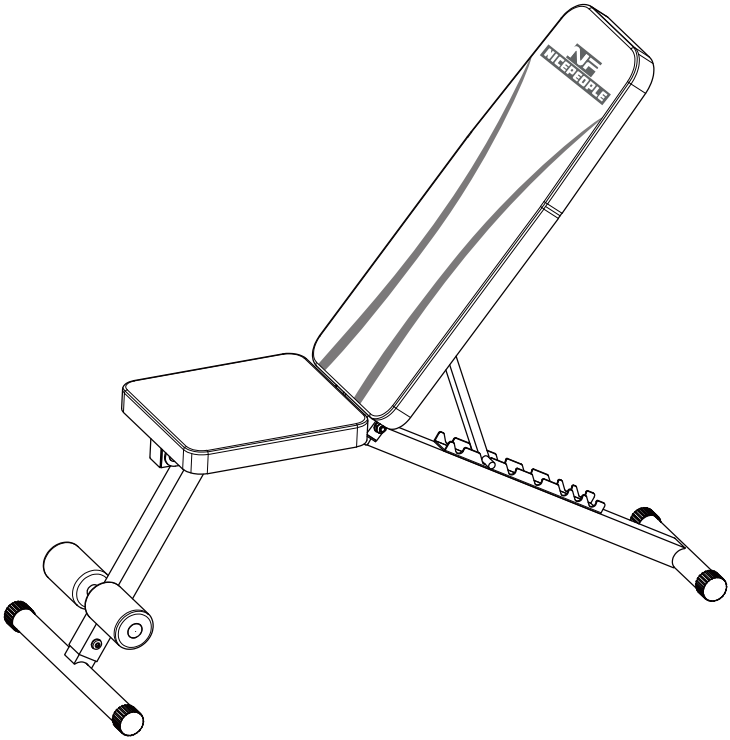
NICEPEOPLE

NICEPEOPLE Weight Bench
FB-23YLD05



USER MANUAL

For any questions, please contact: nicepeopleservice@outlook.com

EN

CONTENTS

Cautions 01
Parts List 02
Assembly Instructions 03
Warranty 05

DE

INHALT

Vorsichtsmaßnahmen 06
Teileliste 07
Montageanleitung 08
Garantie 10

FR

CONTENU

Précautions 11
Liste des pièces 12
Instructions d'assemblage 13
Garantie 15

ES

CONTENIDO

Precauciones 16
Lista de piezas 17
Instrucciones de ensamblaje 18
Garantía 20

IT

CONTENUTI

Avvertenze 21
Elenco delle parti 22
Istruzioni per l'assemblaggio 23
Garanzia 25

JP

目次

ご注意 26
部品一覧 27
組立手順 28
カスタマーサービス 30

PRT

CONTEÚDO

Precauções 31
Lista de peças 32
Instruções de montagem 33
Garantia 35

CAUTIONS

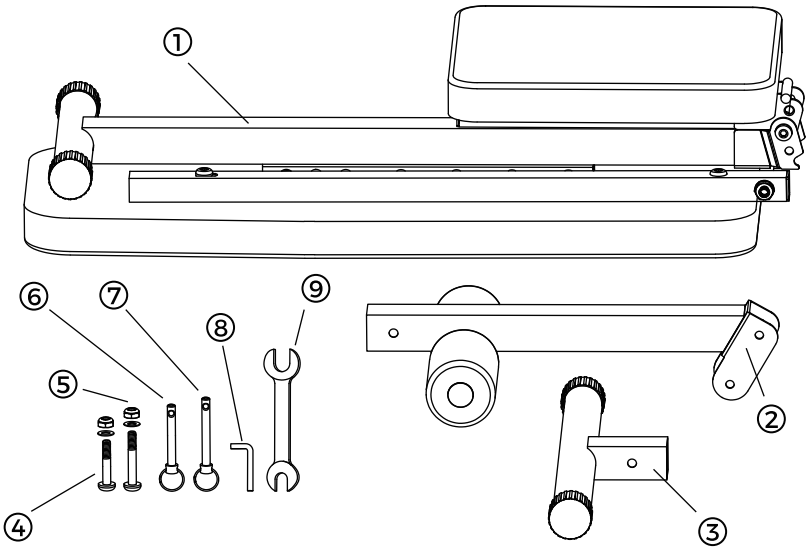
To ensure user safety, please pay attention to the following points before using the product.

- Teenagers and the elderly should use this product under supervision.
- Before using this product, please confirm with your doctor whether you can use it. If you feel uncomfortable during use, please stop using it immediately and consult your doctor.
- Please install this product correctly before use and make sure that all parts are properly connected.
- Please wear well-fitting clothes for exercise. Remove all jewelry from your body before exercising. People with long hair should tie the hair up.

Installation video

EN

PARTS LIST



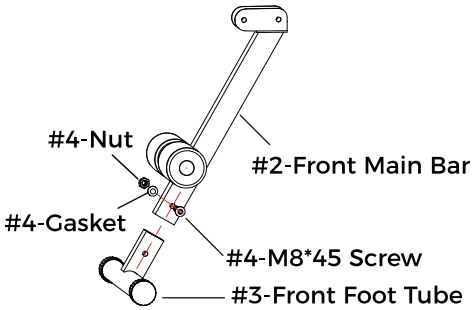
	Parts	Quantity
1	Main Frame	1
2	Front Main Bar	1
3	Front Foot Tube	1
4	M8*45 (Screw & Gasket & Nut)	1
5	M8*55 (Screw & Gasket & Nut)	1
6	M8*62 Pin	1
7	M8*72 Pin	1
8	Tool 1	1
9	Tool 2	1

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

Please follow the installation instructions and make sure all screws are fully tightened before you start using it.

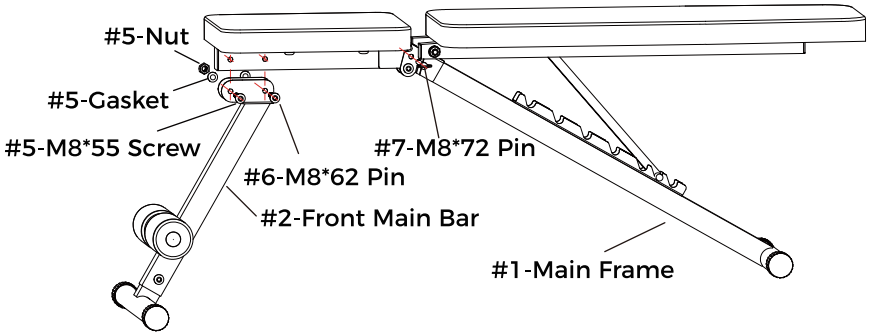
STEP 1

- As following, use [M8*45 Screw & Gasket & Nut] to assemble the [Front Foot Tube] on the [Front Main Bar].



