

Owner's Manual

Model No.

168120800DR

- Assembly
- Operation
- Adjustments
- Parts
- Warranty

CAUTION:
Read and understand this manual before operating unit



ST800DR3 DUMBBELL RACK



Retain For Future Reference

TABLE OF CONTENTS

Product Registration..... 2

Important Safety Instructions 3

Assembly Instructions 5

Resistance Training Benefits and Tips..... 9

General Maintenance.....9

Exploded View Diagram..... 10

Parts List 11

Manufacturer’s Limited Warranty 12

Thank you for purchasing our product, please save these instructions. Please do not perform or attempt any customizing, adjustments, repair or maintenance that is not described in this manual.



Congratulations on your new ST800DR3 Dumbbell Rack and welcome to the Dyaco Canada family!

Thank you for your purchase of this Spirit ST800DR3 Dumbbell Rack from Dyaco Canada Inc. Your new ST800DR3 Dumbbell Rack was manufactured by one of the leading fitness manufacturers in the world and is backed by one of the most comprehensive warranties available. Through your dealer, Dyaco Canada Inc. will do all we can to make your ownership experience as pleasant as possible for many years to come. The local dealership where you purchased this Dumbbell Rack is your administrator for all Dyaco Canada Inc. warranty and service needs. Their responsibility is to provide you with the technical knowledge and service personnel to make your experience more informed and any difficulties easier to remedy.

Please take a moment at this time to record the name of the dealer, their telephone number, and the date of purchase below to make any future, needed contact easy. We appreciate your support and we will always remember that you are the reason that we are in business. Please complete and mail your registration card today and enjoy your new Dumbbell Rack.

Yours in Health,
Dyaco Canada Inc.

Name of Dealer _____

Telephone Number of Dealer _____

Purchase Date _____

Product Registration

RECORD YOUR SERIAL NUMBER

Please record the Serial Number of this fitness product in the space provided below.

Serial Number _____

REGISTER YOUR PURCHASE

The self-addressed product registration card must be completed in full and returned to Dyaco Canada Inc.

BEFORE YOU BEGIN

Thank you for choosing the ST800DR3 Dumbbell Rack. We take great pride in producing this quality product and hope it will provide many hours of quality exercise to make you feel better, look better, and enjoy life to its fullest. It's a proven fact that a regular exercise program can improve your physical and mental health. Too often, our busy lifestyles limit our time and opportunity to exercise. The SPIRIT ST800DR3 Dumbbell Rack provides a convenient and simple method to begin your assault on getting your body in shape and achieving a happier and healthier lifestyle.

Read this manual carefully before using the SPIRIT ST800DR3 Dumbbell Rack. Although Dyaco Canada Inc. constructs its products with the finest materials and uses the highest standards of manufacturing and quality control, there can sometimes be missing parts or incorrectly sized parts. If you have any questions or problems with the parts included with your SPIRIT ST800DR3 Dumbbell Rack, please do not return the product. Contact us **FIRST!** If a part is missing or defective call us toll free at 1-888-707-1880. Our Customer Service Staff are available to assist you from 8:30 A.M. to 5:00 P.M. (Eastern Time) Monday through Friday. Be sure to have the name and model number of the product available when you contact us.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS



WARNING

Serious injury could occur if these safety precautions are not observed

USER SAFETY PRECAUTIONS

- Obtain a medical exam before beginning any exercise program.
- Stop exercising if feeling faint, dizzy or experiencing pain and consult your physician.
- Obtain instructions before using.
- Read and understand the owner's manual and all warnings posted on the rack before using.
- Keep all children (12 and under) away. Teenagers (13 and over) and disabled must be supervised.
- Keep body and clothing free from and clear of all moving parts.
- Use the rack only for the intended use. DO NOT modify the rack.
- Inspect rack prior to use. DO NOT use if it appears damaged or inoperable.
- DO NOT use if any components are worn, frayed or damaged.
- DO NOT attempt to fix a broken or jammed rack. Notify floor staff.
- Report any malfunctions, damage or repairs to the facility.
- Replace any warning labels if damaged, worn or illegible.
- DO NOT use this rack outdoors.
- Total Weight Limit: 1,000LBS.

FACILITY SAFETY PRECAUTIONS

- Read the Owner's Manual carefully before assembling, servicing or using the equipment.
- Securely anchor each dumbbell rack to the floor using the anchor holes provided in each rack.
- Make sure that each rack is set up and operated on a solid level surface. Do not install equipment on an uneven surface.
- Make sure that all users are properly trained on how to use the equipment.
- Make sure there is enough room for safe access and operation of the equipment.
- Perform regular maintenance checks on the equipment. Also pay close attention to all areas most susceptible to wear.
- Immediately replace worn or damaged components. If unable to immediately replace worn or damaged components then remove from service until the repair is made.
- Use only Dyaco Canada supplied components to maintain/repair the equipment.
- Keep a repair log of all maintenance activities.

NOTE: It is the sole responsibility of the user/owner or the facility operator to ensure that regular maintenance is performed

SAFETY GUIDELINES AND PRACTICES

Dyaco Canada recommends that all fitness equipment be used in a supervised area. It is recommended that the equipment be located in an access-controlled area. Control is the responsibility of the owner. The extent of control is at the discretion of the owner.

It is the responsibility of the purchaser/user of Dyaco Canada products to read and understand the owner's manual, and warning labels; as well as instruct all individuals, whether end users or supervising personnel, on proper usage of the equipment.

PROPER USAGE

Use rack only as described in the manual. Failing to follow proper instructions may result in injury.

- Do not lean against or pull on the framework or any component, whether rack is at rest or in use. Inappropriate or improper use may result in injury to users or third parties (bystanders).
- Do not use rack if it is not located on a solid level surface or is improperly installed.
- Provide an adequate safety perimeter between the rack, walls and other equipment to ensure that the facility has the proper clearance for usage and training.

MAINTENANCE

Preventative maintenance allows proper equipment operation and reduces the risk of injury. Perform the maintenance requirements as specified in the manual (see table on page 9).

STANDARD COMPLIANCE

Dyaco Canada products meet or exceed applicable ASTM and EN Standards

WARNING/CAUTION DECALS

- Warning decals indicate a potentially hazardous situation, which, if not avoided, could result in death or serious injury. Caution decals indicate a potentially hazardous situation, which, if not avoided, could result in minor or moderate injury. **SAVE THESE INSTRUCTIONS - THINK SAFETY!**

ST800DR3 ASSEMBLY INSTRUCTIONS

To avoid possible damage to this ST800DR3 Dumbbell Rack, please follow these assembly steps in the correct order. Be sure to read your Assembly/Owner's Guide before using your new ST800DR3 Dumbbell Rack.

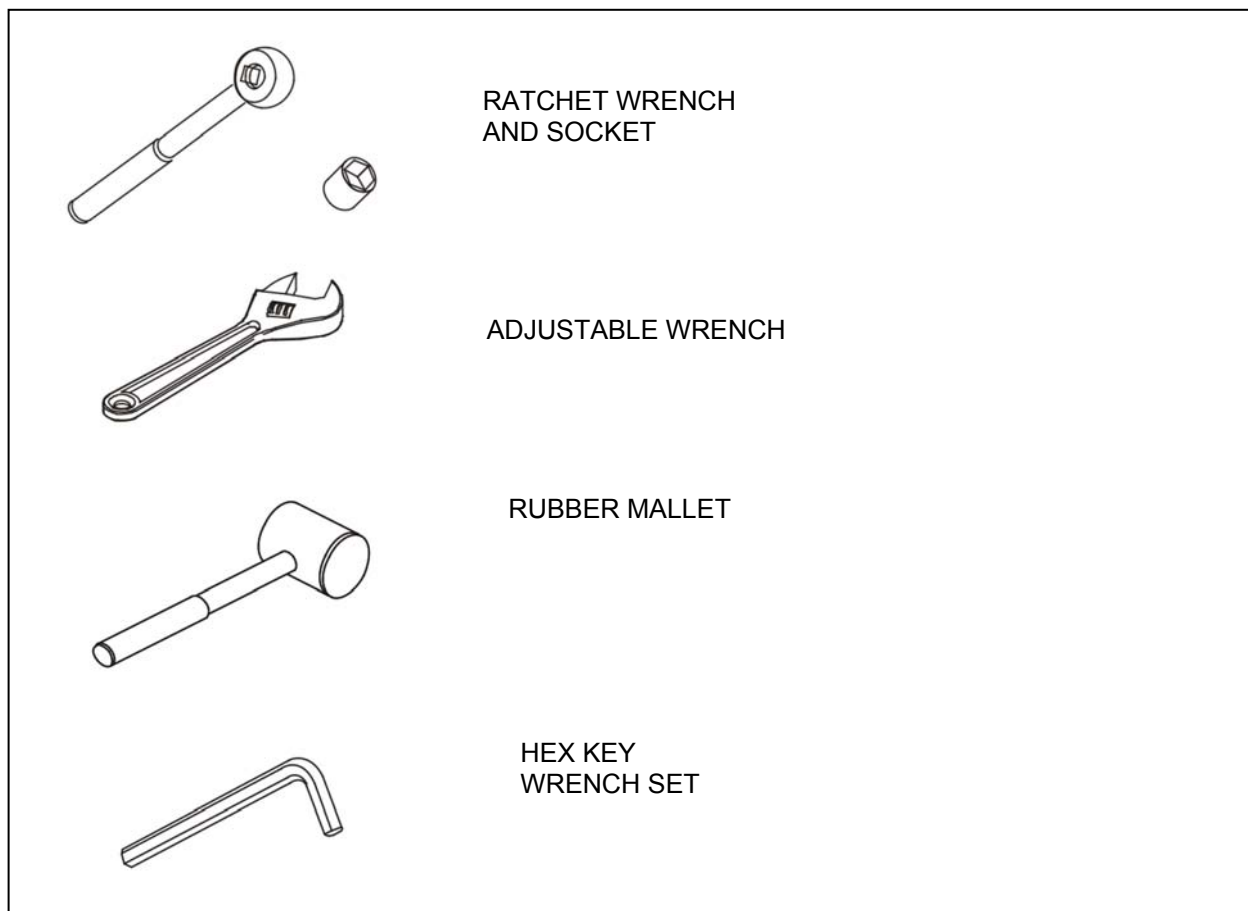
Please use the various lists in this manual to account for all parts included in the assembly. If replacement parts are needed, use the part number and the description from the lists. Use only our replacements when servicing. Failure to do so will void your warranty and could result in personal injury. After assembly, check all operations for ease of use. If any problems are experienced, first recheck the assembly instructions for possible errors made. If more help is needed, call your authorized dealer. Be sure to have your serial number ready.

