



**Cybex FT-325**  
**Manuel de l'utilisateur et Manuel d'entretien**  
Appareils de Musculation  
Numéro de la pièce 18000-999-2 A

# Table des matières

## Sécurité

Sécurité	3
Consignes et pratiques de sécurité	6
Activités de maintenance régulières	8
Avertissements et mises en garde	9
Emplacement des autocollants	10

## Assemblage

Spécifications de l'appareil	11
Outils requis	11
Procédure d'assemblage	11

## Exercice

Usage prévu	17
Instructions	17

## Préventif

Procédures quotidiennes	20
Procédures hebdomadaires	23
Procédures annuelles	25
Réglage du câble	26
Réglage des courroies	27
Environnement et stockage	27

## Service à la clientèle

Enregistrement du produit	28
Contact	28
Commande de pièces	28
Autorisation de retour de matériel (ARM ou RMA)	29
Pièces endommagées	30

Cybox® et le logo Cybox sont des marques déposées de Cybox International, Inc.

CLAUSE DE NON-RESPONSABILITÉ : Cybox International, Inc. ne fait aucune déclaration et n'offre aucune garantie quant au contenu de ce guide. Nous nous réservons le droit de réviser ce document à tout moment et d'apporter des modifications au produit qu'il décrit, sans préavis ni obligation d'en avertir quiconque.

© Copyright 2011, Cybox International, Inc. Tous droits réservés. Imprimé aux États-Unis d'Amérique.


10 Trotter Drive Medway, MA 02053 • 508 533 4300 • FAX 508 533 5183  
[www.cyboxintl.com](http://www.cyboxintl.com) • [techhelp@cyboxintl.com](mailto:techhelp@cyboxintl.com) • 18000-999-2 A

# Sécurité

## Sécurité

Cybex International collabore avec des personnes possédant l'équipement afin d'établir la configuration la plus sûre et la plus efficace de l'équipement Cybex. Cybex International recommande vivement à chaque propriétaire d'établissement de suivre attentivement toutes les mesures de sécurité. Le respect de ces mesures est la meilleure protection contre toute blessure ou tout dégât pouvant être occasionné à l'équipement ou aux installations.

La principale mesure de sécurité consiste à maximiser la stabilité de chaque pièce de l'équipement. L'équipement doit être fixé au sol de manière sûre. Il est impératif que le sol soit de niveau.

 Lire soigneusement le Manuel d'utilisation avant d'assembler, d'entretenir ou d'utiliser l'équipement. Dans un environnement institutionnel, il incombe au propriétaire de l'établissement de former les utilisateurs au bon fonctionnement de l'équipement et de les avertir des dangers éventuels.



Suivre et faire respecter les mesures de sécurité afin de protéger l'utilisateur et l'équipement. Tenir les enfants à distance des appareils de musculation à charge guidée. Les enfants doivent être sous surveillance permanente.

Ne jamais autoriser quiconque, y compris les entraîneurs, à utiliser l'équipement d'une manière différente de celle indiquée sur les affichettes d'instructions apposées sur chaque appareil.

Il incombe au propriétaire de l'installation et/ou de l'équipement d'apprendre aux utilisateurs à utiliser l'équipement de façon appropriée et à vérifier toutes les étiquettes.


 **AVERTISSEMENT** : *Le non-respect de ces mesures de sécurité pourrait entraîner des blessures graves, voire mortelles :*

### Mesures de sécurité que doit observer l'utilisateur

-  Veuillez lire attentivement tous les avertissements apposés sur l'appareil. Les avertissements sont apposés sur chaque appareil pour avertir l'utilisateur d'éventuels problèmes. *Le respect des autocollants d'avertissement permet d'éviter toute blessure ou détérioration de l'équipement.*
-  Se procurer les instructions avant toute utilisation. *Chaque appareil dispose d'instructions apposées sur l'équipement et permettant une utilisation appropriée.*
- Utiliser les machines de musculation ou les appareils à charge manuelle, comme indiqué sur les plaquettes. **NE PAS** modifier l'appareil.
- Ne jamais placer la goupille de pile de poids en position élevée. **NE PAS** utiliser l'appareil ainsi configuré. *Consulter le personnel pour toute assistance. Les poids sélectionnés à l'aide de goupilles peuvent tomber si l'utilisateur tire sur la goupille. Le personnel doit abaisser les poids pour éviter tout problème éventuel.*

- Veiller à ce que la goupille des poids soit complètement insérée (pour les appareils de musculation à charge manuelle qui utilisent des tours d'haltères). *Si la goupille n'est pas complètement insérée, l'utilisateur pourrait accidentellement faire tomber les poids si la goupille venait à sortir de son encoche.*
- Inspecter l'appareil à la recherche de composants usés ou desserrés avant toute utilisation. Serrer/remplacer les composants desserrés ou usés avant toute utilisation. Veiller tout particulièrement aux courroies, aux câbles, aux poignées ou aux poulies et à leurs raccords. Toujours rechercher d'éventuels problèmes dans l'état de l'appareil. *Les composants desserrés doivent être resserrés pour assurer un fonctionnement approprié. Le remplacement des composants usés permet de conserver l'appareil dans des conditions optimales pour une utilisation régulière.*
- Ne jamais utiliser d'haltères ou tout autre moyen pour augmenter de manière incrémentielle la résistance des poids. Ne pas utiliser d'autres méthodes que celles indiquées par le fabricant de l'appareil. *La modification de l'appareil par l'ajout de poids supplémentaires avec des haltères ou tout autre moyen peut blesser l'utilisateur, endommager l'équipement et annulera la garantie.*
- Installer, fixer et utiliser l'appareil de musculation à charge manuelle sur une surface plane solide. *Si le sol n'est pas de niveau, l'équipement ne sera pas stable.*
- **NE PAS** porter de vêtements amples ni de bijoux pendants lors de l'utilisation de l'appareil de musculation à charge manuelle. Se tenir à distance des composants mobiles. *Les vêtements amples ou les bijoux pendants peuvent se prendre dans les pièces mobiles, pouvant ainsi entraîner des blessures ou lésions graves, ou abîmer vos vêtements ou bijoux.*
- Consulter un médecin avant de commencer un programme d'entraînement. Si, à tout moment lors d'un exercice, vous vous sentez mal, vous êtes pris de vertiges ou vous ressentez une douleur, arrêtez et consultez votre médecin. *Les utilisateurs doivent être responsables et prudents quant à leur propre condition physique. Une consultation chez votre médecin avant de commencer un programme peut vous alerter d'un risque en cas de problème de santé.*
- Demander l'aide de quelqu'un pour les haltères libres. *Cette personne apporte un niveau de sécurité supplémentaire.*
- **NE PAS** dépasser le poids maximal indiqué pour l'utilisateur. *Un poids excessif sur un appareil peut en empêcher le bon fonctionnement. Un poids excessif sur un appareil peut endommager l'appareil.*
- **NE PAS** utiliser si, suite à l'inspection, l'équipement semble endommagé ou qu'il ne semble pas apte au fonctionnement. *Si l'appareil semble endommagé ou qu'il semble ne pas être apte au fonctionnement, contacter le personnel de l'établissement.*
- **NE PAS** essayer de réparer un appareil cassé ou bloqué. Avertir le personnel. *Il incombe au propriétaire de réparer un appareil cassé ou bloqué.*
- **NE PAS** utiliser si les protections sont manquantes ou endommagées. Remplacer toutes les pièces manquantes ou endommagées pour assurer un fonctionnement approprié et garantir une utilisation en toute sécurité. *Les protections empêchent toute interférence avec le fonctionnement.*
- **NE PAS** enlever les autocollants de l'équipement. Remplacer tout autocollant endommagé. Les autocollants fournissent aux utilisateurs des informations spécifiques et des avertissements. *Le remplacement des autocollants endommagés permet aux utilisateurs de lire correctement les informations fournies.*

## **Consignes de sécurité pour les installations de conditionnement physique**

-  Lire soigneusement le Manuel d'utilisation avant d'assembler, d'entretenir ou d'utiliser l'équipement.
- Il incombe à l'utilisateur/du propriétaire ou le technicien de l'installation de conditionnement physique de s'assurer que la maintenance est effectuée régulièrement.
- Pour maximiser la stabilité, fixer de manière sûre chaque appareil au sol à l'aide des trous d'ancrage présents sur chaque appareil. Chaque appareil doit être installé, fixé et utilisé sur une surface plane solide.

Ne pas installer l'équipement sur une surface irrégulière !

# DANGER !

Le non respect des conditions suivantes peut entraîner des blessures graves, voire mortelles :



***Cybex ne peut pas fixer l'équipement en raison des codes de construction locaux. Le propriétaire est responsable de l'ancrage de l'équipement. Consultez un professionnel.***

***Utiliser des dispositifs de fixation ayant une capacité de traction minimale de 226 kg - Cybex recommande les boulons de 3/8" calibre 2 minimum.***

***Si les pieds ou le châssis ne contactent pas le sol, NE LES TIREZ PAS par les ancrages. Calez le pied ou le châssis qui n'est pas en contact avec la surface à l'aide de rondelles plates.***

- S'assurer que tous les utilisateurs sont correctement formés au bon usage de l'équipement.
- S'assurer qu'il y a suffisamment de place pour accéder à l'équipement et l'utiliser en toute sécurité. L'espace requis pour chaque pièce de l'appareil est indiqué dans la section Assemblage de ce manuel, dans les instructions d'assemblage lors de l'installation et sur le site Web [cybexintl.com](http://cybexintl.com).
- Effectuer des vérifications de maintenance régulières sur l'appareil, comme indiqué dans la section Maintenance de ce manuel. Vérifier toutes les zones les plus sujettes à l'usure, y compris (mais sans s'y limiter) les câbles, poulies, courroies et poignées.
- Remplacer immédiatement les composants usés ou endommagés. S'il est impossible de remplacer immédiatement les composants usés ou endommagés, mettre l'appareil hors service jusqu'à ce qu'il soit réparé.
- Utiliser uniquement les composants fournis par Cybex pour effectuer l'entretien ou les réparations de l'équipement.
- Consigner dans un journal toutes les activités de maintenance.
- Afficher le Signe de sécurité de l'établissement de sorte qu'il soit visible et bien en vue.