STEP 2

- Unfold the main frame, insert the [M8*72 Pin]. Use [M8*55 Screw & Gasket & Nut] and [M8*62 Pin] to install the [Front Main Bar] on the [Main Frame].

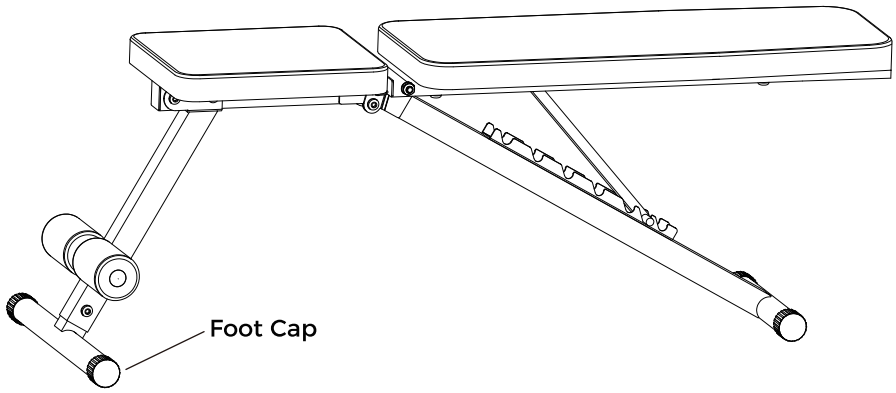


EN

ASSEMBLY INSTRUCTIONS

STEP 3

- Multiple backrest angles can be adjusted according to your needs. Finally, you can adjust the four [Foot Caps] before you start using it if you feel the bench is unbalanced.



WARRANTY

We provide 1 year warranty. Any replacement parts will be provided free of charge.

If you have any questions about the product or need replacement accessories, please feel free to contact us on Amazon. We are more than happy to assist you. (Login your Amazon account > choose "Your orders" > find the order ID > click "Contact seller") or email to nicepeopleservice@outlook.com

In order to better help you solve your problem, please attach the following information when contacting us.

Order number

Product

Issue

Request

Address

For any questions, please contact: nicepeopleservice@outlook.com

DE

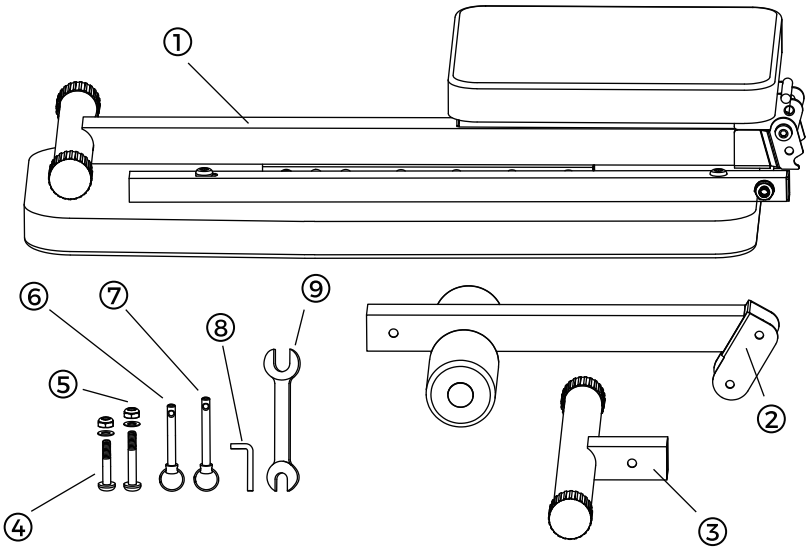
VORSICHTSMAßNAHMEN

Um die Sicherheit des Benutzers zu gewährleisten, beachten Sie bitte die folgenden Punkte vor der Nutzung des Produkts.

- Jugendliche und ältere Personen sollten dieses Produkt unter Aufsicht verwenden.
- Vor der Nutzung des Produkts bestätigen Sie bitte mit Ihrem Arzt, ob Sie es verwenden können. Wenn Sie während der Nutzung unwohl fühlen, hören Sie bitte umgehend mit der Nutzung auf und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Bitte installieren Sie das Produkt vor der Nutzung korrekt und stellen Sie sicher, dass alle Teile ordnungsgemäß verbunden sind.
- Tragen Sie für das Training passende Kleidung. Entfernen Sie vor dem Training alle Schmuckstücke vom Körper. Personen mit langen Haaren sollten ihre Haare zu binden.

Installationsvideo

TEILELISTE



	Teile	Menge
1	Hauptrahmen	1
2	Vorderer Hauptstab	1
3	Vorderes Fußrohr	1
4	M8*45 (Schraube & Dichtungsring & Mutter)	1
5	M8*55 (Schraube & Dichtungsring & Mutter)	1
6	M8*62 Stift	1
7	M8*72 Stift	1
8	Werkzeug 1	1
9	Werkzeug 2	1

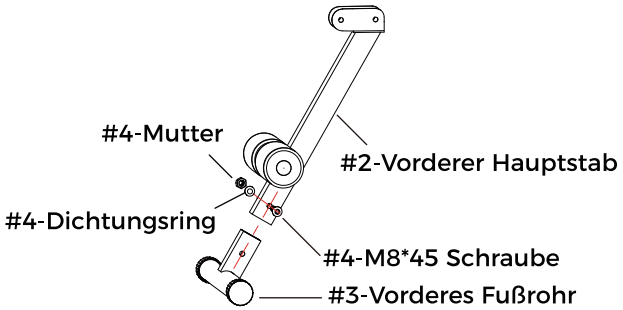
DE

MONTAGEANLEITUNG

Befolgen Sie bitte die Montageanleitung und stellen Sie sicher, dass alle Schrauben vollständig angezogen sind, bevor Sie mit der Nutzung beginnen.

