Art. **1403120, 1403121**
EN **Competition Parallel Bars "Melbourne Pro"**
DE **Wettkampf Männerbarren "Melbourne Pro"**

SPIETH

3619039-00




# Assembly instructions and user manual
# Parallel Bars "Melbourne Pro"

Translation of the original instructions – Original language: German

# Aufbau- und Gebrauchsanleitung
# Wettkampf Männerbarren "Melbourne Pro"

Originalbedienungsanleitung

**SPIETH Gymnastics GmbH**

In den Weiden 13 • 73776 Altbach
Tel.: +49 (0) 7153 / 503 28 - 00 • Fax: +49 (0) 7153 / 503 28 - 11
info@spieth-gymnastics.com • www.spieth-gymnastics.com

**Official Partner**

Reach the Maximum.

SPIETH

## Table of Content


Warning _____ S. 2-3

Description _____ S. 4-5

- Measurements
- Packing data
- Scope of delivery

Assembly manual _____ S. 6-8

Operating instructions _____ S. 9-10

- Width adjustment
- Height adjustment

Care and maintenance information _____ S. 11

- Adjustment tube clamp setting
- Generall maintenance recommendations

FIG Specifications _____ S. 12

- Height and width settings
- Mats according to FIG specifications
- Accessories


## Inhaltsverzeichnis


Warnung _____ S. 2-3

Beschreibung _____ S. 4-5

- Maße
- Verpackungsinfo
- Lieferumfang

Montageanleitung _____ S. 6-8

Bedienhinweise _____ S. 9-10

- Breitenverstellung
- Höhenverstellung

Pflege- und Instandhaltungsempfehlungen _____ S. 11

- Klemmung einstellen
- Allgemeine Instandhaltungsempfehlungen

FIG Regularien _____ S. 12

- Höhen- und Breiteneinstellung
- Matten nach FIG-Regularien
- Zubehör

## General Instructions for Use, Safety and Warnings for Gymnastics Apparatus

Thank you for choosing a gymnastics apparatus from SPIETH Gymnastics. To ensure safe use and minimise the risk of injury, it is essential that the following instructions for use, safety guidelines and warnings for gymnastics apparatus are read carefully and followed.

### 1. General safety instructions

- Qualified supervision required: This gymnastics apparatus must only be used under the supervision and guidance of trained and qualified personnel. Use without qualified supervision is not permitted.
- Access control: The apparatus must not be left freely accessible. Access control is required to prevent unauthorised use or misuse.
- Use by one person only: Unless expressly stated otherwise, the equipment is approved for use by only one person at a time. Simultaneous use by several people increases the risk of injury and may compromise the stability of the equipment.
- Personal suitability: Users must be physically and mentally capable of using the equipment safely. People with health conditions or impaired reaction times must not use the equipment.
- Residual risk: When using gymnastics equipment, there is an increased risk of injury which cannot be completely ruled out. Compliance with all safety and usage instructions helps to minimise the risk.

### 2. Preparation and Location of the equipment

- Visual inspection before each use: Before each use, the equipment must be visually inspected by the supervisor for damage or wear and tear. In particular, moving parts, joints and fastenings must be checked. If any visible damage is found, the equipment must be taken out of service immediately until a professional repair has been carried out.
- Stability and location: The equipment must be placed on a stable, level and non-slip surface. Before use, check that the equipment is stable.
- Clearance: Ensure that there are no obstructing objects or people in the immediate vicinity of the equipment. There must be a sufficient safety clearance (at least 2 metres in all directions).
- Protective and landing mats: Equipment is supplied without mats. Use suitable protective and landing mats that comply with the applicable standards. The equipment must not be used until the protective and landing mats required for the respective application have been correctly positioned.
- Dry conditions and storage: The equipment must only be used and stored in dry rooms. Moisture can damage materials such as upholstery, foam and wooden parts, and compromise safety. Storage must also be in a dry place and protected from harmful environmental influences.

### 3. Instructions for use

- Intended use: The apparatus must only be used for the intended gymnastic exercises. Any other use, in particular as play equipment or for loads exceeding the intended purpose, is not permitted.
- No modifications: No alterations may be made to the equipment. Improper modifications may compromise safety and will invalidate the product warranty.
- Repairs: Repairs and technical modifications must only be carried out by qualified specialists in accordance with the manufacturer's instructions.
- Appropriate clothing: Wear close-fitting sportswear to minimise the risk of getting caught. Jewellery and other potentially dangerous items must be removed before use.
- Safe use: Users should be aware of and take into account their personal abilities and the limitations of the equipment. Do not push yourself beyond your limits and avoid risky manoeuvres without the appropriate qualifications.

### 4. Maintenance and care

- Regular inspection: All safety-critical parts of the equipment must be checked for wear or defects at least every three months. This applies in particular to safety devices, moving parts and fastenings. The checks carried out must be documented.
- Annual maintenance: Professional maintenance of the equipment by qualified personnel must be carried out at least once a year. SPIETH Gymnastics offers maintenance contracts for half-yearly or annual inspections on request.

## Allgemeine Benutzungs-, Sicherheits- und Warnhinweise für Turngeräte

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Turngerät von SPIETH Gymnastics entschieden haben. Um eine sichere Nutzung zu gewährleisten und Verletzungsrisiken zu minimieren, ist es unerlässlich, dass die folgenden Benutzungs-, Sicherheits- und Warnhinweise für Turngeräte sorgfältig gelesen und eingehalten werden.

### 1. Allgemeine Sicherheitshinweise

- Qualifizierte Aufsicht erforderlich: Dieses Turngerät darf ausschließlich unter der Beobachtung und Anleitung von ausgebildetem und qualifiziertem Personal verwendet werden. Ohne qualifizierte Aufsicht ist die Nutzung nicht gestattet.
- Zugangskontrolle: Die Geräte dürfen nicht frei zugänglich stehen. Eine Zugangskontrolle ist erforderlich, um unbefugte Nutzung oder Missbrauch zu verhindern.
- Verwendung nur durch eine Person: Wenn nicht ausdrücklich anderweitig definiert, ist das Gerät nur für die Verwendung durch eine Person zur gleichen Zeit zugelassen. Die gleichzeitige Nutzung durch mehrere Personen erhöht das Verletzungsrisiko und kann die Stabilität des Geräts beeinträchtigen.
- Persönliche Eignung: Die Benutzer müssen physisch und mental in der Lage sein, das Gerät sicher zu verwenden. Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen oder eingeschränkter Reaktionsfähigkeit dürfen das Gerät nicht benutzen.
- Restrisiko: Bei der Benutzung von Turngeräten besteht ein erhöhtes Verletzungsrisiko, das nicht vollständig ausgeschlossen werden kann. Die Einhaltung aller Sicherheits- und Nutzungshinweise trägt dazu bei, das Risiko zu minimieren.

