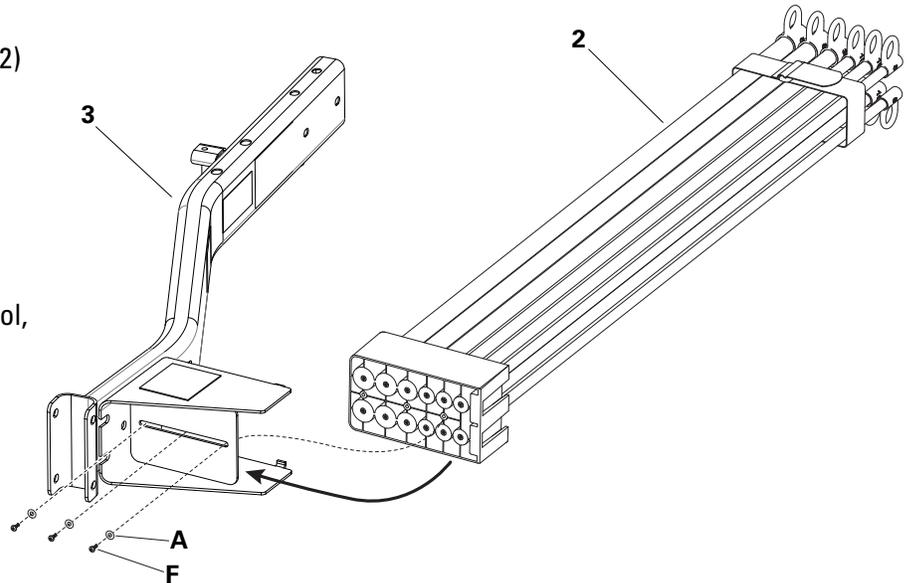
### Visserie :

- 3 vis cruciformes #10 X 1" (F)
- 3 rondelles plates 1/4" (A)

**Outils :** Tournevis à pointe cruciforme

**1-1** Disposez l'ensemble des pièces sur le sol, comme indiqué. Faites glisser le boîtier des barres dans le châssis de la tour latérale inférieure.

**1-2** Arrimez le boîtier des barres au châssis de la tour latérale inférieure, comme indiqué. Vissez jusqu'à ce que l'assemblage soit bien ajusté.



## Etape 2 Installer l'assemblage de la tour latérale inférieure

### Pièces :

- Assemblage de la tour latérale inférieure
- Assemblage du châssis principal (1)

### Visserie :

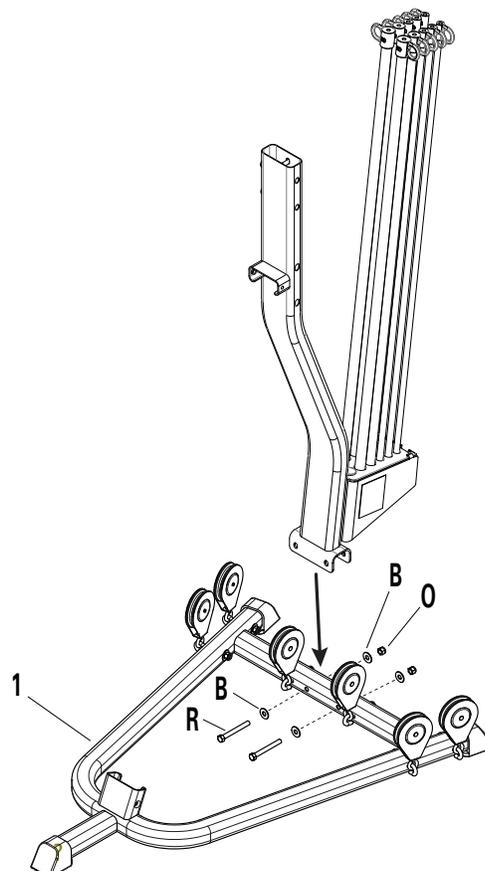
- 2 boulons hexagonaux 3/8" X 3 1/4" (R)
- 4 rondelles plates 3/8" (B)
- 2 écrous à frein 3/8" (O)

**Outils :** Clé hexagonale 7/32"

**2-1** Alignez l'assemblage de la tour latérale inférieure sur le châssis principal.

**2-2** Arrimez l'ensemble à l'aide des vis et rondelles, comme indiqué.

**Pour le moment, les vis ne doivent être serrées que manuellement.**



# Guide de montage

## Étape 3 Installer le rail du support du siège

### Pièces :

- Rail du support du siège (4)
- Assemblage du châssis principal

### Visserie :

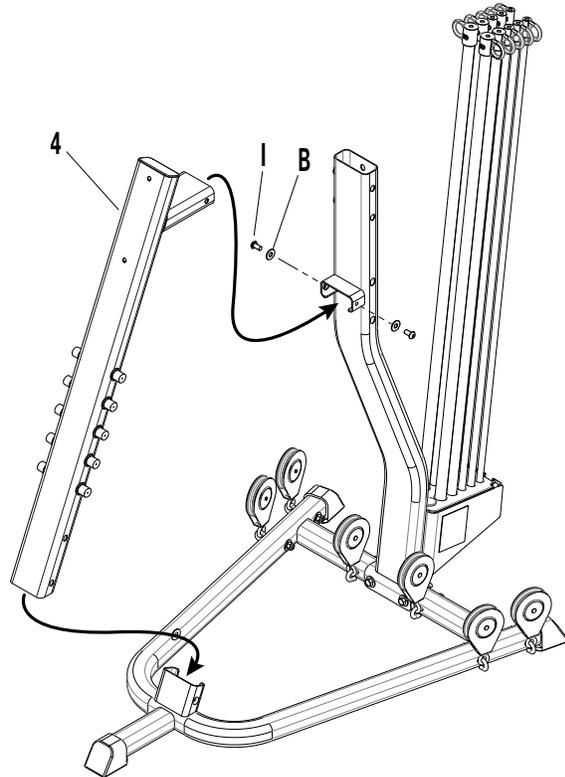
- 2 vis à tête ronde 3/8" X 3/4" (I)
- 2 rondelles plates 3/8" (B)

**Outils :** Clé hexagonale 7/32"

**3-1** Faites glisser la partie inférieure du rail du support du siège sur le connecteur du châssis principal, comme indiqué.

**3-2** Faites glisser la partie supérieure du rail du support du siège sur le connecteur de l'assemblage de la tour latérale inférieure, comme indiqué. Arrimez l'ensemble à l'aide des vis et rondelles, comme indiqué.

**Pour le moment, les vis ne doivent être serrées que manuellement.**



# Guide de montage

## Etape 4 Installer le châssis de poulie à squats

### Pièces :

- Châssis de poulie à squats gauche (5)
- Châssis de poulie à squats droit (6) (6)
- Assemblage principal
- 2 glissières de poulie sans autocollant (8)
- Plateforme à squats (7)

### Visserie :

- 1 vis à tête ronde 3/8" X 5" (H)
- 5 écrous à frein 3/8" (O)
- 2 vis à tête ronde 3/8" X 3/4" (I)
- 12 rondelles 3/8" (B)
- 4 vis à tête ronde 3/8" X 2 3/4" (Q)

**Outils :** Clé hexagonale ajustable 7/32"  
ou clé à douille

**4-1** Placez un châssis de poulie à squats de chaque côté du rail du support du siège comme indiqué, puis alignez les orifices supérieurs dédiés aux vis. Arrimez les pièces à l'aide d'une vis 3/8" X 5", d'une rondelle et d'un écrou à placer dans l'orifice supérieur, comme indiqué.

**4-2** Placez les vis et les rondelles dans les orifices inférieurs de chaque châssis de poulie à squats, de sorte à les arrimer au rail du support, comme indiqué.

**4-3** Placez la plateforme à squats en position, sous le pied avant de l'assemblage du châssis principal. Alignez les orifices des vis des supports de la plateforme à squats sur les orifices des vis du côté interne de chaque châssis de poulie à squats.