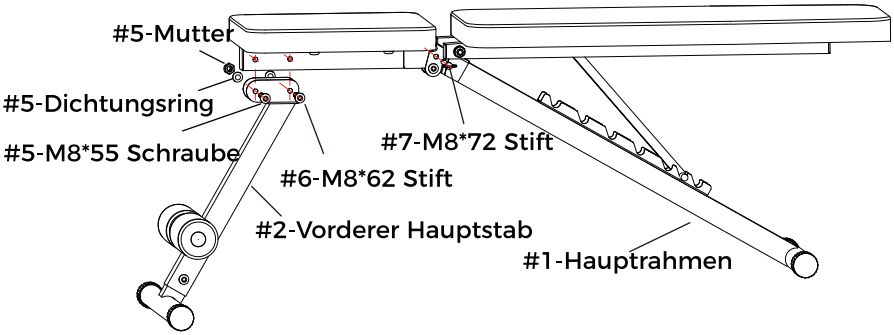
SCHRITT 1

- Wie folgt montieren Sie das [vordere Fußrohr] mit [M8*45 Schrauben, Dichtungsringen und Muttern] am [vorderen Hauptstab].



SCHRITT 2

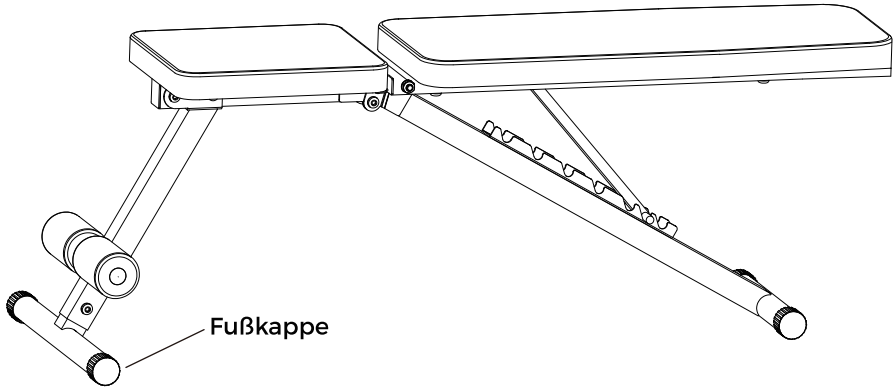
- Klappen Sie den Hauptrahmen aus, stecken Sie den [M872 Stift] ein. Montieren Sie den [vorderen Hauptstab] mit [M855 Schrauben, Dichtungsringen und Muttern] sowie [M8*62 Stift] am [Hauptrahmen].



MONTAGEANLEITUNG

SCHRITT 3

- Mehrere Lehnenwinkel können nach Ihren Bedürfnissen eingestellt werden.Falls Sie das Bank instabil empfinden, können Sie schließlich die vier [Fußkappen] justieren, bevor Sie mit der Nutzung beginnen.



DE

GARANTIE

Wir bieten eine 1-jährige Garantie. Ersatzteile werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

Wenn Sie Fragen zum Produkt haben oder Ersatzteile benötigen, kontaktieren Sie uns bitte gerne auf Amazon. Wir helfen Ihnen gerne weiter. (Melden Sie sich bei Ihrem Amazon-Konto an > wählen Sie "Ihre Bestellungen" > finden Sie die Bestell-ID > klicken Sie auf "Verkäufer kontaktieren") oder senden Sie eine E-Mail an nicepeopleservice@outlook.com

Um Ihnen besser zu helfen, Ihr Problem zu lösen, fügen Sie bitte folgende Informationen bei der Kontaktaufnahme hinzu:

Bestellnummer

Produkt

Problem

Anfrage

Adresse

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an: nicepeopleservice@outlook.com

PRÉCAUTIONS

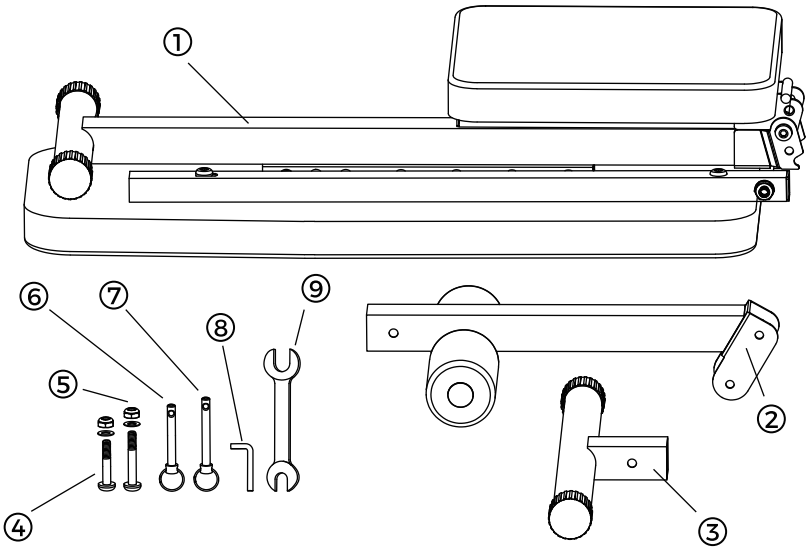
Pour garantir la sécurité de l'utilisateur, veuillez prendre note des points suivants avant d'utiliser le produit.

- Les adolescents et les personnes âgées doivent utiliser ce produit sous surveillance.
- Avant d'utiliser ce produit, veuillez confirmer avec votre médecin si vous pouvez le utiliser. Si vous ressentez un malaise pendant l'utilisation, arrêtez immédiatement de l'utiliser et consultez votre médecin.
- Veuillez installer correctement le produit avant utilisation et assurez-vous que toutes les pièces sont bien connectées.
- Portez des vêtements adaptés pour l'exercice. Retirez tous vos bijoux avant de faire de l'exercice. Les personnes avec les cheveux longs doivent les attacher.

Vidéo d'installation

FR

LISTE DES PIÈCES



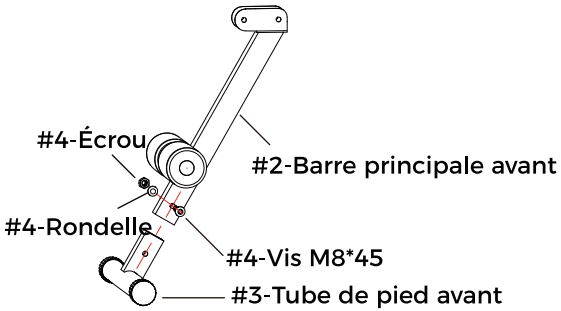
	Pièces	Quantité
1	Châssis principal	1
2	Barre principale avant	1
3	Tube de pied avant	1
4	M8*45 (Vis & Rondelle & Écrou)	1
5	M8*55 (Vis & Rondelle & Écrou)	1
6	Axle M8*62	1
7	Axle M8*72	1
8	Outil 1	1
9	Outil 2	1

INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

Veuillez suivre les instructions d'installation et assurez-vous que toutes les vis sont complètement serrées avant de commencer à utiliser le produit.