## Consignes et pratiques de sécurité

Cybex recommande que tout l'équipement de conditionnement physique soit utilisé sous surveillance. L'équipement doit se trouver dans un endroit où l'accès est contrôlé. La responsabilité de ce contrôle incombe au propriétaire. C'est le propriétaire qui déterminera l'envergure du contrôle.

Il incombe à l'acheteur/utilisateur des produits Cybex de lire et de comprendre le contenu du manuel d'instructions, ainsi que les autocollants d'avertissement, et de former tant les utilisateurs finaux que le personnel de supervision à l'utilisation appropriée de l'équipement.

## FIXATION DE L'ÉQUIPEMENT

**Ne pas utiliser l'appareil tant qu'il n'a pas été correctement fixé.**

Les pieds de l'appareil sont pourvus de trous qui facilitent son ancrage au sol. Tous les trous d'ancrage doivent être utilisés pour maximiser la stabilité. Cybex recommande vivement de fixer l'appareil à une surface plane solide afin d'éliminer tout balancement, bascule ou chute suite à une utilisation incorrecte ou non appropriée.

La surface plane solide ne doit pas dévier de plus de 3 mm sur une distance de 25 cm ou comme indiqué et requis par les codes d'architecture et de construction locaux.

L'ancrage de l'équipement doit être exécuté par un entrepreneur qualifié et agréé.

Les trous d'ancrage se trouvent sur les pieds du châssis. Tous les emplacements d'ancrage doivent être utilisés lors de la fixation de l'équipement au sol.

En raison de la variation importante des sols sur lesquels les appareils peuvent être fixés ou installés, vérifier la méthode d'ancrage et les dispositifs d'ancrage avec un entrepreneur qualifié et agréé.

Une force de traction minimale de 100 kg est requise à chaque position d'ancrage.

## UTILISATION APPROPRIÉE

N'utilisez l'appareil que tel que décrit dans le guide. La non-observation des instructions appropriées pourrait entraîner des blessures.



**AVERTISSEMENT :** *Le non respect des avertissements suivants peut entraîner des blessures graves, voire mortelles : Ne appuyez pas contre l'appareil ou ne le tirez pas au niveau du châssis, de la pile de poids ou autre composant, que l'appareil soit arrêté ou en marche. Les utilisateurs ou les tiers (personnes à proximité) pourraient être blessés en raison d'une utilisation inappropriée.*



## CONFORMITÉ AUX NORMES

Les produits Cybex respectent les normes ASTM et EN applicables.

## Activités de maintenance régulières

Des opérations de maintenance préventive doivent être exécutées pour maintenir le fonctionnement normal et sûr de votre équipement. Il est recommandé de tenir un journal de toutes les interventions de maintenance pour demeurer informé de toutes ces activités. Les opérations de maintenance préventive sont décrites en détail dans la section Maintenance de ce manuel. En résumé, celles-ci incluent :

### Quotidiennement

- Nettoyez les revêtements.

### Hebdomadairement

- Inspectez tous les écrous et boulons pour déceler tout desserrage éventuel. Serrez au besoin.
- Vérifier l'ensemble des câbles et courroies pour déceler une détérioration ou une usure éventuelle. Si un câble ou une courroie est usée ou endommagée, n'utilisez pas l'équipement tant que le câble ou la courroie n'a pas été remplacée.
- Vérifier les poignées, les mousquetons et les étiquettes pour déceler toutes traces d'usure. Remplacez immédiatement toutes les pièces usées.
- Inspectez les poignées pour déterminer si elles sont lâches ou usées. Remplacez immédiatement toutes poignées lâches ou usées.
- Inspectez les piles de poids pour vous assurer que l'alignement et le fonctionnement sont adéquats. Rectifiez immédiatement tous les problèmes d'alignement et de fonctionnement.
- Lubrifiez les tiges guides avec de l'huile moteur.

### Annuellement

Remplacez toutes les courroies et tous les câbles au moins une fois par an.