NOTE: During assembly, it is recommended to ensure that all bolts are in place and partially threaded before completely tightening any one bolt.

UNPACKING

Cut the straps, then pull the staples away from the bottom half and lift the top half of the carton off of the bottom. The hardware is located in the holes of the associated tubes/brackets.

ST800DR3 TOOLS REQUIRED / HARDWARE GUIDE



ST800DR3 ASSEMBLY INSTRUCTIONS

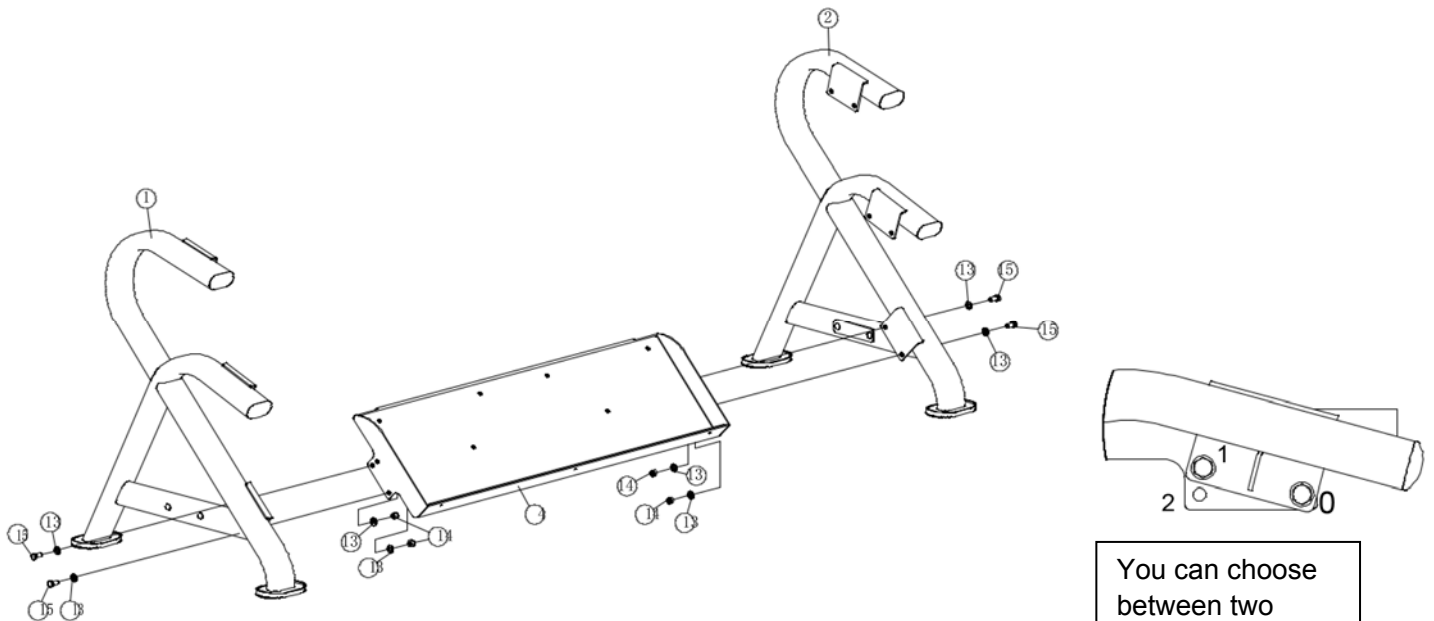
Assembly of the equipment takes professional installers approximately 1 hours. If this is the first time you have assembled this type of equipment, plan to spend more time. It is highly recommended to use professional installers to assemble the equipment. You may find it quicker, safer, easier to assemble with the assistance of another person as some components of the unit are large and heavy.

It is important that you assemble your product in a clean, clear, uncluttered area. This will enable you to move around the product whilst you are fitting components and reduce the possibility of injury during assembly.

Note:

As with any assembled part, proper alignment is critical. While tightening the fasteners, be sure to leave room for adjustments. Do not fully tighten the fasteners until instructed to do so. Be careful to assemble the components in the sequence presented in this manual.

ST800DR3 STEP ONE



Connect the Left Frame (No. 1) the Big Dumbbell Tray (No. 4).

Secure with:

2 M12 x 25 Hex Head Bolts (No. 15)

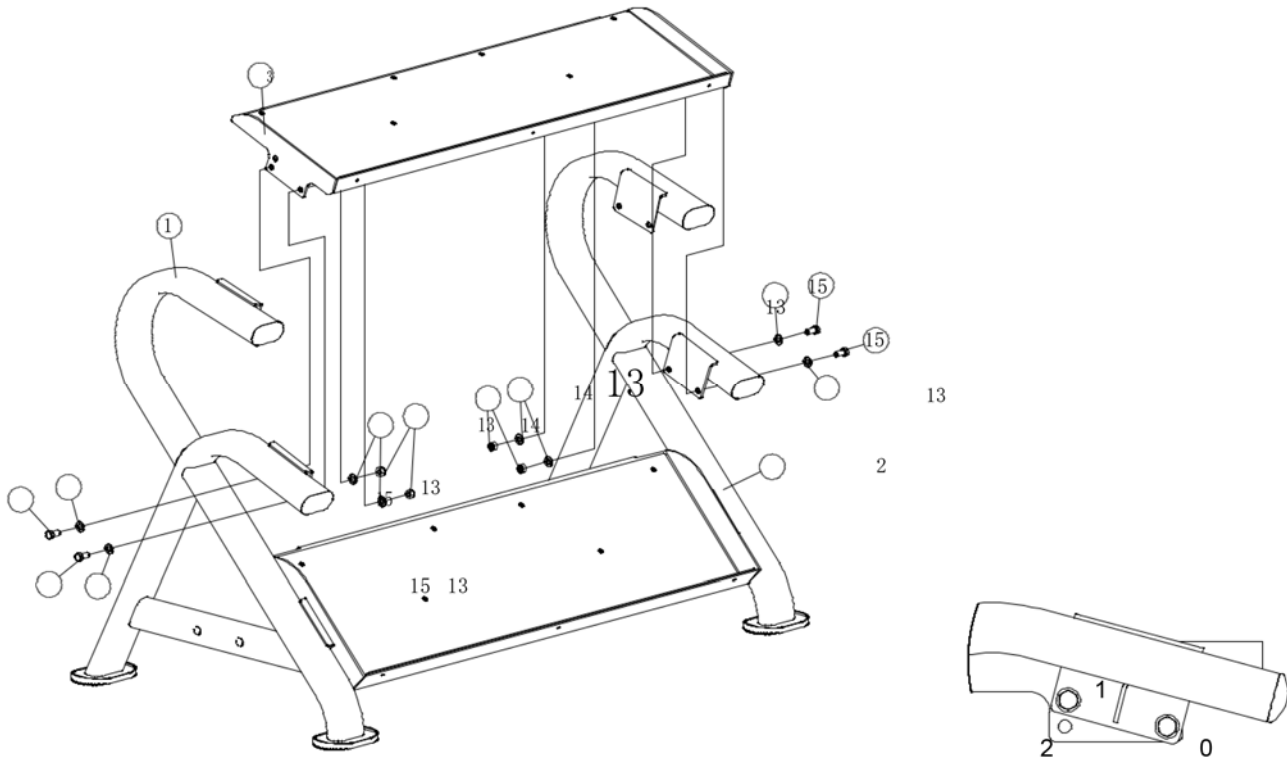
4 Flat Washers $\phi 13 \times \phi 24 \times 1.5$ (No. 13)

2 Nylon Lock Nuts M12 (No. 14)

Repeat with the Right Frame (No. 2). Hand tighten bolts and nuts.

You can choose between two angles. Place bolts in holes 0 & 1 for a more tilted tray. 0 & 2 for a less tilted tray.