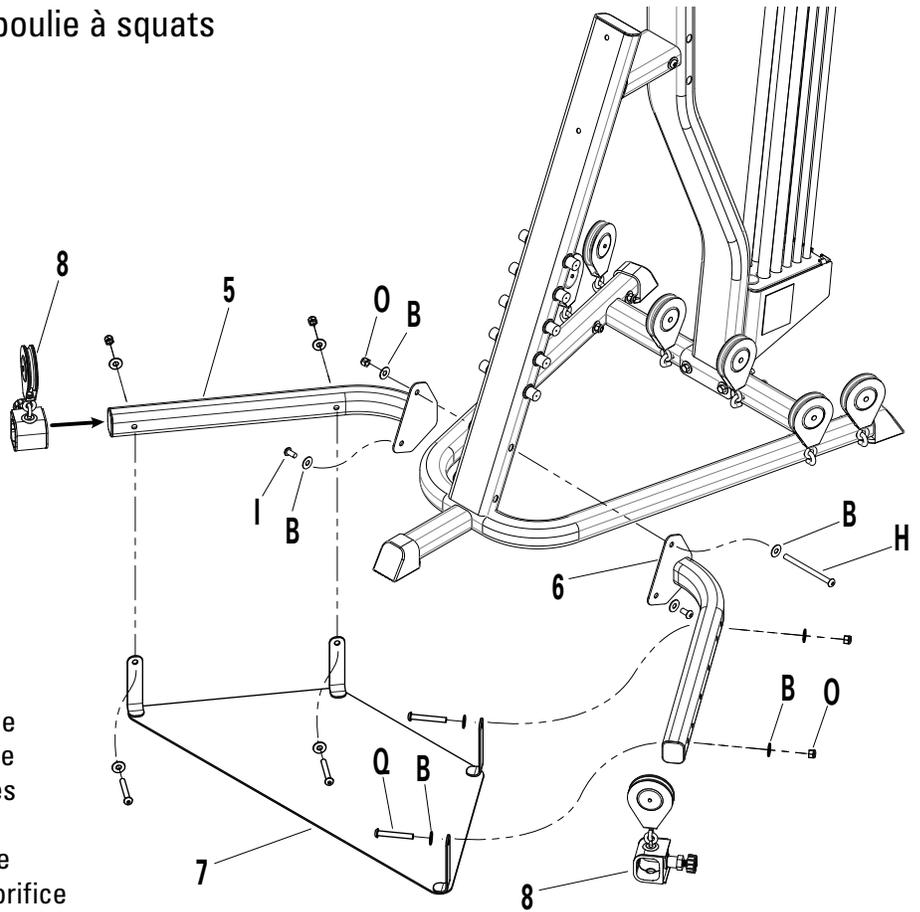
**4-4** Faites glisser une poulie à glissière sur l'extrémité libre du châssis de poulie à squats gauche, comme indiqué.

**Remarque :** vérifiez que la molette de la poulie à glissière est orientée vers l'extérieur de la plateforme à squats.

Verrouillez la poulie en position, près du rail du support du siège.

**4-5** Installez la visserie et arrimez la plateforme à squats sur le châssis de poulie à squats gauche.

**4-6** Reprenez les étapes 4-3 à 4-5 pour le châssis de poulie à squats droit.



# Guide de montage

## Etape 5 Installer les barres de la poulie

### Pièces :

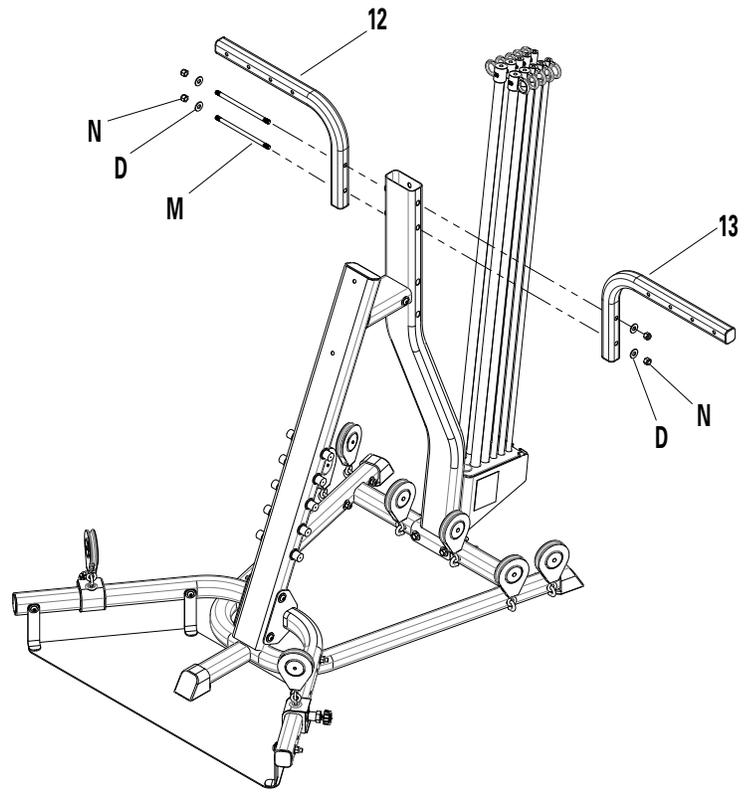
- Barre droite de la poulie (12)
- Barre gauche de la poulie (13)
- Assemblage principal

### Visserie :

- 2 goujons filetés 1/2" X 9 1/2" (M)
- 4 écrous à frein 1/2" (N)
- 4 rondelles 1/2" (D)

**Outils :** Clé hexagonale 7/32", maillet en caoutchouc

- 5-1** Alignez les deux orifices des bras de la poulie avec les orifices situés sur l'assemblage de la tour latérale inférieure, puis serrez les pièces à l'aide des goujons filetés 1/2", des rondelles et des écrous.



## Etape 6 Installer les barres de la poulie

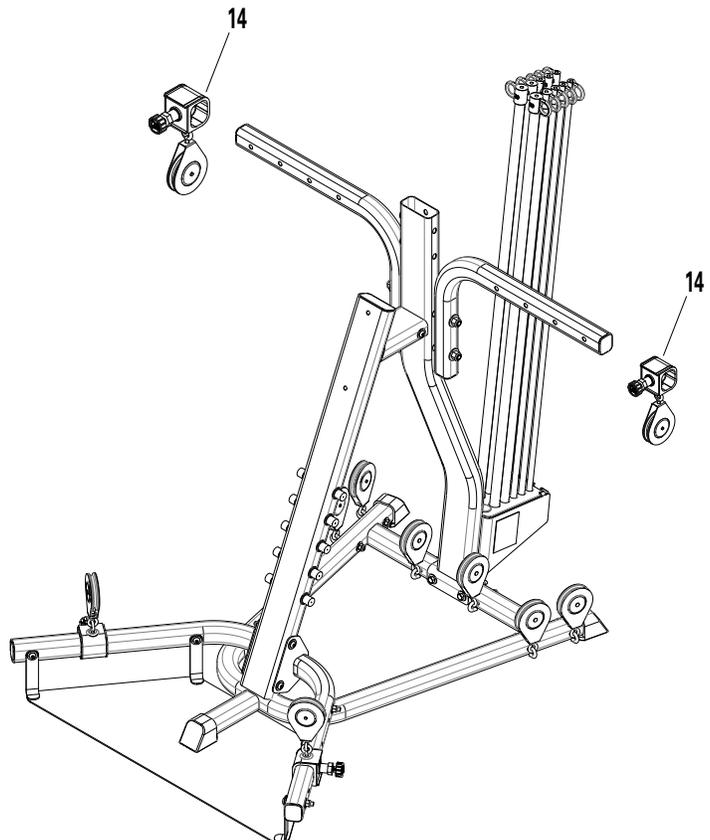
### Pièces :

- 2 glissières de poulie avec autocollant (14)
- Assemblage principal

**Outils :** Clé hexagonale 3/16

- 6-1** Installez une poulie à glissière sur chaque barre, comme indiqué.

- 6-2** Arrimez-la dans un des quatre orifices.



# Guide de montage

## Etape 7 Assembler le siège

### Pièces :

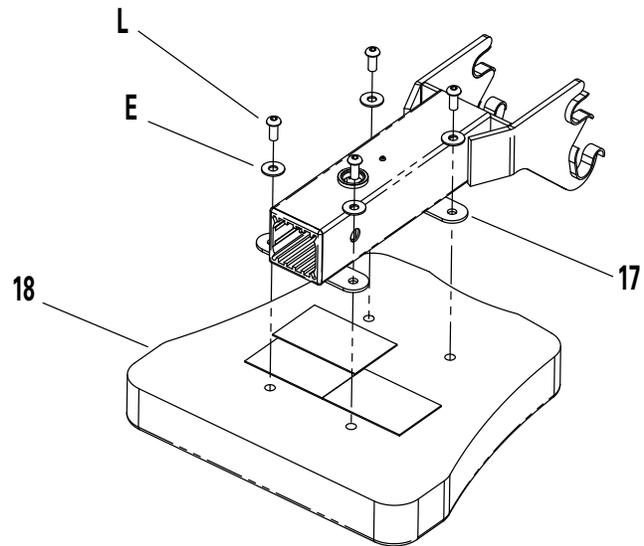
- Ossature du siège (17)
- Partie inférieure du siège (18)

### Visserie :

- 4 vis à tête ronde 5/16" X 3/4" (L)
- 4 rondelles 5/16" (E)

**Outils :** Clé hexagonale 3/16"

- 7-1** Arrimez l'ossature du siège sous le siège à l'aide des vis et rondelles, comme indiqué.



