

TCORX
FITNESS IN MOTION

INSTRUCTION



MSX60



Rev : 00

Ed : 02/17

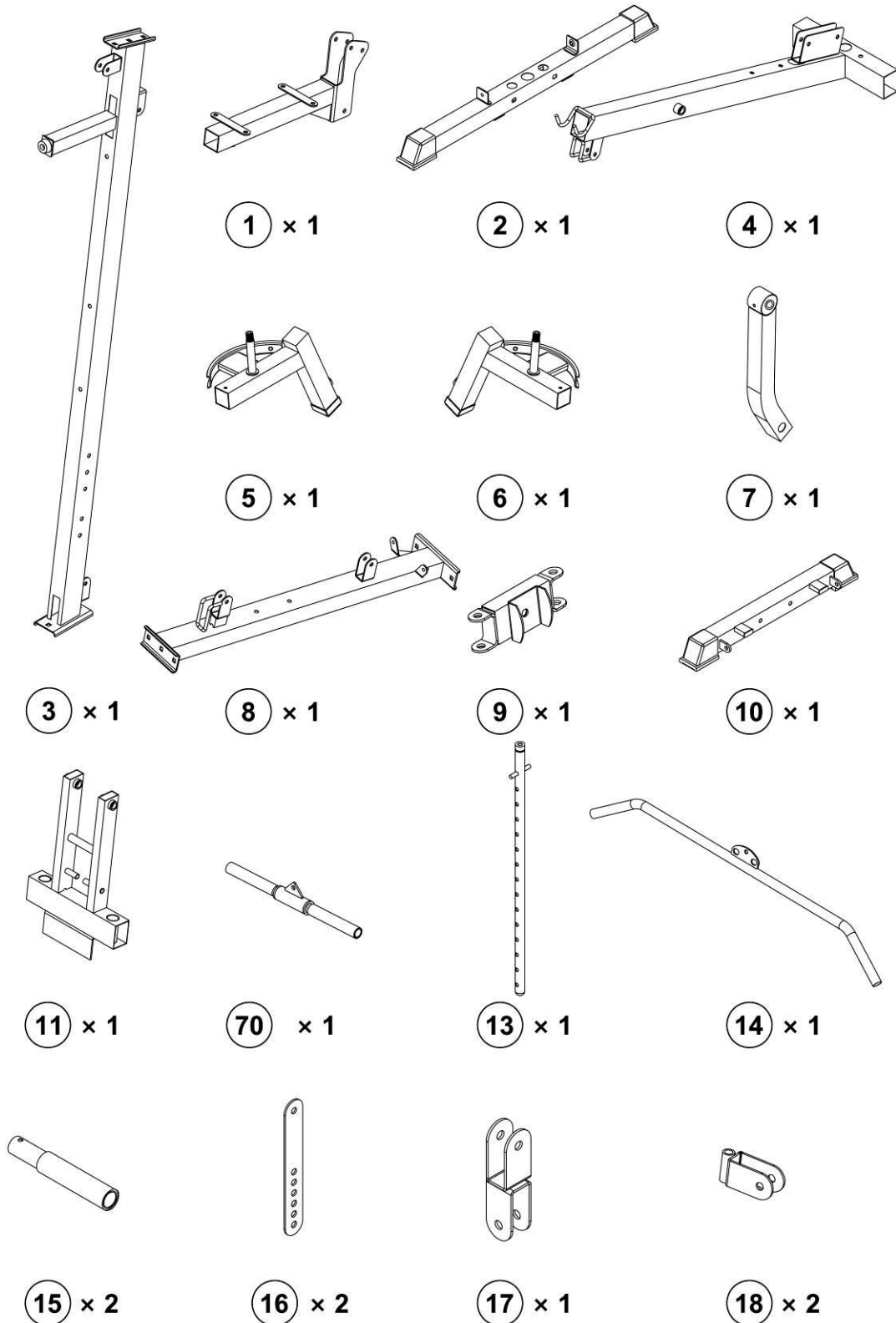


Bauteile - Teile

Sollten Bauteile beschädigt sein oder fehlen, bitte die **Kundenberatung** anrufen:

Bitte alle auf der nachstehenden Liste aufgeführten Teile

Hinweis: Einige der kleinen Bauteile können bereits an größeren vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie Argos wegen fehlender Bauteile kontaktieren.



Bauteile - Teile

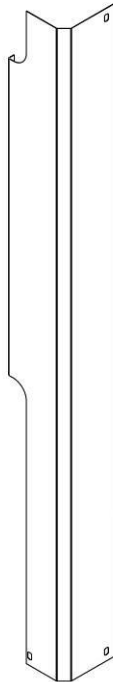
Sollten Bauteile beschädigt sein oder fehlen, bitte die **Kundenberatung** anrufen: **Bitte fügen Sie Ihre Telefonnummer ein.**

Bitte alle auf der nachstehenden Liste aufgeführten Teile überprüfen

Hinweis: Einige der kleinen Bauteile können bereits an größeren vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie uns wegen fehlender Bauteile kontaktieren.



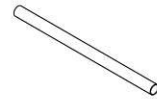
20 x 2



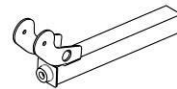
21 x 1



22 x 1



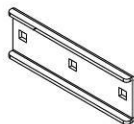
23 x 2



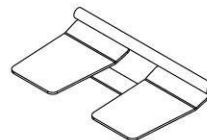
24 x 1



25 x 3



26 x 1



27 x 1



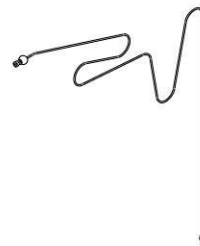
28 x 1



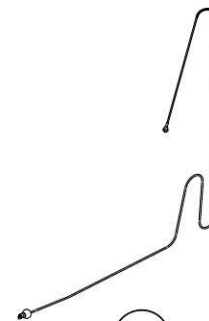
29 x 2



30 x 2



31 x 1

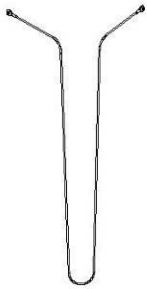


32 x 1

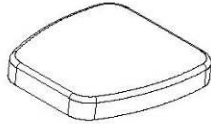
Bauteile - Teile

Sollten Bauteile beschädigt sein oder fehlen, bitte die Kundenberatung anrufen: **Bitte fügen Sie Ihre Telefonnummer ein.**

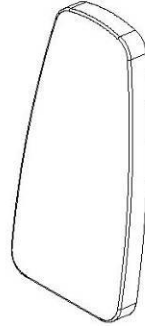
Bitte alle auf der nachstehenden Liste aufgeführten Teile überprüfen



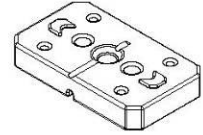
33 x 1



34 x 1



35 x 1



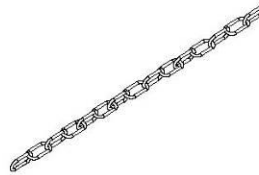
37 x 15



38 x 1



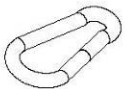
39 x 3



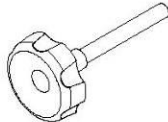
43 x 1



44 x 1



45 x 4



46 x 1



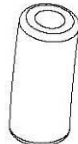
47 x 1



49 x 4



50 x 4



51 x 2



52 x 15



73 x 30



74 x 1



75 x 1



76 x 2



101 x 2



102 x 19



103 x 19

Bauteile - Montagezubehör

Bitte überprüfen, ob das nachstehend aufgelistete Montagezubehör vorhanden ist

Hinweis: Einige der kleinen Bauteile können bereits an größeren vormontiert sein. Bitte sorgfältig überprüfen, bevor Sie uns wegen fehlender Bauteile kontaktieren. Bitte legen Sie einen verstellbaren Maulschlüssel bereit, wenn die dieses Gerät selbst zusammenbauen.