### 2. Vorbereitung und Standort des Geräts

- Sichtprüfung vor jeder Nutzung: Vor jeder Benutzung muss das Gerät durch die Aufsichtsperson visuell auf Schäden oder Verschleiß geprüft werden. Insbesondere bewegliche Teile, Verbindungen und Befestigungen sind zu kontrollieren. Bei sichtbaren Schäden ist das Gerät sofort außer Betrieb zu nehmen, bis eine fachgerechte Reparatur durchgeführt wurde.
- Stabilität und Aufstellort: Das Gerät muss auf einer stabilen, ebenen und rutschfesten Oberfläche aufgestellt werden. Prüfen Sie vor der Nutzung die Standsicherheit des Geräts.
- Freiraum: Sorgen Sie dafür, dass sich in der unmittelbaren Umgebung des Geräts keine hinderlichen Gegenstände oder Personen befinden. Es muss ein ausreichender Sicherheitsabstand vorhanden sein (mindestens 2 Meter in alle Richtungen).
- Schutz- und Landematten: Geräte werden ohne Matten ausgeliefert. Setzen Sie geeignete und den geltenden Normen entsprechende Schutz- und Landematten ein. Geräte dürfen erst benutzt werden, wenn die für die jeweilige Anwendung erforderlichen Schutz- und Landematten korrekt positioniert sind.
- Trockenheit und Lagerung: Die Geräte dürfen ausschließlich in trockenen Räumen verwendet und gelagert werden. Feuchtigkeit kann Materialien wie Polster, Schaumstoffe und Holzteile beeinträchtigen und die Sicherheit gefährden. Die Lagerung hat ebenfalls trocken und vor schädigenden Umwelteinflüssen geschützt zu erfolgen.

### 3. Hinweise zur Benutzung

- Bestimmungsgemäße Verwendung: Das Gerät darf nur für die vorgesehenen Turnübungen verwendet werden. Jede andere Nutzung, insbesondere als Spielgerät oder für Belastungen, die über den vorgesehenen Zweck hinausgehen, ist nicht erlaubt.
- Keine Modifikationen: Es dürfen keine Veränderungen am Gerät vorgenommen werden.
- Unsachgemäße Modifikationen können die Sicherheit beeinträchtigen und führen zum Erlöschen der Produkthaftung.
- Reparaturen: Reparaturen und technische Änderungen dürfen nur durch qualifizierte Fachkräfte gemäß den Herstelleranweisungen durchgeführt werden.
- Geeignete Kleidung: Tragen Sie eng anliegende Sportkleidung, um das Risiko von Hängenbleiben zu minimieren. Schmuck und andere potenziell gefährliche Gegenstände müssen vor der Nutzung abgelegt werden.
- Sichere Nutzung: Benutzer sollten ihre persönlichen Fähigkeiten und die Grenzen des Geräts kennen und berücksichtigen. Überfordern Sie sich nicht und vermeiden Sie riskante Manöver ohne angemessene Qualifikation.

- Spare parts: Defective or worn parts must be replaced immediately with original spare parts. Continued use of damaged equipment is not permitted.
- Cleaning: Clean the equipment only with a soft, slightly damp cloth and mild cleaning agents. Do not use aggressive substances, as these may damage the surfaces and materials of the device.
- Handling: Assembly, installation, transport and storage must be carried out in accordance with the manufacturer's instructions.

**5. Warranty and Liability**

- Warranty claims: Improper use, unauthorised modifications or a lack of, or inadequate, maintenance may result in the loss of warranty claims.
- Liability: The manufacturer accepts no liability for damage resulting from improper use, failure to observe these instructions, unauthorised modifications or inadequate maintenance.

**6. General information**

- Service life: Gymnastics apparatus and mats have a limited service life. Materials may deteriorate over time, particularly with intensive use. Regular inspection and the timely replacement of worn or safety-critical parts are required.
- Contact: If you have any questions, require maintenance or need repairs, please contact SPIETH Gymnastics for expert assistance.

**4. Wartung und Pflege**

- Regelmäßige Inspektion: Alle sicherheitsrelevanten Teile des Geräts sind mindestens alle drei Monate auf Verschleiß oder Defekte zu prüfen. Dies gilt insbesondere für Sicherungen, bewegliche Teile und Befestigungselemente. Die durchgeführten Prüfungen sind zu dokumentieren.
- Jährliche Wartung: Eine fachgerechte Wartung des Geräts durch qualifiziertes Personal ist mindestens einmal jährlich durchzuführen. SPIETH Gymnastics bietet auf Wunsch Wartungsverträge für halbjährliche oder jährliche Inspektionen an.
- Ersatzteile: Defekte oder abgenutzte Teile müssen unverzüglich durch Original-Ersatzteile ersetzt werden. Die weitere Nutzung beschädigter Geräte ist nicht zulässig.
- Reinigung: Reinigen Sie das Gerät nur mit einem weichen, leicht feuchten Tuch und milden Reinigungsmitteln. Verwenden Sie keine aggressiven Substanzen, da diese die Oberflächen und Materialien des Geräts beschädigen können.
- Handhabung: Montage, Installation, Transport und Lagerung sind entsprechend den Herstelleranweisungen durchzuführen.

**5. Garantie und Haftung**

- Garantieansprüche: Unsachgemäße Nutzung, unzulässige Modifikationen oder fehlende bzw. unzureichende Wartung können zum Verlust von Garantieansprüchen führen.
- Haftung: Der Hersteller übernimmt keine Haftung für Schäden, die aus unsachgemäßer Nutzung, Missachtung dieser Hinweise, eigenmächtigen Modifikationen oder mangelhafter Wartung resultieren.

**6. Allgemeine Hinweise**

- Lebensdauer: Turngeräte und Matten haben eine begrenzte Lebensdauer. Materialien können mit der Zeit ermüden, insbesondere bei intensiver Nutzung. Eine regelmäßige Überprüfung und der rechtzeitige Ersatz verschlissener oder sicherheitsrelevanter Teile sind erforderlich.
- Kontakt: Bei Fragen, Wartungsbedarf oder Reparaturen wenden Sie sich an SPIETH Gymnastics, um qualifizierte Unterstützung zu erhalten.

## Description

The Parallel bars „Melbourne Pro“ is FIG certified.