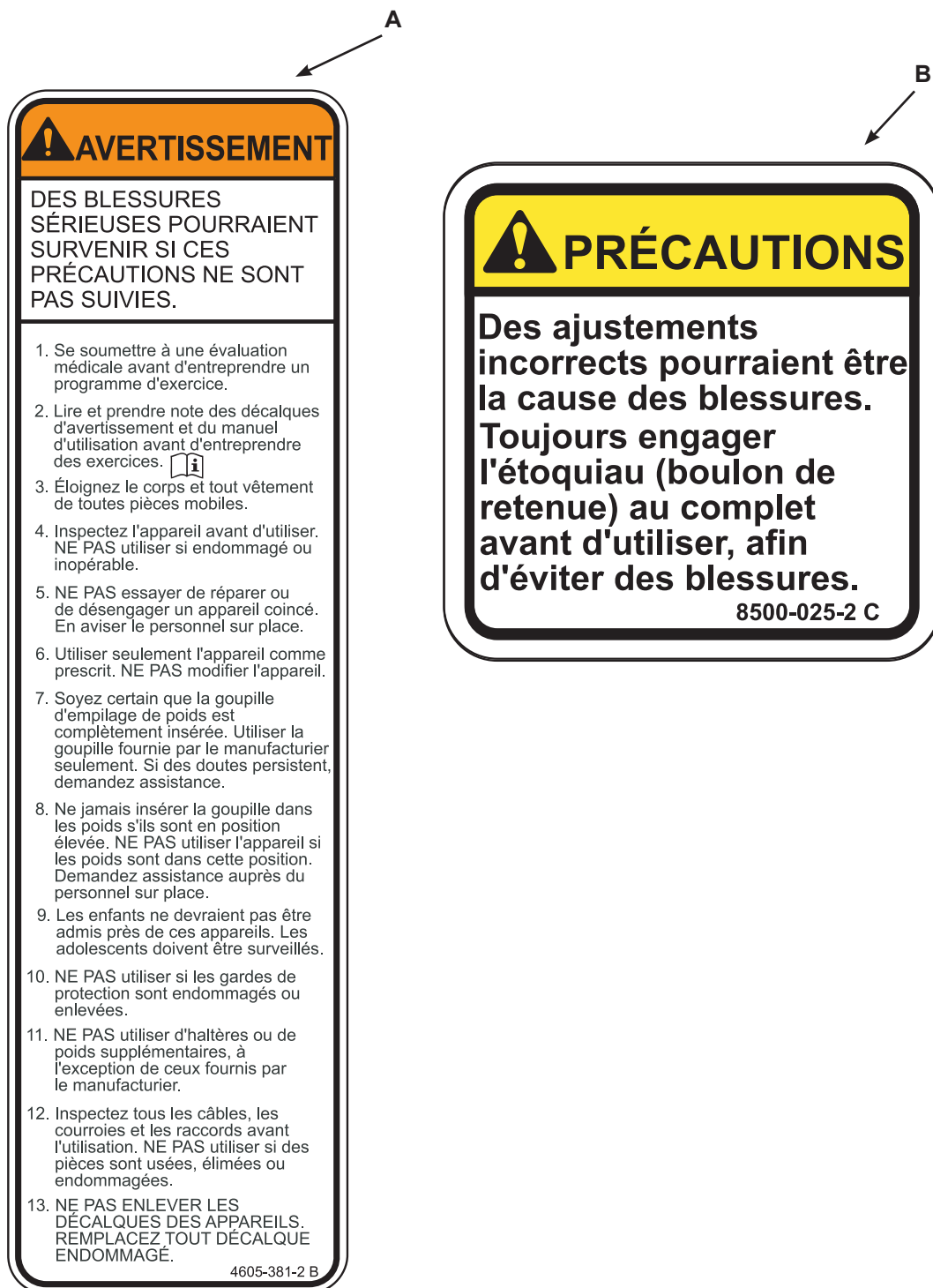


## Avertissements et mises en garde

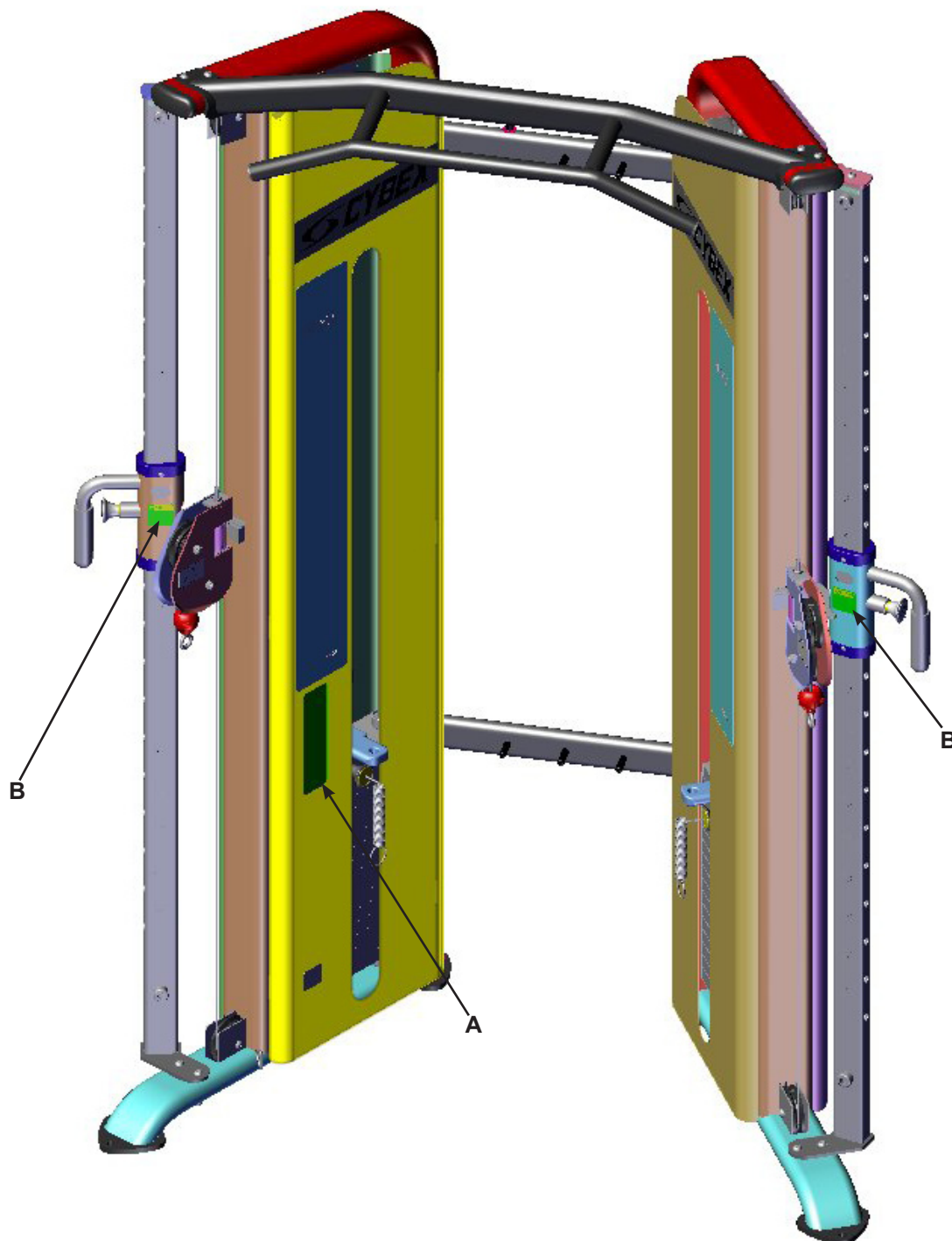
Les autocollants d'avertissement indiquent une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, pourrait entraîner des blessures graves, voire mortelles.

Les autocollants de mise en garde signalent une situation potentiellement dangereuse qui, si elle n'est pas évitée, risque d'entraîner des blessures mineures ou moyennement graves.

Les autocollants d'avertissement et de mise en garde apposés sur l'équipement sont illustrés à la page suivante. Les diagrammes figurant après les autocollants indiquent l'emplacement de chaque autocollant.



**Emplacement des autocollants**



Description	N° DE PIÈCE
A. Autocollant d'avertissement .....	4605-381-X
B. Autocollant de mise en garde .....	8500-025-X

# Assemblage

## Spécifications de l'appareil

Poids total et dimensions :

752 lbs. pouces - 58.88 W x 37.20 L x 83.42 H


342 kg cm - 149.55 cm W x 94.49 cm L x 211.89 cm H

## Outils requis

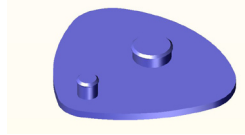

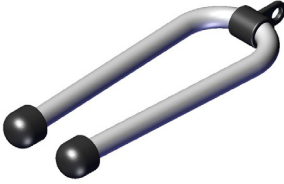
- Clé 9/16 po.
- Clé Allen de 7/32 po.
- Douille de 3/4 po.
- Marteau
- Chasse-goupille de 3/16 po.
- Loctite® #242®

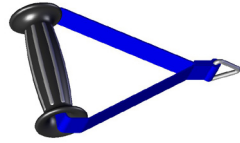

Deux personnes sont nécessaires pour exécuter cette procédure. Il incombe au propriétaire de l'établissement ou de l'équipement de veiller à ce qu'un espace suffisant soit maintenu autour de chaque appareil pour assurer la sécurité de l'utilisation et du passage.

## Procédure d'assemblage

 S'assurer de lire attentivement et de bien comprendre toutes les instructions avant d'assembler cet appareil.

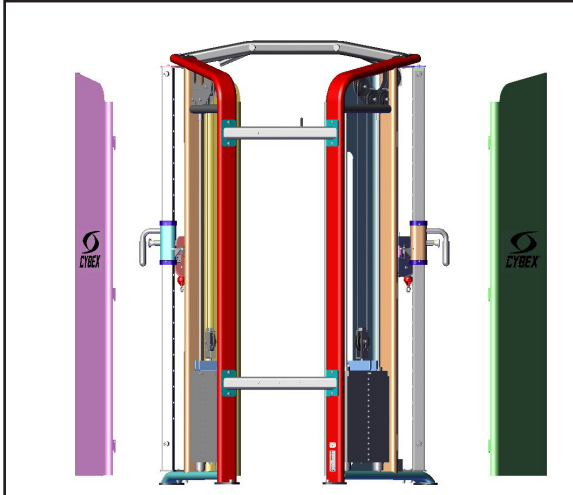
Vérifier la liste des pièces fournies ci-dessous.

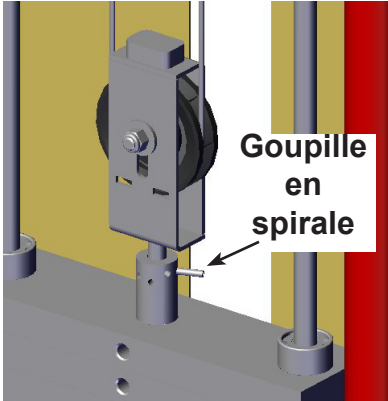
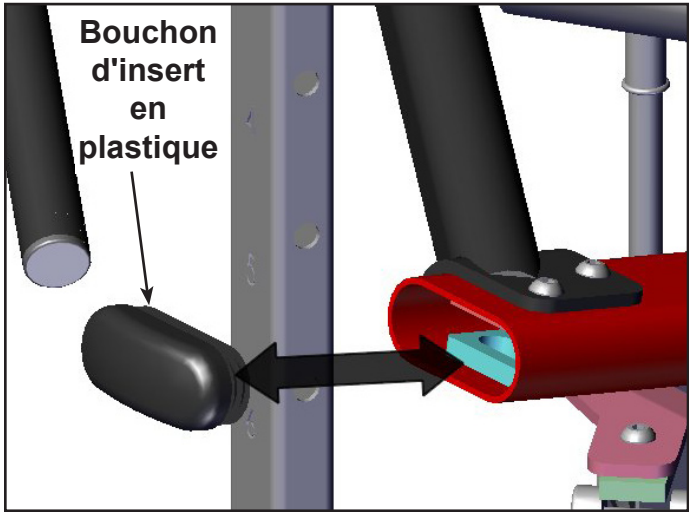
Qté	Numéro de la pièce	Description	Schéma
4	16010-311	Patin	
1	4800-557	Autocollant (10-150)	
1	4800-433	Poignée pour câble	

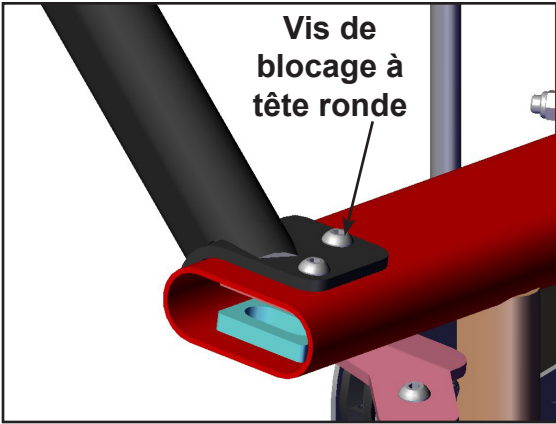
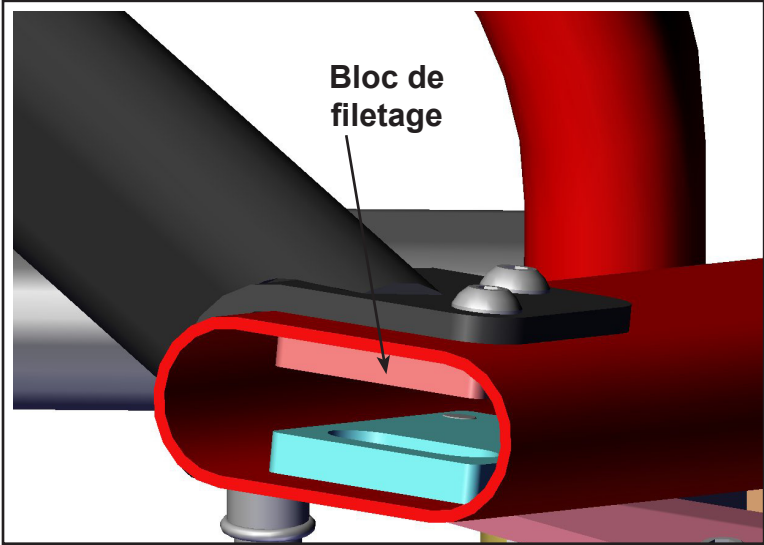
Qté	Numéro de la pièce	Description	Schéma
1	12220-005	Poignée de l'ensemble	
1	51122	Sangle pour la cheville	