41 × 1



53 × 1



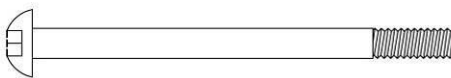
54 × 1



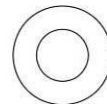
63 × 2



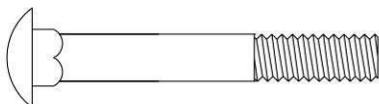
68 × 6



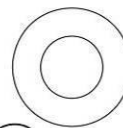
60 × 2



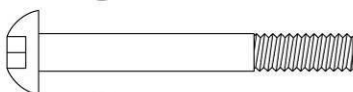
67 × 64



64 × 6



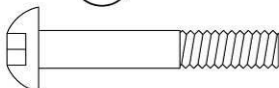
71 × 2



56 × 2



72 × 4



61 × 13



69 × 30



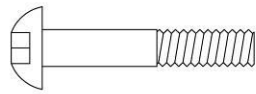
42 × 1

Ruler - Use this ruler to help correctly identify the hardware

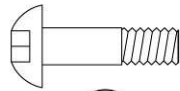


Bauteile - Montagezubehör

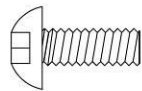
Bitte überprüfen, ob das nachstehend aufgelistete Montagezubehör vorhanden ist



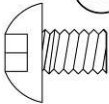
57 × 1



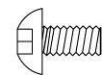
55 × 2



58 × 8



65 × 2



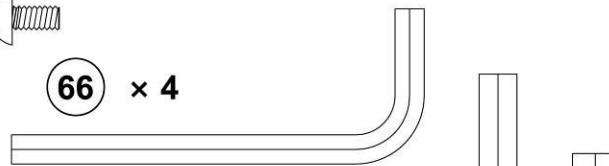
62 × 4



59 × 8



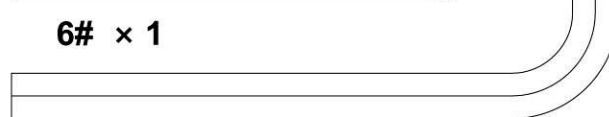
66 × 4



5# × 1



6# × 1



8# × 2

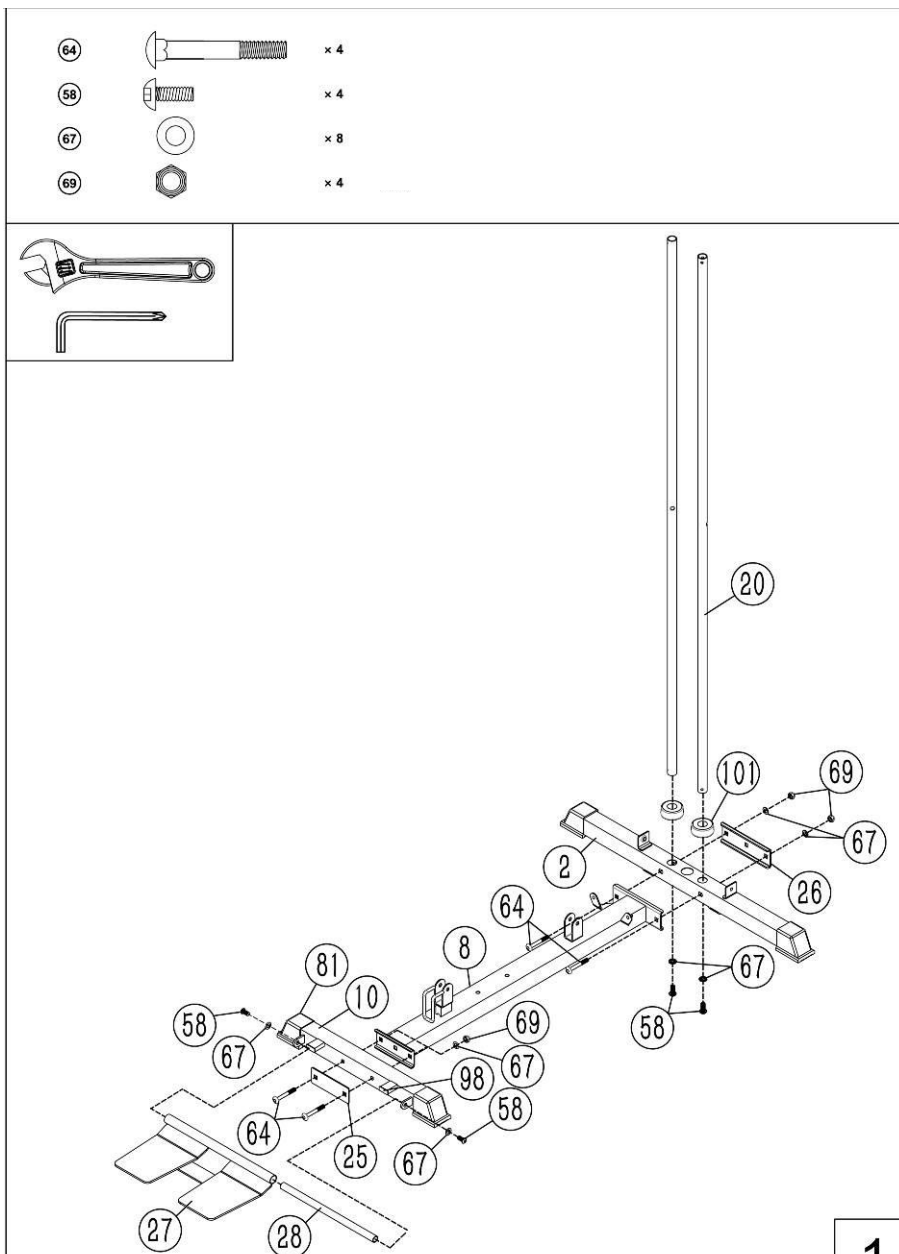
Ruler - Use this ruler to help correctly identify the hardware



Montageanleitung




Schritt 1

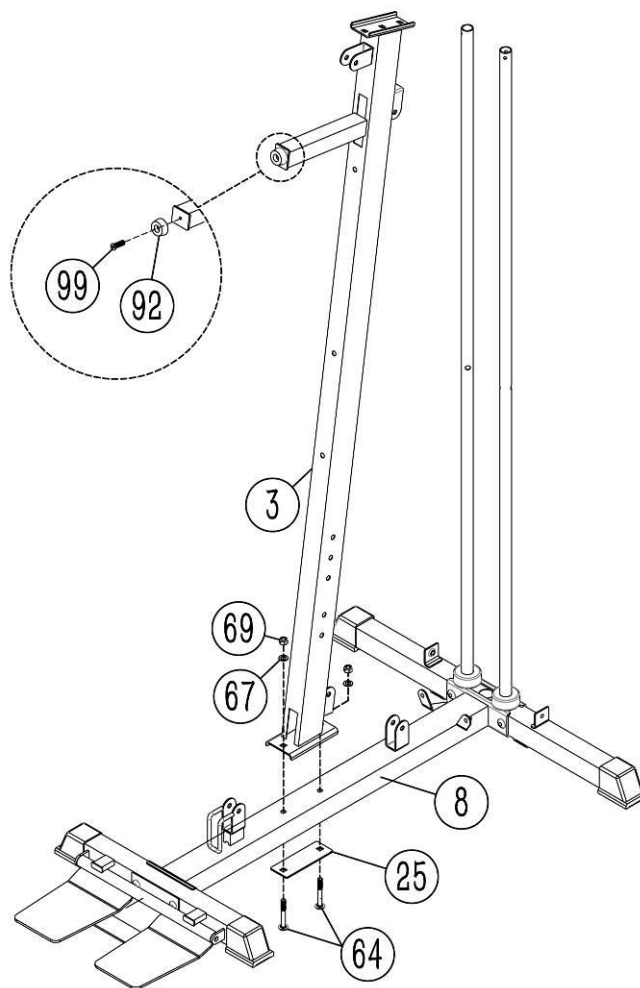
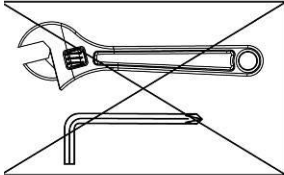
- (A) Die 2 Führungsstangen (20) in die Öffnungen am hinteren Standfuß (2) getrennt einsetzen und mit 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10 mm) (67) und 2 M10 x 25 mm Inbusschrauben (58) festschrauben. Die 2 Gummianschläge (101) an den 2 Führungsstangen von oben nach unten schieben.
- (B) Den Grundrahmen (8) am hinteren Standfuß (2) mit 2 M10 x 70 Schlossschrauben (64), einem Bügel (26), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (69) befestigen.
- (C) Den vorderen Standfuß (10) am Grundrahmen (8) mit einem Bügel (25), 2 M10 x 70 Schlossschrauben (64), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (69) befestigen.
- (D) Die Fußplatte (27) am vorderen Standfuß (10) mit einem Fußplattenrohrprofil (28), zwei M10 x 25 Inbusschrauben (58), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) montieren.



