

# *Manuel de l'utilisateur*



  
**AB PRINCE PRO™**

## *Sommaire*

<b>Mise en garde</b> .....	<b>3</b>
<b>Instructions importantes relatives à la sécurité</b> .....	<b>4</b>
<b>Liste des pièces détachées</b> .....	<b>8</b>
<b>Instructions de montage</b> .....	<b>9</b>



*Visitez notre site [www.abprince.fr](http://www.abprince.fr)  
pour de plus amples informations  
ou pour passer votre commande.*

Votre AB Prince Pro™ comporte plusieurs étiquettes de mise en garde.. Veuillez les lire attentivement avant d'utiliser la machine.

### MISE EN GARDE

Lisez toutes les mises en garde et les instructions avant l'utilisation.

Ne laissez pas les enfants utiliser la machine. Ne laissez pas les adolescents utiliser la machine sans surveillance.

Consultez votre médecin avant d'utiliser cet équipement et de démarrer un programme d'entraînement. N'utilisez pas votre AB Prince Pro™ si vous êtes enceinte, si vous souffrez d'une maladie cardiaque, d'hypertension ou d'une affection médicale grave, ou si vous avez subi une intervention de chirurgie cardiaque.

Inspectez l'équipement avant chaque utilisation afin de vérifier son bon état de fonctionnement.

Faites preuve de prudence et veillez à maîtriser votre équilibre lorsque vous montez sur l'appareil, que vous l'utilisez et que vous en descendez.

Eloignez les autres personnes et les animaux de compagnie de la machine pendant son utilisation : le rail mobile est susceptible d'occasionner des blessures graves. Le poids de l'utilisateur ne doit pas dépasser 113 kg.

Veillez à ranger cet équipement de manière à ce qu'il ne provoque pas de chutes.

Remplacez toute étiquette abîmée, illisible ou détachée.

### PRECAUTION

Avant de démarrer, veuillez lire attentivement ce manuel et visionner le DVD de démonstration afin de comprendre comment utiliser votre AB Prince Pro™ en toute sécurité.

L'appareil AB Prince Pro™ est conçu pour des utilisateurs d'un poids maximum de 113 kg.

**AB PRINCE PRO™**

## *Instructions importantes relatives à la sécurité*

### **▲ MISE EN GARDE**

#### **Remarques générales sur la sécurité:**

1. Lisez toutes les étiquettes de mise en garde figurant sur votre AB Prince Pro™.
2. Lisez et suivez toutes les instructions relatives à la sécurité, le montage, l'utilisation, le nettoyage et l'entretien contenues dans ce manuel avant de monter ou d'utiliser cet équipement. Le non-respect de ces consignes peut entraîner des blessures graves.
3. Avant d'utiliser cet équipement et de démarrer un programme d'entraînement, consultez votre médecin traitant afin de vérifier que vous êtes apte à le faire en toute sécurité. Les instructions présentées ici ne sont pas destinées à se substituer à un conseil médical.
4. La machine AB Prince Pro™ a été conçue pour un usage domestique uniquement et ne doit pas être utilisée dans un but commercial.
5. Utilisez le AB Prince Pro™ conformément aux instructions de ce manuel et à la démonstration présentée dans le DVD.

### **▲ MISE EN GARDE**

#### **Avant et pendant le montage:**

1. Sortez les pièces de votre AB Prince Pro™ de la boîte et vérifiez qu'aucun dommage n'a été causé par le transport. Si le produit présente un défaut quelconque, ne l'utilisez pas.
2. Suivez les instructions de montage et assurez-vous que tous les composants sont fixés conformément aux instructions.

## *Instructions importantes relatives à la sécurité (suite)*

### MISE EN GARDE

#### **Avant et pendant l'utilisation:**

1. Inspectez la machine avant chaque utilisation. Evitez d'utiliser la machine si elle est endommagée ou inopérante. Inspectez les fixations et évitez d'utiliser la machine si un composant s'avère usé ou endommagé. Resserrez les composants qui ont du jeu ou remplacez les composants usés avant toute utilisation.
2. N'utilisez pas votre AB Prince Pro™ si vous êtes enceinte, si vous souffrez d'une maladie cardiaque, d'hypertension ou d'une affection médicale grave, ou si vous avez subi une intervention de chirurgie cardiaque. Consultez votre médecin traitant avant d'utiliser le AB Prince Pro™.
3. Ne portez pas de vêtements trop amples ou de bijoux lorsque vous utilisez cet équipement. Tenez le corps, les cheveux et les vêtements éloignés des parties mobiles.
4. Ne vous entraînez pas pieds nus ou en chaussettes. Portez des chaussures de sport adaptées, munies de semelles antidérapantes.
5. Disposez votre AB Prince Pro™ sur une surface plate, dans un espace ouvert, dépourvu de mobilier ou d'objets pouvant restreindre votre liberté de mouvement pendant les exercices.
6. Evitez de placer votre AB Prince Pro™ sur des surfaces lisses, glissantes ou inégales susceptibles d'endommager la machine.