- Innovative Dynamoflex® Pro Fiberglass rails combine optimal vertical dynamics for gymnastics elements between the rails with great horizontal stability for sideward elements on one rail
- The rails offer gymnasts great dynamics for flight elements and simultaneously reduces impact forces of landings on the arms
- Stepless width adjustment with nonius (precision indicator on each upright which guarantees always the same width setting) for quick and individual adjustment of the parallel bars
- The height adjustment is provided with additional height adjustment locking

### Measurements:

- Height adjustable between 160 – 210 cm in 5 cm increments
- Competition height according FIG Norm: 200 cm (Position 9)
- Stepless width adjustment from 41 – 71 cm
- Dimension bottom frame: 245 x 176 cm
- Space occupation: 350 x 176 x 160 cm including rails (L x W x H)

### Packing data:

Box 1:
- Net weight: 234 kg (1403121), 242 kg (1403120)
- Dimensions box: 252 x 182 x 42 cm (LxWxH)

Box 2 (2 rails):
- Net weight: 12 kg
- Dimensions: 360 x 6,5 cm (LxØ) / rail

## Beschreibung

Der Männerbarren „Melbourne Pro“ ist FIG-zertifiziert.

- Innovative Dynamoflex® Pro Glasfaserholme ermöglichen optimale vertikale Dynamik für das Turnen in der Holmengasse und verfügen gleichzeitig über eine hohe horizontale Stabilität bei seitwärts geturnten Elementen an einem Holm
- Die Holme ermöglichen den Turnern eine besondere Dynamik bei Flugelementen und reduziert gleichzeitig die Krafteinwirkung auf den Turner bei Landungen auf den Oberarmen
- Die stufenlose Breitenverstellung mit Messskala ermöglicht ein schnelles und individuell genaues Einstellen des Männerbarrens
- Die Höhenverstellung ist mit einem zusätzlichen Sicherungsmechanismus ausgestattet

### Abmaße

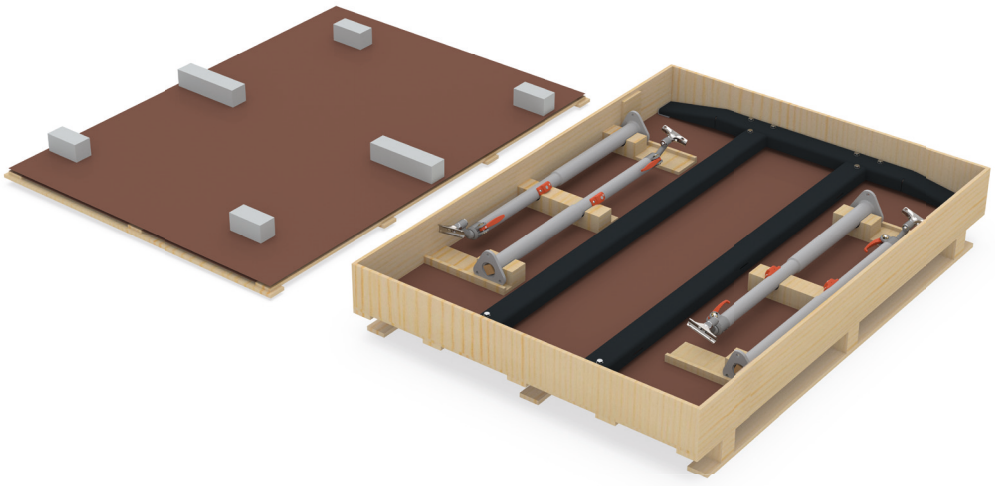
- Höhenverstellung: 160 – 210 cm in 5 cm Schritten
- Wettkampfhöhe nach FIG Regularien: 200 cm (Position 9)
- Stufenlose Breitenverstellung von 41 – 71 cm
- Maße Grundrahmen: 245 x 176 cm
- Insgesamt benötigter Platzbedarf: 350 x 176 x 160 cm inklusive Holme (L x B x H)

### Verpackungsinfo

Box 1:
- Netto-Gewicht: 234 kg (1403121), 242 kg (1403120)
- Maße: 252 x 182 x 42 cm (LxBxH)

Box 2 (2 Holme):
- Netto-Gewicht: 12 kg
- Maße: 360 x 6,5 cm (LxØ) / Holm

**Box 1**



**Box 2**



## Scope of delivery

Box 1:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| A | 1 | pc | 3619039 | Assembly instructions and user manual |
| B | 4 | pcs | 2204665 | Pre-assembles uprights with adjustable tubes |
| C | 1 | pc | 2204751<br>or<br>2204752 | Bottom frame icl.:<br>c.1) 4 pcs Counter plate (small)<br>c.2) 4 pcs Counter plate (large)<br>c.3) 12 pcs Hexagon bolt M16x45<br>c.4) 12 pcs Washer M16 |
| D | 1 | pc | 3640207 | Wrench Size 24 |

Box 2:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| E | 2 | pcs | 4145796 | Rail with Accessories |

## Lieferumfang

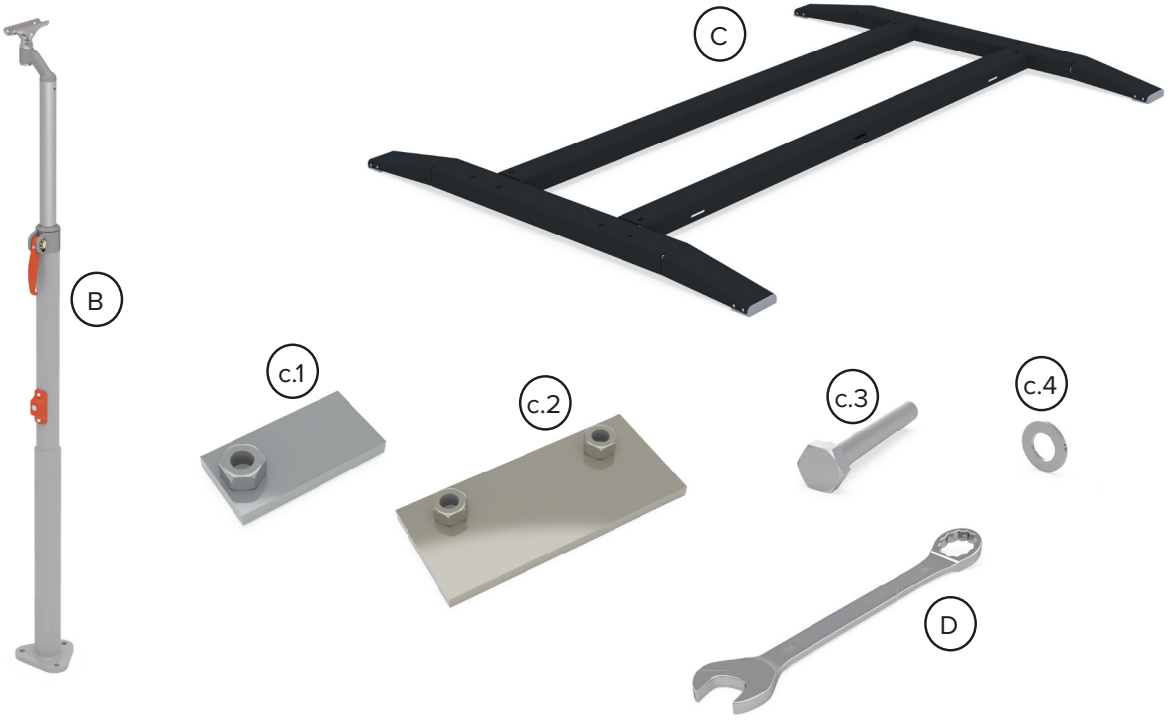
Box 1:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| A | 1 | Stk | 3619039 | Aufbauanleitung |
| B | 4 | Stk | 2204665 | Vormontierte Standsäulen mit Verstellrohren |
| C | 1 | Stk | 2204751<br>oder<br>2204752 | Grundrahmen inkl.:<br>c.1) 4 Stk Gegenplatte (klein)<br>c.2) 4 Stk Gegenplatte (groß)<br>c.3) 12 Stk Sechskant-Schraube M16x45<br>c.4) 12 Stk Unterlegscheibe M16 |
| D | 1 | Stk | 3640207 | Gabelschlüssel SW24 |