ST800DR3 STEP TWO



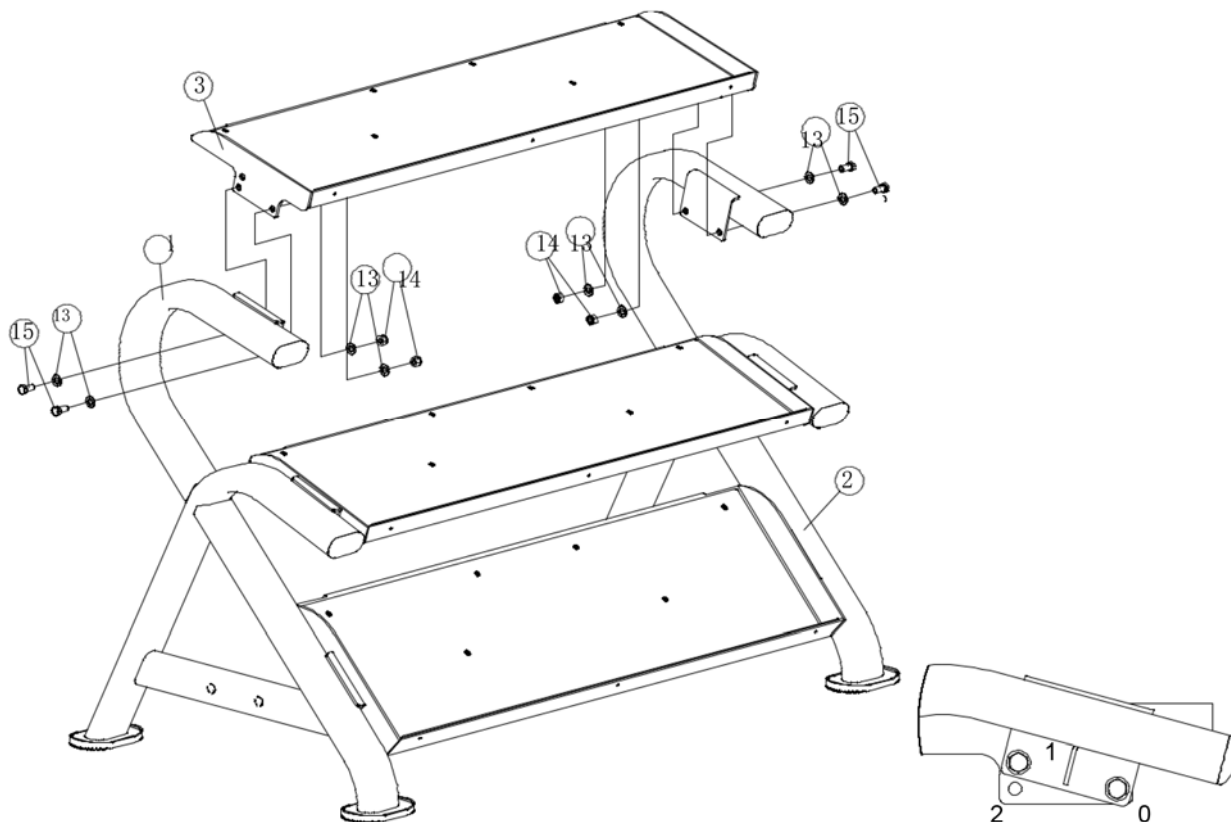
Attach Dumbbell Tray (No. 3) to the Left Frame (No. 1).

Secure with:

2 M12 x 25 Hex Head Bolts (No. 15), 4 Flat Washers $\phi 13 \times \phi 24 \times 1.5$ (No. 13) and 2 Nylon Lock Nuts M12 (No. 14). Repeat with the Right Frame (No. 2).

You can choose between two angles. Place bolts in holes 0 & 1 for a more tilted tray. 0 & 2 for a less tilted tray.

ST800DR3 STEP THREE



Attach Dumbbell Tray (No. 3) to the Left Frame (No. 1).

Secure with:

2 M12 x 25 Hex Head Bolts (No. 15), 4 Flat Washers $\phi 13 \times \phi 24 \times 1.5$ (No. 13) and 2 Nylon Lock Nuts M12 (No. 14). Repeat with the Right Frame (No. 2).

You can choose between two angles. Place bolts in holes 0 & 1 for a more tilted tray. 0 & 2 for a less tilted tray.

RESISTANCE TRAINING BENEFITS AND TIPS

Always consult a physician before starting an exercise program. To be successful in your exercise program, it is important to develop an understanding of the basic principles of resistance training. Now that you have assembled your Dyaco Canada Fitness rack, it is only natural that you want to get started immediately. First, determine a few realistic, short term goals and expectations for yourself. Choose an appropriate exercise routine that best suits your individual needs.

- Warm up properly before engaging in resistance training. Stretching, yoga, jogging, calisthenics, or other cardiovascular exercise can help prepare your body for the heavier workload of lifting weights.
- Learn how to perform the exercise correctly before using heavy weight. Correct form is important to avoid injury and ensure that you work the proper muscle groups.
- Know your limitations. If you are new to resistance training or are starting back, after an extended layoff, start slowly and build foundational strength over a longer period of time.
- Pay attention to your breathing. As a general rule of thumb inhale on the non-exertion part of the movement and exhale during the exertion portion. Never hold your breath.
- Keep in mind how important the recovery phase is in achieving your goals. The general rule is to allow a minimum of 48-72 hours before training the same muscles. If you still experience soreness after this period of time has elapsed, take a few additional days until the soreness has subsided.
- To achieve maximum results and avoid possible injury, consult a fitness professional to formulate a complete exercise program.

GENERAL MAINTENANCE

For best performance, Dyaco Canada recommends the following maintenance schedule. Check the integrity and function of the following parts. Replace all worn components immediately.

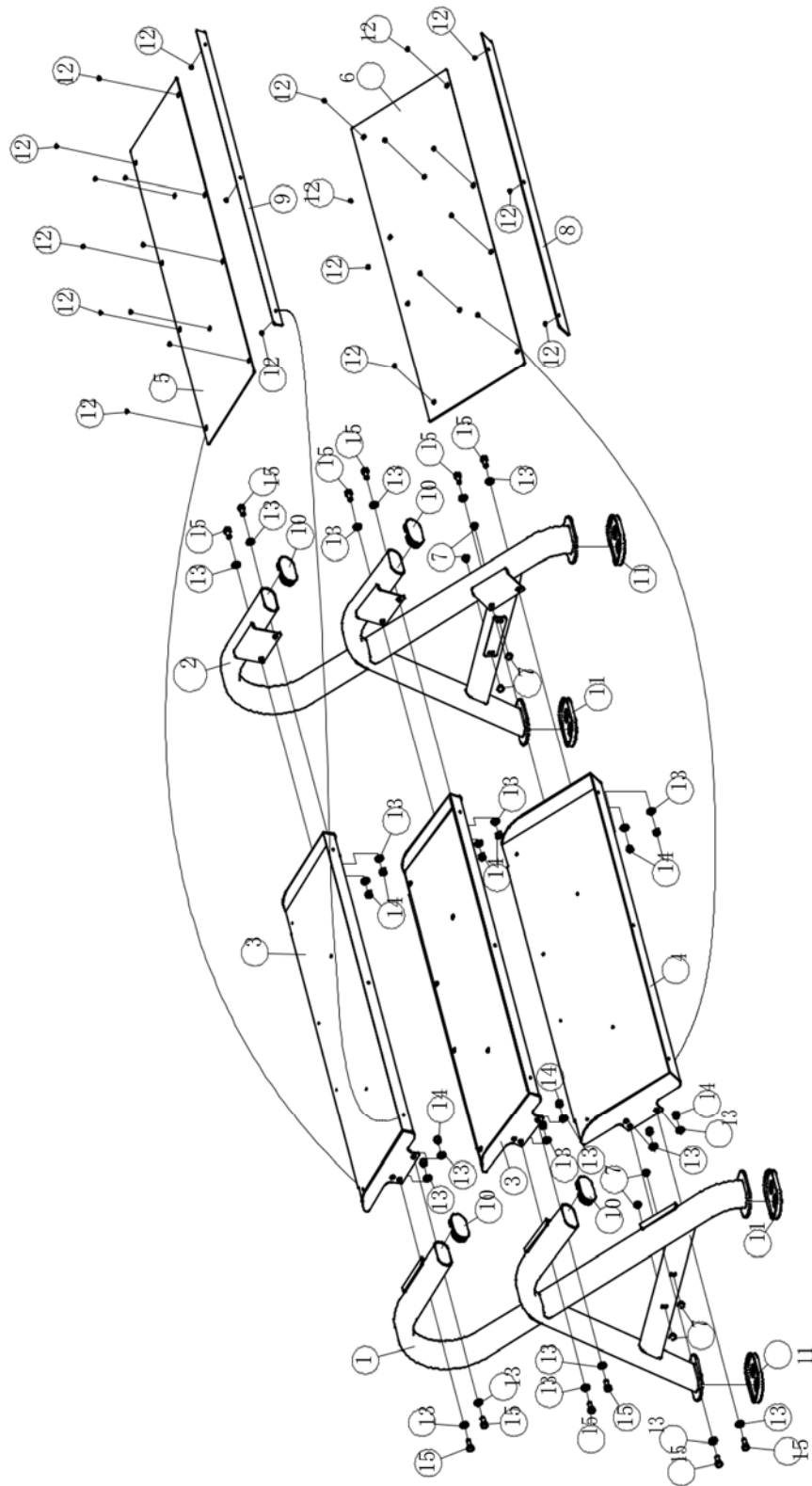
ROUTINE	COMMERCIAL	HOME	LATEST DATE ENTRY
Clean: Upholstery	Daily	Weekly	
Inspect: All Decals	Weekly	3 Months	
Inspect: All Nuts and Bolts, Tighten if needed	Weekly	3 Months	
Inspect: Anti-Skid Surface	Weekly	3 Months	
Clean and Wax: All Glossy Finishes	6 Months	Yearly	

Nuts and Bolts:

Inspect all nuts and bolts for any loosening and tightening if needed.