## *Instructions importantes relatives à la sécurité (suite)*

7. Faites preuve de prudence et veillez à maîtriser votre équilibre lorsque vous montez sur l'appareil, que vous l'utilisez et que vous en descendez.
8. Si vous éprouvez des vertiges ou que vous ressentez une douleur durant les exercices, arrêtez immédiatement et consultez votre médecin.
9. Eloignez les enfants de la machine. Si la machine est utilisée en présence d'enfants, ces derniers devraient être surveillés par une tierce personne.
10. N'oubliez pas de vous échauffer. Marchez sur place pendant 1-2 minutes pour activer la circulation du sang dans votre corps.
11. Ne dépassez pas le poids maximum de 113 kg. Le fait de dépasser le poids maximum peut endommager l'équipement et occasionner des blessures graves à l'utilisateur.
12. La machine AB Prince Pro™ ne doit être utilisée que par une seule personne à la fois.

## *Instructions importantes relatives à la sécurité (suite)*

### MISE EN GARDE

#### **Rangement, nettoyage et entretien:**

1. Avant chaque utilisation, inspectez votre machine afin de vérifier qu'aucun composant n'est desserré. Resserrez si nécessaire.
2. Vérifiez régulièrement tous les écrous, boulons, vis et éléments du cadre pour vous assurer qu'ils sont bien serrés et qu'ils ne présentent pas d'usure de nature à entraîner l'effondrement de la machine. Si vous trouvez des pièces endommagées, n'utilisez PAS la machine avant qu'elles n'aient été remplacées.
3. Si l'un quelconque des éléments de votre AB Prince Pro™, y comprises les étiquettes de mise en garde, est visiblement endommagé, veuillez contacter notre service clientèle.
4. Après utilisation, rangez le AB Prince Pro™ dans un endroit sec et frais.
5. Veillez à ranger cet équipement de manière à éviter qu'il ne provoque des chutes.

*Le fabricant, l'importateur, le distributeur, le sous-distributeur ou le revendeur décline toute responsabilité pour les dommages corporels ou matériels qui pourraient résulter, directement ou indirectement, d'une mauvaise utilisation de ce produit. Ce produit ne doit pas être utilisé par les femmes enceintes ou par des personnes souffrant d'une affection médicale préexistante.*

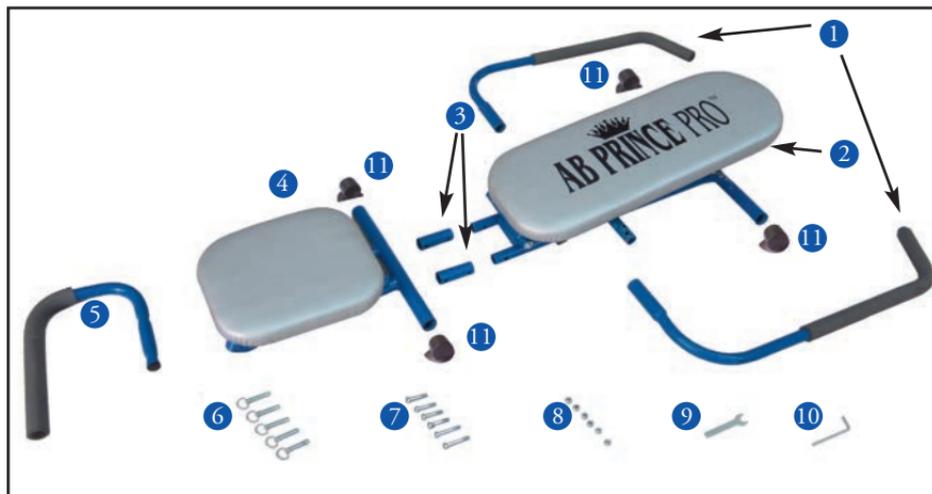


**AB PRINCE PRO™**

## Liste des pièces détachées\*

N° sur le schéma	Désignation	Quantité
1	Poignées (D & G)	2
2	Dossier	1
3	Tubes de connexion	2
4	Siège & pieds	1
5	Cale-pieds	1
6	Goupilles	5
7	Vis	6
8	Ecrous	6
9	Clé plate	1
10	Clé Allen	1
11	Patins de protection	4