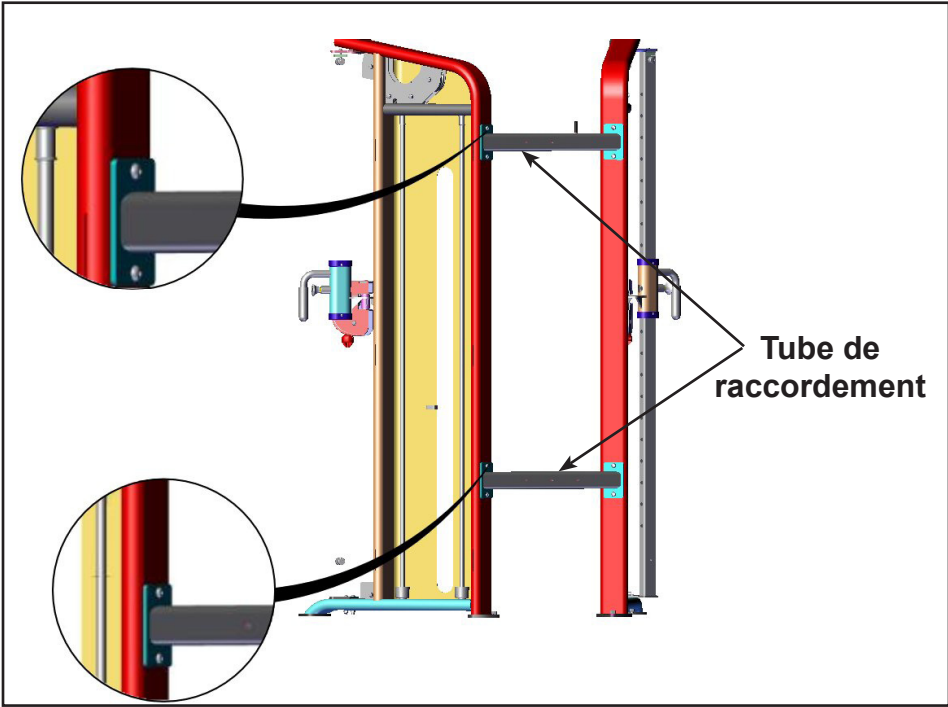
### Installation

Si	Alors
FT-325 peut passer dans l'embrasure de la porte	<p><b>Deux personnes sont nécessaires pour exécuter cette procédure.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Déplacez l'appareil jusqu'à l'emplacement souhaité</li> <li>Retirer les quatre cônes d'expédition à l'aide d'une clé de 3/4 po.</li> <li>Fixer les patins à chaque pied du châssis.</li> </ol>

Si	Alors
FT-325 ne peut pas passer dans l'embrasure de la porte	<p><b>Deux personnes sont nécessaires pour exécuter cette procédure.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Retirer les quatre cônes d'expédition à l'aide d'une clé de 3/4 po.</li> <li>Fixer les patins à chaque pied du châssis</li> <li>Retirer les panneaux arrière de l'appareil.</li> </ol> <div data-bbox="558 1247 1127 1738" data-label="Image">  </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>S'assurer que la goupille de tour d'haltères est libérée.</li> </ol>

Si	Alors
<p><b>FT-325 ne peut pas passer dans l'embrasure de la porte</b></p>	<p>5. Retirer la goupille en spirale connectant la poulie à l'aide d'un marteau et d'un poinçon effilé de 3/16"</p>  <p>6. Retirer la poulie et le raccord du câble.</p> <p>7. Retirer les capuchons de la tige de guide. Le capuchon de la tige guide comprend un ressort de pression qui s'échappe si la prise n'est pas relâchée lentement. Faites glisser le capuchon de la tige guide à ressort vers le bas, en direction de la tige, jusqu'à ce qu'il soit dégagé du châssis. Relâcher lentement la prise du capuchon de la tige guide et le retirer.</p> <p>8. Retirer le montant de levage.</p> <p>9. Enlever les disques de poids.</p> <p>10. Retirer le bouchon d'insert en plastique, situé sur le dessus de l'appareil.</p> 

Si	Alors
<p>FT-325 ne peut pas passer dans l'embrasure de la porte</p>	<p>11. Desserrer les deux vis de blocage à tête ronde qui fixent la barre de traction au châssis à l'aide d'une clé Allen de 7/32".</p>  <p>12. Maintenir manuellement le bloc de filetage en place et retirer les vis de blocage à tête ronde.</p> 

Si	Alors
<p>FT-325 ne peut pas passer dans l'embrasure de la porte</p>	<p>13. Retirer les vis de blocage à tête ronde et les contre-écrous, retirer un côté des tuyaux raccords à l'aide d'une clé Allen de 7/32" et d'une clé de 9/16".</p>  <p>14. Déplacer l'appareil jusqu'à la position souhaitée.</p> <p>15. Refixer les moitiés de châssis et serrer fermement les vis de blocage à tête ronde.</p> <p>16. Placer deux gouttes de Loctite 242 sur chaque vis et sur le trou fileté pour la barre de traction. Serrer fermement les vis de blocage à tête ronde.</p> <p>17. Insérer les bouchons en plastique.</p>

### Ancrer solidement l'appareil au sol

Cybex recommande vivement de maximiser la stabilité, l'équipement doit être fixé sur une surface plane solide.

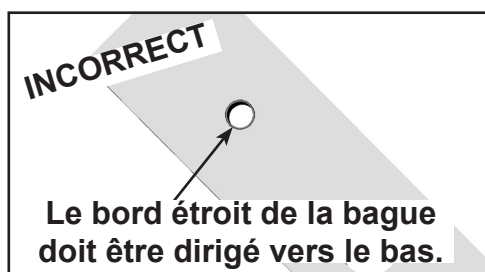
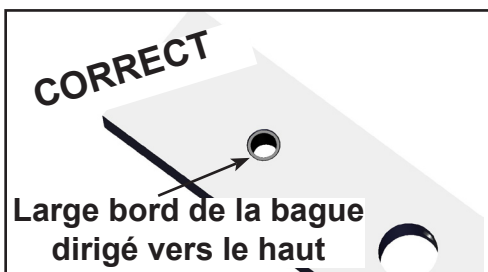
**! MISE EN GARDE :** *Cybex ne peut être tenue responsable de l'ancrage de l'équipement. Consulter un entrepreneur professionnel.*

**! AVERTISSEMENT :** *Utiliser des dispositifs de fixation ayant une capacité de traction minimale de 226 kg (boulons de 3/8" calibre 2 minimum).*

**! AVERTISSEMENT :** *Si les pieds ou le châssis ne contactent pas le sol, NE LES TIREZ PAS par les ancrages. Calez le pied ou le châssis qui n'est pas en contact avec la surface à l'aide de rondelles plates.*

## Installer les disques de poids individuels les uns après les autres

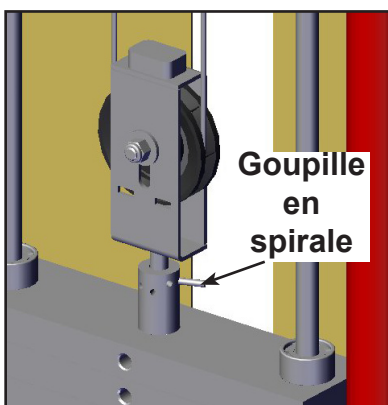
1. Placer chaque disque de sorte que les bords larges des bagues soient orientés vers le haut et les bords étroits des bagues vers le bas.



2. Installer le montant de levage.

## Cheminement du câble

1. Placer le support de poulie parallèle au poids supérieur.
2. Abaisser le support de poulie jusqu'à ce que le câble soit tendu.
3. Vérifier que le câble passe toujours par l'ensemble des poulies.
4. Fixer le support de poulie au montant de levage à l'aide d'un marteau et d'une goupille en spirale.



5. Actionner le poids supérieur vers le haut et vers le bas en simulant une utilisation normale (sans sélectionner aucune résistance).
6. Vérifier que le câble se déplace librement.

## Installer les panneaux arrière

## Vérifiez si l'appareil fonctionne correctement




# Exercice

## Usage prévu

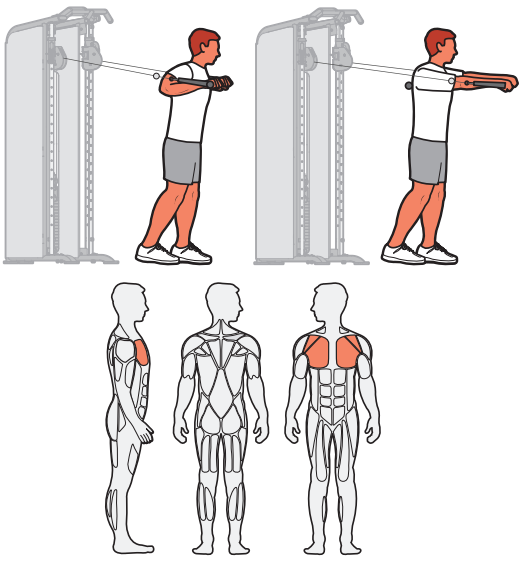
Cet appareil est prévu pour aider ou améliorer la forme physique générale et pour des entraînements dans le cadre d'une utilisation commerciale.

## Instructions

 Avant d'utiliser cet appareil, veuillez lire attentivement et comprendre les instructions et avertissements de la section Sécurité du Manuel de l'utilisateur.