Go through a re-tightening sequence periodically to ensure that all hardware is tensioned proper

EXPLODED VIEW DIAGRAM



PARTS LIST

PART NO	DESCRIPTION	Q'TY
1	Left Frame	1
2	Right Frame	1
3	Dumbbell Tray	2
4	Big Dumbbell Tray	1
5	Tray Plate	2
6	Tray Side Plate	1
7	Plugs ϕ 11	8
8	Tray Side Plate 1285 x 57 x 3	1
9	Tray Side Plate 1285 x 32 x 3	2
10	Plug RT50 x 100	4
11	Foot Cover	4
12	Flat Head Cap Screw M5 x 6	39
13	Flat Washer ϕ 13 x ϕ 24 x 1.5	24
14	Nylon Lock Nut M12	12
15	Hex Head Screw M12 25	12

MANUFACTURER'S LIMITED WARRANTY

Dyaco Canada Inc. warrants all its Dumbbell Rack parts for a period of time listed below, from the date of retail sale, as determined by a sales receipt. Dyaco Canada Inc.'s responsibilities include providing new or remanufactured parts, at Dyaco Canada Inc.'s option, and technical support to our independent dealers and servicing organizations. In the absence of a dealer or service organization, these warranties will be administered by Dyaco Canada Inc. directly to a consumer. The warranty period applies to the following components:

Residential (vendor defects only)	Frame Lifetime	ABS Protective Tray Sheets Lifetime
Commercial (non-dues paying facility)	10 Years	6 Months

NORMAL RESPONSIBILITIES OF THE FACILITY

The facility is responsible for the items listed below:

1. The warranty registration card must be completed and returned to the address listed on the card within 10 days of the original purchase.
2. Proper use of the Dumbbell Rack in accordance with the instructions provided in this manual.
3. Expenses for making the fitness equipment accessible for servicing, including any item that was not part of the fitness equipment at the time it was shipped from the factory.
4. Damages to the fitness equipment finish during shipping, installation or following installation.
5. Routine maintenance of this unit as specified in this manual.

EXCLUSIONS

This warranty does not cover the following:

1. CONSEQUENTIAL, COLLATERAL, OR INCIDENTAL DAMAGES SUCH AS PROPERTY DAMAGE AND INCIDENTAL EXPENSES RESULTING FROM ANY BREACH OF THIS WRITTEN OR ANY IMPLIED WARRANTY.
Note: Some areas do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages, so this limitation or exclusion may not apply to you.
2. Service call reimbursement to the facility. Service call reimbursement to the dealer that does not involve malfunction or defects in workmanship or material, for units that are beyond the warranty period, for units that are beyond the service call reimbursement period, for fitness equipment not requiring component replacement, or fitness equipment not in non-dues paying facility or household use.
3. Damages caused by services performed by persons other than authorized Dyaco Canada service companies; use of parts other than original Dyaco Canada parts; or external causes such as corrosion, discoloration of paint or plastic, alterations, modifications, abuse, misuse, accident, improper maintenance, inadequate power supply, or acts of God.
4. Products with original serial numbers that have been removed or altered.
5. Products that have been sold, transferred, bartered, or given to a third party.
6. Products that do not have a warranty registration card on file at Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. reserves the right to request proof of purchase if no warranty record exists for the product.
7. THIS WARRANTY IS EXPRESSLY IN LIEU OF ALL OTHER WARRANTIES EXPRESSED OR IMPLIED, INCLUDING THE WARRANTIES OF MERCHANTABILITY AND/OR FITNESS FOR A PARTICULAR PURPOSE.
8. Product used in prisons and correctional facilities.

Warranties outside of the Canada may vary. Please contact your local dealer for details

SERVICE

The sales receipt establishes the labour warranty period should service be required. If service is performed, it is in your best interest to obtain and keep all receipts. This written warranty gives you specific legal rights. Service under this warranty must be obtained by following these steps, in order:

1. Contact your selling authorized dealer or Dyaco Canada.
2. If you have any questions about your new product or questions about the warranty contact Dyaco Canada Inc. at 1-888-707-1880.
3. Dyaco Canada's obligation under this warranty is limited to repairing or replacing, at Dyaco Canada's option, the product through one of our authorized service centers. All repairs must be preauthorized by Dyaco Canada.
4. All transportation costs, both to our factory and upon return to the facility, are the responsibility of the facility. The facility is responsible for adequate packaging upon return to Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. is not responsible for damages that occur during shipping. Make all freight damage claims with the appropriate freight carrier. **DO NOT SHIP ANY UNIT TO OUR FACTORY WITHOUT A RETURN AUTHORIZATION NUMBER.** All units arriving without a return authorization number will be refused.
5. For any further information, or to contact our service department by mail, send your correspondence to:

Dyaco Canada Inc. 5955 Don Murie Street Niagara Falls, ON L2G 0A9

Product features or specifications as described or illustrated are subject to change without notice. All warranties are made by Dyaco Canada Inc.

dyaco

Please visit us online for information about our other brands and products manufactured and distributed by Dyaco Canada Inc.

SPIRIT

spiritfitness.ca

X XTEERRA

xterrafitness.ca

UFC

dyaco.ca/UFC/UFC-home.html

SOLE
FITNESS

solefitness.ca

EVERLAST

dyaco.ca/products/everlast.html

 **JOHNNY G**
by **SPIRIT**

spiritfitness.ca/johnnyg.html

TRAINOR
SPORTS

trainorsports.ca

For more information, please contact Dyaco Canada Inc.

T: 1-888-707-1880 | 5955 Don Murie St., Niagara Falls, Ontario L2G 0A9 | sales@dyaco.ca

Guide d'utilisation
No du modèle

168120800DR

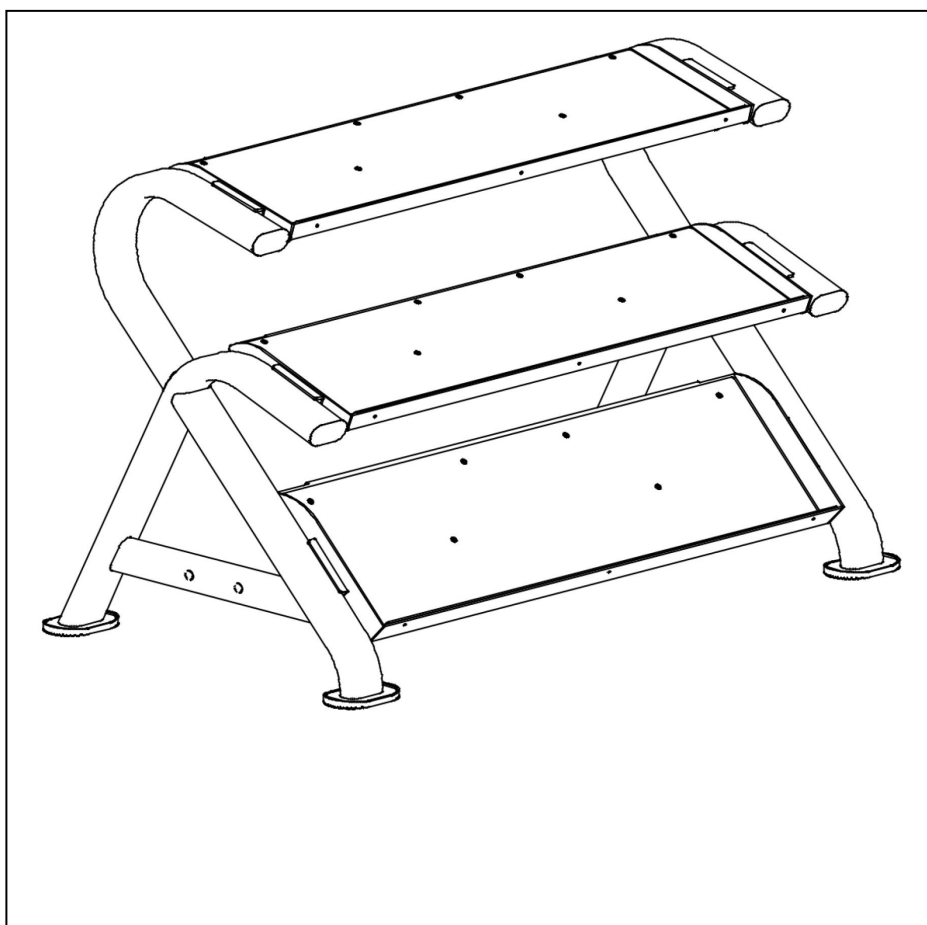
- Assemblage
- Fonctionnement
- Ajustements
- Pièces
- Garantie

AVERTISSEMENT:

Lisez et comprenez
le guide d'utilisation
avant d'utiliser cet
appareil.

SPIRIT
COMMERCIAL

**SUPPORT DE RANGEMENT POUR
HALTÈRES COURTS ST800DR3**



Prière de garder aux fins de consultation

TABLE DES MATIÈRES

Enregistrement du produit..... 2

Renseignements importants en matière de sécurité..... 3

Assemblage 5

Avantages concernant l'entraînement résistance et conseils..... 9

Entretien général..... 9

Plan détaillé..... 10

Liste des pièces..... 11

Garantie limitée du fabricant..... 12

Merci d'avoir acheté notre produit. Gardez les renseignements suivants. Prière de ne pas faire ou tenter de faire des personnalisations, des ajustements, des réparations ou de l'entretien qui ne sont pas décrits dans ce guide.



Félicitations pour l'achat de votre nouveau support de rangement pour haltères courts ST800DR3 et bienvenu(e) dans la famille Dyaco Canada!

Merci d'avoir acheté ce nouveau support de rangement pour haltères courts ST800DR3 SPIRIT de Dyaco Canada Inc. Votre nouveau support de rangement pour haltères courts ST800DR3 a été fabriqué par l'un des meilleurs fabricants de produits de conditionnement sur le marché et est accompagné de l'une des meilleures garanties qui soit. Dyaco Canada Inc. fera tout en son possible pour que votre expérience, en tant que propriétaire, soit des plus satisfaisantes au cours des années à venir. Le concessionnaire local où vous avez acheté ce nouveau support de rangement pour haltères courts est votre gestionnaire pour tous vos besoins en matière de garantie et de services Dyaco Canada Inc. Il est responsable de vous fournir le soutien technique et le service personnel pour vous renseigner davantage et résoudre les difficultés que vous rencontrerez.

Prenez quelques minutes pour noter le nom du concessionnaire, son numéro de téléphone et la date d'achat ci-dessous afin de faciliter toute communication ultérieure. Nous apprécions votre confiance et nous nous souviendrons toujours que vous êtes la raison d'être du succès de notre entreprise. Veuillez remplir et poster votre carte d'enregistrement dès aujourd'hui, et profitez de votre nouveau support de rangement pour haltères courts.