## Etape 8 Assembler le mécanisme pour les extensions de jambes

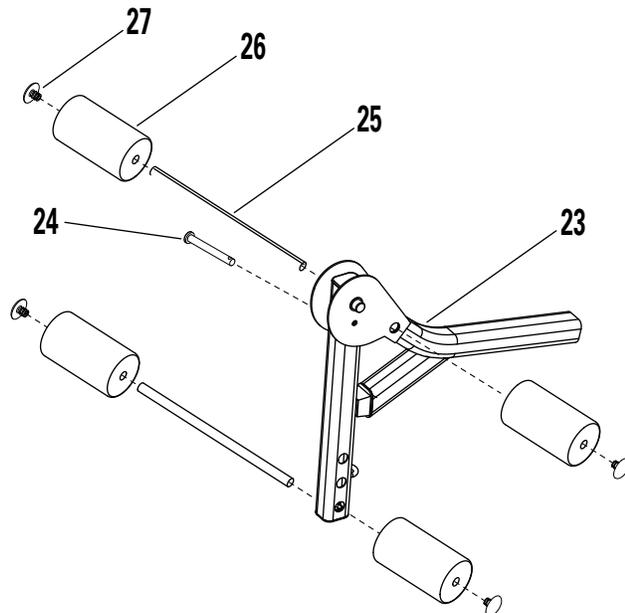
### Pièces :

- Ossature du mécanisme pour les extensions de jambes (23)
- 2 tubes chromés (25)
- 4 manchons en mousse (26)
- 4 embouts (27)

**Outils :** Maillet en caoutchouc

- 8-1** Insérez les tubes chromés dans l'orifice supérieur et dans l'un des orifices inférieurs du mécanisme pour les extensions de jambes. Choisissez l'orifice qui permet la position la plus confortable de l'utilisateur.

- 8-2** Faites glisser les manchons en mousse sur les tubes chromés et fixez les embouts. Enfoncez bien ces derniers à l'aide d'un maillet en caoutchouc.



**Remarque :** le mécanisme pour les extensions de jambes peut être ajusté durant l'entraînement, en fonction de la taille et des préférences de l'utilisateur.

# Guide de montage

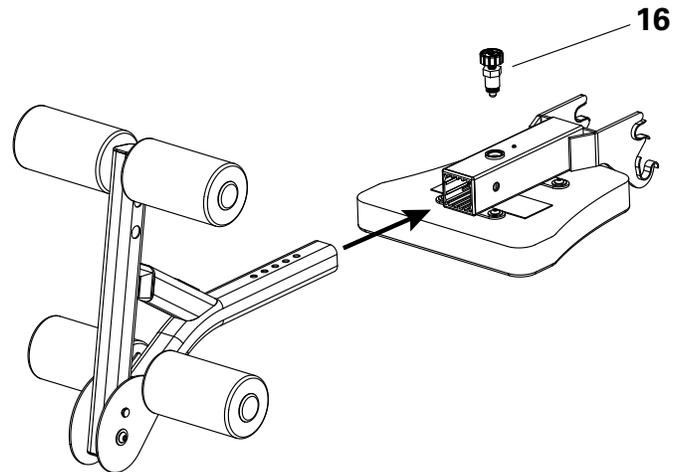
## Etape 9 Installer le mécanisme pour les extensions de jambes

### Pièces :

- Mécanisme pour les extensions de jambes
- Bouton de verrouillage (16)
- Assemblage du siège

**9-1** Insérez l'ossature du mécanisme pour les extensions de jambes dans l'extrémité ouverte de l'ossature du siège, comme indiqué.

**9-2** Alignez l'orifice du mécanisme pour les extensions de jambes avec l'orifice de l'ossature du siège à l'aide du bouton de verrouillage et en fonction de la taille de l'utilisateur.



## Etape 10 Installer le dossier du siège

### Pièces :

- Dossier du siège (15)
- Assemblage principal

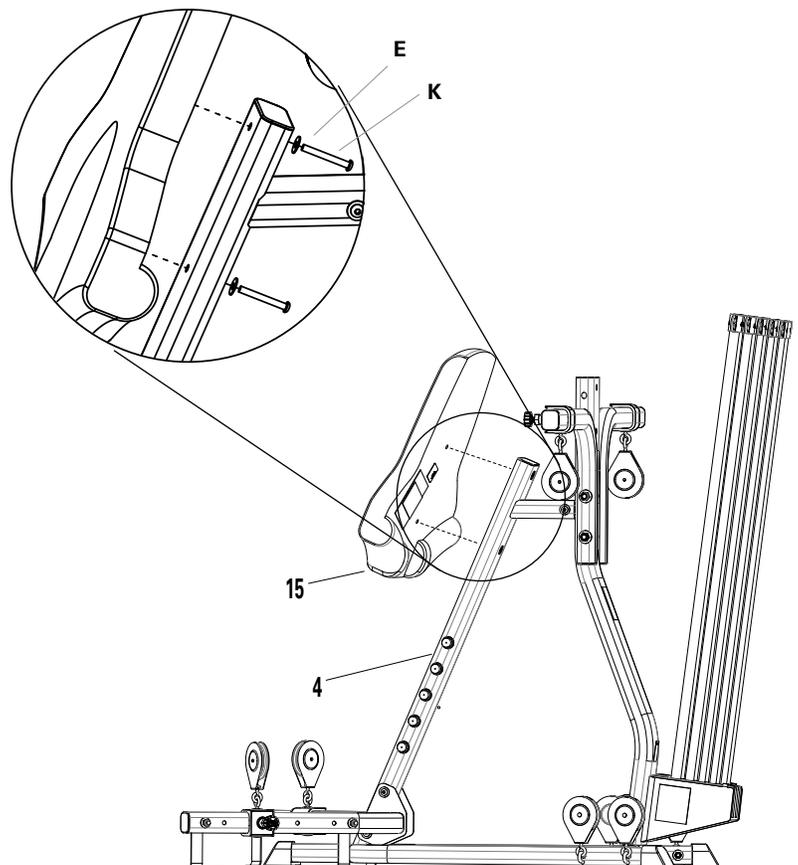
### Visserie :

- 2 vis à tête ronde 5/16" X 2 1/2" (K)
- 2 rondelles 5/16" (E)

**Outils :** Clé hexagonale 3/16"

**10-1** Alignez les orifices des vis du dossier du siège sur les orifices des vis du rail du support du siège.

**10-2** Installez le dossier du siège sur le rail à l'aide des vis et rondelles, comme indiqué.



# Guide de montage

## Etape 11 Installer l'assemblage du siège

### Pièces :

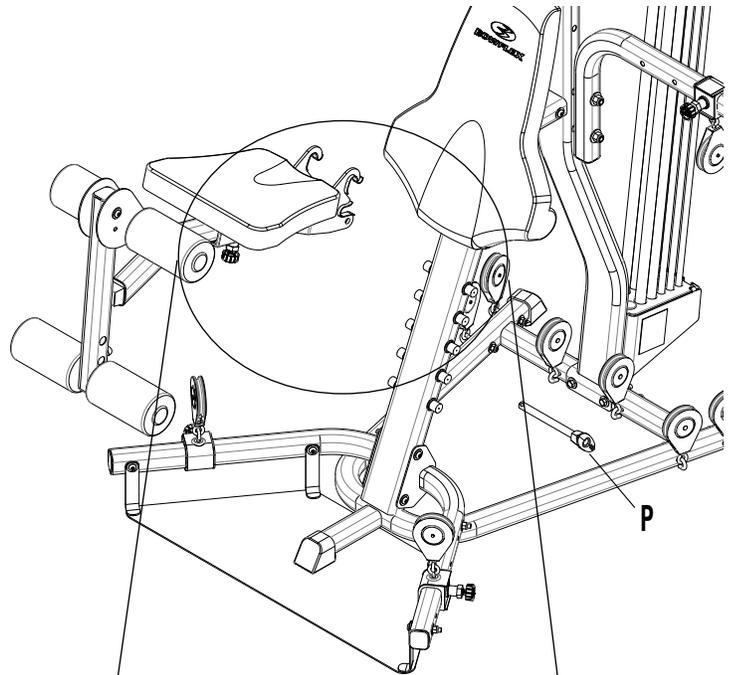
- Assemblage du siège
- Broche de verrouillage du siège (P)
- Assemblage principal

**11-1** Alignez les deux crochets supérieurs de l'ossature du siège (17) avec l'une des paires de broches sur le rail du support du siège (4), comme indiqué dans le **Détail 11a**.

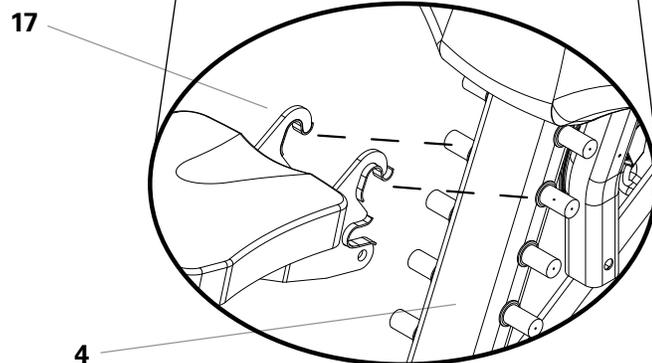
**11-2** Inclinez le siège vers l'avant et faites glisser les crochets sur les broches. Replacez le siège dans sa position initiale.

**11-3** Faites glisser la broche de verrouillage du siège par les orifices des crochets de l'ossature du siège pour sécuriser l'assemblage sur le rail du support, comme indiqué sur le **Schéma 11b**.