1

Montageanleitung

64		× 2
67		× 2
69		× 2

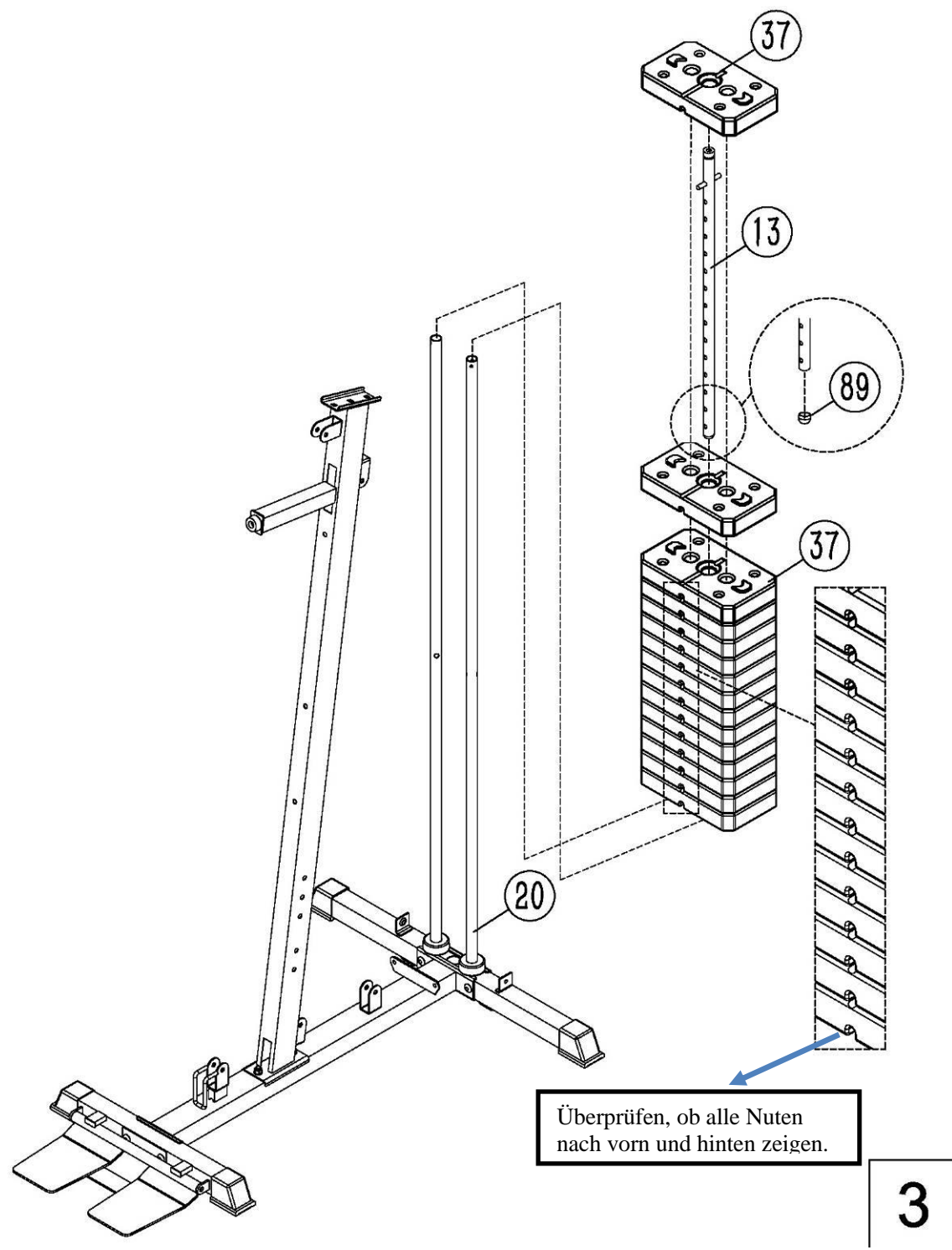


2

Schritt 2

Das vordere Standrohr (3) am Grundrahmen (8) befestigen. Hierzu die Bohrungen sorgfältig aufeinander ausrichten und die beiden Teile mit 2 M10 x 70 Schlossschrauben (64), einem Bügel (25), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (67) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (69) verschrauben.

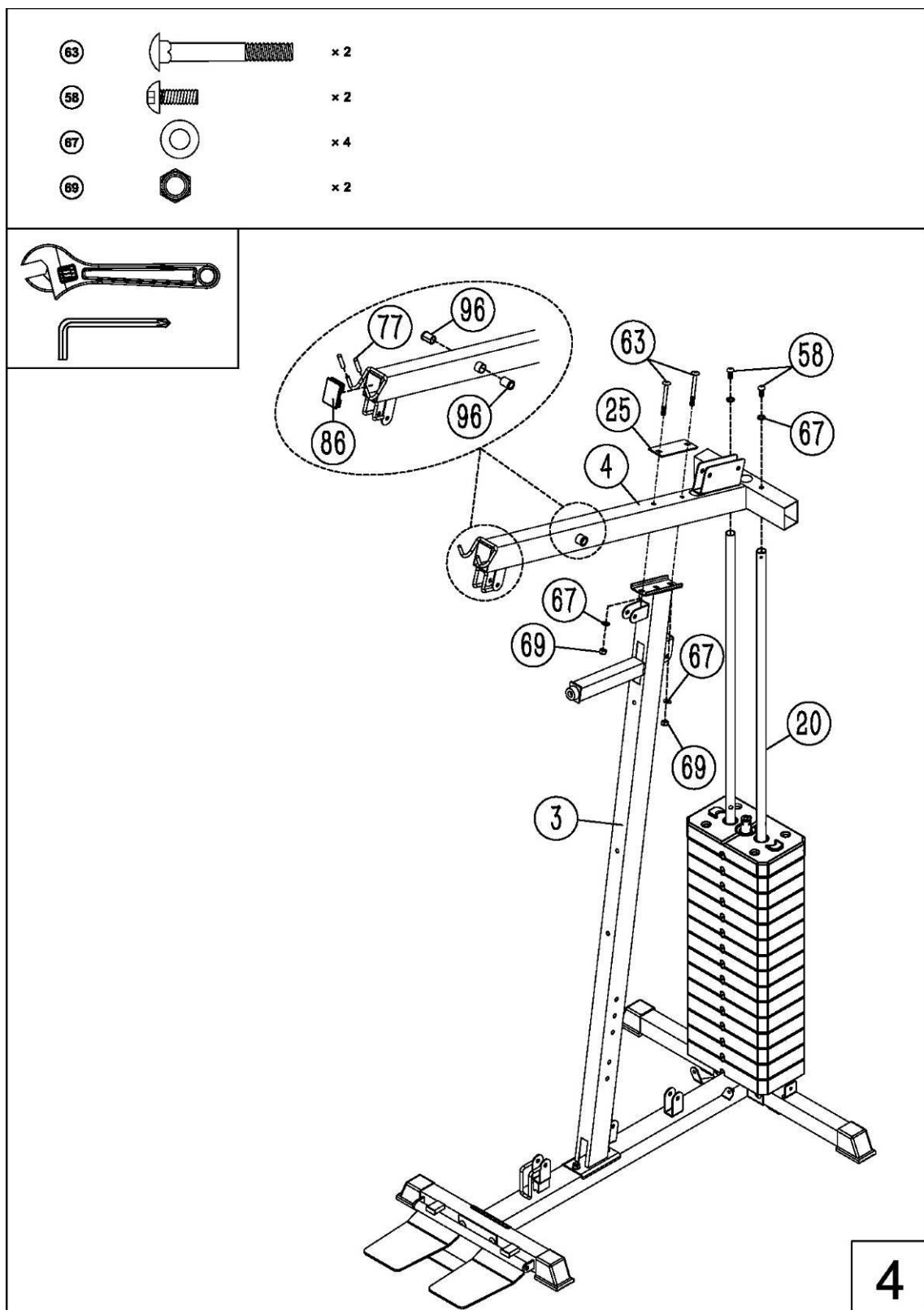
Montageanleitung



Schritt 3

- (A) Die 14 Gewichte (37) von oben in die Führungsstangen (20) einsetzen. Die Gewichtsaufnahme (13) in die mittlere Öffnung in den Gewichten schieben und dann das letzte Gewicht auf die Gewichtsaufnahme setzen (13).
Überprüfen, ob alle Nuten nach vorn und hinten zeigen.
- (B) Beim Training den Gewichtestift (38) in eine der Bohrungen schieben, um das gewünschte Gewicht auszuwählen.