Votre concessionnaire dans le domaine de la santé,
Dyaco Canada Inc.

Nom du concessionnaire _____

Numéro de téléphone du concessionnaire _____

Date d'achat _____

ENREGISTREMENT DU PRODUIT

ENREGISTREZ VOTRE NUMÉRO DE SÉRIE

Veuillez enregistrer le numéro de série de ce produit de conditionnement dans l'espace ci-dessous.

Numéro de série _____

ENREGISTREMENT DE VOTRE ACHAT

La carte d'enregistrement libellée à l'adresse de l'expéditeur doit être remplie au complet et retournée à Dyaco Canada Inc.

AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir acheté le support de rangement pour haltères courts ST800DR3. Nous sommes fiers d'avoir fabriqué ce produit de qualité et nous espérons qu'il vous procurera de nombreuses heures d'entraînement profitable pour que vous vous sentiez mieux, que vous paraissiez mieux et que vous profitiez davantage d'une vie bien remplie. C'est un fait accompli qu'un programme d'exercices régulier peut améliorer votre santé physique et mentale. Trop souvent, notre style de vie affairé limite le temps et l'occasion de nous entraîner. Le support de rangement pour haltères courts ST800DR3 SPIRIT offre une méthode simple et pratique de vous engager pleinement dans votre bonne forme physique et d'avoir un style de vie plus satisfaisant.

Lisez ce guide attentivement avant d'utiliser le support de rangement pour haltères courts ST800DR3 SPIRIT. Même si Dyaco Canada Inc. fabrique ses produits en utilisant les meilleurs matériaux et emprunte les normes de fabrication les plus élevées en plus du contrôle de qualité, il se peut qu'il manque des pièces ou que certaines pièces n'aient pas les bonnes mesures. Si vous avez des questions ou des problèmes concernant les pièces incluses avec votre support de rangement pour haltères courts ST800DR3 SPIRIT, ne retournez pas le produit. Communiquez d'abord avec nous! S'il manque une pièce ou si elle est défectueuse, appelez-nous sans frais au numéro 1-888-707-1880. Notre service à la clientèle peut vous aider de 8 h 30 à 17 h (heure normale de l'est), du lundi au vendredi. Assurez-vous d'avoir le nom et le numéro du modèle du produit lorsque vous nous contactez.

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ



MISE EN GARDE

Des blessures graves peuvent s'ensuivre si ces précautions ne sont pas observées.

- Passez un bilan de santé avant de vous engager dans tout programme d'exercices.
- Arrêtez de vous exercer si vous sentez que vous allez vous évanouir, vous êtes étourdi ou vous éprouvez de la douleur, et consultez votre médecin.
- Obtenez les renseignements avant d'utiliser l'appareil.
- Lisez et comprenez le guide d'utilisation et toutes les mises en garde affichées sur le support de rangement avant de l'utiliser.
- Éloignez les enfants de 12 ans et moins du support de rangement. Les adolescents de 13 ans et plus qui sont handicapés doivent être surveillés.
- Éloignez le corps et les vêtements lâches des pièces mobiles.
- Utilisez le support de rangement tel qu'il a été conçu; ne le modifiez pas.
- Inspectez le support de rangement pour haltères courts avant de l'utiliser. Ne l'utilisez pas s'il est endommagé ou s'il ne fonctionne pas tel que prévu.
- Ne l'utilisez pas si une pièce est usée, effilochée ou endommagée.
- N'essayez pas de réparer le support de rangement s'il est brisé ou bloqué. Avertissez le personnel responsable.
- Rapportez tout mauvais fonctionnement, dommage ou toute réparation effectuée au personnel responsable.
- Remplacez les étiquettes de mise en garde si elles sont endommagées, usées ou illisibles.
- N'utilisez pas le support de rangement à l'extérieur.
- Poids total limite : 1000 livres

PRÉCAUTIONS À PRENDRE À L'INTENTION DE L'INSTALLATION

- Lisez le guide d'utilisation attentivement avant d'assembler, de faire l'entretien ou d'utiliser l'équipement.
- Ancrez solidement chaque support de rangement au plancher en utilisant les trous d'attache perforés dans chaque support.
- Assurez-vous que chaque support de rangement est installé et est utilisé sur une surface solide et au niveau. N'installez pas l'équipement sur une surface inégale.
- Assurez-vous que tous les utilisateurs et toutes les utilisatrices sont entraîné(e)s de façon appropriée sur la manière d'utiliser l'équipement.
- Assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace pour accéder et utiliser l'équipement de façon sécuritaire.
- Vérifiez l'équipement régulièrement pour vous assurer qu'il est bien entretenu et surveillez surtout les endroits où il use plus rapidement.
- Remplacez immédiatement les composantes trop usées ou endommagées. Si vous n'êtes pas en mesure de remplacer ces composantes, entreposez l'équipement jusqu'à ce qu'il soit réparé.
- Utilisez seulement les composantes fournies par Dyaco Canada pour faire l'entretien ou réparer l'équipement.
- Gardez un carnet de réparation pour tous les travaux d'entretien.

NOTE : L'utilisateur, le propriétaire ou l'opérateur de l'installation sont responsables de s'assurer que l'entretien régulier est effectué.

LIGNES DIRECTRICES SUR LA SÉCURITÉ ET LES PRATIQUES

Dyaco Canada recommande que tout l'équipement et les accessoires de sport soient utilisés dans un endroit surveillé et qu'ils soient placés dans un endroit dont l'accès est contrôlé. Le contrôle demeure la responsabilité du propriétaire et l'étendue du contrôle est à sa discrétion.

L'acheteur et l'utilisateur des produits Dyaco Canada sont responsables de lire et de comprendre le guide d'utilisation et les étiquettes de mise en garde; ils sont aussi responsables de renseigner les individus, qu'ils soient les utilisateurs ou le personnel de supervision, sur la façon appropriée d'utiliser l'équipement.

UTILISATION APPROPRIÉE

Utilisez le support de rangement tel que décrit dans ce guide. Des blessures peuvent s'ensuivre si les précautions appropriées ne sont pas suivies.

- Ne vous appuyez pas ou ne tirez pas sur le cadre ou une composante quelconque, que le support de rangement soit ou ne soit pas utilisé. L'utilisation inadéquate ou inappropriée peut causer des blessures à la personne qui l'utilise ou à une personne à proximité.
- N'utilisez pas le support de rangement s'il n'est pas placé sur une surface au niveau ou s'il n'est pas installé correctement.
- Assurez-vous qu'il y a un périmètre adéquat sécuritaire entre le support de rangement, les murs et tout autre équipement. L'installation doit offrir un espace d'utilisation et d'entraînement approprié.

ENTRETIEN

L'entretien préventif permet d'utiliser l'équipement de façon sécuritaire et réduit le risque de blessures. Effectuez les exigences d'entretien tel que demandé dans le guide d'utilisation (voir le tableau à la page 9).

CONFORMITÉ NORMALE

Les produits de Dyaco Canada répondent et dépassent les normes ASTM et EN en vigueur.

PLAQUES DE DÉCALCOMANIE DE MISE EN GARDE ET D'AVERTISSEMENT

- Les plaques de décalcomanie de mise en garde indiquent une situation de danger possible qui, si elle n'est pas évitée, pourrait causer la mort ou des blessures graves. Les plaques de décalcomanie d'avertissement indiquent une situation de danger possible qui, si elle n'est pas évitée, pourrait causer des blessures superficielles ou modérées.

SAUVEGARDEZ CES RENSEIGNEMENTS ET PENSEZ SÉCURITÉ!

ASSEMBLAGE DU MODÈLE ST800DR3

Pour éviter d'endommager ce support de rangement pour haltères courts ST800DR3, veuillez suivre les étapes d'assemblage dans l'ordre présenté. Assurez-vous de lire votre guide d'utilisateur et d'assemblage avant d'utiliser votre nouveau support de rangement pour haltères courts ST800DR3.

Utilisez les diverses listes dans ce guide pour tenir compte de toutes les pièces incluses lors de l'assemblage. Si des pièces de rechange sont nécessaires, prenez le numéro et la description de la pièce à partir des listes. Utilisez seulement nos pièces de rechange en faisant l'entretien, sinon la garantie sera annulée et des blessures personnelles pourraient aussi s'ensuivre.