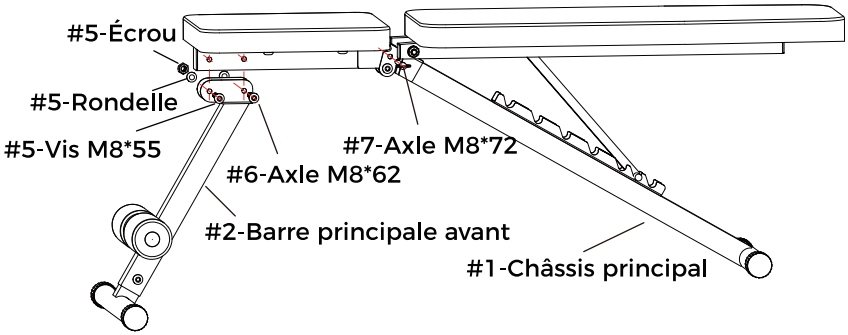
ÉTAPE 1

- Comme suit, utilisez [Vis & Rondelle & Écrou M8*45] pour assembler le [Tube de pied avant] sur la [Barre principale avant].



ÉTAPE 2

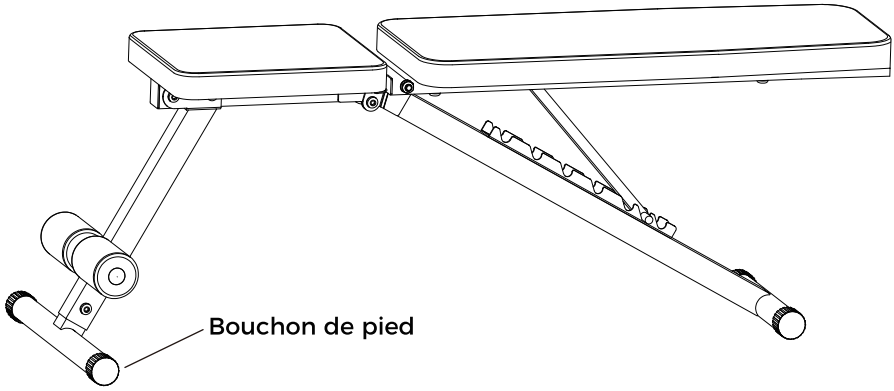
- Déplier le châssis principal, insérez l'[Axle M872]. Utilisez [Vis & Rondelle & Écrou M855] et [Axle M8*62] pour installer la [Barre principale avant] sur le [Châssis principal].



INSTRUCTIONS D'ASSEMBLAGE

ÉTAPE 3

- Plusieurs angles de dossier peuvent être ajustés selon vos besoins.Enfin, si vous trouvez le banc instable, vous pouvez ajuster les quatre [Bouchons de pied] avant de commencer à l'utiliser.



GARANTIE

Nous offrons une garantie de 1 an. Tous les pièces de rechange sont fournies gratuitement.

Si vous avez des questions sur le produit ou avez besoin de pièces de rechange, n'hésitez pas à nous contacter sur Amazon. Nous sommes ravis de vous aider. (Connectez-vous à votre compte Amazon > choisissez "Vos commandes" > trouvez l'ID de commande > cliquez sur "Contacter le vendeur") ou envoyez un e-mail à nicepeopleservice@outlook.com

Pour nous aider à résoudre votre problème plus efficacement, veuillez joindre les informations suivantes lors de votre contact:

Numéro de commande

Produit

Problème

Demande

Adresse

Pour toute question, veuillez contacter : nicepeopleservice@outlook.com

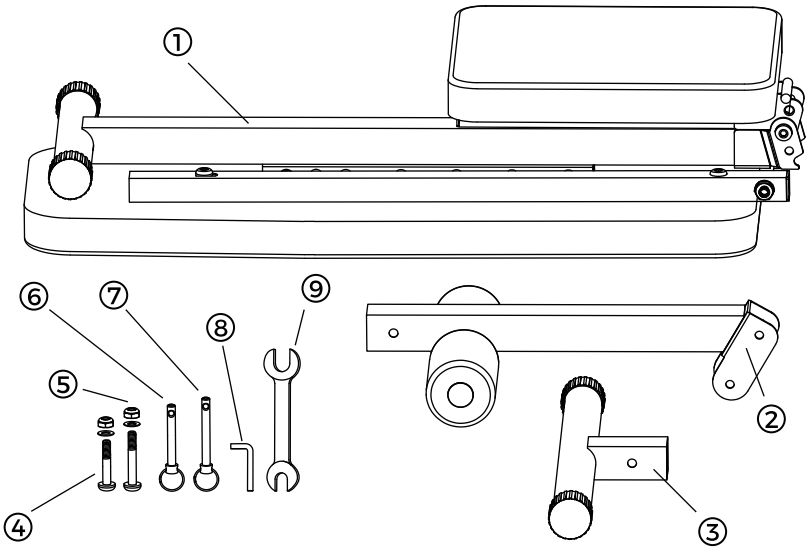
PRECAUCIONES

Para garantizar la seguridad del usuario, por favor preste atención a los siguientes puntos antes de usar el producto.

- Los adolescentes y las personas mayores deben usar este producto bajo supervisión.
- Antes de usar este producto, confirme con su médico si puede usarlo. Si siente malestar durante el uso, deje de usarlo inmediatamente y consulte a su médico.
- Instale correctamente el producto antes de usarlo y asegúrese de que todas las piezas estén bien conectadas.
- Use ropa adecuada para el ejercicio. Retire todos los joyas del cuerpo antes de hacer ejercicio. Las personas con cabello largo deben recogerse el cabello.