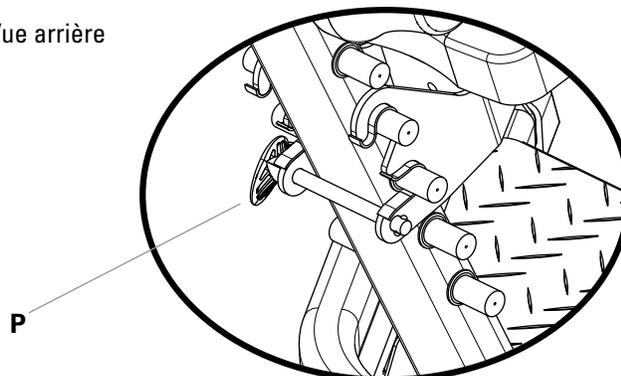
**Remarque :** suivez la procédure inverse pour ôter le siège.



Détail 11a



Détail 11b - Vue arrière



# Guide de montage

## Etape 12 Assembler la tour latérale supérieure

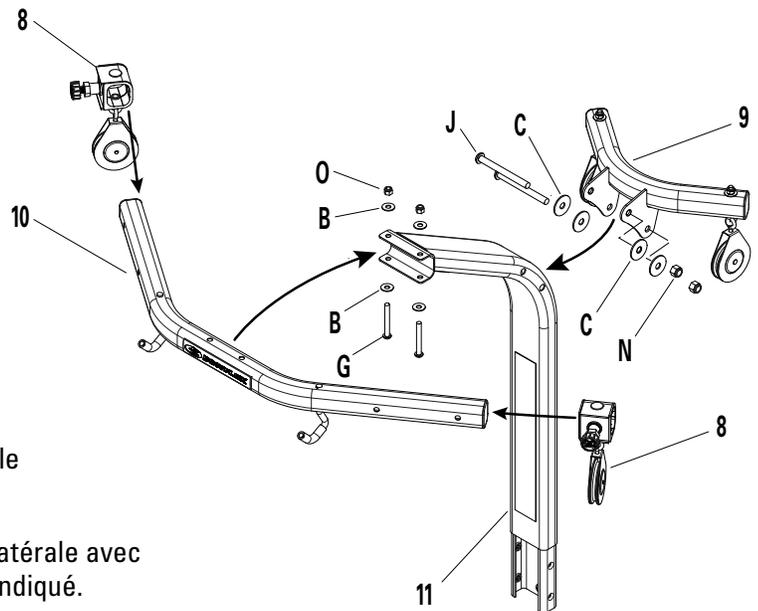
### Pièces :

- Tour latérale supérieure (11)
- Barre transversale latérale (10)
- Barre transversale latérale arrière (9)

### Visserie :

- 2 vis à tête ronde 3/8" X 3" (G)
- 4 rondelles 3/8" (B)
- 2 écrous à frein 3/8" (O)
- 2 vis à tête ronde 1/2" X 5 1/4" (J)
- 4 rondelles larges 1/2" (C)
- 2 écrous à frein 1/2" (N)

**Outils :** Clé hexagonale 7/32" et clé à ouverture variable



**12-1** Alignez les deux orifices de la barre transversale latérale avec les orifices de la tour latérale supérieure, comme indiqué.

**12-2** Arrimez l'ensemble à l'aide de vis 3/8", de rondelles et d'écrous, comme indiqué.

**Remarque :** vous serez invité à serrer complètement la visserie par la suite.

**12-3** Alignez le crochet de la barre transversale latérale arrière sur le boulon de la tour latérale supérieure, comme indiqué.

**12-4** Arrimez l'ensemble à l'aide de vis 1/2", de rondelles et d'écrous, comme indiqué.

**12-5** Serrez l'ensemble de la visserie ajoutée à cette étape.

## Etape 13 Assembler la station à abdominaux

### Pièces :

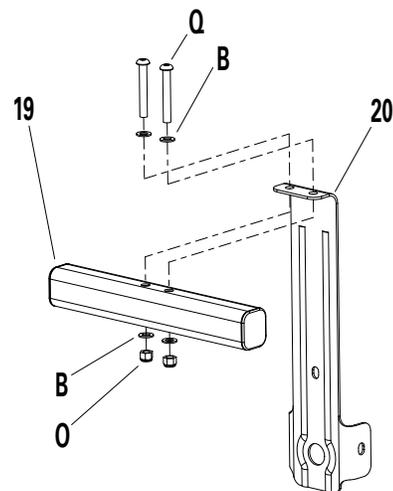
- Support de barre à abdominaux (20)
- Barre transversale à abdominaux (19)

### Visserie :

- 2 vis à tête ronde 3/8" X 2 3/4" (Q)
- 4 rondelles 3/8" (B)
- 2 écrous à frein 3/8" (O)

**Outils :** Clé hexagonale 7/32"

**13-1** Arrimez la barre transversale à abdominaux au support à abdominaux, comme indiqué. Serrez l'ensemble de la visserie ajoutée à cette étape.



# Guide de montage

## Etape 14 Installer l'assemblage de la tour latérale supérieure, la station à abdominaux et la poulie latérale

### Pièces :

- Assemblage de la tour latérale supérieure
- Station à abdominaux
- boîtier de poulie latérale (22)
- Assemblage principal

### Visserie :

- 5 vis à tête ronde 3/8" X 3/4" (I)
- 5 rondelles plates 3/8" (B)

**Outils :** Clé hexagonale 7/32"

**14-1** Faites glisser l'assemblage de la tour latérale supérieure sur la tour latérale inférieure, comme indiqué.

**14-2** Placez le crochet à abdominaux à l'arrière de l'assemblage de la tour latérale. Alignez les orifices des boulons des rabats latéraux des crochets à abdominaux sur les orifices des boulons inférieurs sur les côtés de la tour latérale.

**14-3** Pour arrimer la station à abdominaux à la tour latérale, installez une vis 3/4" et une rondelle par l'orifice du boulon supérieur de la station à abdominaux, au dos de la tour latérale, comme indiqué dans le **Détail 14a**. Sécurisez la station à abdominaux aux côtés de la tour latérale à l'aide de deux vis et rondelles, comme indiqué dans le **Détail 14a**.

**14-4** Otez l'embout en plastique de l'extrémité du boulon long (\*) déjà installé à l'arrière de la poulie latérale/du boîtier. Serrez le boulon à la main. Vous aurez à l'ôter, puis à le réinstaller aux étapes 16 et 17.

**14-5** Positionnez le crochet du boîtier de poulie latérale contre la tour latérale, par-dessus la station à abdominaux. Alignez les orifices des boulons, comme indiqué sur le **Schéma 14b**.

**14-6** Placez une rondelle sur l'extrémité de chaque vis. Arrimez le boîtier de poulie latérale à la tour latérale en installant les vis, sans les serrer, dans les orifices alignés, comme indiqué sur le **Schéma 14b**.

**Vous serez invité à serrer complètement la visserie par la suite.**

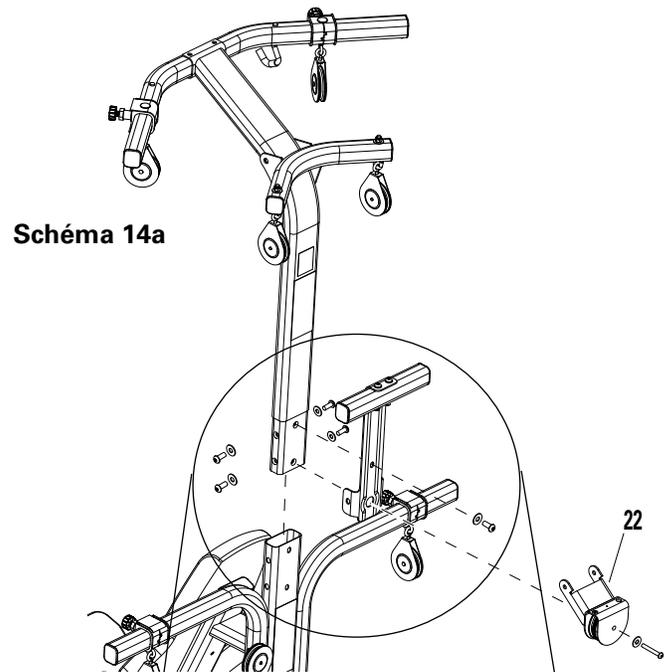
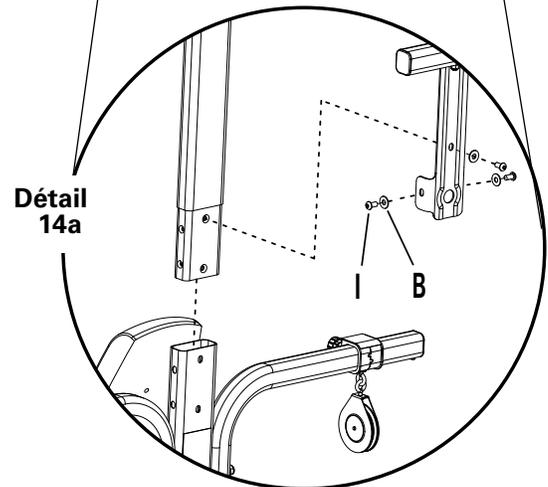
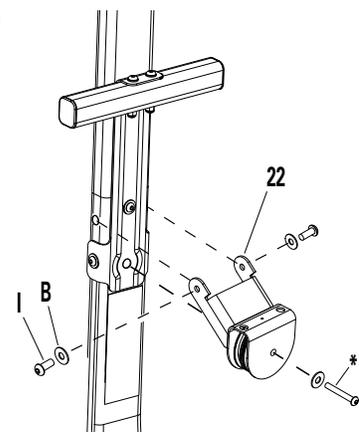