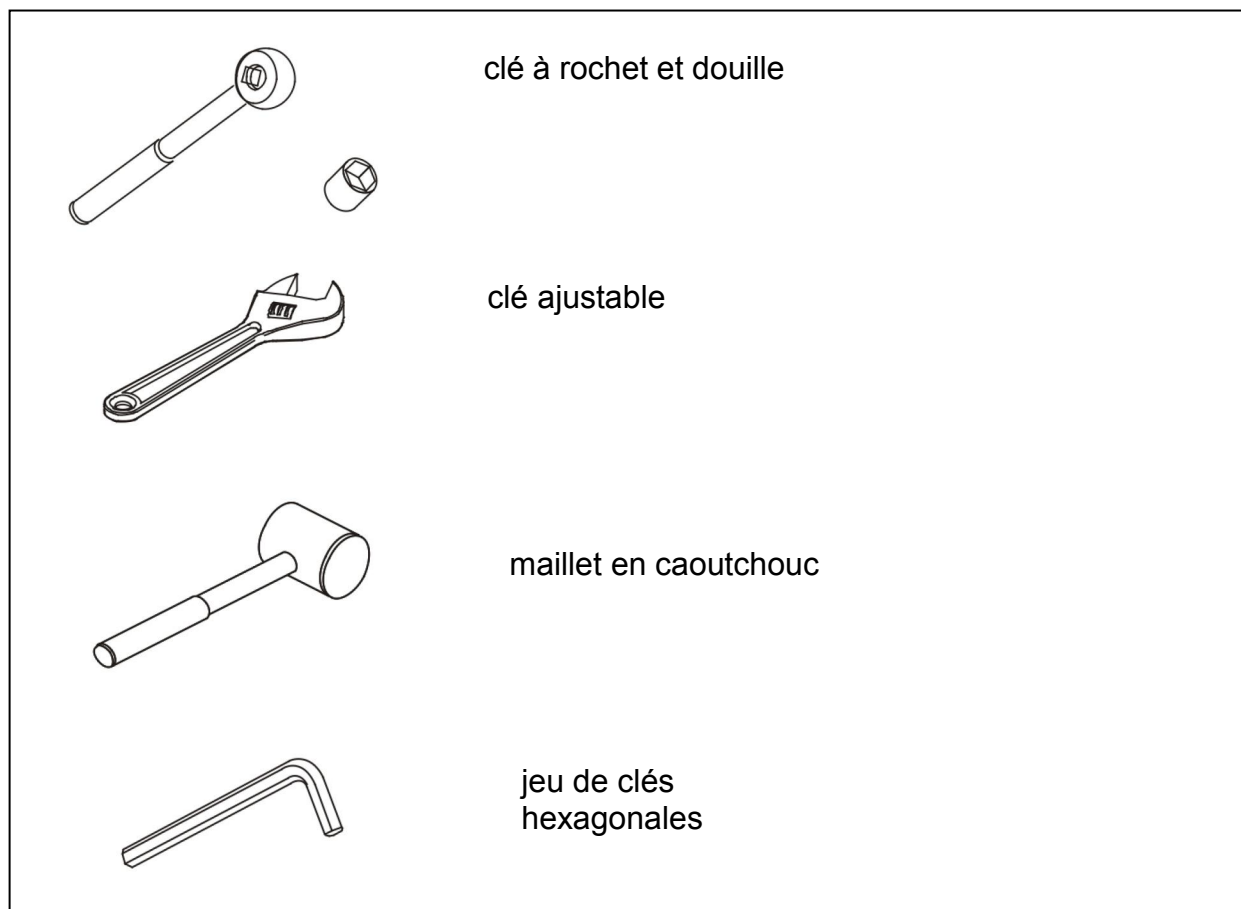
Suite à l'assemblage, vérifiez si toutes les opérations sont effectuées facilement. Si vous rencontrez des difficultés, vérifiez d'abord s'il n'y a pas eu d'erreurs dans les renseignements d'assemblage. Pour recevoir de l'aide supplémentaire, appelez votre concessionnaire. Assurez-vous d'avoir le numéro de série de l'équipement avant de l'appeler.

NOTE : *Au cours de l'assemblage, il est recommandé de visser partiellement tous les boulons avant de les serrer fermement.*

DÉBALLAGE

Coupez les courroies, enlevez les agrafes de la moitié inférieure de la boîte et levez la moitié supérieure. Les ferrures sont situées dans les trous des tubes et des supports correspondants.

OUTILS NÉCESSAIRES ET GUIDE DES FERRURES DU MODÈLE **ST800DR3**



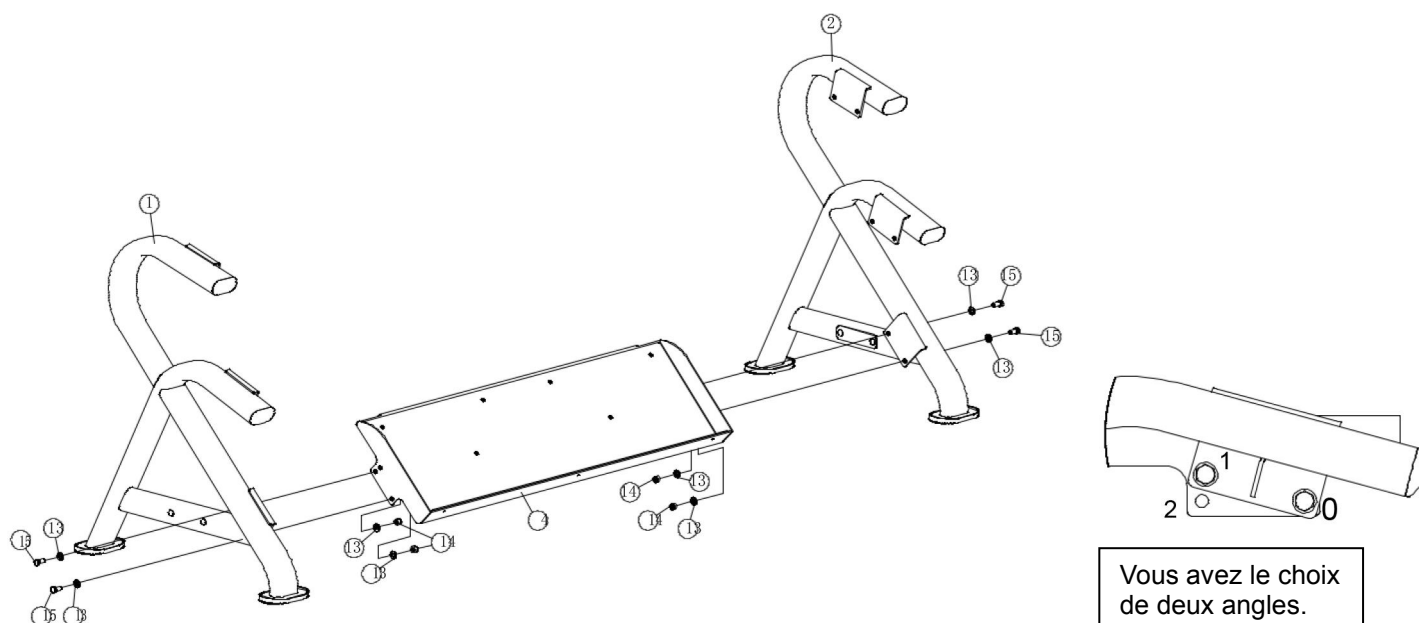
ASSEMBLAGE DU MODÈLE **ST800DR3**

Il faut environ une heure à deux installateurs professionnels pour assembler cet équipement. Si c'est la première fois que vous assemblez ce genre d'équipement, planifiez un peu plus de temps pour y arriver. Nous recommandons fortement de demander à des installateurs professionnels de l'assembler. Ce sera plus rapide, plus sécuritaire et plus facile d'assembler l'équipement avec l'aide d'une autre personne puisque certaines composantes de cet appareil sont encombrantes et lourdes.

C'est important que vous assembliez votre produit dans un endroit propre, clair et désencombré. Ceci vous permettra de circuler autour de l'appareil en plaçant les composantes et réduira le risque de blessures au cours de l'assemblage.

NOTE : Comme avec toute pièce assemblée, le bon alignement est critique. En serrant les attaches, assurez-vous de laisser un peu de jeu pour faire les ajustements. Ne serrez pas trop les attaches jusqu'à ce que nous vous demandions de le faire. Assurez-vous d'assembler les composantes en suivant la séquence présentée dans ce guide.

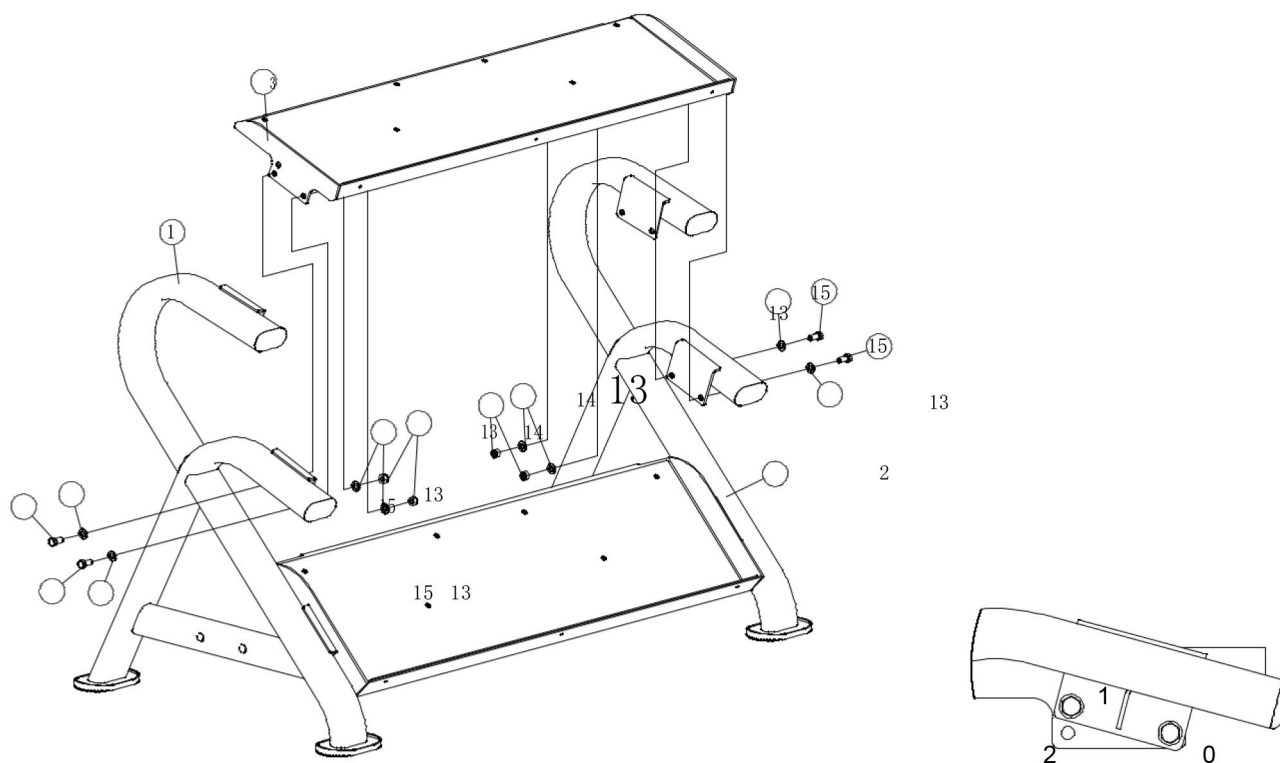
ÉTAPE 1 DU MODÈLE **ST800DR3**



- Attachez le cadre gauche (1) à la grosse tablette pour haltères courts (4) avec deux boulons à tête hexagonale M12 x 25 (15), quatre rondelles ordinaires Ø13 x Ø24 x 1,5 (13) et deux écrous freinés en nylon M12 (14).
- Répétez la même procédure avec le cadre droit (2). Serrez les boulons et les écrous à la main.