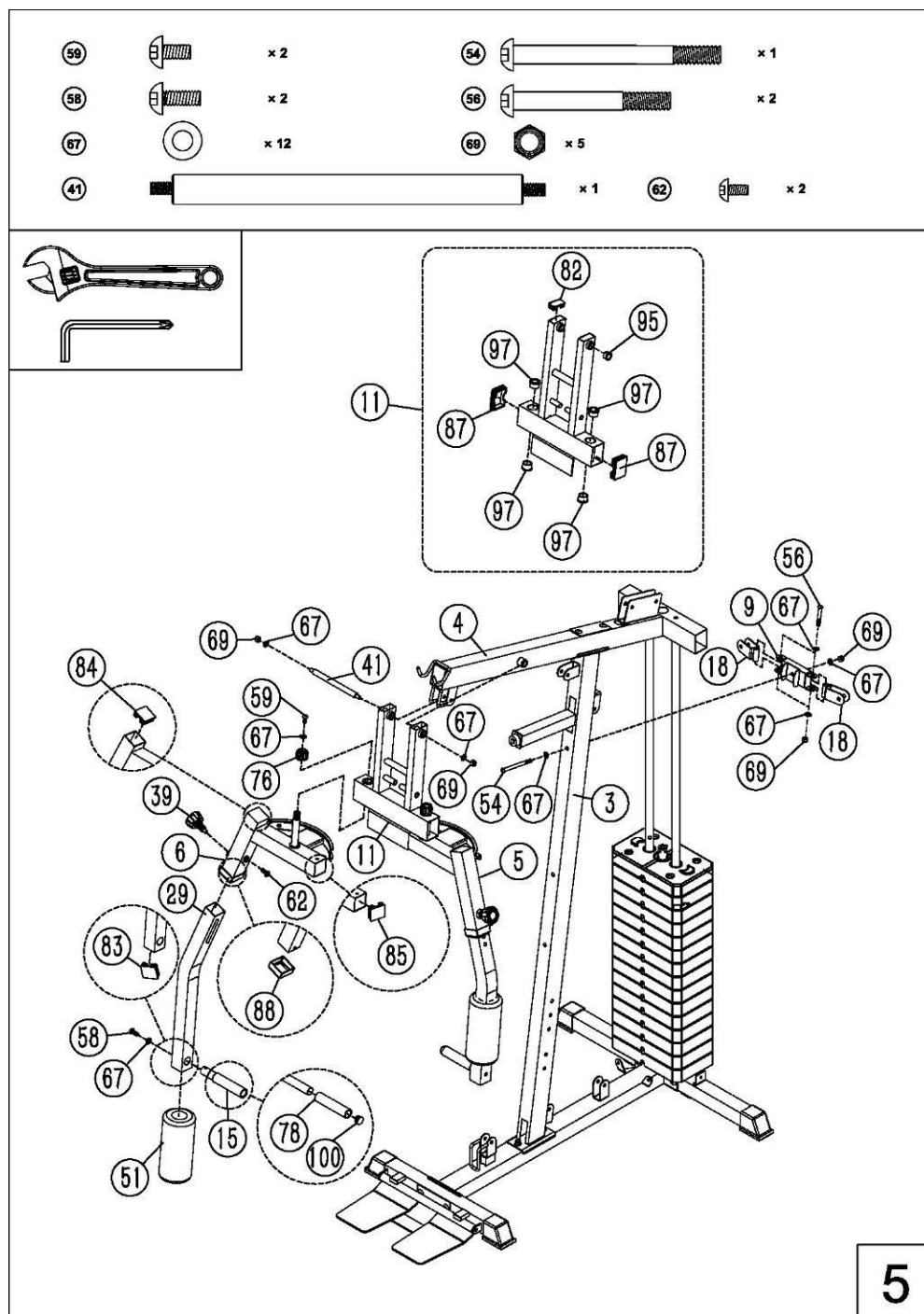
Montageanleitung



Schritt 4

Das Firstrohr (4) auf das vordere Standrohr (3) und die 2 Führungsstangen setzen. Sorgfältig die Bohrungen aufeinander ausrichten und die beiden Teile mit 2 M 10 × 25 Inbusschrauben (58), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (67) verschrauben. 2 M10 x 90 Schlossschrauben (63), einen Bügel (25), 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (67) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (69) verschrauben.




Montageanleitung

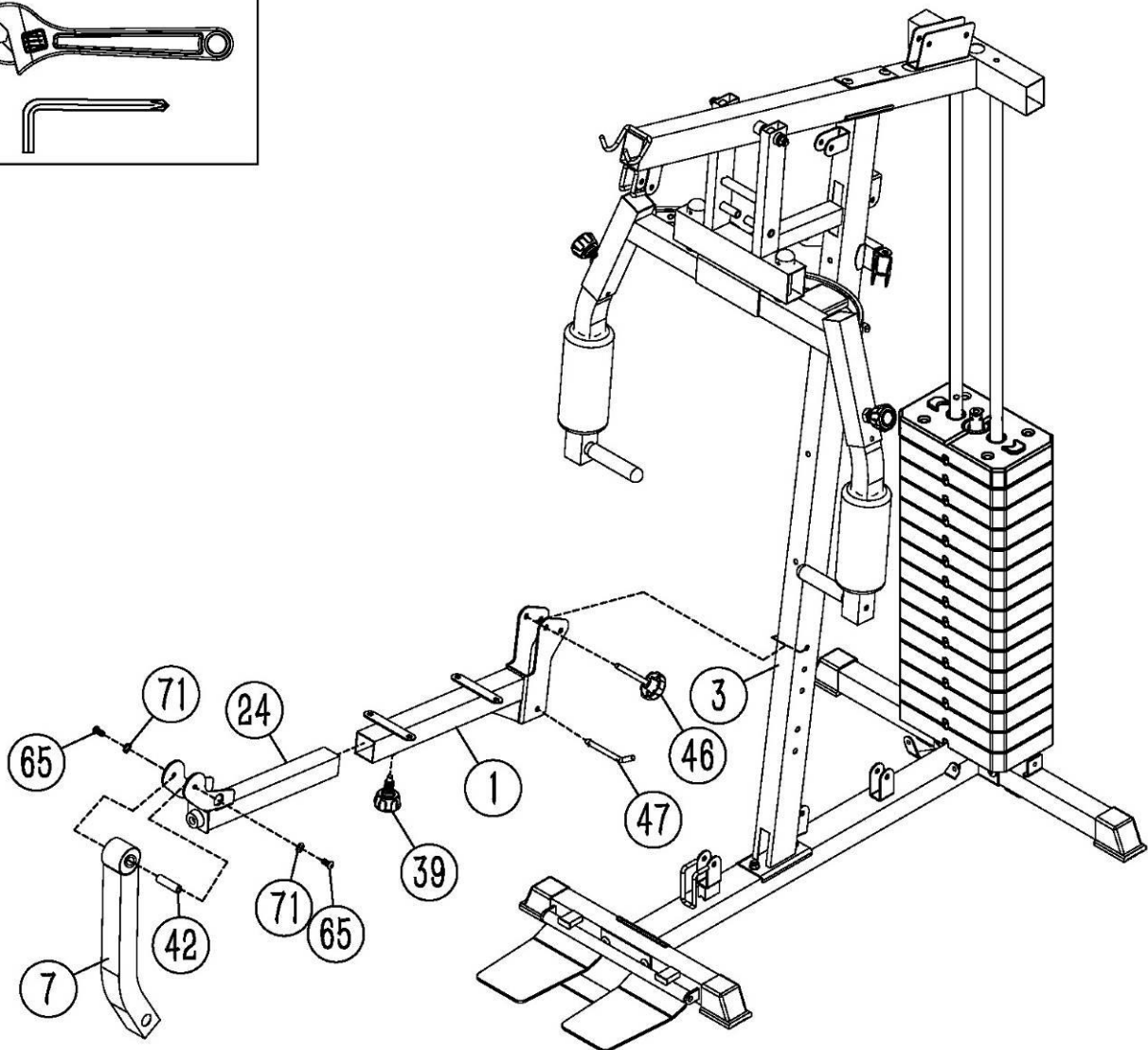
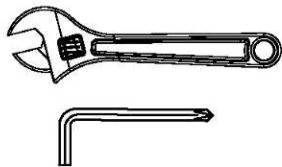


Schritt 5

- (A). Die vordere Armbügel-Halterung (11) am Firstrohr (4) mit einer M10 x 206 Welle (\varnothing 16) (41), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (69) sichern.
- (B) Den oberen rechten Butterfly-Armbügel (6) an der Armbügel-Halterung (11), wie in der Abbildung gezeigt, mit einer M18 Sicherungsscheibe (76), 1 Unterlegscheibe (\varnothing 10) (67), 1 M10 x 16 Inbusschraube (59) befestigen. Den unteren rechten Butterfly-Armbügel (29) in die Öffnung des oberen rechten Butterfly-Armbügels (6) schieben und mit einer Feststell-Griffschraube (39) und einer M10 x 18 Inbusschraube (62) in der Höhe einstellen. Einen Griffschlauch (51) von unten auf den unteren rechten Butterfly-Armbügel (39) schieben und dann den Butterfly-Griff (15) mit 1 Unterlegscheibe (\varnothing 10) (67) und 1 M10 x 25 Inbusschraube (58) montieren. Den linken Butterfly-Armbügel auf die gleiche Weise montieren.
- (C) Die Umlenkrollenbügel-Halterung (9) mit einer M10 x 110 Inbusschraube (54), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 Mutter (69) befestigen. Den rechten und linken Umlenkrollenbügel (18) mit 2 M 10 x 65 Inbusschrauben (56), 4 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und 2 M 10 selbstsichernden Muttern (69) festschrauben.