1. Sélectionner la résistance appropriée.
2. Ajuster les poignées pour régler la poulie à la bonne hauteur.
3. S'assurer que tous les boutons de réglage sont bloqués en place.

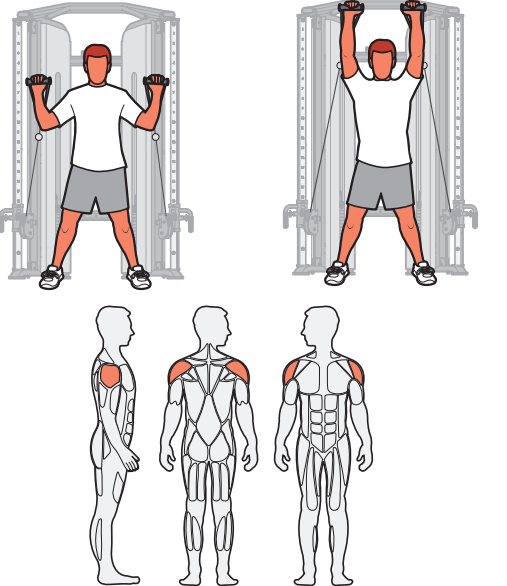
### DÉVELOPPÉ PECTORAL



**Exercices effectués**  
Flexion des épaules, extension des coudes

**Muscles sollicités**  
Grands pectoraux

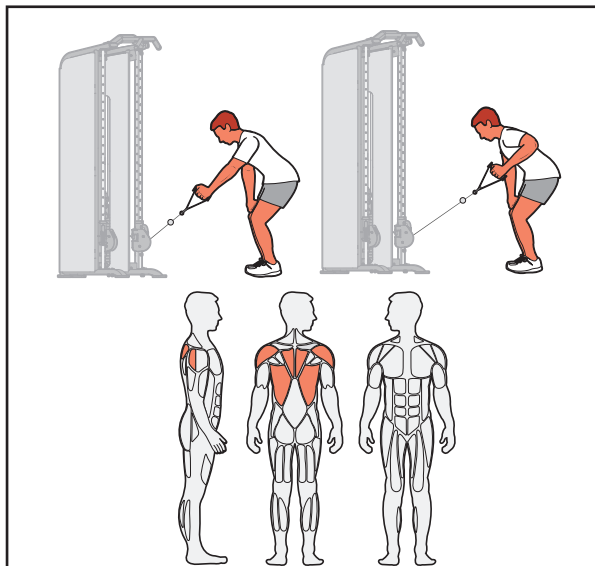
### DÉVELOPPÉ BRAS TENDUS VERS LE HAUT



**Exercices effectués**  
Abduction des épaules, extension des coudes

**Muscles sollicités**  
Deltoïde antérieur, Deltoïde moyen

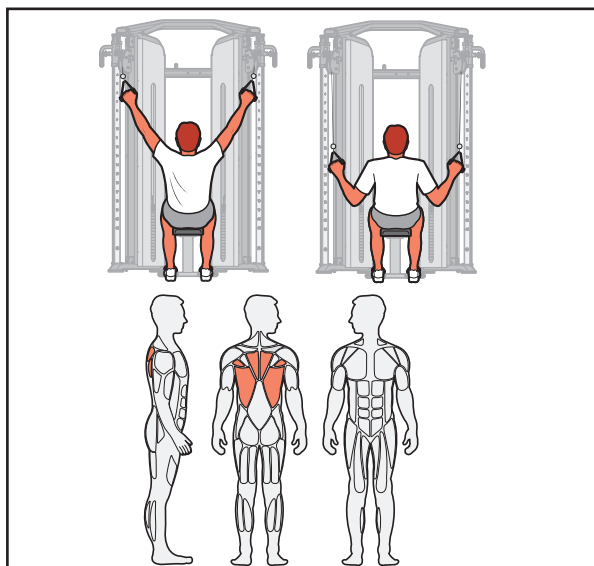
### RAMEUR



**Exercices effectués**  
Extension des épaules, flexion des coudes

**Muscles sollicités**  
Grand dorsal, grand rond, trapèze, rhomboïde, deltoïde arrière

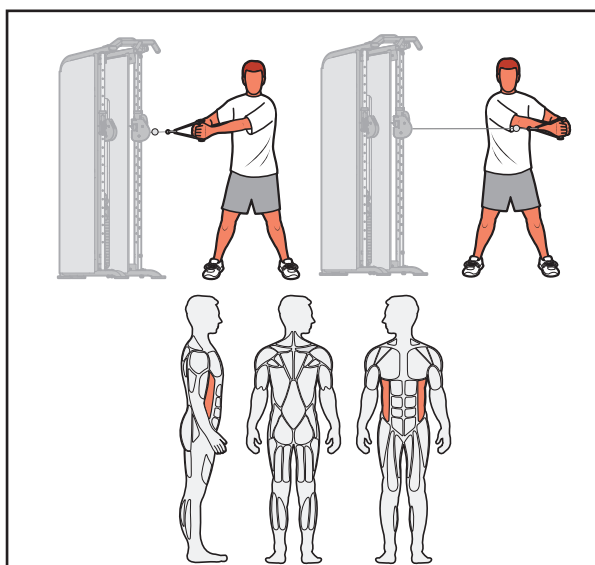
### TRACTION DU MUSCLE GRAND DORSAL



**Exercices effectués**  
Abduction des épaules, flexion des coudes

**Muscles sollicités**  
Grand dorsal, grand rond, trapèze, rhomboïde

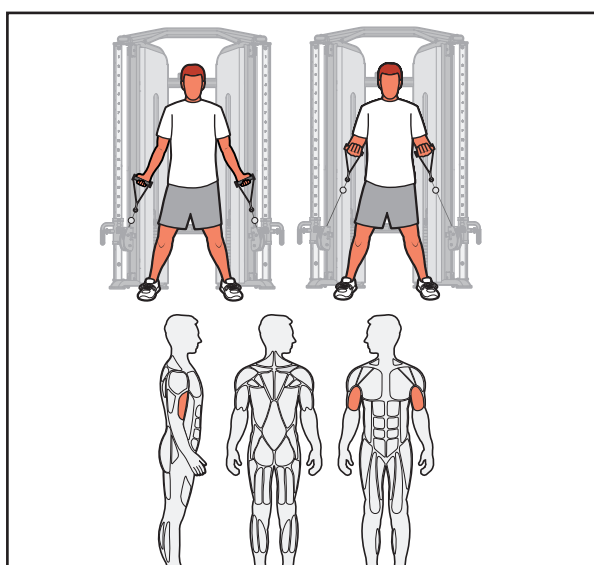
### ROTATION DU TORSE



**Exercices effectués**  
Rotation de la colonne vertébrale

**Muscles sollicités**  
Obliques externes

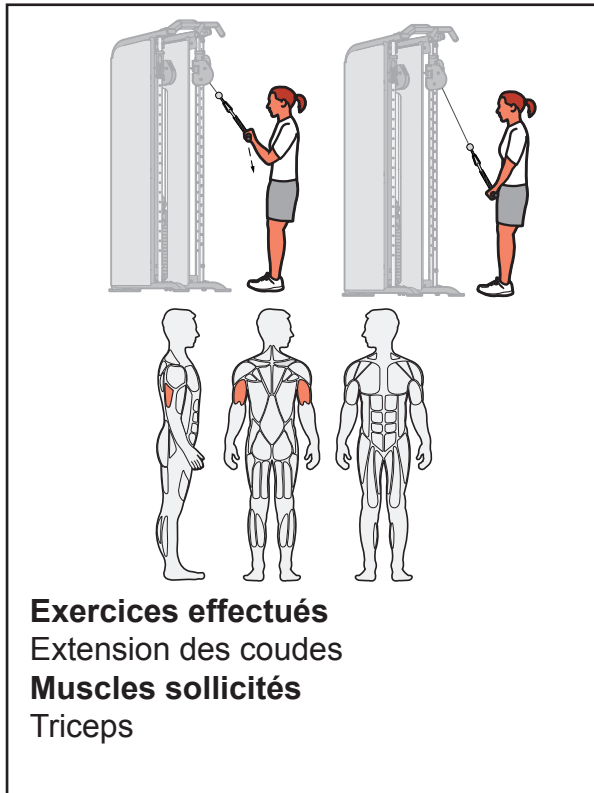
### FLEXION DES AVANT-BRAS



**Exercices effectués**  
Flexion des genoux

**Muscles sollicités**  
Biceps brachiaux, muscles brachiaux, huméro-radiaux.

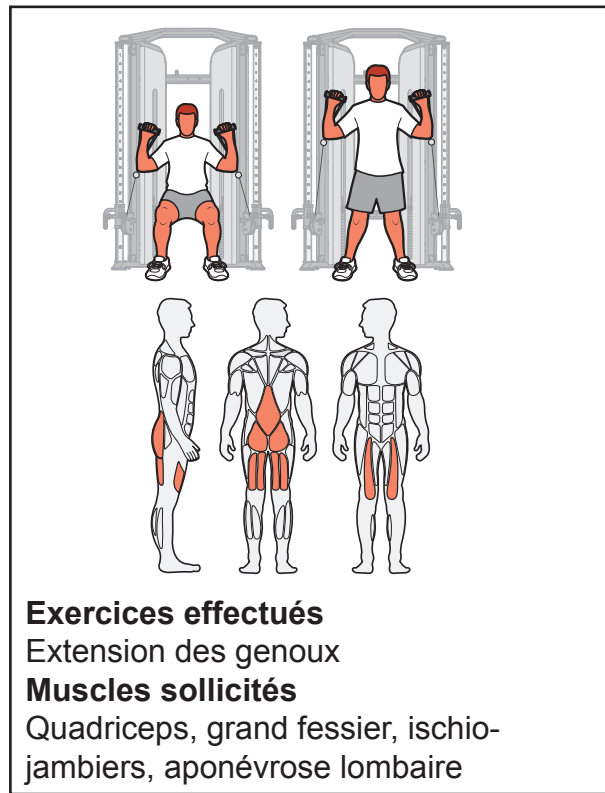
### ARM EXTENSION



The top section shows two illustrations of a person performing arm extension exercises on a Cybex machine. The first shows the person pulling the handle down, and the second shows the handle at the bottom. Below these are three anatomical diagrams of the human body: a side view, a front view, and a back view. The triceps muscle is highlighted in orange in all three views.