Schéma 14a



Détail 14a

Schéma 14b

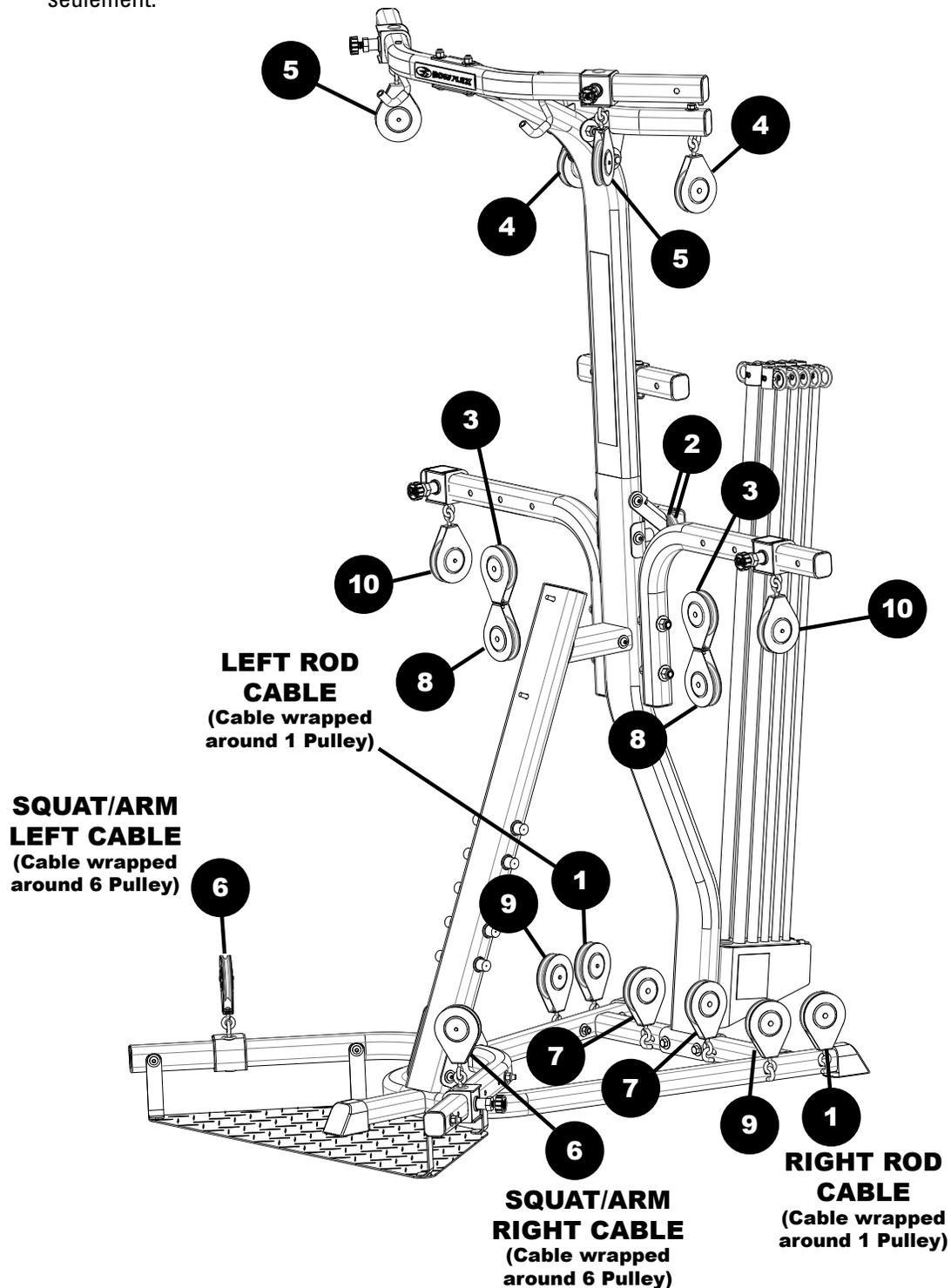


# Guide de montage

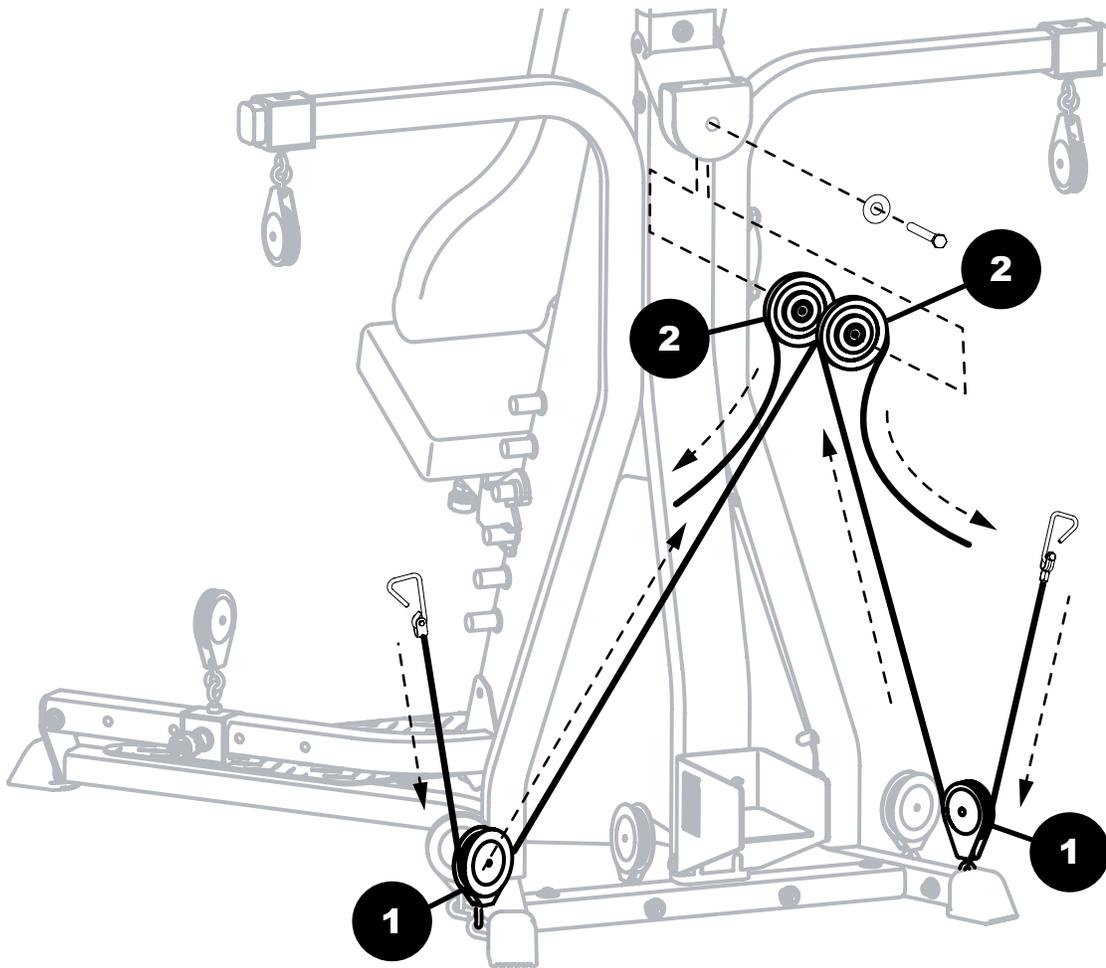
## Etape 15 Installer les câbles et les poulies – Présentation

Le schéma ci-dessous représente les poulies du modèle Bowflex Xtreme 2 SE home gym. Les illustrations qui suivent montrent comment connecter et installer chaque câble dans les poulies. (Pour une clarté accrue des schémas, la station à abdominaux n'est pas représentée.) La connexion des câbles est plus simple avec deux personnes.

**Remarque :** Ce guide part du principe que le monteur se tient devant la machine, face au siège (pour toute référence aux parties gauche et droite). Votre modèle peut différer de celui illustré. Les schémas sont à titre d'indication seulement.