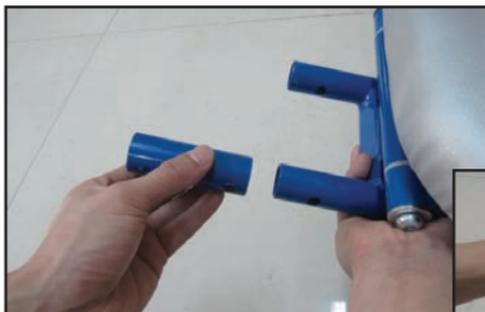
S'il vous manque des pièces, contactez votre distributeur.



\* La conception du produit peut avoir été modifiée dans le but d'améliorer ses performances.

## *Instructions de montage*

Insérez le tube de connexion sur la barre avant du dossier, comme illustré. Utilisez les petites vis, la clé Allen et la clé plate pour les assembler. Serrez fermement. Répétez l'opération sur l'autre barre du dossier.



## *Instructions de montage (suite)*

Insérez l'autre extrémité des tubes de connexion sur les barres du siège. Utilisez les petite vis, la clé Allen et la clé plate pour les assembler. Serrez fermement.



*Visitez notre site [www.abprince.fr](http://www.abprince.fr)  
pour de plus amples informations  
ou pour passer votre commande.*

## *Instructions de montage (suite)*

Positionnez les pieds dans l'inclinaison souhaitée. Faites passer l'une des goupilles par les trous intérieur et extérieur. Assurez-vous que la goupille traverse bien les deux orifices. Répétez l'opération de l'autre côté, en vérifiant que la goupille passe par les mêmes orifices que du premier côté.



**AB PRINCE PRO™**

## *Instructions de montage (suite)*

Insérez les deux grandes vis dans les orifices du cale-pieds. Assemblez le cale-pieds à l'arrière des pieds de la machine, en veillant à ce que la partie garnie de caoutchouc soit orientée vers l'avant. Utilisez la clé Allen et la clé plate pour assembler le cale-pieds. Serrez fermement.



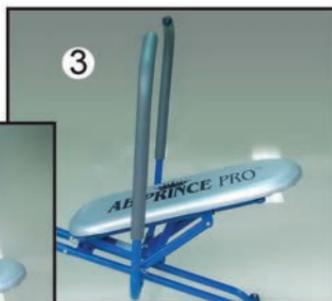
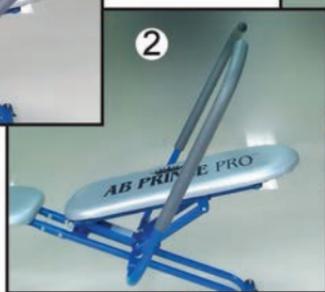
Insérez les patins en caoutchouc dans les quatre pieds de la machine.



## *Instructions de montage (suite)*

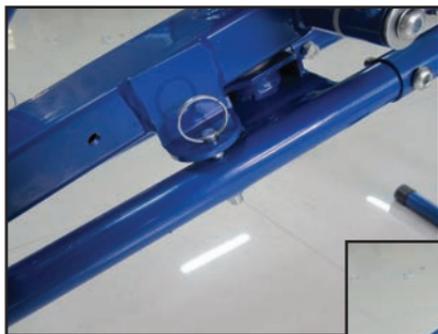
### **Comment ajuster les poignées:**

Ajustez les poignées à votre convenance en insérant la goupille dans le trou 1, 2 ou 3, comme illustré. Répétez l'opération du côté opposé de la machine.



## *Instructions de montage (suite)*

Pour travailler vos obliques, retirez simplement la goupille de verrouillage située sous le dossier et la machine pivotera d'un côté à l'autre. Pour bloquer ce mouvement, réinsérez la goupille de verrouillage dans le même trou.



## *Instructions de montage (suite)*

Dosez parfaitement vos exercices en ajustant l'inclinaison du dossier. Insérez simplement la goupille dans l'un des trous, comme indiqué sur l'illustration. Assurez-vous que la goupille traverse bien les deux orifices. L'exercice sera d'autant plus intense que le dossier est incliné.



**AB PRINCE PRO™**

  
**AB PRINCE PRO™**

*Importé en France et distribué par*

*Best of TV* 



*28 Chemin de Gérocourt*

*PA du Coudrier*

*F-95650 Boissy l'Aillierie*

*France*

*contact@bestoftv.fr*

*www.bestoftv.fr*