Box 2:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| E | 2 | Stk | 4145796 | Holm mit Zubehör |

**Box 1**




**Box 2**



## Assembly manual

Please read this instruction before apparatus assembly.

**ATTENTION!**

- We recommend conducting apparatus assembly and installation with the assistance of 2 persons.

**Included necessary tools (included):**

- 1 x Wrench size 24

## Montageanleitung

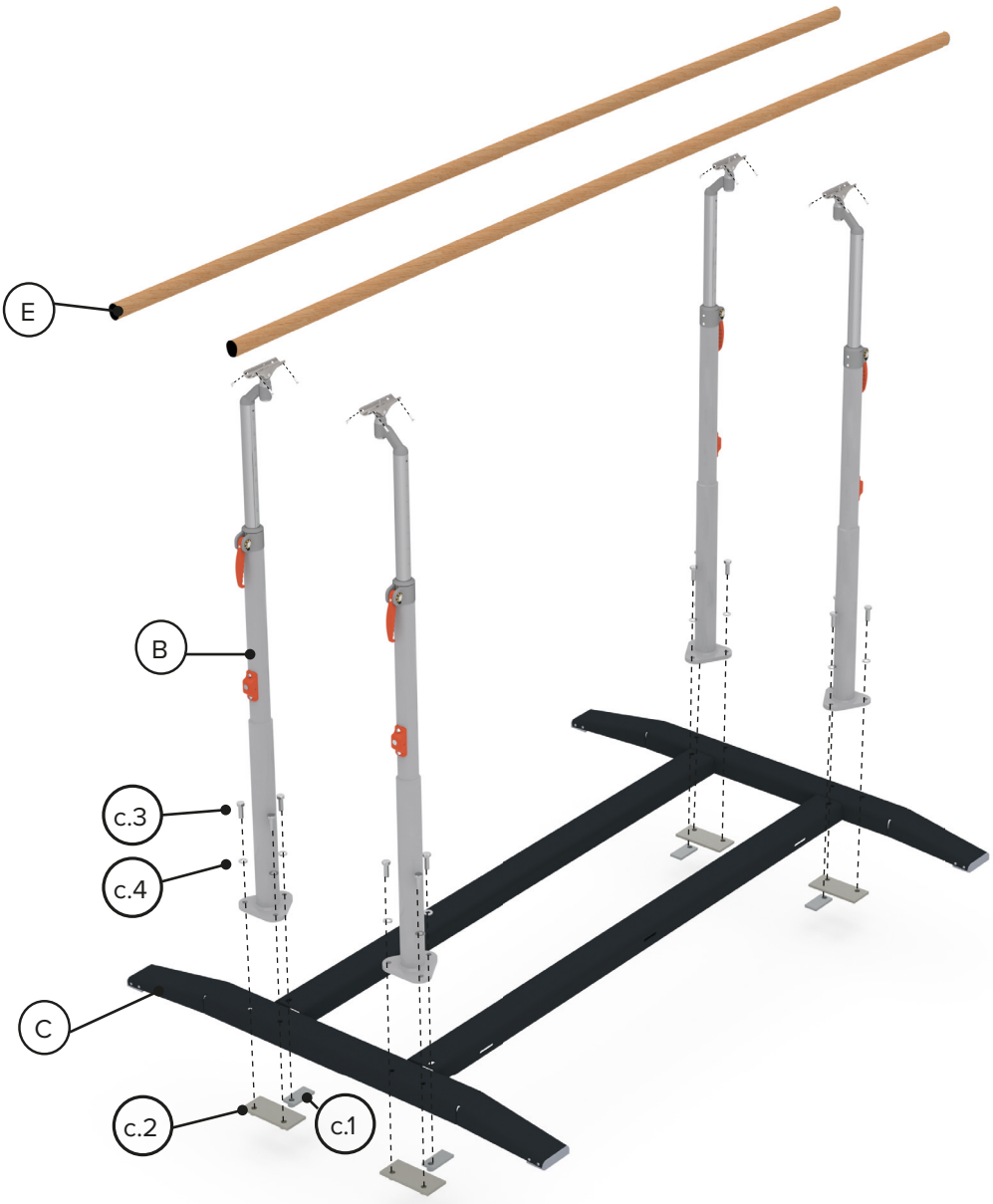
Bitte lesen Sie diese Anweisung, bevor Sie das Gerät zusammenbauen.

**ACHTUNG!**

- Aufgrund des hohen Gewichtes des Gerätes sollen mindestens 2 Personen für den Aufbau zur Verfügung stehen.

**Benötigte Werkzeuge (inklusive):**

- 1 x Gabelschlüssel Gr. 24



1.
To assemble the uprights , first loosen the three screws located close together using the included open-end wrench (D), and then screw them into the base.

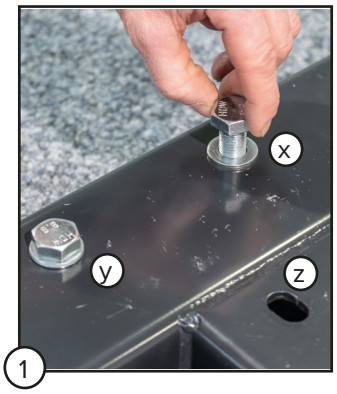
To do this, proceed as follows:
- Loosen the screws (at positions x and z — see Fig. 1)
  ➢ The small counterplate (c.1) at the bottom of the frame will come loose during this process (Fig. 5)
- Position the standpipe so that the orange levers are pointing outward over the now-visible hole
- Then retighten screw (x) (Fig. 2)
- Now loosen screw (y) (Fig. 3)
- Rotate the support tube until the holes in the support tube base align with the open holes
- Now retighten screws (y) and (z) (Fig. 4)
  ➢ The counterplate (c.1) must be reattached when tightening screw (y) (Fig. 7)

**CAUTION:** Make sure the lever of the uprights are always facing outwards.

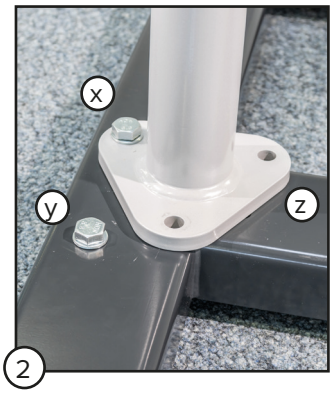
1.
Für die Montage des Standrohres müssen zunächst drei beieinander liegende Schrauben mit dem mitgelieferten Gabelschlüssel (D) gelöst werden und anschießend mit dem Standfuß verschraubt werden.