Vous avez le choix de deux angles. Placez les boulons dans les trous 0 et 1 pour que la tablette soit plus inclinée OU dans les trous 0 et 2 pour qu'elle soit moins inclinée.

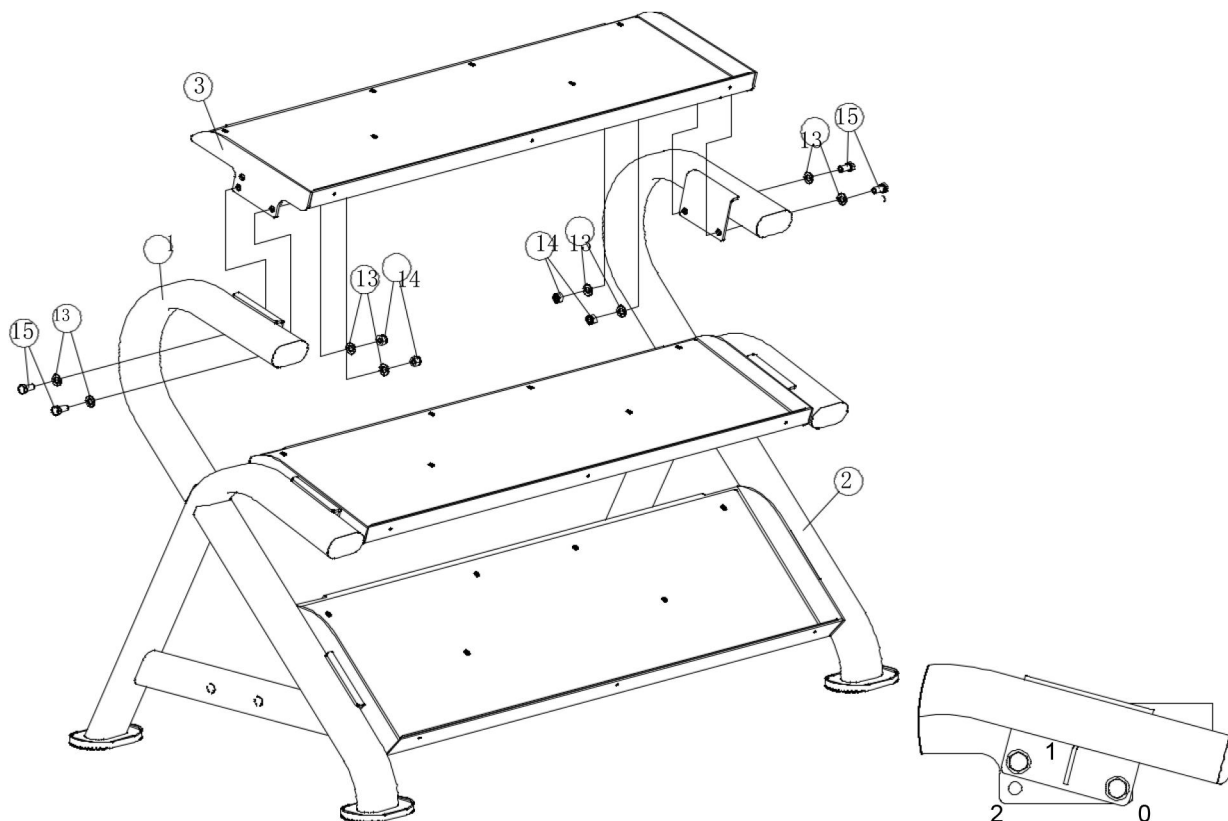
ÉTAPE 2 DU MODÈLE **ST800DR3**



- Attachez la tablette pour haltères courts (3) au cadre gauche (1) avec deux boulons à tête hexagonale M12 x 25 (15), quatre rondelles ordinaires Ø13 x Ø24 x 1,5 (13) et deux écrous freinés en nylon M12 (14).
- Répétez la même procédure avec le cadre droit (2).

Vous avez le choix de deux angles. Placez les boulons dans les trous 0 et 1 pour que la tablette soit plus inclinée OU dans les trous 0 et 2 pour qu'elle soit moins inclinée.

ÉTAPE 3 DU MODÈLE **ST800DR3**



- Attachez la tablette pour haltères courts (3) au cadre gauche (1) avec deux boulons à tête hexagonale M12 x 25 (15), quatre rondelles ordinaires Ø13 x Ø24 x 1,5 (13) et deux écrous freinés en nylon M12 (14).
- Répétez la même procédure avec le cadre droit (2).

Vous avez le choix de deux angles. Placez les boulons dans les trous 0 et 1 pour que la tablette soit plus inclinée OU dans les trous 0 et 2 pour qu'il soit moins inclinée.

AVANTAGES DE L'ENTRAÎNEMENT RÉSISTANCE ET CONSEILS

Consultez toujours un médecin avant de vous engager dans un programme d'exercices. Pour réussir dans votre programme d'exercices, il est important de développer une compréhension des principes de base de l'entraînement résistance. Maintenant que vous avez assemblé votre support de rangement de Dyaco Canada, c'est normal que vous vouliez commencer immédiatement. Tout d'abord, fixez-vous quelques buts et attentes réalistes à court terme. Choisissez une routine d'exercices appropriée qui répond le mieux à vos besoins individuels.

- Réchauffez-vous convenablement avant de vous engager dans l'entraînement résistance. Les exercices d'étirement, de yoga, de jogging, de callisthénie ou toutes autres exercices cardiovasculaires peuvent préparer votre corps aux charges plus lourdes que vous effectuerez avec les poids et haltères.
- Apprenez à effectuer les exercices correctement avant d'utiliser des poids plus lourds. La bonne forme est importante pour éviter les blessures et vous assurer que vous exercez les groupes de muscles appropriés.
- Connaissez vos limites. Si vous commencez dans un programme d'entraînement résistance ou si vous y revenez après l'avoir délaissé pour quelque temps, commencez lentement et prenez le temps de développer la force.
- Portez attention à la respiration. La règle générale à suivre consiste à inspirer dans la partie de l'exercice où vous ne forcez pas et à expirer dans la partie où vous forcez. Ne retenez jamais la respiration.
- La phase de récupération est importante pour vous permettre de réaliser vos buts. Attendez entre 48 et 72 heures avant d'entraîner les mêmes muscles. Si vous éprouvez encore de la douleur musculaire après cette période de temps, reposez-vous plus longtemps jusqu'à ce que la douleur ait diminué considérablement.
- Pour atteindre les meilleurs résultats et éviter les blessures, consultez un professionnel en conditionnement pour vous aider à développer un programme d'exercices complet.

ENTRETIEN GÉNÉRAL

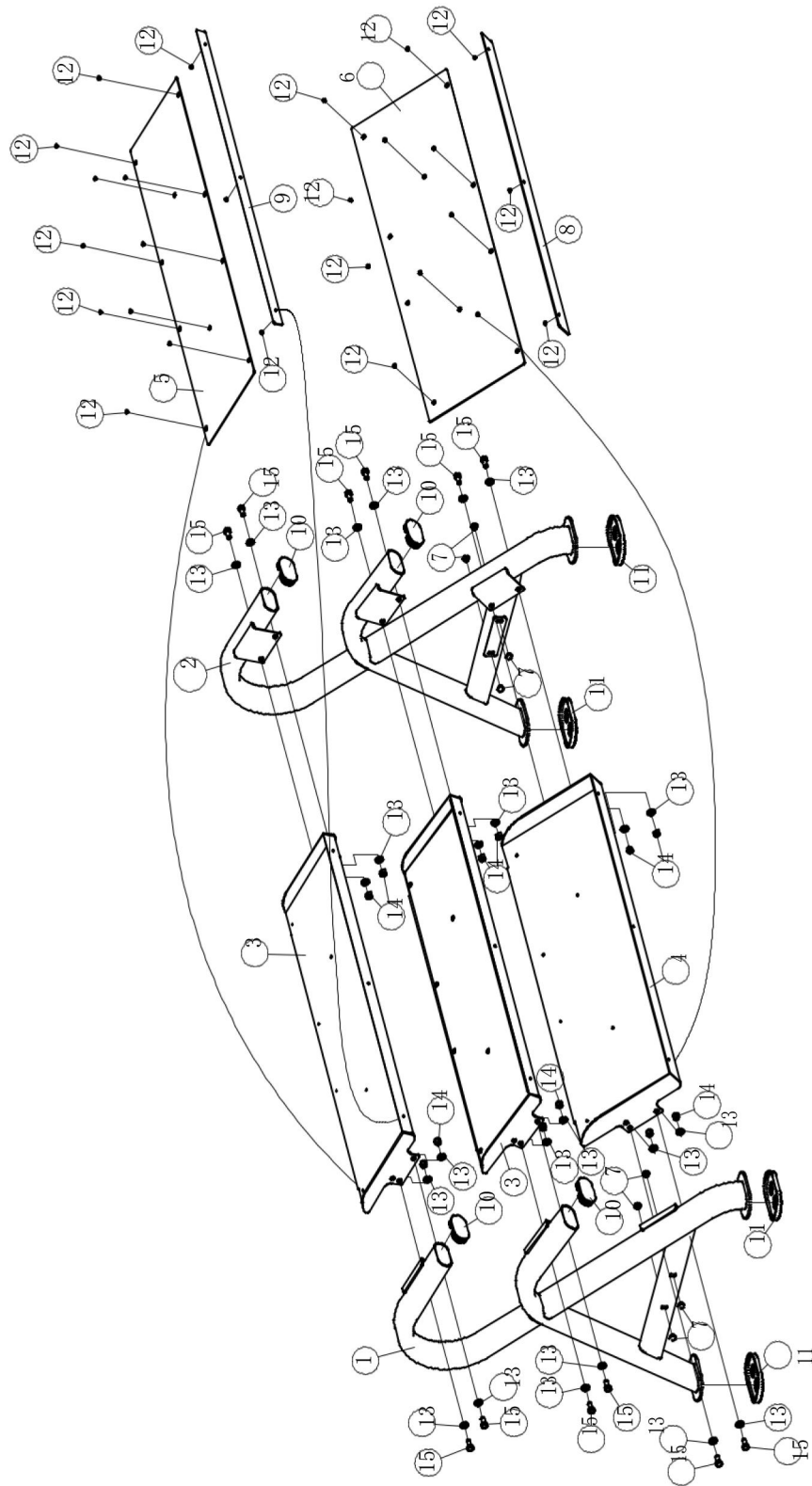
Pour obtenir le meilleur rendement possible, Dyaco Canada Inc. recommande de suivre l'horaire d'entretien ci-dessous. Vérifiez l'intégrité et la fonction des pièces suivantes. Remplacez immédiatement toutes les composantes qui sont usées.