Montageanleitung

65		x 2
71		x 2
42		x 1

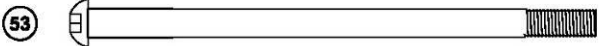

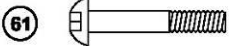

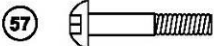
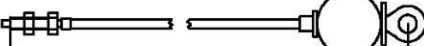


6

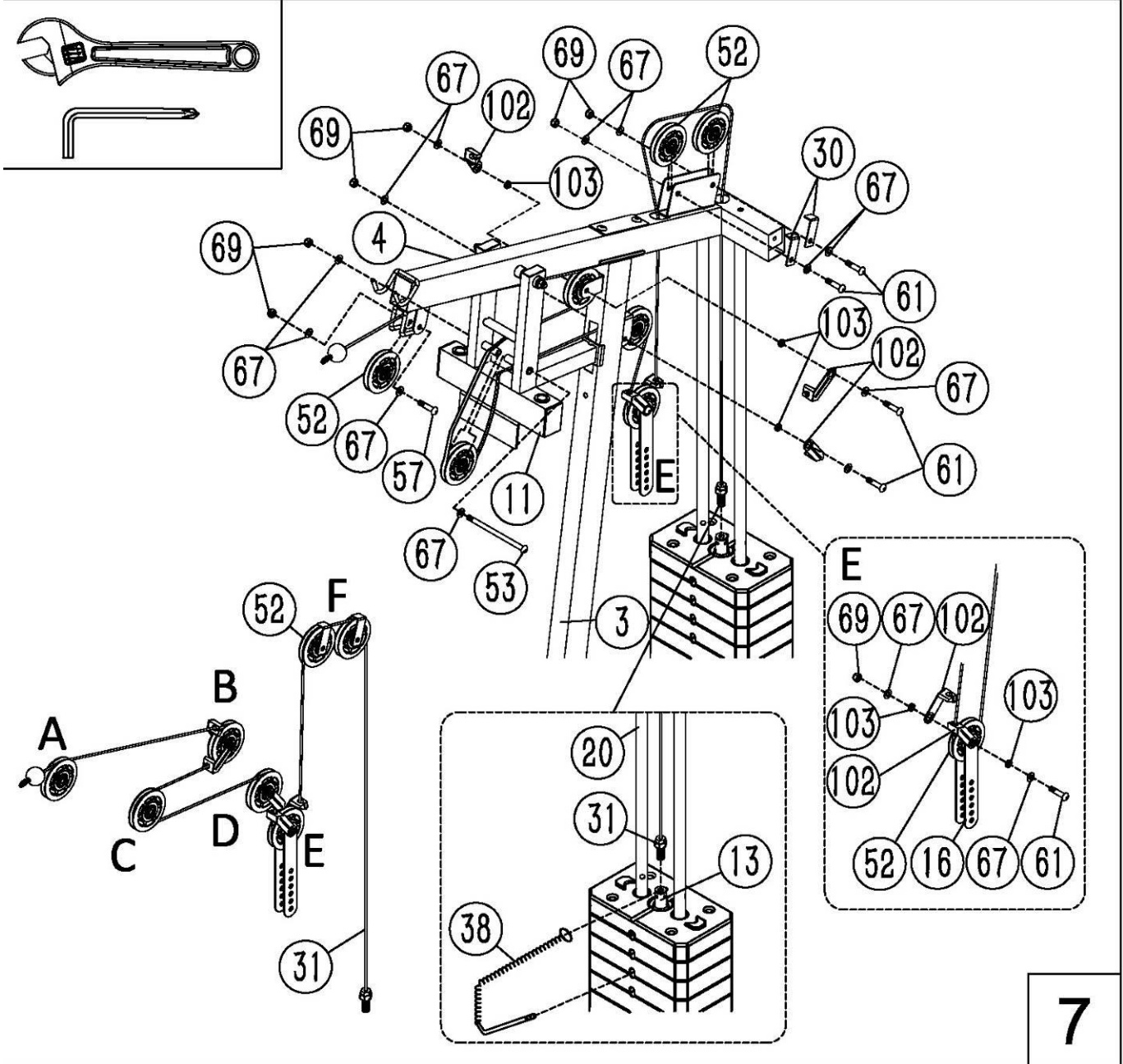
Schritt 6

- Die Sitzpolsterhalterung (1) am Standrohr (3) mit einem L-förmigen Sperrstift (47) und einer M10 x 85 Feststell-Griffschraube (46) befestigen.
- Die Halterung für die Bein-Trainingseinheit (24) in die vordere Öffnung der Sitzpolsterhalterung (1) schieben. Mithilfe der Feststell-Griffschraube (39) kann die gewünschte Position eingestellt werden.
- Die Bein-Trainingseinheit (7) an dem Montagebügel mit einer M10 x 57-Welle (Ø 16) (42), 2 M12 x 20 Inbusschrauben (65) und 2 Unterlegscheiben (Ø 12) (71) montieren.

Montageanleitung

	x 1		x 14
	x 5		x 7
	x 1		x 1




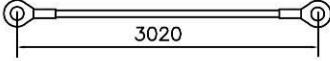
3530

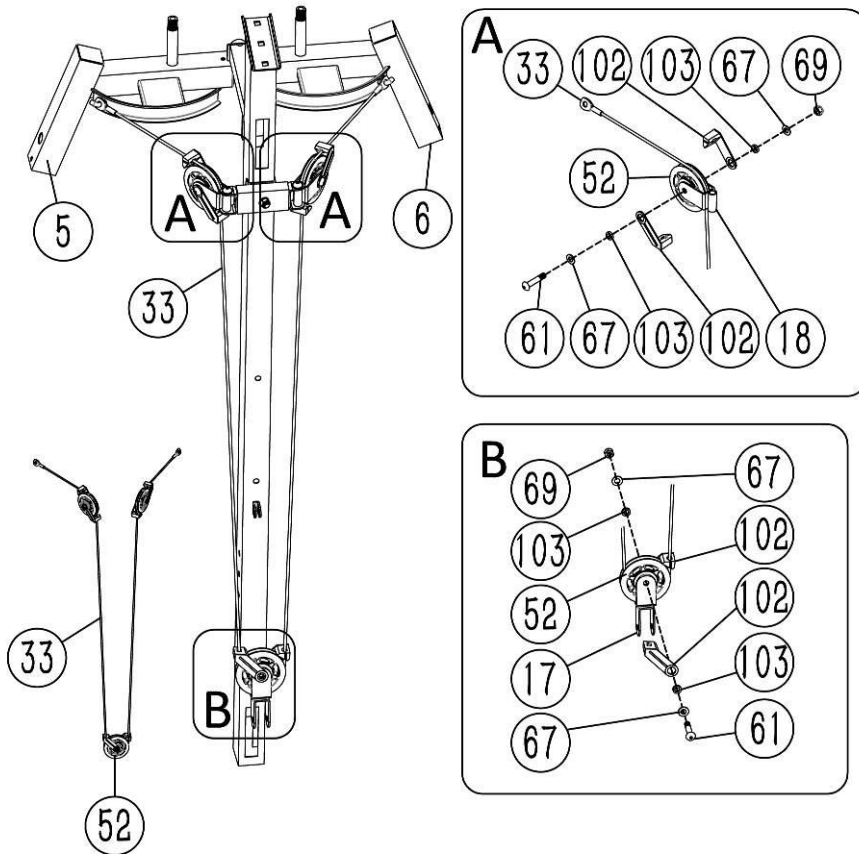
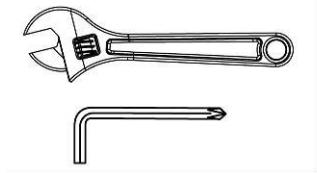