# Guide de montage



## Etape 16 Installer les câbles et les poulies – Préparer les câbles à installer sur le boîtier de poulie latérale

Situez les éléments suivants sur l'assemblage du boîtier de poulie latérale :

- (2) Poulies – déjà installées, éléments n° 2 sur le schéma
- 3/8" X 4 1/2" Boulons hexagonaux – déjà installés
- 3/8" Rondelle – déjà installée

**Remarque :** la connexion des câbles est plus simple avec deux personnes.

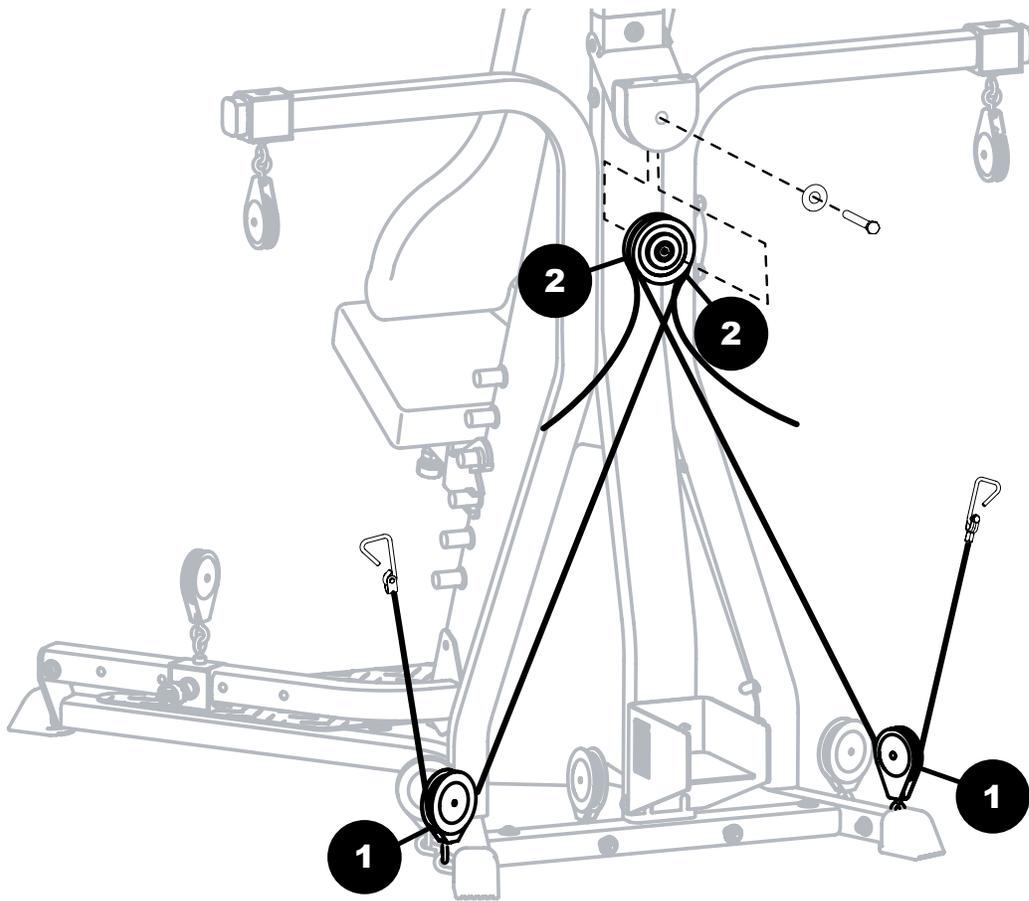
**16-1** Supprimez les 4 boulons 1/2" et les rondelles de l'arrière du boîtier de poulie latérale et conservez-les pour l'Etape 18.

**16-2** Les 2 poulies sortent du boîtier lorsqu'elles ne sont plus maintenues par le boulon hexagonal.

Déroulez le câble de la poulie droite sur le rail du châssis droit. Passez le câble en dessous, puis en dessus de la poulie latérale (2), en suivant les flèches indiquées sur le **Schéma 16** et tout en maintenant bien le câble lorsque nécessaire.

**16-3** Recommencez pour le câble de la poulie gauche (sur le rail du châssis gauche), sans relâcher le câble de la poulie droite.

# Guide de montage



## Étape 17 Installer les câbles et les poulies – Connecter les câbles et les poulies au boîtier de poulie latérale

Situez les éléments suivants sur l'assemblage du boîtier de poulie latérale :

- (2) Poulies de l'étape 16
- 3/8" X 4 1/2" Boulons hexagonaux – désinstallés à l'étape 16
- 3/8" Rondelle – désinstallée à l'étape 16

**Remarque :** la connexion des câbles est plus simple avec deux personnes.

**17-1** Tout en maintenant en place les deux câbles de l'étape 16, alignez les 2 poulies latérales, comme indiqué sur le **Schéma 17**. Replacez les poulies dans le boîtier de poulie latérale en les faisant glisser et en alignant les orifices des boulons des poulies et du boîtier.

**17-2** Placez la rondelle sur les 4 boulons 1/2" de l'Étape 16. Faites glisser les boulons par les orifices alignés dans le boîtier de poulie latérale et les poulies latérales, comme indiqué sur le **Schéma 17**.

**Serrez l'ensemble de la visserie.**

**Remarque :** vous aurez probablement à repousser l'unité Power Rod® à cette étape. Pour une clarté accrue des schémas, l'unité Power Rod® n'est pas représentée.

# Guide de montage

## Etape 18 Installer les câbles et les poulies – Connecter les câbles des barres à la poulie flottante droite et aux poulies de la tour latérale

Situez les éléments suivants sur l'assemblage du boîtier de la poulie latérale :

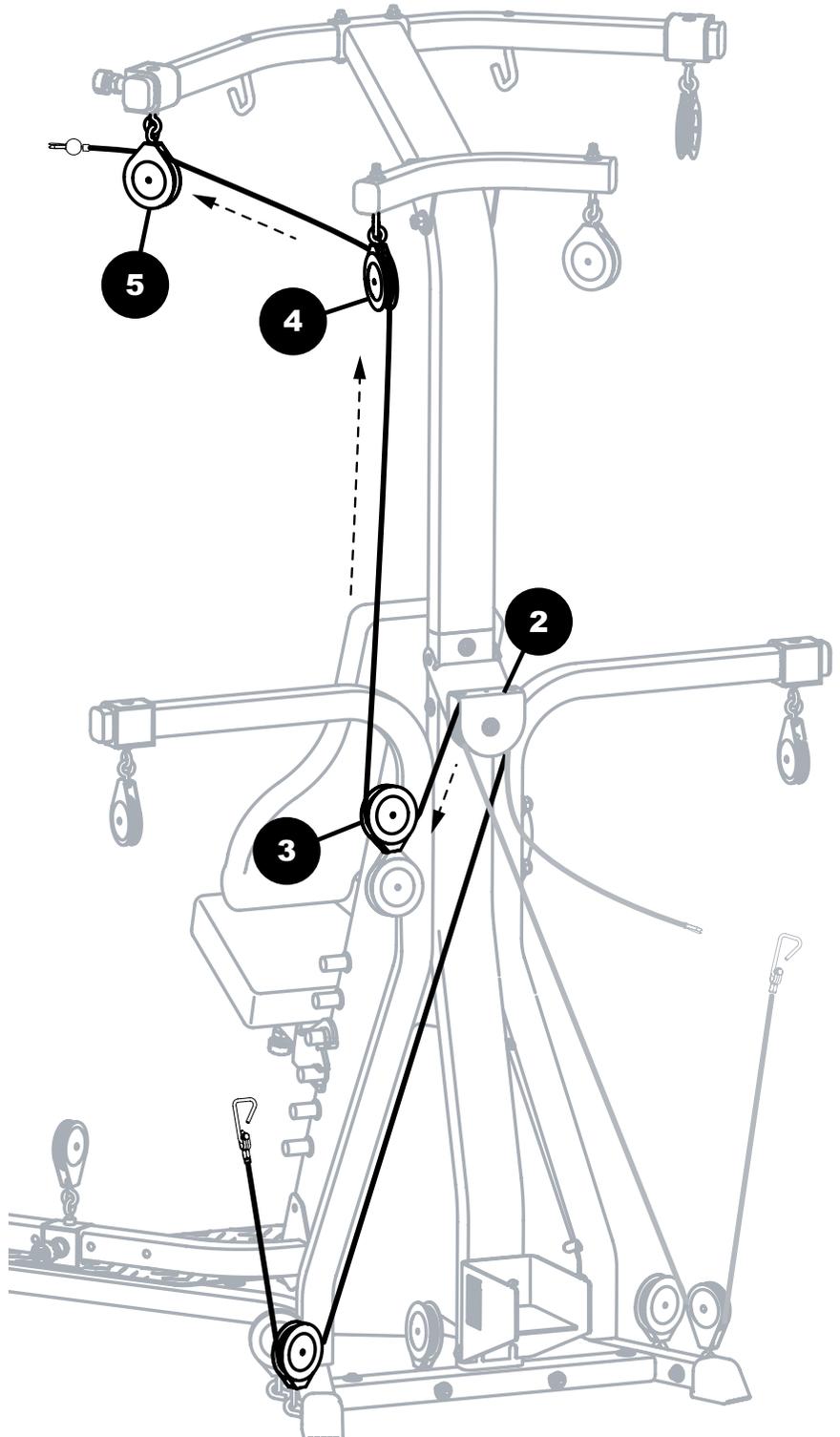
- 3 & 8 poulies flottantes (unité connectée)
- (2) Balle d'arrêt d'extrémité de câble avec centre (voir Détail)

**18-1** Situez le câble de barre droit passé dans le boîtier de poulie latérale. Passez le câble par la poulie flottante (3), comme indiqué.