Vídeo de instalación

LISTA DE PIEZAS



	Piezas	Cantidad
1	Armazón principal	1
2	Barra principal delantera	1
3	Tubo de pie delantero	1
4	M8*45 (Tornillo & Guarnición & Tuerca)	1
5	M8*55 (Tornillo & Guarnición & Tuerca)	1
6	Pasador M8*62	1
7	Pasador M8*72	1
8	Herramienta 1	1
9	Herramienta 2	1

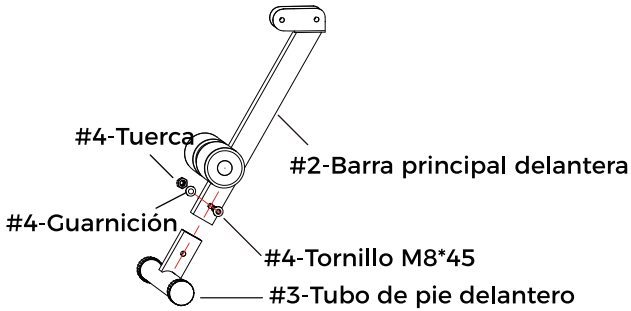
ES

INSTRUCCIONES DE ENSAMBLAJE

Siga las instrucciones de instalación y asegúrese de que todos los tornillos estén completamente apretados antes de empezar a usar el producto.

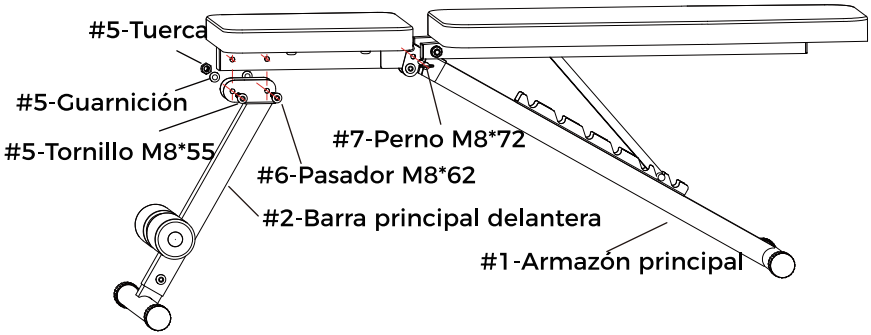
PASO 1

- Como se muestra a continuación, use [Tornillo & Guarnición & Tuerca M8*45] para ensamblar el [Tubo de pie delantero] en la [Barra principal delantera].



PASO 2

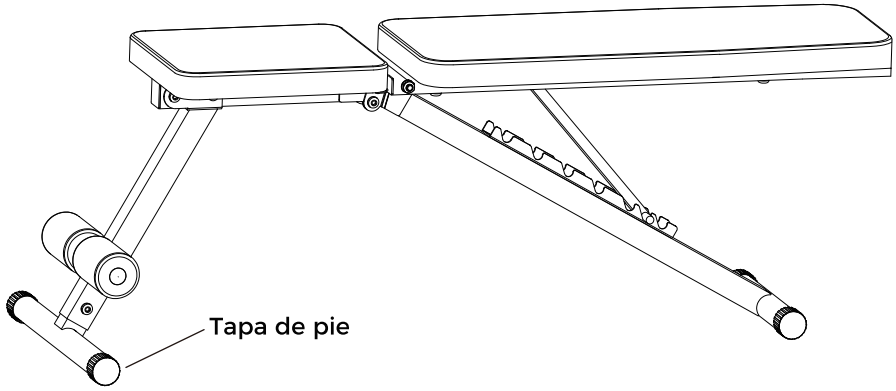
- Despliegue el armazón principal e inserte el [Pasador M872]. Use [Tornillo & Guarnición & Tuerca M855] y [Pasador M8*62] para instalar la [Barra principal delantera] en el [Armazón principal].



INSTRUCCIONES DE ENSAMBLAJE

PASO 3

- Se pueden ajustar múltiples ángulos del respaldo según sus necesidades.Finalmente, si siente que el banco está desequilibrado, puede ajustar las cuatro [Tapa de pie] antes de empezar a usarlo.



ES

GARANTÍA

Ofrecemos una garantía de 1 año. Cualquier pieza de repuesto se proporcionará gratuitamente.

Si tiene alguna pregunta sobre el producto o necesita accesorios de repuesto, no dude en contactarnos en Amazon. Estamos encantados de ayudarlo. (Inicie sesión en su cuenta de Amazon > elija "Sus pedidos" > busque el ID de pedido > haga clic en "Contactar al vendedor") o envíe un correo electrónico a nicepeopleservice@outlook.com

Para ayudarlo mejor a resolver su problema, por favor adjunte la siguiente información al contactarnos:

Número de pedido

Producto

Problema

Solicitud

Dirección

Para cualquier consulta, póngase en contacto con: nicepeopleservice@outlook.com

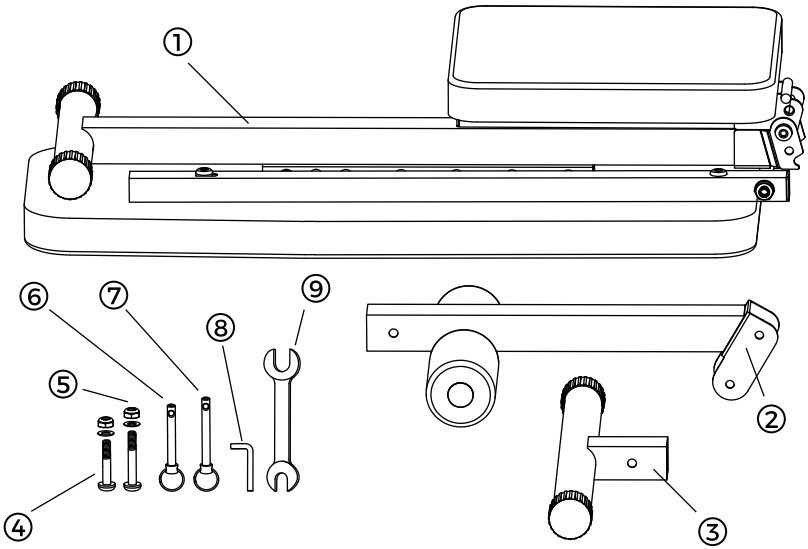
AVVERTENZE

Per garantire la sicurezza dell'utente, si prega di prestare attenzione ai seguenti punti prima dell'uso del prodotto.