Schritt 7

- (A) Den oberen Seilzug (31) durch den ersten Bügel befestigen und sicherstellen, dass sich die Anschlagkugel unter dem Firstrohr (4) befindet. Eine Umlenkrolle (52) unter dem Seilzug mit einer M10 x 45 Inbusschraube (57), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) befestigen.
- (B) Eine Umlenkrolle mit 2 Seilzug-Haltebügeln (102) befestigen (siehe Abbildung) und 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (103) mit einer M10 x 50 Inbusschraube (61), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) montieren.
- (C) Den Seilzug ziehen und eine Umlenkrolle wie in der Abbildung dargestellt platzieren. Die Umlenkrolle mit einer M10 x 180 Inbusschraube (53), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) festschrauben.
- (D) Den Seilzug um die Umlenkrolle und nach hinten durch die Öffnung an der Vorderseite des Standrohrs ziehen. Die Umlenkrolle, 2 Seilzug-Haltebügel (102) und 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (103) mit einer M10 x 50 Inbusschraube (61), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) befestigen.
- (E) Den Seilzug nach unten ziehen und eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen. Die Umlenkrolle mit 2 Doppelbügeln für lose Rollen (16), 2 Seilzug-Haltebügeln (102), 2 Seilzug-Haltebügelhülsen (103) mit einer M10 x 50 Inbusschraube (61), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) befestigen.
- (F) Den Seilzug um die Umlenkrolle nach oben und durch die letzte Öffnung im Firstrohr ziehen. Zwei Umlenkrollen mit 2 M10 x 50 Inbusschrauben (61), 2 Seilzug-Haltebügeln (30), 4 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und 2 M10 selbstsichernden Muttern (69) befestigen (siehe Abbildung). Das Kabel auf die 2 Umlenkrollen ziehen und dann nach unten durch die mittlere Öffnung.
- (G) Beim Training den Gewichtestift (38) in eine der Bohrungen schieben, um das gewünschte Gewicht auszuwählen. Den Ring des Sperrstiftes oben an der Gewichtsaufnahme befestigen.
- (H) Den Seilzug nach unten ziehen. Die Abschlusschraube am oberen Ende der Gewichtsaufnahme befestigen. Mindestens 5 Umdrehungen durchführen, um ihre Sicherheit zu gewährleisten.

Montageanleitung

61		× 3
67		× 6
69		× 3
33		× 1





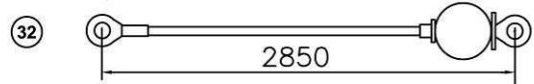


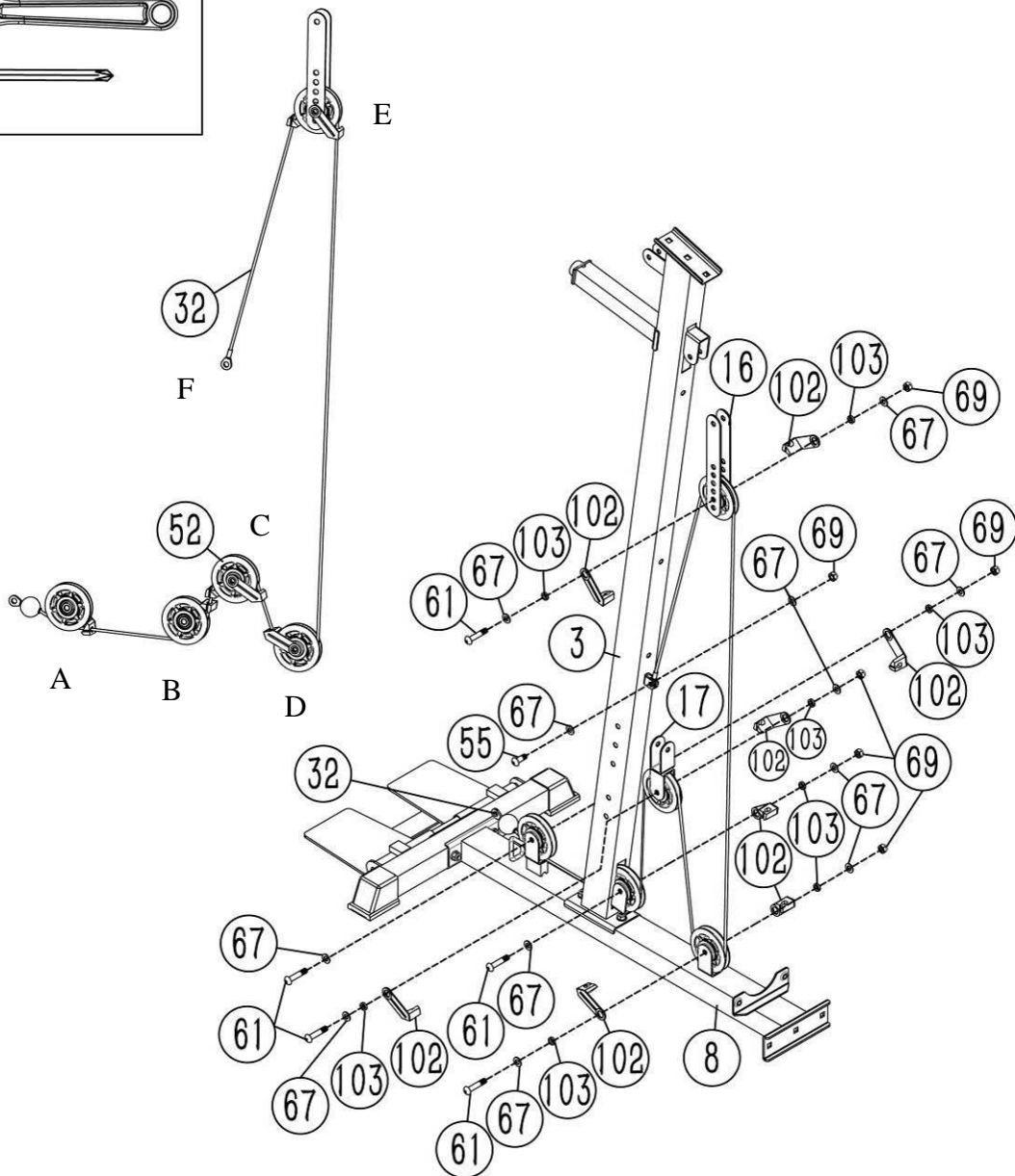
Montageanleitung

Schritt 8

- (A). Ein Ende des Butterfly-Seilzugs (33) am oberen rechten Butterfly-Armbügel (6) befestigen. Den Seilzug nach hinten ziehen und eine Umlenkrolle unter dem Seilzug mit 2 Seilzug-Haldebügeln (102), 2 Seilzug-Haldebügelhülsen (103) und mit dem Umlenkrollenbügel (18) zusammen mit einer M10 x 50 Inbusschraube (61), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) montieren.
- (B) Den Seilzug nach unten ziehen und eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen. Die Umlenkrolle mit 2 Seilzug-Haldebügeln (102) und einem Winkelbügel für lose Rollen (17) zusammen wie unter A beschrieben befestigen.
- (C) Den Seilzug nach oben ziehen und den unter B und A beschriebenen Vorgang wiederholen, um das andere Seilzugende am linken oberen Butterfly-Armbügel (5) zu befestigen.