**18-2** Continuez à guider le câble par la poulie (4) de la barre transversale latérale arrière, puis par la poulie (5) de la barre transversale latérale avant, comme indiqué.

**18-3** Insérez l'extrémité du câble par la balle d'arrêt d'extrémité de câble, puis arrimez le centre du câble pour ne pas qu'il glisse dans la poulie. Voir **Schéma 18b**.

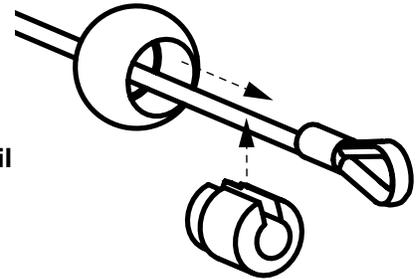
**Remarque :** le centre de la balle d'arrêt d'extrémité de câble doit se trouver sur la fêrulle. Faites tourner le centre pour l'aligner avec la rainure de la balle.



# Guide de montage

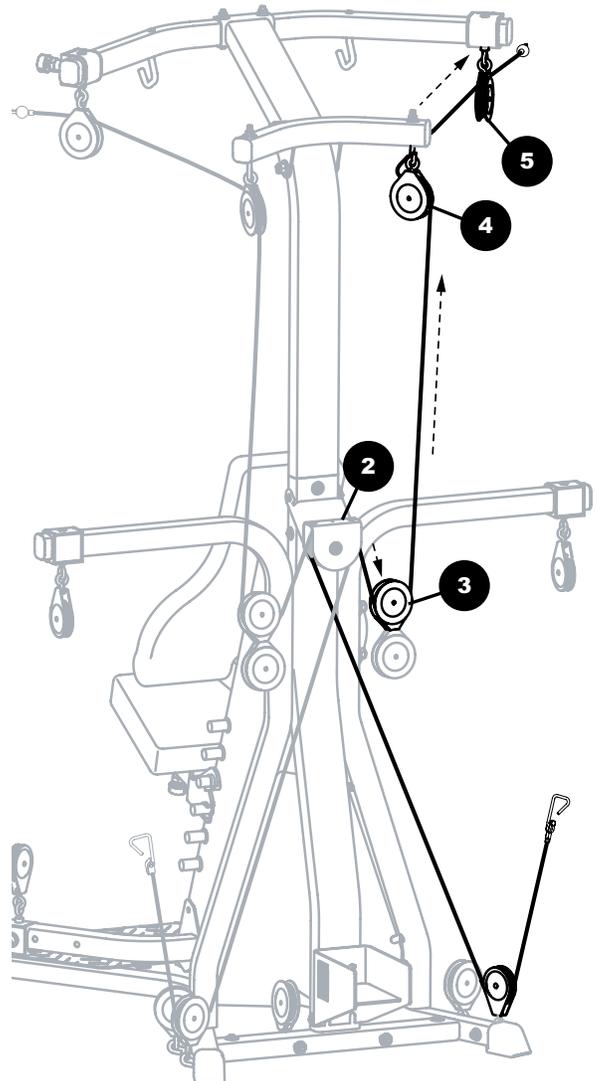
**Etape 18b** Installer les câbles et les poulies – Connecter la balle d'arrêt d'extrémité de câble au centre

Schéma 18b - Détail



**Etape 18c** Installer les câbles et les poulies – Connecter les câbles des barres à la poulie flottante gauche (3) et aux poulies de la tour latérale

Schéma 18c



**18-4** Recommencez avec le câble de barre gauche (3) et les poulies flottantes (8), comme indiqué sur le Schéma 18c.

**Remarque :** Une fois les balles d'arrêt d'extrémité de câble arrimées, placez chaque crochet de barre au boîtier de poulie latérale, comme indiqué sur le schéma 18d.

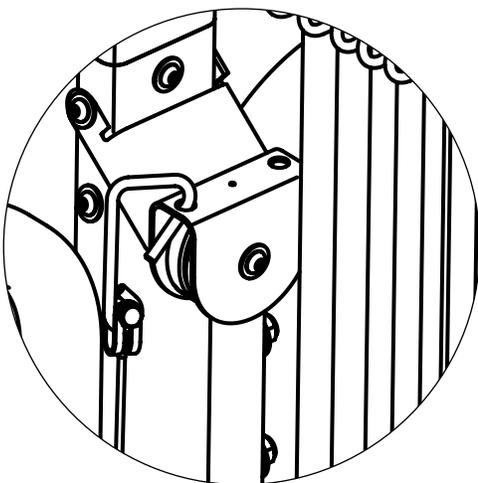
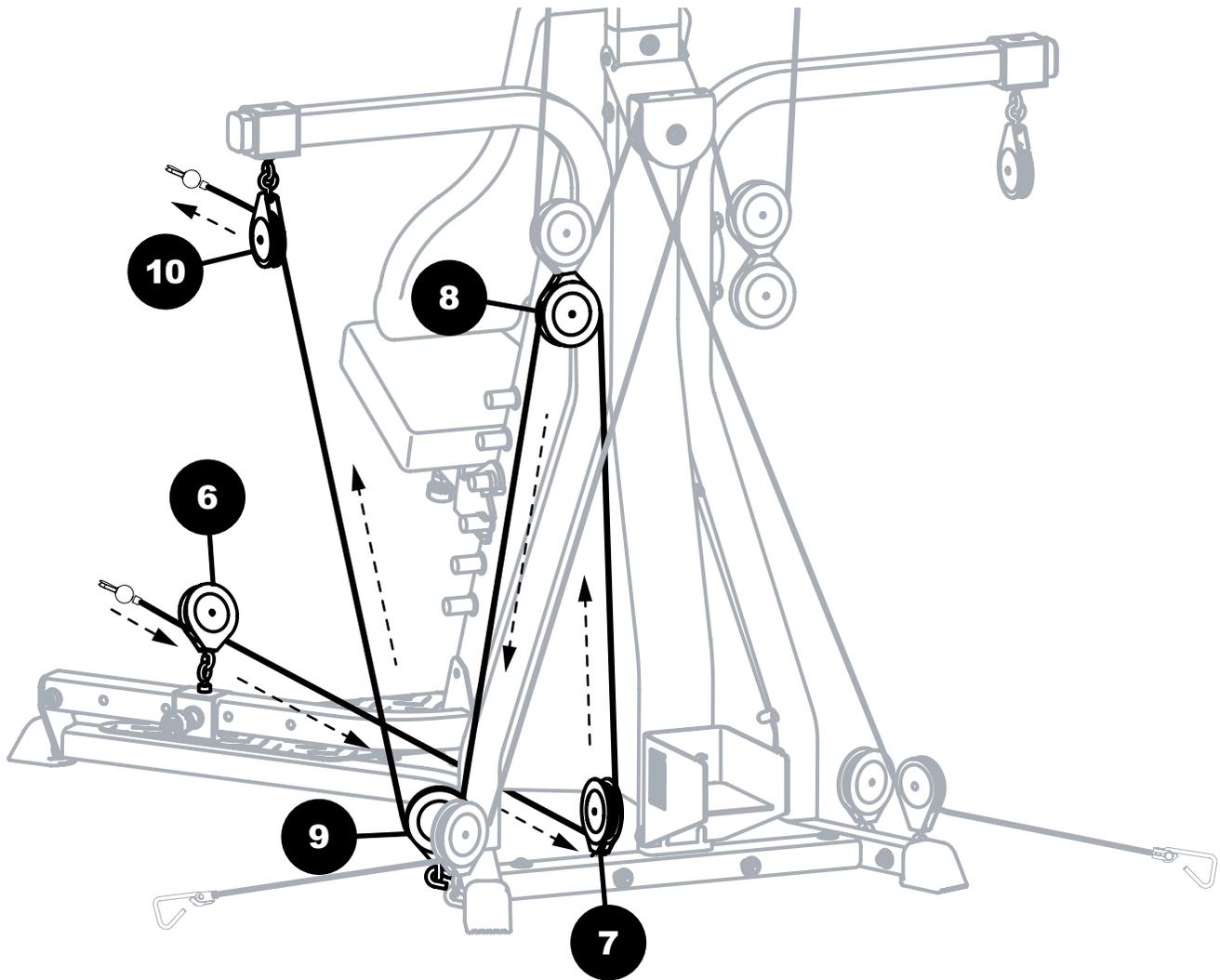


Schéma 18d - Rangement des crochets des barres sur le boîtier de la poulie latérale

# Guide de montage



## **Étape 19** Installer les câbles et les poulies – Connecter le câble à squats droit à la poulie flottante et à la poulie de l'assemblage principal