- Adolescenti e persone anziane devono usare questo prodotto sotto supervisione.
- Prima dell'uso del prodotto, confermare con il medico se è possibile usarlo. Se si sente malato durante l'uso, interrompere immediatamente l'uso e consultare il medico.
- Si prega di installare correttamente il prodotto prima dell'uso e di assicurarsi che tutte le parti siano connesse correttamente.
- Indossare abiti adatti per l'esercizio fisico. Rimuovere tutti i gioielli dal corpo prima dell'esercizio. Le persone con capelli lunghi devono legarli.

Video di installazione

ELENCO DELLE PARTI



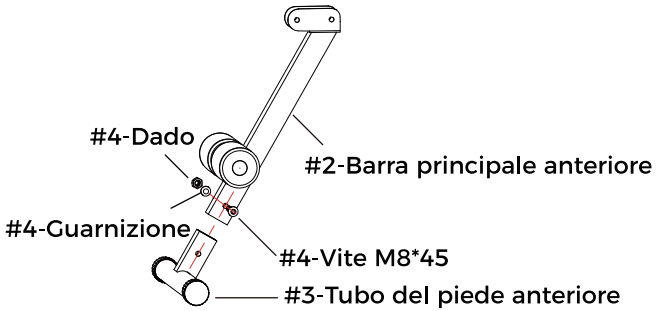
	Parti	Quantità
1	Cornice principale	1
2	Barra principale anteriore	1
3	Tubo del piede anteriore	1
4	M8*45 (Vite & Guarnizione & Dado)	1
5	M8*55 (Vite & Guarnizione & Dado)	1
6	Perno M8*62	1
7	Perno M8*72	1
8	Strumento 1	1
9	Strumento 2	1

ISTRUZIONI PER L'ASSEMBLAGGIO

Si prega di seguire le istruzioni di installazione e di assicurarsi che tutte le viti siano serrate completamente prima di iniziare l'uso.

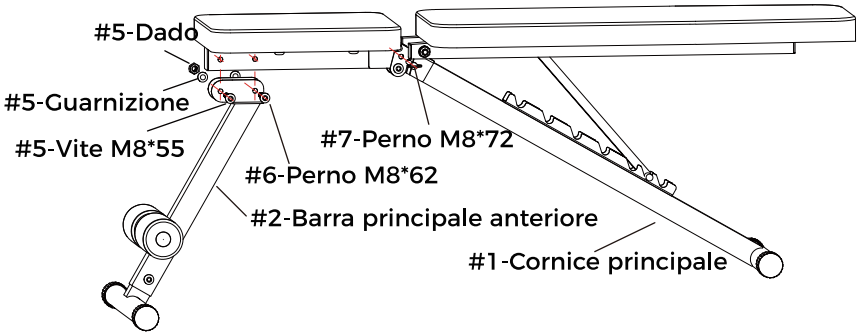
PASSO 1

- Come segue, usare [Vite & Guarnizione & Dado M8*45] per assemblare il [Tubo del piede anteriore] sulla [Barra principale anteriore].



PASSO 2

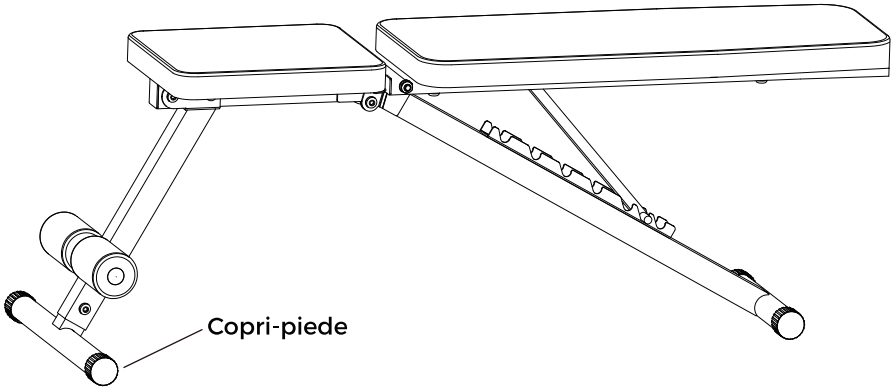
- Aprire la cornice principale, inserire il [Perno M872]. Usare [Vite & Guarnizione & Dado M855] e [Perno M8*62] per installare la [Barra principale anteriore] sulla [Cornice principale].



ISTRUZIONI PER L'ASSEMBLAGGIO

PASSO 3

- È possibile regolare più angoli del schienale secondo le proprie esigenze.Infine, se si sente che il banco è instabile, è possibile regolare i quattro [Copri-piede] prima di iniziare l'uso.



GARANZIA

Offriamo una garanzia di 1 anno. Tutte le parti di ricambio sono fornite gratuitamente.

Se si hanno domande sul prodotto o bisogno di parti di ricambio, non esitare a contattarci su Amazon. Siamo lieti di aiutare. (Accedere al proprio account Amazon > scegliere "I tuoi ordini" > trovare l'ID ordine > cliccare su "Contatta il venditore") o inviare un'e-mail a nicepeopleservice@outlook.com

Per aiutarci a risolvere il problema più efficacemente, si prega di allegare le seguenti informazioni quando si contatta:

Numero d'ordine

Prodotto

Problema

Richiesta

Indirizzo

Per qualsiasi domanda, contattare: nicepeopleservice@outlook.com

JP

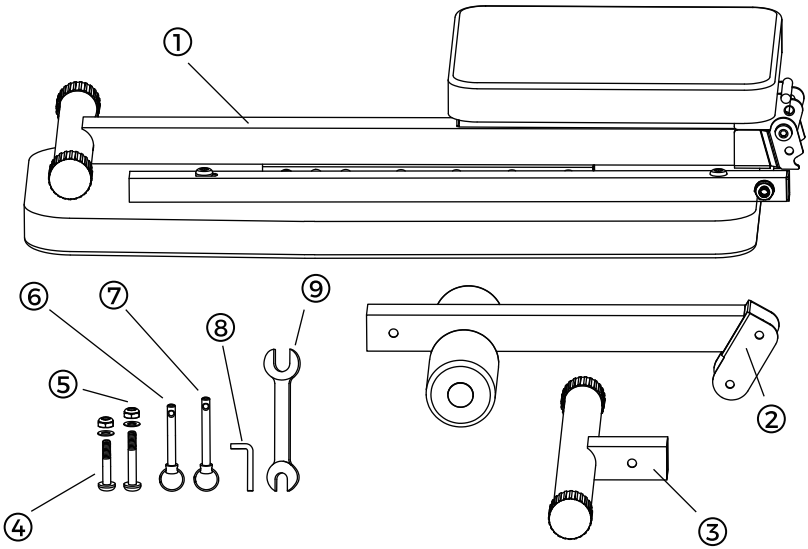
ご注意

ユーザーの安全を確保するため、製品使用前に以下の点に留意してください。

- 子供および高齢者は、監視下でこの製品を使用してください。
- この製品を使用する前に、医師にご自身が使用可能か確認してください。使用中に不快感を覚えた場合は、直ちに使用を停止し、医師に相談してください。
- 使用前にこの製品を正しく組み立て、すべての部品が適切に接続されていることを確認してください。
- 運動時にはフィットした服装を着用してください。運動前に身に着けているジュエリーはすべて外してください。長髪の方は髪を結い上げてください。