**Exercices effectués**  
Extension des coudes  
**Muscles sollicités**  
Triceps

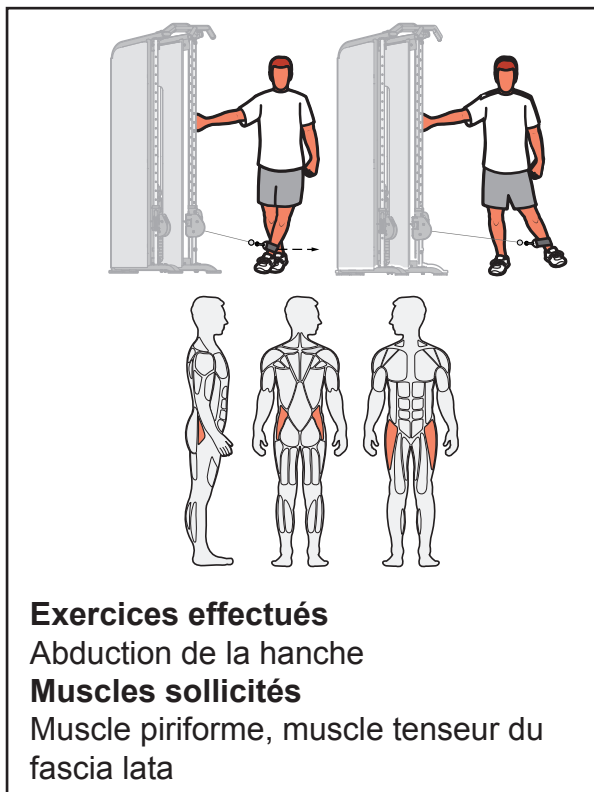
### FLEXION DES JAMBES



The top section shows two illustrations of a person performing leg flexion exercises on a Cybex machine. The first shows the person sitting and pulling the handle up, and the second shows the person standing and pulling the handle up. Below these are three anatomical diagrams of the human body: a side view, a front view, and a back view. The quadriceps, gluteus maximus, and posterior chain muscles are highlighted in orange.

**Exercices effectués**  
Extension des genoux  
**Muscles sollicités**  
Quadriceps, grand fessier, ischio-jambiers, aponévrose lombaire

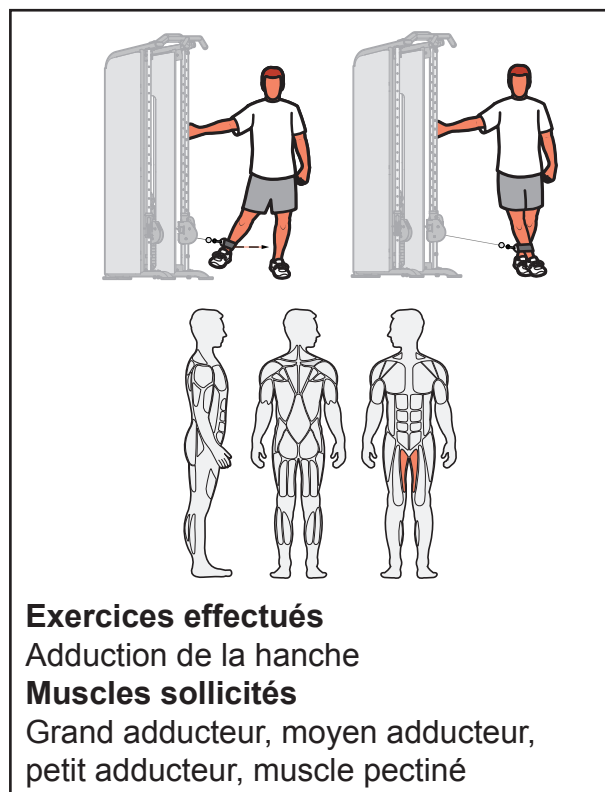
### ABDUCTION DE LA HANCHE



The top section shows two illustrations of a person performing hip abduction exercises on a Cybex machine. The first shows the person pulling the handle to the side, and the second shows the handle at the end of the range. Below these are three anatomical diagrams of the human body: a side view, a front view, and a back view. The piriformis and tensor fasciae latae muscles are highlighted in orange.

**Exercices effectués**  
Abduction de la hanche  
**Muscles sollicités**  
Muscle piriforme, muscle tenseur du fascia lata

### ADDUCTION DE LA HANCHE



The top section shows two illustrations of a person performing hip adduction exercises on a Cybex machine. The first shows the person pulling the handle towards the midline, and the second shows the handle at the end of the range. Below these are three anatomical diagrams of the human body: a side view, a front view, and a back view. The adductor muscles are highlighted in orange.

**Exercices effectués**  
Adduction de la hanche  
**Muscles sollicités**  
Grand adducteur, moyen adducteur, petit adducteur, muscle pectiné

## Préventif

Toutes les activités de maintenance préventive doivent être exécutées régulièrement. La maintenance routinière favorise le fonctionnement sans problème et en toute sécurité de tout l'équipement d'entraînement de la force musculaire Cybex.

Cybex n'est pas responsable d'exécuter les inspections et la maintenance régulières des équipements. Formez tout le personnel à l'inspection et à la maintenance de l'équipement ainsi qu'à la déclaration et au rapport d'accident. Des représentants Cybex se tiennent à votre disposition pour répondre par téléphone à toutes vos questions éventuelles.

**Les inspections et réparations doivent être effectuées uniquement par des techniciens qualifiés. Cybex annulera la garantie si des pièces de rechange non-Cybex sont utilisées.**



### Procédures quotidiennes

Lorsque de puissants agents de nettoyage sont utilisés comme alcool à friction ou eau de javel, il est recommandé de tester le produit sur un endroit discret. D'autres produits de nettoyage peuvent contenir des dissolvants puissants ou inconnus et leur formule peut être modifiée sans préavis par le fabricant. Si vous souhaitez utiliser d'autres produits de nettoyage, essayez-les avec précaution dans un endroit dissimulé afin de déterminer s'ils pourraient endommager le revêtement. N'utilisez jamais de solvants ou de nettoyants puissants destinés à l'usage industriel. Pour nettoyer les zones tachées, il est recommandé d'utiliser un chiffon blanc doux. Évitez d'utiliser de l'essuie-tout.

Les produits de nettoyage peuvent être dangereux ou irritants pour la peau, les yeux, etc. Mettez des gants et des lunettes de protection. **N'inhalez ou n'avalez aucun produit de nettoyage.** Protégez la zone adjacente/les vêtements. Utilisez le produit de nettoyage dans un endroit bien ventilé. Tenir compte de tous les avertissements du fabricant. CYBEX et ses fournisseurs ne peuvent être tenus responsables des blessures ou des dommages résultant de l'utilisation, appropriée ou non appropriée, des produits de nettoyage.

## Nettoyer les revêtements

Si	Alors
<b>Taches superficielles</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Préparer une solution contenant 10 % de savon liquide et de l'eau tiède.</li> <li>2. Appliquer à l'aide d'un chiffon doux humide.</li> <li>3. Si nécessaire, appliquer une solution de détergent liquide à l'aide d'une brosse à poils souples.</li> <li>4. Humidifier un chiffon doux propre et éliminer les résidus.</li> </ol>
<b>Taches plus persistantes</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Préparer une solution contenant 10 % d'eau de Javel (hypochlorite de sodium) et 90 % d'eau. Humidifier un chiffon blanc doux avec cette solution.</li> <li>2. Gommer doucement la zone tachée.</li> <li>3. Humidifier un chiffon doux propre et rincer la zone.</li> <li>4. Si les taches persistent, une eau de Javel puissante peut être utilisée. Laisser l'eau de Javel imprégner la partie tachée ou appliquer un chiffon imbibé pendant 30 minutes environ. Humidifier un chiffon doux propre et rincer la zone pour éliminer la concentration d'eau de Javel restante.</li> </ol>
<b>Taches plus persistantes (méthode alternative)</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Humidifier un chiffon blanc doux à l'aide d'alcool à brûler.</li> <li>2. Gommer doucement la zone tachée.</li> <li>3. Humidifier un chiffon doux propre et rincer la zone.</li> </ol>
<b>Restauration du lustre</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Appliquer une fine couche de cire pour meubles pendant 30 secondes.</li> <li>2. Gommer légèrement la zone à l'aide d'un chiffon blanc propre.</li> </ol>

## Nettoyer les châssis

Nettoyer tous les éléments de châssis à l'aide d'une solution douce composée d'eau tiède et de savon pour laver les véhicules. Assurez-vous de laisser sécher complètement. **ÉVITEZ** tous produits de nettoyage à base d'acide ou de chlore ainsi que les produits à base d'abrasifs qui pourraient rayer ou endommager l'équipement.