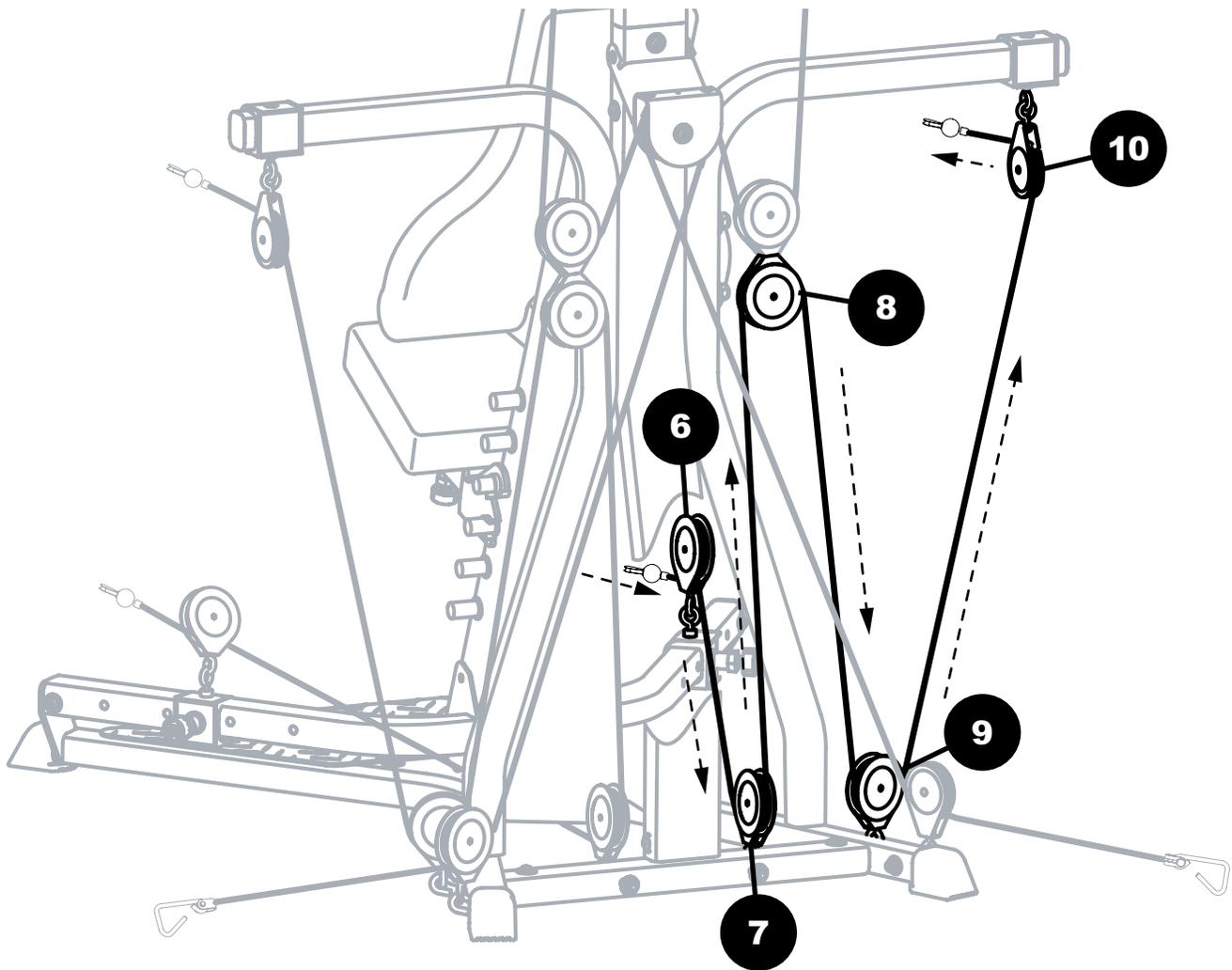
Faites glisser la poulie du châssis à squats droit (6) à l'orifice arrière le plus éloigné, comme indiqué sur le **Schéma 19**.

Déroulez le câble à squats droit depuis la poulie (6) et guidez le câble en le passant dans la poulie de la barre transversale arrière (7), par dessous, et par la poulie flottante (8) par dessus. Suivez les flèches, comme indiqué sur le **Schéma 19**.

Continuez de guider le câble vers le bas, par la poulie droite du rail du châssis (9), puis remontez par la poulie du bras droit (10), comme indiqué sur le **Schéma 19**.

Enfin, insérez l'extrémité du câble par la balle d'arrêt d'extrémité de câble, puis arrimez le centre du câble assemblé à l'étape 18.

# Guide de montage



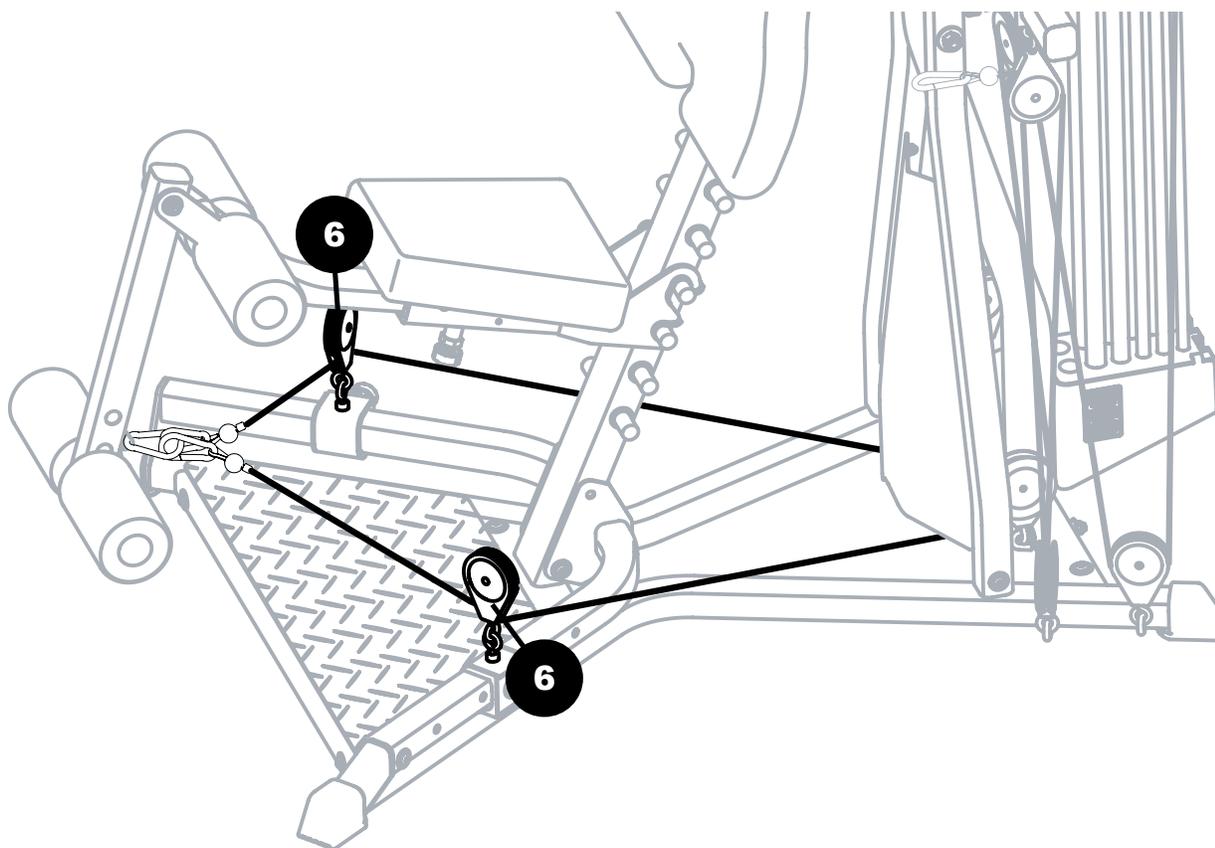
## **Etape 19b** Installer les câbles et les poulies –

Connecter le câble à squats gauche à la poulie flottante et à la poulie de l'assemblage principal

Recommencez la même procédure de l'Etape 19 pour le câble à squats gauche.

# Guide de montage

---



## Etape 20 Installer les câbles et les poulies

Arrimez les crochets des extrémités des câbles à squats droit et gauche au crochet installé sur le mécanisme d'extension de jambes, comme indiqué sur le **Schéma 20**.

---

## Etape 21 Effectuer l'inspection finale

Veillez inspecter votre machine afin de vous assurer que tous les composants sont correctement assemblés et arrimés. Lisez toutes les étiquettes apposées sur la machine.

Notez le numéro de série dans l'espace prévu à cet effet à l'avant du manuel d'utilisation. Référez-vous à la section Etiquettes de mise en garde et numéro de série du manuel d'utilisation.

**⚠** S'il n'est pas inspecté et testé avant son utilisation, cet appareil risque d'être endommagé. Il peut également blesser les utilisateurs ou des tiers.



Nautilus®

Bowflex®

Schwinn® Fitness

Universal®