Gehen Sie dafür wie folgt vor:
- Lösen Sie die Schrauben (an den Positionen x und z — siehe Abbildung 1)
  ➢ Die kleine Gegenplatte (c.1) unten im Rahmen wird hierbei gelöst (Abb. 5)
- Stellen Sie das Standrohr mit den orangenen Hebeln nach außen zeigend über die nun sichtbare Bohrung
- Ziehen Sie Schraube (x) anschließend wieder fest (Abb. 2)
- Lösen Sie nun Schraube (y) (Abb. 3)
  Drehen Sie das Standrohr, bis die Löcher des Standrohrfußes über den offenen Bohrungen liegen
- Befestigen Sie nun wieder Schraube (y) + (z) (Abb. 4)
  ➢ Die Gegenplatte (c.1) muss beim anziehen der Schraube (y) wieder angebracht werden (Abb. 7)

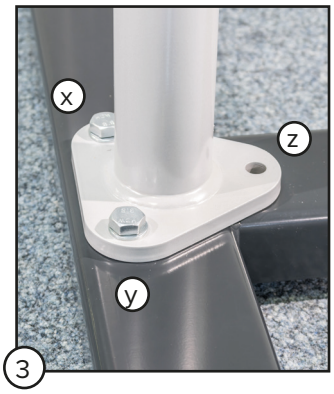
**ACHTUNG:** Vergewissern Sie sich, dass die Feststellhebel der Standrohre immer nach außen zeigen.



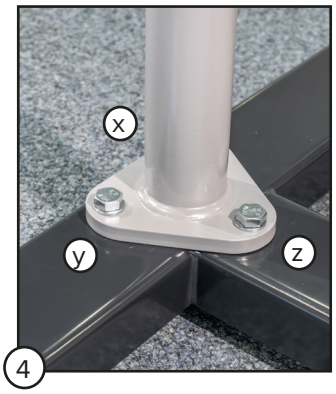
1



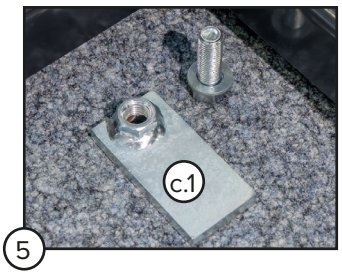
2



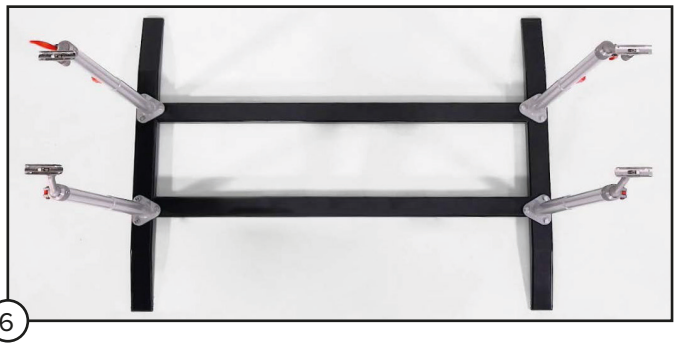
3

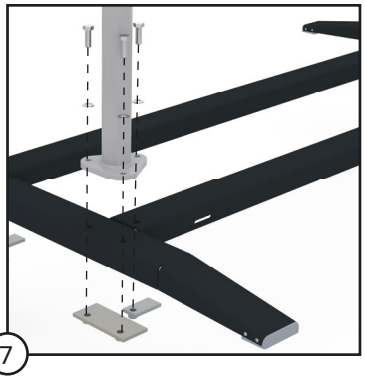


4



5


6


7

Overview 1st + 2nd assembly step
Übersicht 1. + 2. Montageschritt

2.
Mount the other three uprights (B) in the same manner as described in step 1.

2.
Montieren Sie die anderen drei Standsäulen (B) wie in Schritt 1 beschrieben.

## Rail assembly

⚠ Two people are recommended to assemble the rails.

No electrically powered tools, such as cordless screwdrivers or drills, may be used for assembly. Tight the screws only hand-tight.

1.
Turn the rail upside down onto the rail carrier and unscrew all eight pre-assembled screws using the TX30 key (Fig. 8+9)

2.
Fill all drill holes with wood glue (Fig. 10).

3.
Align the drill holes with the rail carrier (Fig. 11). One person holds the rail in position. Screw all screws back into the rail (Fig. 12). Any protruding or leaking wood glue must be wiped off the rail immediately with a linen or cotton cloth.

4.
Repeat the process with the second rail as described in points 1-3. The Parallel Bars can be used immediately after assembly.

## Holmmontage

⚠ Es werden zwei Personen für die Montage der Holme empfohlen.

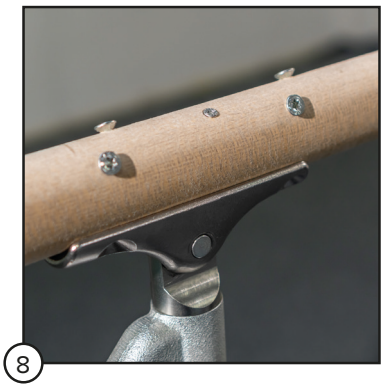
Es dürfen keine elektrisch betriebene Werkzeuge, wie z.B. Akkuschrauber oder Bohrmaschinen, für die Montage benutzt werden. Die Schrauben dürfen nur handfest angezogen werden.

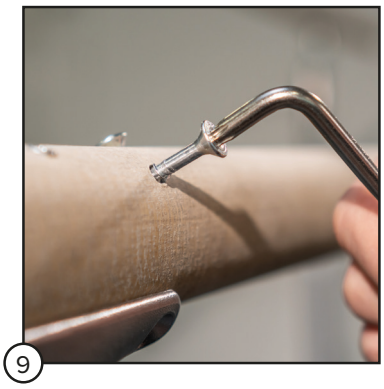
1.
Drehen Sie den Holm seitenverkehrt auf die Holmschuhe und schrauben Sie mit dem TX30 Schlüssel alle acht vormontierte Schrauben heraus (Abb. 8+9).