Montageanleitung


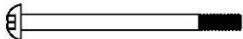

	× 5
	× 1
	× 12
	× 6
	× 1

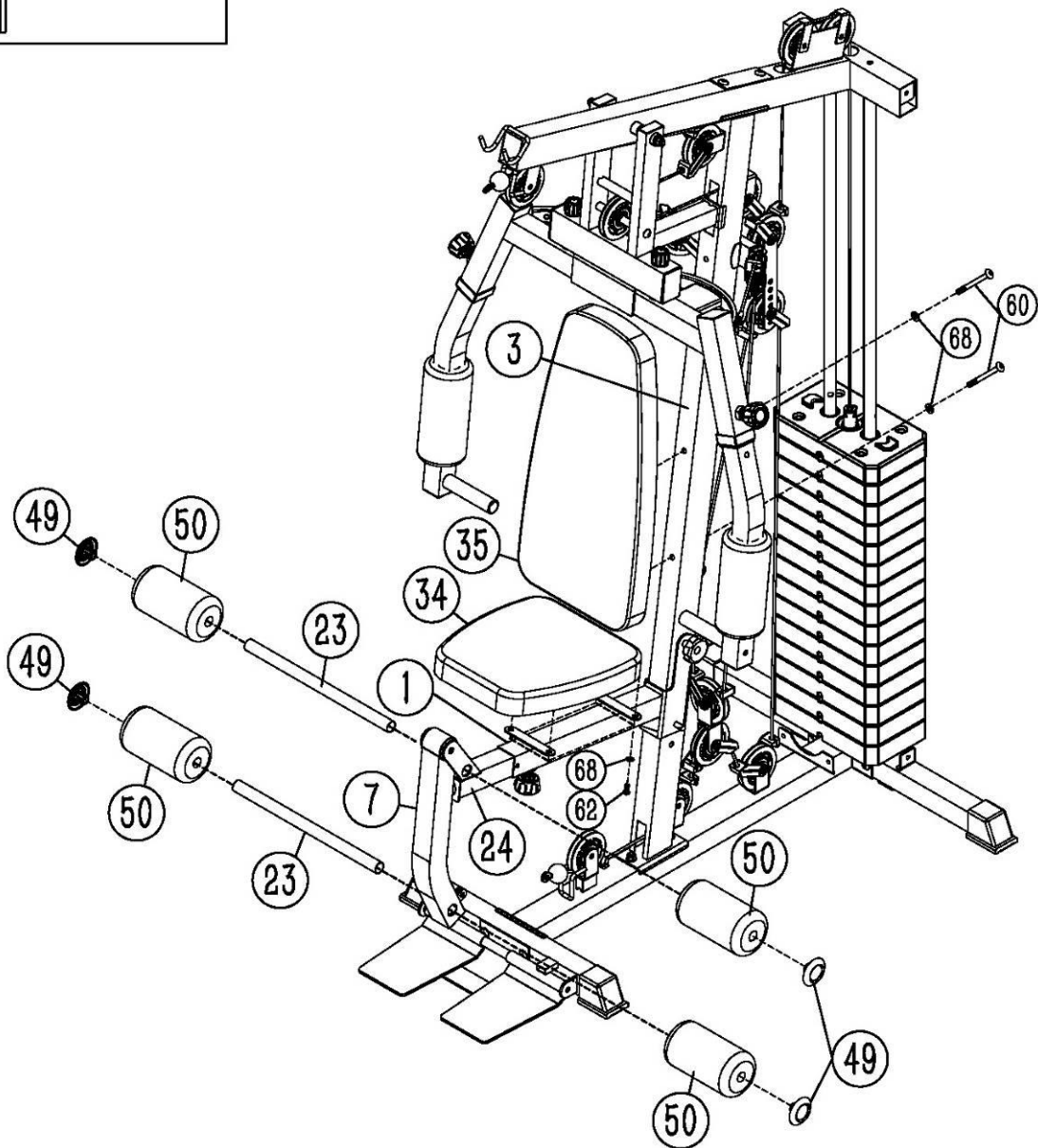
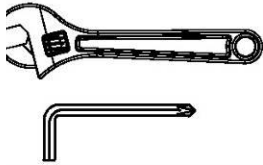


Schritt 9

- (A) Den unteren Seilzug (32) durch den ersten Bügel ziehen und dabei sicherstellen, dass sich die Anschlagkugel vor dem Bügel befindet. Eine Umlenkrolle auf den unteren Seilzug setzen. Die Umlenkrolle, einen Seilzug-Haldebügel (102) und eine Seilzug-Haldebügelhülse (103) mit einer M10 x 50 Inbusschraube (61), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) befestigen.
- (B) Den Seilzug nach unten durch die Öffnung an der Vorderseite des Standrohrs ziehen. Eine Umlenkrolle auf den Seilzug setzen und die Umlenkrolle wie unter A beschrieben befestigen.
- (C) Den Seilzug um die Umlenkrolle und nach oben ziehen. Eine Umlenkrolle unter den Seilzug setzen. Den Seilzug, 2 Seilzug-Haldebügel (102) und 2 Seilzug-Haldebügelhülsen (103) wie unter A beschrieben befestigen.
- (D) Den Seilzug nach unten ziehen und eine Umlenkrolle auf ihn setzen. Die Umlenkrolle wie unter C beschrieben befestigen.
- (E) Den Seilzug nach oben ziehen und eine Umlenkrolle unter ihn setzen. Die Umlenkrolle mit dem Doppelbügel für die lose Rollen wie unter C beschrieben befestigen.
- (F) Den Seilzug nach unten ziehen und sein Ende wie in der Abbildung gezeigt mit einer M10 x 28 Inbusschraube (55), 2 Unterlegscheiben (\varnothing 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) befestigen.

Montageanleitung





- 62  x 4
- 60  x 2
- 68  x 6

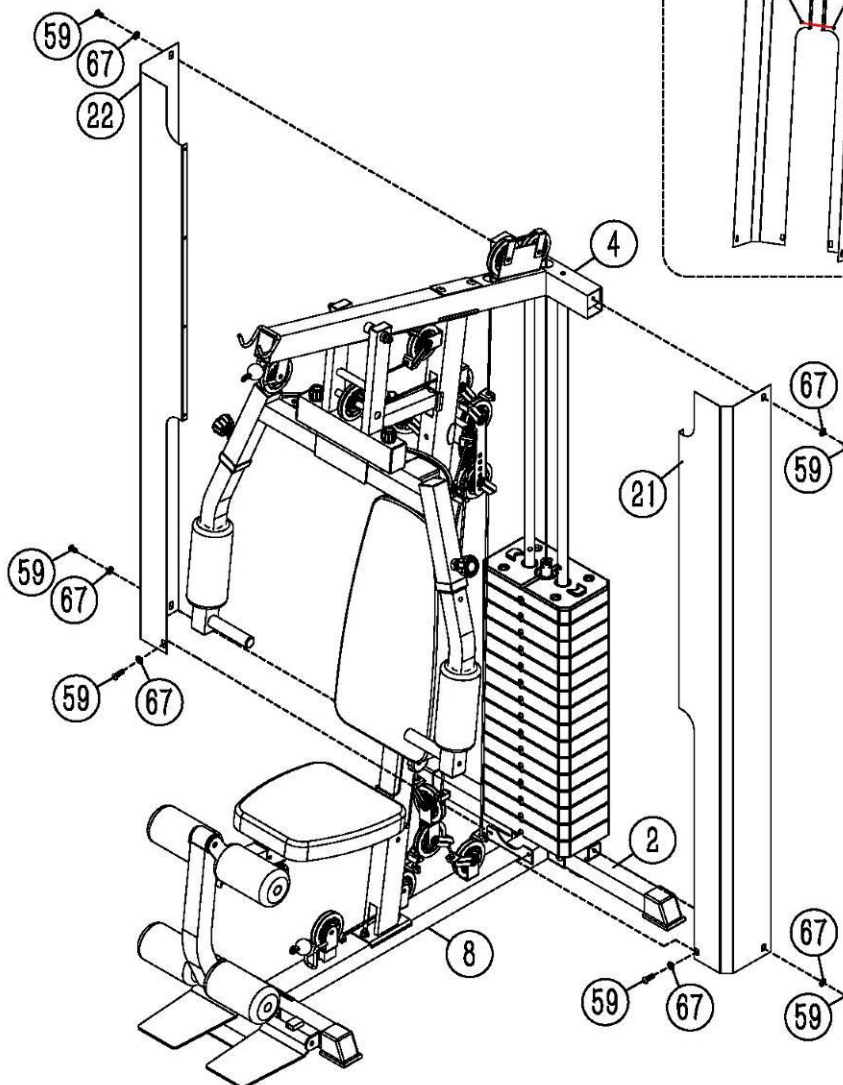
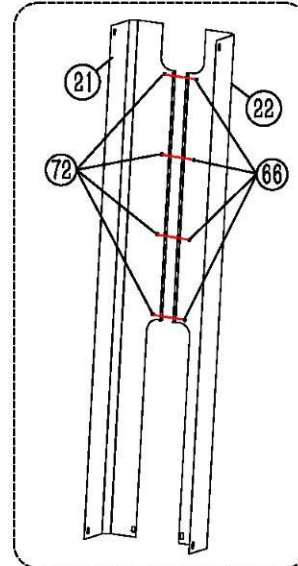
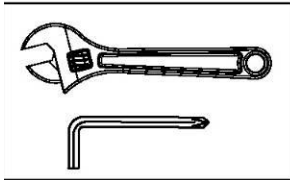


Schritt 10

- (A) Das Rückenpolster (35) an der Vorderseite des Standrohres (3) positionieren. Sorgfältig die Bohrungen aufeinander ausrichten und das Rückenpolster mit 2 M8 x 85 Inbusschrauben (60) und 2 Unterlegscheiben (\varnothing 8) (68) festschrauben.
- (B) Das Sitzpolster (34) auf die Sitzpolsterhalterung (1) setzen und mit 4 Unterlegscheiben (\varnothing 8) (68) und 4 M8 x 18 Inbusschrauben (62) festschrauben.
- (C) Die 2 Schaumstoffrollen-Rohre (23) zur Hälfte in die Bohrungen schieben (siehe Abbildung). Dann die 4 Schaumstoffrollen (50) an beiden Seiten getrennt auf die Rohre schieben. Zuletzt wird die Verschlusskappe (49) auf die Schaumstoffrollen gesetzt.