ROUTINE	COMMERCIAL	RÉSIDENTIEL	DERNIÈRE DATE D'ENTRÉE
Nettoyez le revêtement.	Chaque jour	Chaque semaine	
Inspectez toutes les plaques de décalcomanie.	Chaque semaine	Tous les trois mois	
Inspectez si tous les écrous et tous boulons sont bien serrés.	Chaque semaine	Tous les trois mois	
Inspectez la surface antidérapante.	Chaque semaine	Tous les trois mois	
Nettoyez et cirez tous les finis brillants.	Tous les six mois	Chaque année	

Écrous et boulons :

Inspectez tous les écrous et les boulons pour voir s'ils se desserrent et serrez-les si nécessaire. Serrez-les périodiquement pour vous assurer que toutes les ferrures sont serrées convenablement.

PLAN DÉTAILLÉ



LISTE DES PIÈCES

N ^o	DESCRIPTION	QTÉ
1	Cadre gauche	1
2	Cadre droit	1
3	Tablette pour haltères courts	2
4	Grosse tablette pour haltères courts	1
5	Plaque de la tablette	2
6	Plaque latérale de plateau	1
7	Capuchon Ø11	8
8	Plaque latérale de plateau 1285 x 57 x 3	1
9	Plaque latérale de plateau 1285 x 32 x 3	2
10	Capuchon RT50 x 100	4
11	Couvercle de pied	4
12	Vis à tête plate M5 x 6	39
13	Rondelle ordinaire Ø13 x Ø24 x 1,5	24
14	Écrou freiné en nylon M12	12
15	Vis à tête hexagonale M1225	12

Garantie limitée du fabricant

Dyaco Canada Inc. offre une garantie sur toutes les pièces du support de rangement pour haltères courts pendant les périodes de temps énumérées ci-dessous, à partir de la date de vente au détail tel que déterminé par le reçu d'achat. La responsabilité de Dyaco Canada Inc. comprend l'approvisionnement de nouvelles pièces ou de pièces fabriquées, au choix de Dyaco Canada Inc., et le soutien technique de nos concessionnaires indépendants et de nos compagnies d'entretien. En cas de l'absence d'un concessionnaire ou d'une compagnie d'entretien, Dyaco Canada Inc. s'occupera directement de la gestion de ces garanties. La période de garantie s'applique aux composantes suivantes :

Résidentiel (seulement les défauts du vendeur)	Cadre Garantie à vie	Plaques protectrices en ABS pour plateaux Garantie à vie
Commercial (installation sans but lucratif)	10 ans	6 mois

RESPONSABILITÉS NORMALES DE L'INSTALLATION

L'installation est responsable des items suivants :

1. La carte d'enregistrement de la garantie doit être remplie et acheminée à l'adresse indiquée sur la carte en dedans de 10 jours de l'achat original.
2. Le support de rangement pour haltères courts doit être utilisé de façon appropriée conformément aux instructions fournies dans ce guide.
3. Les dépenses encourues pour faire l'entretien du support de rangement pour haltères courts, incluant tout item qui ne fait pas partie de l'appareil au moment de son expédition de l'usine.
4. Les dommages au support de rangement pour haltères courts au cours de l'expédition et de l'installation ou suivant l'installation.
5. La routine d'entretien régulier du support de rangement pour haltères courts telle que mentionnée dans ce guide.

EXCLUSIONS

Cette garantie ne couvre pas les items suivants :

1. LES DOMMAGES CONSÉCUTIFS, COLLATÉRAUX OU INDIRECTS TELS QUE LES DOMMAGES AUX BIENS OU LES DÉPENSES ACCESSOIRES RÉSULTANT DE TOUTE INTRUSION DE CETTE GARANTIE ÉCRITE OU TOUTE AUTRE GARANTIE IMPLICITE.
Note : Puisque certains états ne permettent pas l'exclusion ou les délimitations des dommages consécutifs ou collatéraux, cette délimitation ou exclusion peut ne pas s'appliquer à vous.
2. Le remboursement à l'installation pour les appels de service. Le remboursement au concessionnaire pour les appels de service qui n'ont pas rapport au fonctionnement défectueux ou aux défauts dans la main d'œuvre ou le matériel, pour les appareils qui ne sont plus sur la garantie, pour les appareils qui ont dépassé la période de remboursement pour les appels de service, pour les appareils qui n'ont pas besoin de composantes de rechange ou pour les appareils qui ne sont pas utilisés dans les installations à buts non lucratifs à domicile.
3. Les dommages causés par l'entretien effectué par les personnes autres que celles autorisées par les compagnies d'entretien de Dyaco Canada Inc.; l'usage de pièces autres que les pièces originales de Dyaco Canada Inc.; les causes externes telles que la corrosion, la décoloration de la peinture ou du plastique, les altérations, les modifications, l'abus, l'usage inapproprié, l'entretien inapproprié ou les actes de la nature.
4. Les produits avec des numéros de série originaux qui ont été enlevés ou transformés.
5. Les produits qui ont été vendus, transférés, troqués ou donnés à une tierce partie.
6. Les produits dont la carte d'enregistrement de la garantie ne se trouvent pas dans les dossiers de Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. se réserve le droit de demander une preuve d'achat si aucun record de garantie existe pour ce produit.
7. CETTE GARANTIE REMPLACE EXPRESSÉMENT TOUTES LES AUTRES GARANTIES EXPRIMÉES OU IMPLICITES, INCLUANT LES GARANTIES DES CONCESSIONNAIRES ET/OU LE CONDITIONNEMENT DANS UN BUT PARTICULIER.
8. L'utilisation du produit dans les prisons et les établissements correctionnels.

Les garanties à l'extérieur du Canada peuvent varier. Veuillez communiquer avec votre concessionnaire pour les détails.

ENTRETIEN

Le reçu de vente établit la période de garantie pour tout entretien demandé. Si un entretien quelconque est effectué, demandez et gardez tous les reçus. Cette garantie écrite vous donne des droits légaux particuliers. L'entretien sous cette garantie doit être demandé en suivant, en ordre, les étapes ci-dessous :

1. Communiquez avec votre concessionnaire autorisé ou Dyaco Canada Inc.
2. Pour toute question concernant votre nouveau produit ou la garantie, communiquez avec Dyaco Canada Inc. en composant le 1-888-707-1880.
3. La responsabilité de Dyaco Canada Inc. concernant cette garantie se limite à réparer ou à remplacer le produit, au choix de Dyaco Canada Inc., par l'entremise d'un de nos centre de services autorisés. Toutes les réparations doivent être autorisées à l'avance par Dyaco Canada Inc.
4. Tous les coûts de transport, si l'appareil est expédié à notre usine ou retourné à l'installation. L'installation est responsable de l'emballage adéquat en acheminant l'appareil chez Dyaco Canada Inc. Dyaco Canada Inc. est responsable des dommages encourus au cours de l'expédition. Faites demande pour toute indemnisation auprès de l'expéditeur approprié. **N'ACHEMINEZ PAS L'APPAREIL À NOTRE USINE SANS AVOIR OBTENU AU PRÉALABLE UN NUMÉRO D'AUTORISATION.** Tous les appareils qui nous arriveront sans un numéro d'autorisation seront refusés.
5. Pour plus d'information, ou pour communiquer par courrier avec notre Service à la clientèle, acheminez votre correspondance à :
Dyaco Canada Inc.
5955 Don Murie Street
Niagara Falls ON
L2G 0A9

Les caractéristiques et les spécifications du produit telles que décrites ou illustrées sont sujettes à changer sans préavis. Toutes les garanties sont offertes par Dyaco Canada Inc.

dyaco

Pour recevoir plus d'information concernant les autres marques et produits fabriqués et distribués par Dyaco Canada Inc., veuillez nous visiter en direct.

SPIRIT

spiritfitness.ca

XTEERRA

xterrafitness.ca

UFC

dyaco.ca/UFC/UFC-home.html

SOLE
FITNESS

solefitness.ca

EVERLAST

dyaco.ca/products/everlast.html

Johnny G
by **SPIRIT**

spiritfitness.ca/johnnyg.html

TRAINOR
SPORTS

trainorsports.ca

T: 1-888-707-1880 | 5955 Don Murie St., Niagara Falls, Ontario L2G 0A9 | sales@dyaco.ca

Dyaco Canada Inc. dyaco.ca