2.
Befüllen Sie alle Bohrlöcher mit Holzleim (Abb. 10).

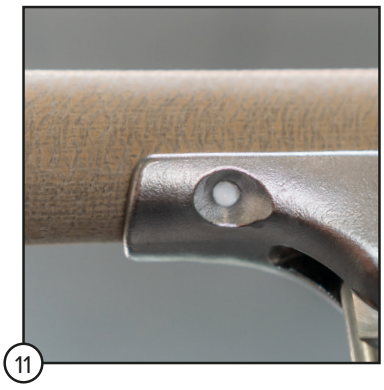
3.
Richten Sie die Bohrungen auf die Holmschalen aus (Abb. 11). Eine Person hält den Holm auf Position. Drehen Sie alle Schrauben wieder in den Holm (Abb. 12). Überstehender oder auslaufender Holzleim ist umgehend mit einem Leinen- oder Baumwolllappen vom Holm abzuwischen.

4.
Wiederholen Sie den Vorgang mit dem zweiten Holm wie in Punkt 1-3 beschrieben. Der Männerbarren ist unmittelbar nach der Montage beturnbar.

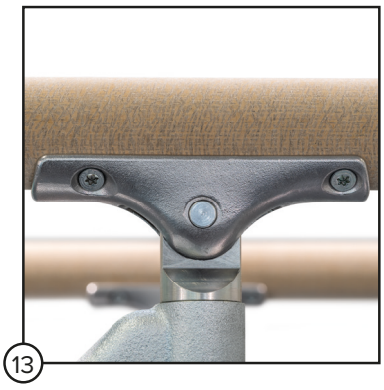

8


9


10


11

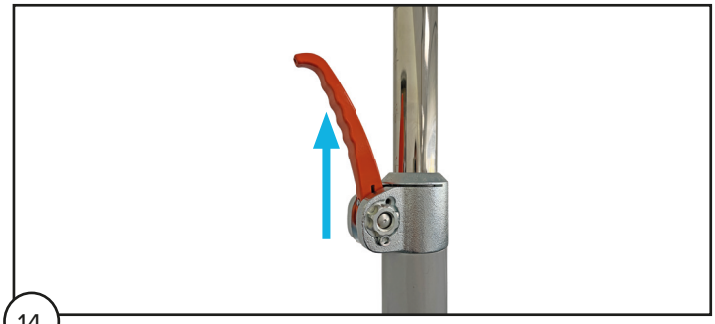

12


13

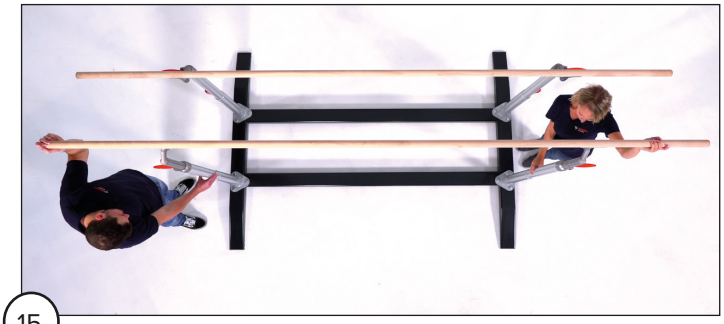
## Operating instructions

**Width adjustment**
In order to adjust the space between the rails, pull the lever upwards and turn the sliding tubes (fig. 14 + 15). Turn the tubes until the desired width is reached. When the space is set, lower the lever. The width of the rails is now locked (fig. 16).

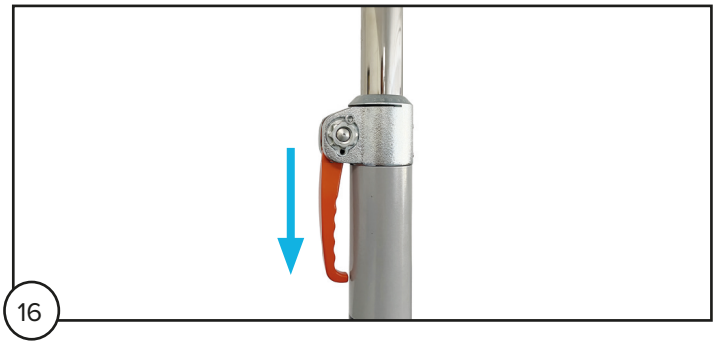
The marking, which is milled below the number on the adjustment tube, can be used to determine the personal width setting using the measuring scale on the adjustment tube and can be adjusted again later (fig. 17).



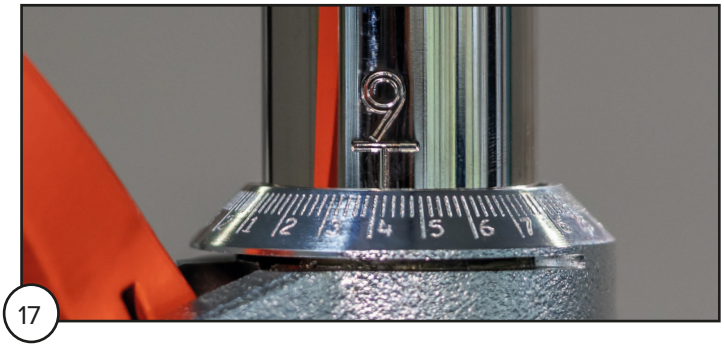
14



15



16

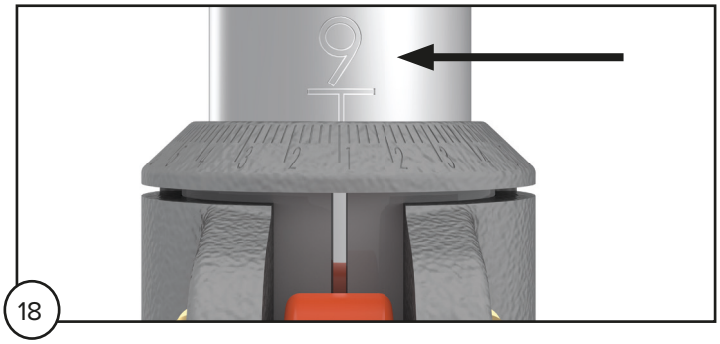



17

**Height adjustment**
In order to adjust the height of the rails, pull the lever upwards (Fig. 14) and press the button (Fig. 19). Push the rail upwards a bit, so the button is easier to press. Then push on the bottom of the rail until the upright is fixed into the next position. When the button is released, the height will be locked. After the height is set, lower the lever completely to a tighten position (Fig. 16).