インストールビデオ

部品一覧



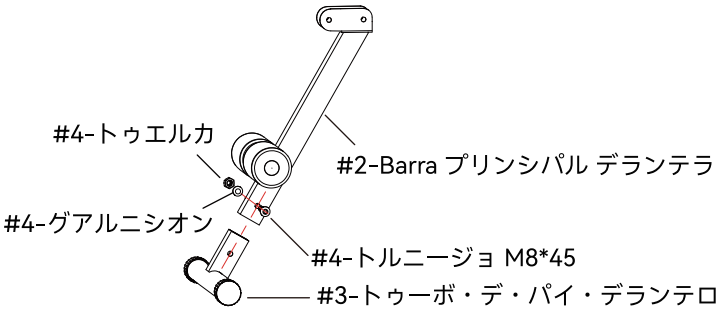
	部品	数量
1	メインフレーム	1
2	フロントメインバー	1
3	フロントフットチューブ	1
4	M8×45（ネジ＆ガスケット＆ナット）	1
5	M8×55（ネジ＆ガスケット＆ナット）	1
6	M8×62ピン	1
7	M8×72ピン	1
8	ツール1	1
9	ツール2	1

JP

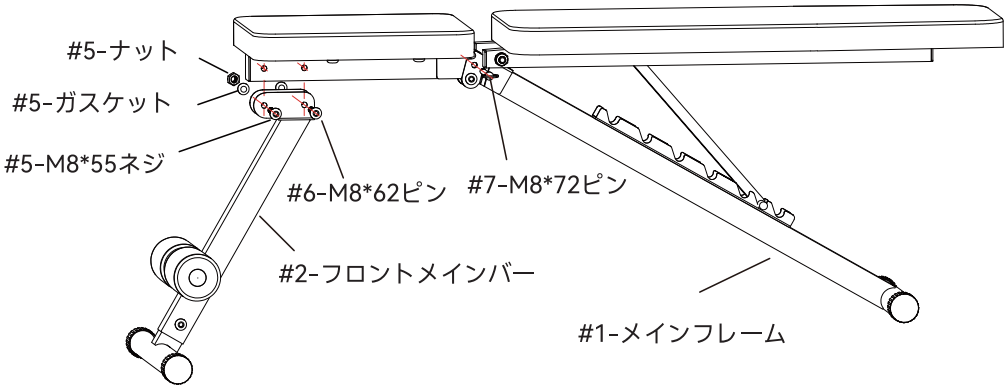
組立手順

組立説明に従って組み立て、使用前にすべてのネジが十分に締められていることを確認してください。

ステップ1:
M8×45（ネジ＆ガスケット＆ナット）を（フロントメインバー）の（フロントフットチューブ）下部のネジ穴に挿入します。

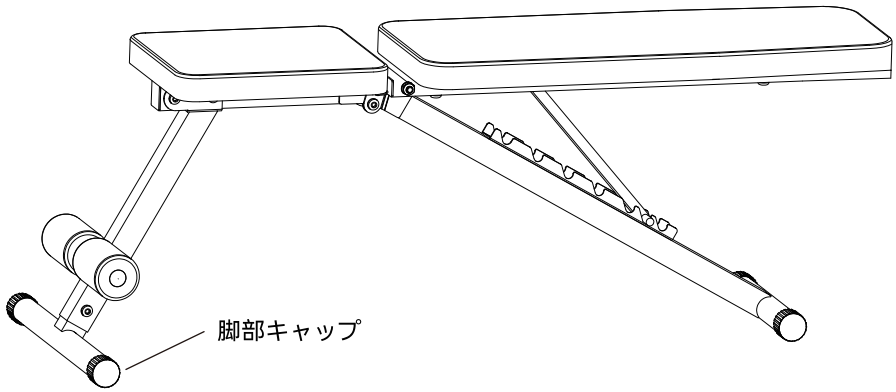


ステップ2:
フレームの穴を見つけ、（M8×62 ピン）（M8×72 ピン）（フレームのネジ）を挿入し、次に（ツール1）（ツール2）を使用して（メインフレーム）を（フロントメインバー）に固定します。
（使用前に、組立説明に従ってすべてのネジが十分に締められていることを確認してください。）



組立手順

ステップ3:
背もたれの角度はご自身のニーズに合わせて複数段階で調整できます。最後に、ベンチが不安定に感じる場合は、使用開始前に 4 つの「Foot Cap（脚部キャップ）」を調整することができます。



JP

カスタマーサービス

1年間の保証付きです。交換部品は無料で提供いたします。

製品についてご質問がある場合、または交換用アクセサリが必要な場合は、Amazonでお気軽にお問い合わせください。喜んでお手伝いさせていただきます。（Amazonアカウントにログイン >「ご注文履歴」を選択 > 注文IDを確認 >「出品者に連絡」をクリック）または、nicepeopleservice@outlook.com までメールでお問い合わせください。