## **Nettoyer les chromes**

Nettoyer les tubes chromés en commençant avec un produit à polir le chrome, puis appliquer une couche de cire pour véhicule. Il est recommandé d'utiliser des nettoyeurs neutres dont la teneur en pH se situe entre 5,5 et 8,5. Assurez-vous de laisser sécher complètement. ÉVITEZ tous produits de nettoyage à base d'acide ou de chlore ainsi que les produits à base d'abrasifs qui pourraient rayer ou endommager l'équipement.

## **Consignes pour le nettoyage du panneau frontal :**

Pour appliquer les nettoyeurs, laver et rincer, utilisez des éponges ou des chiffons doux et propres. Après l'application du produit, rincer systématiquement à l'eau tiède.

- **NE PAS** utiliser de produits nettoyeurs abrasifs ou à haute teneur alcaline.
- **NE PAS** appliquer les produits nettoyeurs pendant des périodes prolongées, laver immédiatement.
- **NE PAS** exposer les produits nettoyeurs à la lumière du soleil ou à des températures élevées.
- **NE PAS** utiliser de grattoirs, de racloirs ou de rasoirs.
- **NE PAS** nettoyer avec de l'essence.

## **Produits de nettoyage et détergents compatibles :**

- Formule 409
- Top Job
- Joy
- Palmolive
- Windex with Ammonia D

## **Pour réduire les rayures fines :**

Pour aider à combler les rayures, appliquer un produit à polir doux pour véhicules et l'enlever avec un chiffon doux et propre.

## **Produits à polir suggérés :**

- Johnson Paste Wax
- Mirror Glaze #10 Plastic Polish (de Mirror Bright Polish Co.)
- Novus Plastics Polish #1, #2 (de Novus Inc.)

## Procédures hebdomadaires

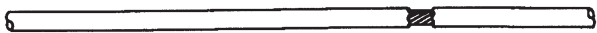



### Vérifier l'ensemble des écrous et boulons

Serrer tous les écrous et boulons desserrés si besoin.

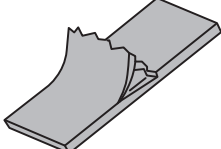

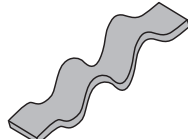
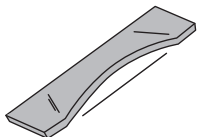
**AVERTISSEMENT :** *Le non respect des précautions suivantes peut entraîner des blessures graves, voire mortelles. Remplacer l'ensemble des câbles et courroies usés.*

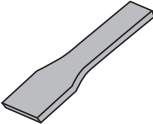

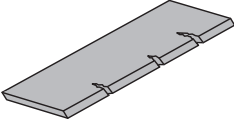

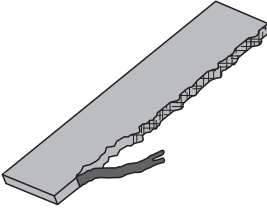
### Vérifier les câbles et les courroies

Inspecter l'ensemble des câbles et courroies pour déceler tout signe d'usure, de détérioration ou problème de tension. Lors de l'inspection des câbles et courroies, passer les doigts sur le câble ou la courroie, en faisant particulièrement attention aux coudes et aux points de fixation. Les conditions suivantes peuvent signaler l'usure d'un câble :

État du câble	Schéma
Une déchirure ou une fissure dans la gaine du câble, exposant le câble	
Une déformation du câble	
Une gaine vrillée	
Striction - Une gaine de câble détendue	

### Courroies

État de la courroie	Vue en 3D	Vue en 3D ou de profil
Décollement de la gaine de courroie.		
Ondulation de la courroie		

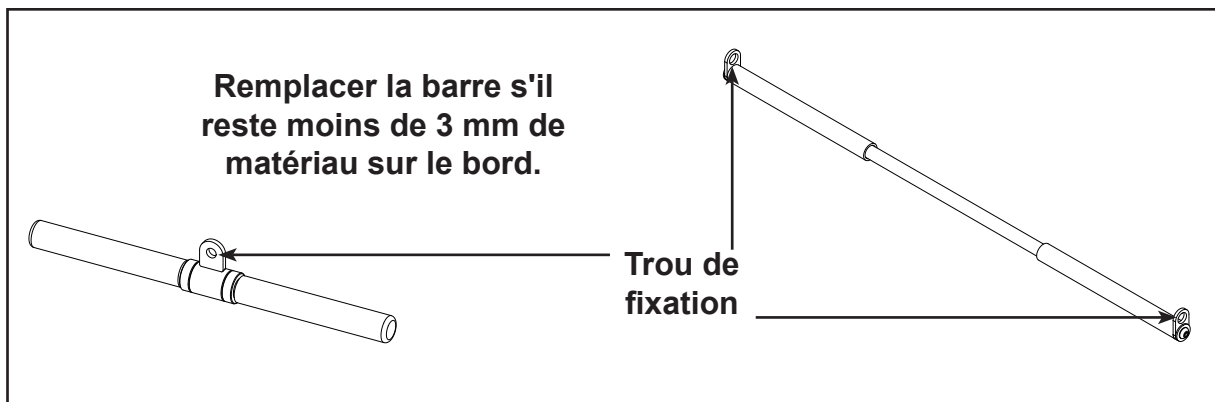
État de la courroie	Vue en 3D	Vue en 3D ou de profil
<p>Courroie amincie (section étroite)</p>	<p>Remplacer la courroie si une section est plus étroite de 0,7 mm que le reste.</p> 	<p>Examinez le bord de la courroie (des deux côtés). Remplacez la courroie si une section est plus étroite que le reste.</p> 
<p>Fissures ou fendillements</p>		
<p>Un ou plusieurs fils Kevlar pendent ou il existe une quantité importante de fils Kevlar effilochés.</p>		





**MISE EN GARDE :** Les conditions suivantes pourraient entraîner des blessures corporelles ou une détérioration du matériel. Remplacez immédiatement toutes les poignées usées. Ne pas utiliser l'équipement s'il reste moins de 3 mm de matériau sur le bord.

Inspectez les barres et les poignées afin de détecter toute trace d'usure, en prêtant une attention particulière aux points de connexion.



Vérification	Mesure
Inspectez les barres et les poignées afin de détecter toute trace d'usure, en prêtant une attention particulière aux points de connexion.	Remplacez immédiatement toutes les poignées usées.
Inspectez les mousquetons pour vous assurer qu'ils s'enclenchent correctement (si ce n'est pas le cas, ils sont usés).	Remplacez immédiatement toutes poignées lâches ou usées.
Vérifier la lisibilité de tous les autocollants, y compris les plaquettes d'instructions et les autocollants d'avertissement et de mise en garde.	Remplacez immédiatement toutes les étiquettes usées.
Inspectez toutes les piles de poids pour vérifier si elles sont bien alignées et si elles fonctionnent correctement.	Rectifiez immédiatement tous les problèmes d'alignement et de fonctionnement.
Vérifier les tiges guides pour déceler tout besoin de lubrification.	Nettoyez les tiges guides de pile de poids sur toute leur longueur. Graissez-les d'une légère couche d'huile moteur de poids moyen.

## Procédures annuelles

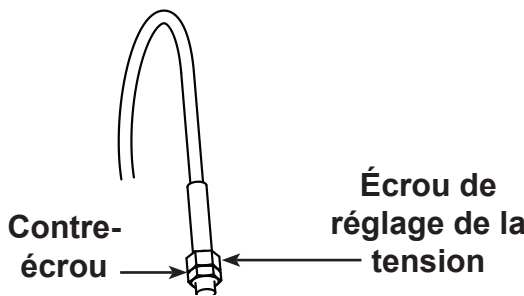
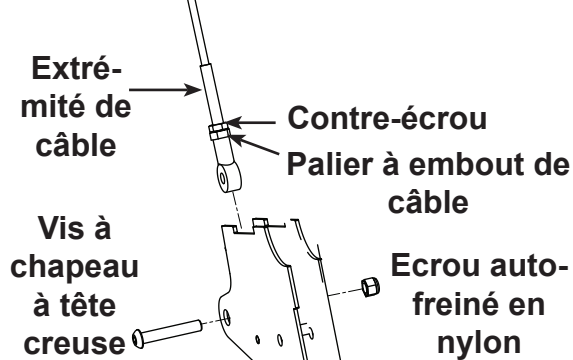
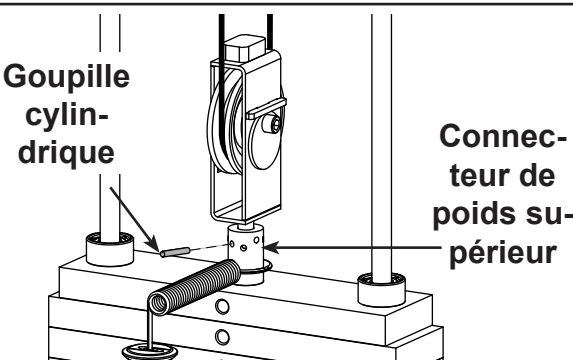
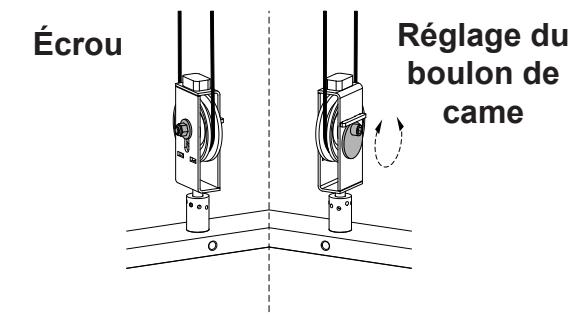
Remplacer l'ensemble des câbles et courroies une fois par an