The height can be easily identified using the numbers milled into the adjustment tube (Fig. 18).
The FIG height is indicated with a 9 (=200 cm height) on the adjusting tube.

⚠ Please adjust the height always with two persons (Fig. 15)!




18

## Bedienhinweise

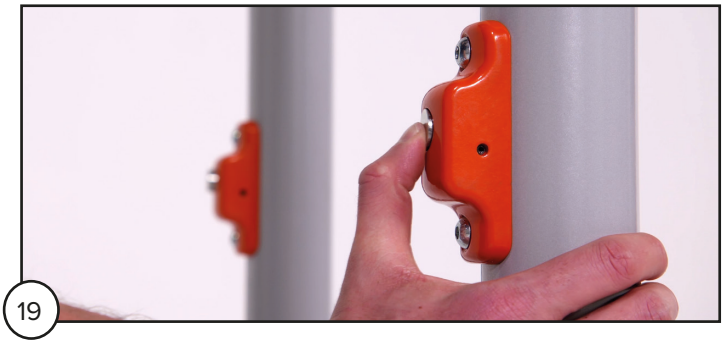
**Breitenverstellung**
Um den Abstand zwischen den Holmen anzupassen, muss der Klemmhebel gelöst werden (Abb. 14 + 15). Drücken Sie diesen nach oben und drehen Sie die Verstellrohre in die gewünschte Breite. Fixieren Sie die Breite, in dem Sie den Klemmhebel wieder nach unten drücken. Die Breitenverstellung der Verstellrohe ist nun gesichert (Abb. 16).

Mit der Markierung, die unterhalb der Zahl auf dem Verstellrohr eingefräst ist, kann die persönliche Breiteneinstellung anhand der Messskala am Verstellrohr bestimmt und später wieder eingestellt werden (Abb. 17).

**Höhenverstellung**
Um die Höhe der Holme zu verstellen, muss der Klemmhebel gelöst werden (Abb. 14). Drücken Sie diesen nach oben und drücken Sie den Knopf am Standrohr (Abb. 19). Heben Sie den Holm leicht an, so kann der Knopf leichter gedrückt werden. Halten Sie den Knopf gedrückt, bis die richtige Höhe erreicht ist. Lassen Sie den Knopf los, die Höhe ist nun fixiert. Drücken Sie den Klemmhebel wieder komplett in die feste Position herunter - die Höhe kann nun nicht mehr verstellt werden (Abb. 16).

Anhand der auf dem Verstellrohr eingefrästen Zahlen kann die Höhe gut identifizert werden (Abb. 18).
Die Höheneinstellung nach FIG-Regularien ist bei Nr. 9 (= 200 cm Höhe).

⚠ Führen Sie die Höhenverstellung immer zu zweit durch (Abb. 15)!



19

**Handling the integrated wheel system (only fo Art. 1403120)**

Always take care of your feet when operating the integrated wheel system (risk of crushing)!

1. Pull the two levers of the integrated wheel system towards you in a rowing motion (Fig. 15 + 16) until the bottom frame rises and push them further into the end position in which they rest on the frame (Fig. 17).

**Handhabung der integrierten Fahreinrichtung (nur bei Art. 1403120)**

Achten Sie beim Betätigen der Fahreinrichtung stets auf Ihre Füße (Quetschgefahr)!

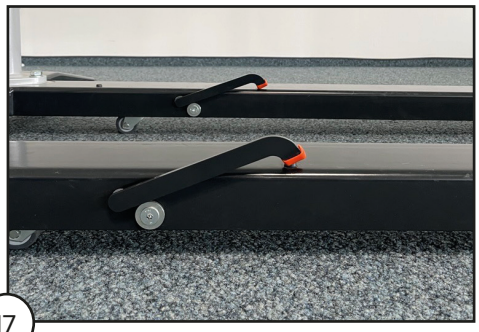
1. Ziehen Sie beide Hebel der Fahreinrichtung in einer Ruderbewegung zu sich her (Abb. 15 + 16) bis sich der Barren anhebt und drücken Sie diese weiter in die Endposition, in der die Hebel auf dem Rahmen aufliegen (Abb. 17).



15



16



17

2. To lower the bar, raise both levers in a rowing motion (Fig. 18) and lower the bottom frame carefully, slowly and evenly until the levers are released and rest on the frame (Fig. 19).

2. Zum Absenken des Barren heben Sie beide Hebel in einer Ruderbewegung hoch (Abb. 18) und senken den Barren vorsichtig, langsam und gleichmäßig ab, bis die Hebel entlastet sind und auf dem Rahmen aufliegen (Abb. 19).



18



19

## Care and maintenance information

### 1. Adjustment tube clamp setting

**Not necessary for first use.**

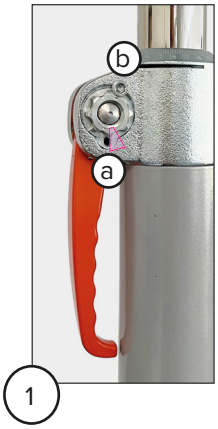
Only adjust the clamping head if it isn't tight enough anymore after some time of using the apparatus.
To adjust the clamping head, loosen the clamping lever and then the screw (in this case in pos. (b)) in Fig. 2 with a hex key 5 mm (not included). Turn the nut half a notch in the direction shown (Fig. 3). Reinsert the screw into the opposite hole (in this case, pos. (a)) and tighten it (Fig. 4).

## Pflege- und Instandhaltungsempfehlungen

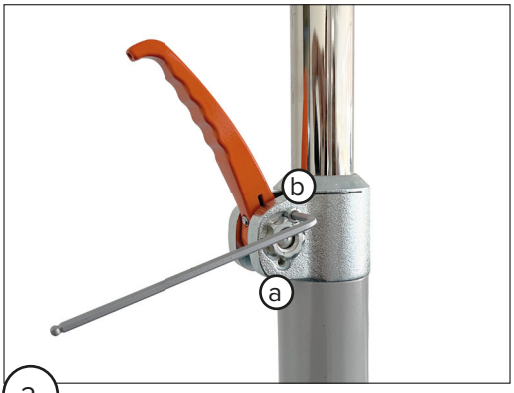
### 1. Klemmung des Verstellrohrs einstellen

**Nicht erforderlich für die erste Verwendung!**

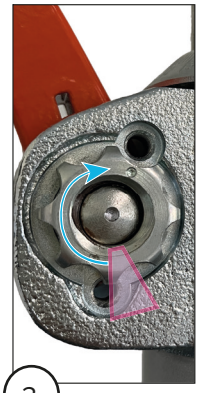
Passen Sie den Klemmkopf nur an, wenn er nicht fest genug schließt, z.B. nachdem das Gerät einige Zeit in Benutzung war.
Um den Klemmkopf einzustellen, lösen Sie den Klemmhebel und anschließend die Schraube (in diesem Fall in Pos. (b)) in Abb. 2 mit einem Innensechskantschlüssel 5 mm (nicht im Lieferumfang).
Drehen Sie die Mutter um einen halben Rastpunkt in der gezeigten Richtung (Abb. 3).
Setzen Sie die Schraube im gegegenüberliegenden Loch (in diesem Fall in Pos. (a)) wieder ein und ziehen Sie diese fest (Abb. 4).