問題をより適切に解決するために、お問い合わせの際には、以下の情報を添付してください。

注文番号

製品

問題

リクエスト

住所

ご質問がありましたら、nicepeopleservice@outlook.comまでお問い合わせください。

PRECAUÇÕES

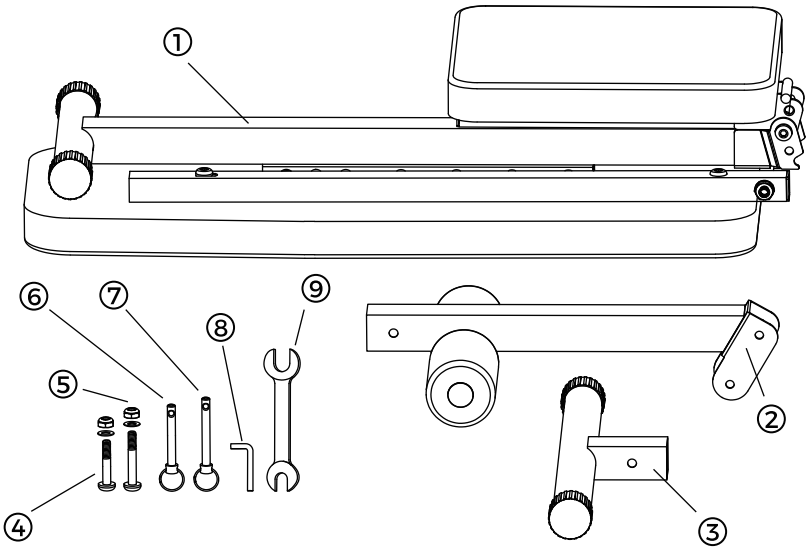
Para garantir a segurança do usuário, por favor, preste atenção aos seguintes pontos antes de usar o produto.

- Adolescentes e idosos devem usar este produto sob supervisão.
- Antes de usar este produto, consulte seu médico para confirmar se você pode utilizá-lo. Se sentir qualquer desconforto durante o uso, pare imediatamente e consulte seu médico.
- Instale corretamente este produto antes de usá-lo e certifique-se de que todas as partes estejam devidamente conectadas.
- Use roupas adequadas para o exercício. Remova todos os joias do corpo antes de se exercitar. Pessoas com cabelos longos devem prender o cabelo.

Vídeo de instalação

PRT

LISTA DE PEÇAS



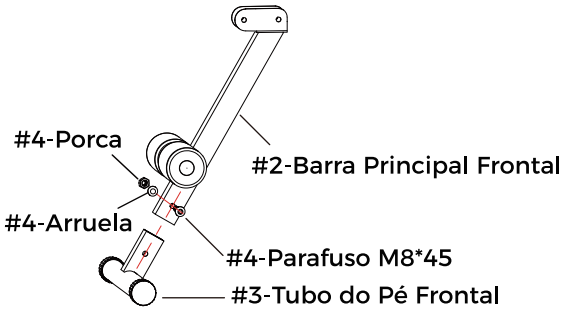
	Peças	QTD.
1	Estrutura Principal	1
2	Barra Principal Frontal	1
3	Tubo do Pé Frontal	1
4	M8*45 (Parafuso & Arruela & Porca)	1
5	M8*55 (Parafuso & Arruela & Porca)	1
6	Pino M8*62	1
7	Pino M8*72	1
8	Ferramenta 1	1
9	Ferramenta 2	1

INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

Por favor, siga as instruções de instalação e certifique-se de que todos os parafusos estejam totalmente apertados antes de começar a usá-lo.

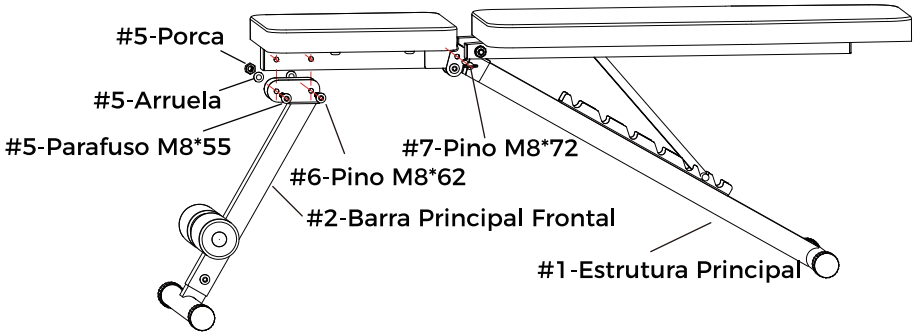
PASSO 1

- Conforme mostrado a seguir, use [Parafuso M8*45 & Arruela & Porca] para montar o [Tubo do Pé Frontal] na [Barra Principal Frontal].



PASSO 2

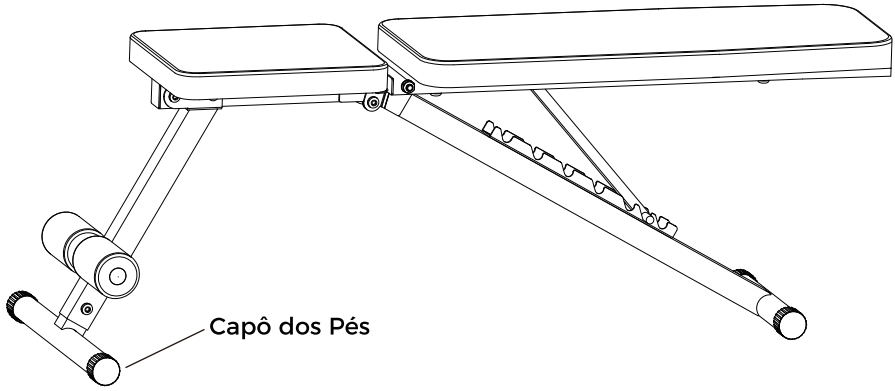
- Desdobre a estrutura principal, insira o [Pino M8*72]. Use [Parafuso M8*55 & Arruela & Porca] e [Pino M8*62] para instalar a [Barra Principal Frontal] na [Estrutura Principal].



INSTRUÇÕES DE MONTAGEM

PASSO 3

- Diversos ângulos do encosto podem ser ajustados conforme sua necessidade. Por fim, você pode ajustar os quatro [Capôs dos Pés] antes de começar a usá-lo, caso sinta que o banco está desequilibrado.



GARANTIA

Oferecemos 1 ano de garantia. Quaisquer peças de reposição serão fornecidas gratuitamente.

Se tiver alguma dúvida sobre o produto ou precisar de acessórios de substituição, contacte-nos através da Amazon. Teremos todo o gosto em ajudar. (Faça login na sua conta Amazon > selecione "Os seus pedidos" > encontre o número do pedido > clique em "Contactar o vendedor") ou envie um e-mail para nicepeopleservice@outlook.com

Para melhor o(a) ajudar a resolver o seu problema, inclua as seguintes informações quando entrar em contacto connosco.

Número do pedido

Produto

Problema

Solicitação

Endereço

Para qualquer dúvida, por favor contacte: nicepeopleservice@outlook.com



Email: nicepeopleservice@outlook.com