## Réglage du câble

### Outils requis

Clé de 9/16" (2)

Quatre types de réglage de la tension de câble sont effectués sur les appareils de musculation Cybex :

Réglage du câble	Description	Schéma
Réglage des contre-écrous	Ce type de réglage nécessite un contre-écrou et un écrou de réglage de la tension au niveau de l'extrémité de came de câble pour le réglage primaire. L'autre extrémité du câble se règle généralement au moyen d'une goupille cylindrique.	 <p>Contre-écrou</p> <p>Écrou de réglage de la tension</p>
Réglage de l'extrémité de tige	Ce type de réglage nécessite une vis d'assemblage à six pans creux qui fixe un embout à rotule de câble à l'appareil. Ce réglage consiste essentiellement à tourner ce palier à embout. L'autre extrémité du câble se règle généralement au moyen d'une goupille cylindrique.	 <p>Extrémité de câble</p> <p>Contre-écrou</p> <p>Palier à embout de câble</p> <p>Vis à chapeau à tête creuse</p> <p>Écrou auto-freiné en nylon</p>
Réglage au moyen d'une goupille cylindrique	Ce type de réglage nécessite une goupille cylindrique et une série de trous dans le connecteur de poids supérieur de la tour d'haltères.	 <p>Goupille cylindrique</p> <p>Connecteur de poids supérieur</p>
Réglage de l'extrémité de came	Ce type de réglage nécessite un boulon de réglage sur le support de poulie. Desserrer l'écrou et faire tourner le boulon de came pour régler le câble.	 <p>Écrou</p> <p>Réglage du boulon de came</p>

## Réglage des courroies

### Outils requis

- Clé de 7/32"
- Clé dynamométrique (po/lb)

Réglage des courroies	Mesure
Courroie lâche	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. À l'aide d'une clé Allen de 7/32 po., desserrer les vis de calage.</li> <li>4. Tendre la courroie.</li> <li>5. Fixer la courroie en place à l'aide des vis de calage.</li> <li>6. Serrer les vis de calage au couple de 300-350 po./lb.</li> <li>7. Vérifier que la courroie se déplace sans à-coups et s'achemine directement du support de la poulie supérieure à la pince de courroie de la tour d'haltères</li> </ol>

## Environnement et stockage

### Electricité statique

Pour réduire l'électricité statique, augmenter l'humidité.

### Humidité

L'appareil est conçu pour fonctionner normalement dans un environnement où l'humidité relative varie de 30 à 75 %. L'appareil peut être expédié et entreposé dans un environnement dont le niveau d'humidité relative se situe entre 10 et 90 %.

### Température

L'appareil est conçu pour fonctionner normalement dans un environnement dont la température ambiante est comprise entre 150° F (10° C) et 104° F (40° C). L'appareil peut être expédié et entreposé dans un environnement dont le niveau d'humidité relative se situe entre 10 et 90 %.

Ne pas installer, utiliser ni entreposer l'appareil dans un endroit où le niveau d'humidité est très élevé, par exemple à proximité d'un hammam, d'un sauna, d'une piscine intérieure ou encore à l'extérieur. Une exposition prolongée à la vapeur, au chlore et/ou au brome peut endommager l'équipement.

# Service à la clientèle

## Enregistrement du produit

Pour enregistrer le produit, procéder comme suit :

1. Rendez-vous sur le site [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com).
2. Repérez Enregistrement du produit dans la section Soutien.
3. Remplir entièrement le formulaire.
4. Cliquer sur le bouton Submit (Soumettre) pour enregistrer votre produit.

## Contact

L'assistance téléphonique est assurée du lundi au vendredi de 8 h 30 à 18 h 00, heure de New York.

Les clients de Cybex résidant aux États-Unis peuvent contacter le Service à la clientèle Cybex en composant le 888-462-9239.

Les clients Cybex habitant hors des États Unis peuvent contacter le service à la clientèle Cybex par téléphone au + 1 508-533-4300 ou par fax au +1 508-533-5183.

Pour plus d'informations, veuillez vous rendre sur le site Web [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com) ou nous contacter par e-mail à l'adresse [techhelp@cybexintl.com](mailto:techhelp@cybexintl.com).

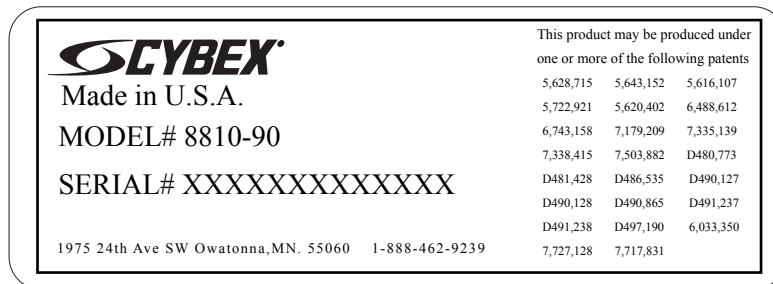
## Commande de pièces

Pour commander des pièces en ligne, rendez-vous sur le site [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com). Sélectionner Support (Assistance) > Parts/Ordering (Pièces/Commande). Dans le volet de navigation de gauche, cliquer sur Parts Diagrams - Current Products (Schémas de pièces - Produits actuels). Faites votre choix dans les listes déroulantes.

Pour parler à un représentant du Service à la clientèle, composez le 888-462-9239 (pour les clients résidant aux États-Unis) ou le +1 508-533-4300 (pour les clients résidant hors des États-Unis). Vous pouvez aussi nous contacter par e-mail à l'adresse [techhelp@cybexintl.com](mailto:techhelp@cybexintl.com).

Les informations suivantes mentionnées sur l'autocollant du numéro de série permettront à nos représentants Cybex de mieux vous servir.

- Numéro de série de l'appareil, Nom du produit et Numéro du modèle



- Description de la pièce et Numéro de la pièce si vous en disposez. Toutes les pièces sont disponibles sur Internet à l'adresse [www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com)
- Adresse d'expédition
- Nom de la personne-ressource

En plus de votre adresse d'expédition et du nom de la personne-ressource, votre numéro de compte est également utile, bien qu'il ne soit pas obligatoire. Vous pouvez également envoyer vos commandes par fax au +1 508-533-5183.

### **Autorisation de retour de matériel (ARM ou RMA)**

Le système ARM (Autorisation de retour de matériel) est utilisé lorsque le matériel est renvoyé pour remplacement, réparation ou remboursement. Ce système permet de s'assurer que le matériel renvoyé est correctement traité et analysé. Suivez rigoureusement les procédures suivantes.

Pour toute question concernant la garantie, contacter votre distributeur Cybex agréé. Votre distributeur Cybex vous demandera, le cas échéant, une ARM de Cybex. En aucun cas les pièces ou l'équipement défectueux ne seront acceptés par Cybex sans l'ARM appropriée et une étiquette de Service de retour automatisé (SRA).

Pour tout retour d'article défectueux, contactez l'assistance téléphonique du service à la clientèle indiqué ci-haut.

Donner au technicien une description détaillée du problème rencontré ou du défaut de l'article à retourner. Fournissez le numéro de modèle et de série de votre équipement Cybex.

À la discrétion de Cybex, le technicien peut demander le retour des pièces défectueuses à Cybex en vue d'une évaluation et d'une réparation ou d'un remplacement. Le technicien vous attribuera un numéro d'ARM et vous enverra une étiquette de SRA. L'étiquette de SRA et le numéro d'ARM doivent visiblement figurer sur l'extérieur du paquet contenant le(s) article(s) renvoyés. Dans le paquet contenant le(s) pièce(s), joignez la description du problème, le numéro de série de l'équipement et le nom et l'adresse du propriétaire.

Envoyez le paquet à Cybex par UPS.

Attention : Customer Service Department

Cybex International, Inc.

1975 24th Ave SW

Owatonna, MN 55060, USA

La marchandise renvoyée sans numéro d'ARM indiqué sur l'extérieur du paquet ou les envois contre remboursement ne seront pas acceptés par le service de réception de Cybex.

### ***Pièces endommagées***

Le matériel endommagé pendant le transport ne devrait pas être renvoyé aux fins d'obtention d'un avoir. La responsabilité de ces dommages incombe au transporteur (UPS, Federal Express, entreprise de camionnage, etc.).

#### **Dégâts apparents**

À la réception de votre livraison, vérifier attentivement tous les articles. Tous les dommages détectés lors d'une inspection visuelle doivent être notés sur la facture de fret et signés par l'agent du transporteur. La non-observation de cette consigne entraînera le refus des transporteurs d'honorer votre réclamation. Le transporteur fournira les formulaires nécessaires pour présenter de telles demandes d'indemnisation.

#### **Dommmages non apparents**

Les dommages non apparents lors d'une inspection visuelle d'un envoi mais constatés ultérieurement doivent être signalés au transporteur dès que possible. Lors de la constatation des dommages, il est nécessaire d'adresser au transporteur, par écrit ou par téléphone, une demande d'inspection des articles dans les dix jours qui suivent la date de livraison. Conservez tous les contenants et le matériel d'emballage car ils seront requis lors du processus d'inspection. Le transporteur fournira un rapport d'inspection et les formulaires requis pour présenter une demande d'indemnisation pour dommage non apparent. Les dommages non apparents relèvent de la responsabilité du transporteur.





10 Trotter Drive Medway, MA 02053 • 508 533 4300 • FAX 508 533 5183  
[www.cybexintl.com](http://www.cybexintl.com) • [techhelp@cybexintl.com](mailto:techhelp@cybexintl.com)