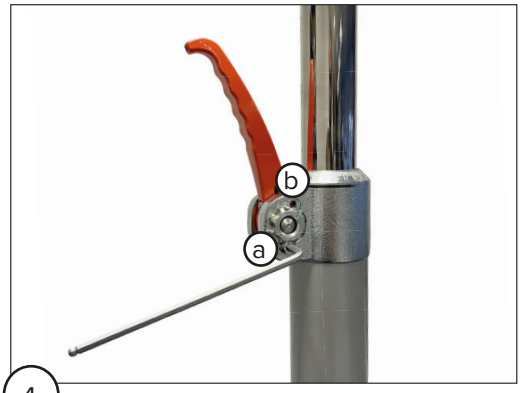


1



2


3



4

### 2. Generall maintenance recomondations

- Check to see if the adjustment tubes are tightened sufficiently.
  If necessary tighten them (see 1. Adjustment clamping head).
- Grease the draw bolt and draw nut with copper grease every 6 months.
- Check that the adjustment tubes (height adjustment) run smoothly.
  If necessary, clean the tubes with a dry cloth and then rub them lightly with oil.
  ➢ Ensure that no oil gets onto the rails.

**For a more detailed description concerning care and maintenance instructions for the rails, please read the instruction supplied with the "Dynamoflex Pro" rails for Parallel Bars (Art. 3619046).**

### 2. Allgemeine Instandhaltungsempfehlungen

- Prüfen Sie, ob die Klemmung der Verstellrohre ausreicht. Wenn nötig stellen Sie sie nach (siehe 1. Klemmung des Verstellrohrs einstellen).
- Schmieren Sie das Trapezgewinde alle 6 Monate mit Kupferpaste.
- Prüfen Sie, ob die Verstellrohre (Höhenverstellung) reibungslos laufen.
  Bei Bedarf reinigen Sie die Rohre mit einem trockenen Tuch und reiben Sie diese anschließend leicht mit Öl ein.
  ➢ Achten Sie darauf, dass kein Öl auf die Holme gelangt.

**Für eine detailliertere Beschreibung der Pflege- und Wartungsvorgaben der "Dynamoflex Pro"-Holme, lesen Sie bitte die diesen beiliegenden Gebrauchsanleitung (Art. 3619046).**

## FIG Specifications

**1. Height and width settings**

- Competition height according FIG Norm: 200 cm (Position 9)
- Continuously adjustable width from 42 - 52 cm

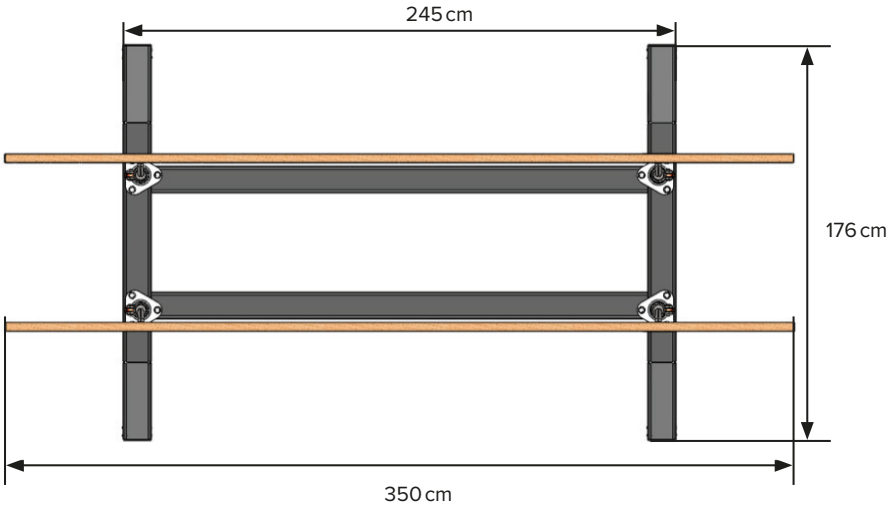



## FIG Regularien

**1. Höhen- und Breiteneinstellung**

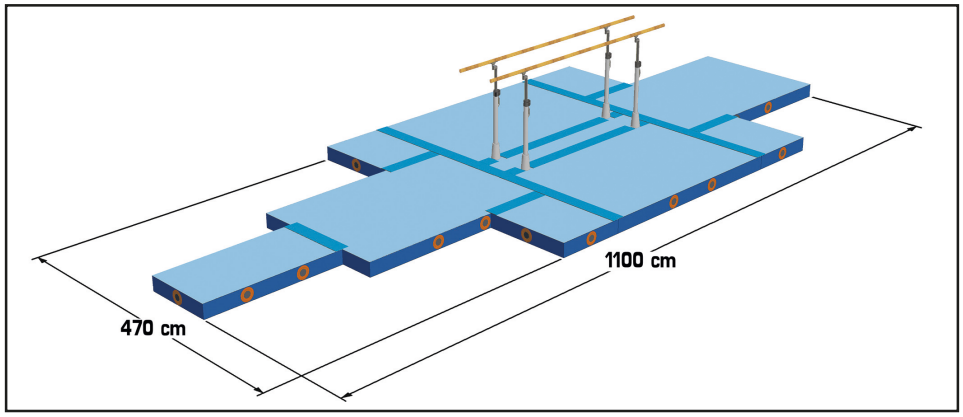
- Wettkampfhöhe nach FIG Regularien: 200 cm (Position 9)
- Stufenlose Breitenverstellung von 42 - 52 cm



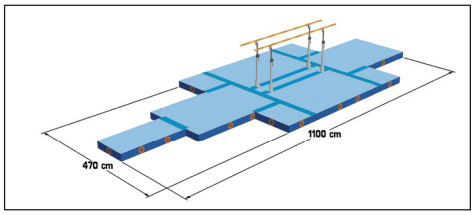

**2. Mats according to FIG specifications**

**2. Matten nach FIG Regularien**



**3. Accessories according to FIG specifications**
- 1565852: Mats set „Moscow“ for parallel bars
- 1411704: Springboard „Moscow 5“
- 1389153: Magnesia stand „Munich“

**3. Zubehör gemäß FIG Richtlinien**
- 1565852: Mattensatz „Moskau“ für Männerbarren
- 1411704: Sprungbrett „Moskau 5“
- 1389153: Magnesiaständer „München“



1565852


1411704



1389153