Montageanleitung

59		× 6
66		× 4
67		× 6
72		× 4



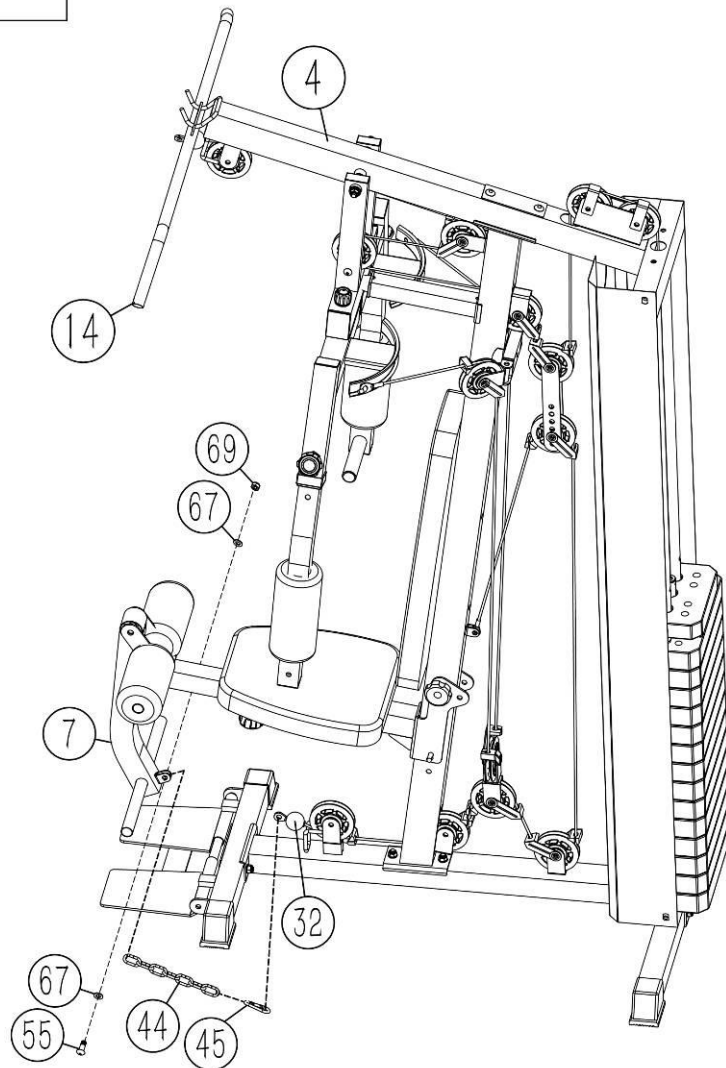
11

Schritt 11

- (A) Die linke und rechte Abdeckung des Gewichtestapels (21,22) am hinteren Standfuß getrennt voneinander positionieren und mit 6 M10 x 16 Inbusschrauben (59) und 6 Unterlegscheiben (Ø 10) (67) festschrauben.
- (B) Die linke und die rechte Abdeckung des Gewichtestapels mithilfe von 4 M5 x 10 Inbusschrauben (66) und 4 M5 selbstsichernden Muttern (72) miteinander verbinden (siehe Abbildung).

Montageanleitung

55		× 1
67		× 2
69		× 1

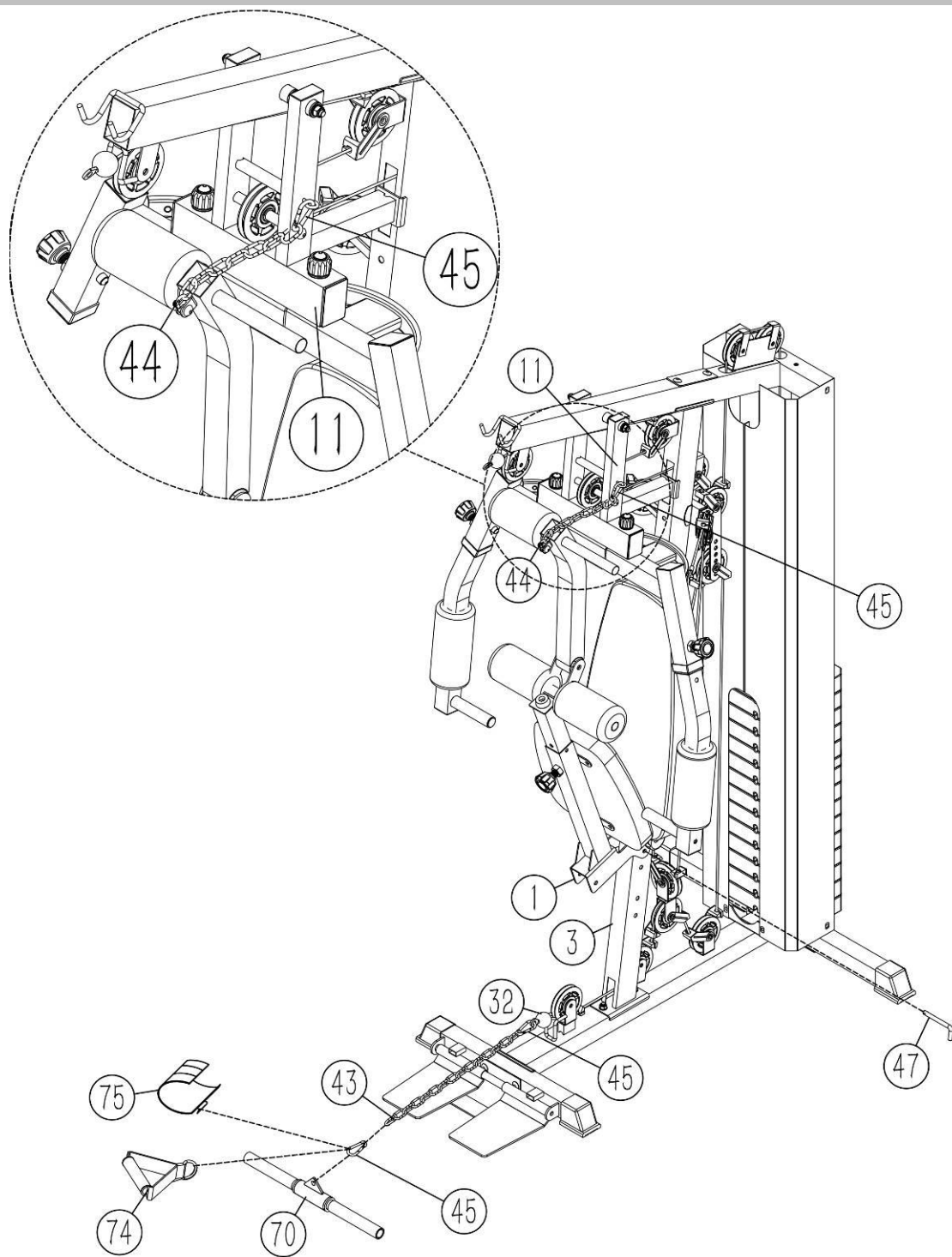


12

Schritt 12

Die Bein-Trainingseinheit (7) mit dem Ende des unteren Seilzugs mithilfe 1 Karabinerhakens (45) und einer 8-gliedrigen Kette (44), einer M10 x 28 Inbusschraube, 2 Unterlegscheiben (Ø 10) (67) und einer M10 selbstsichernden Mutter (69) verbinden.

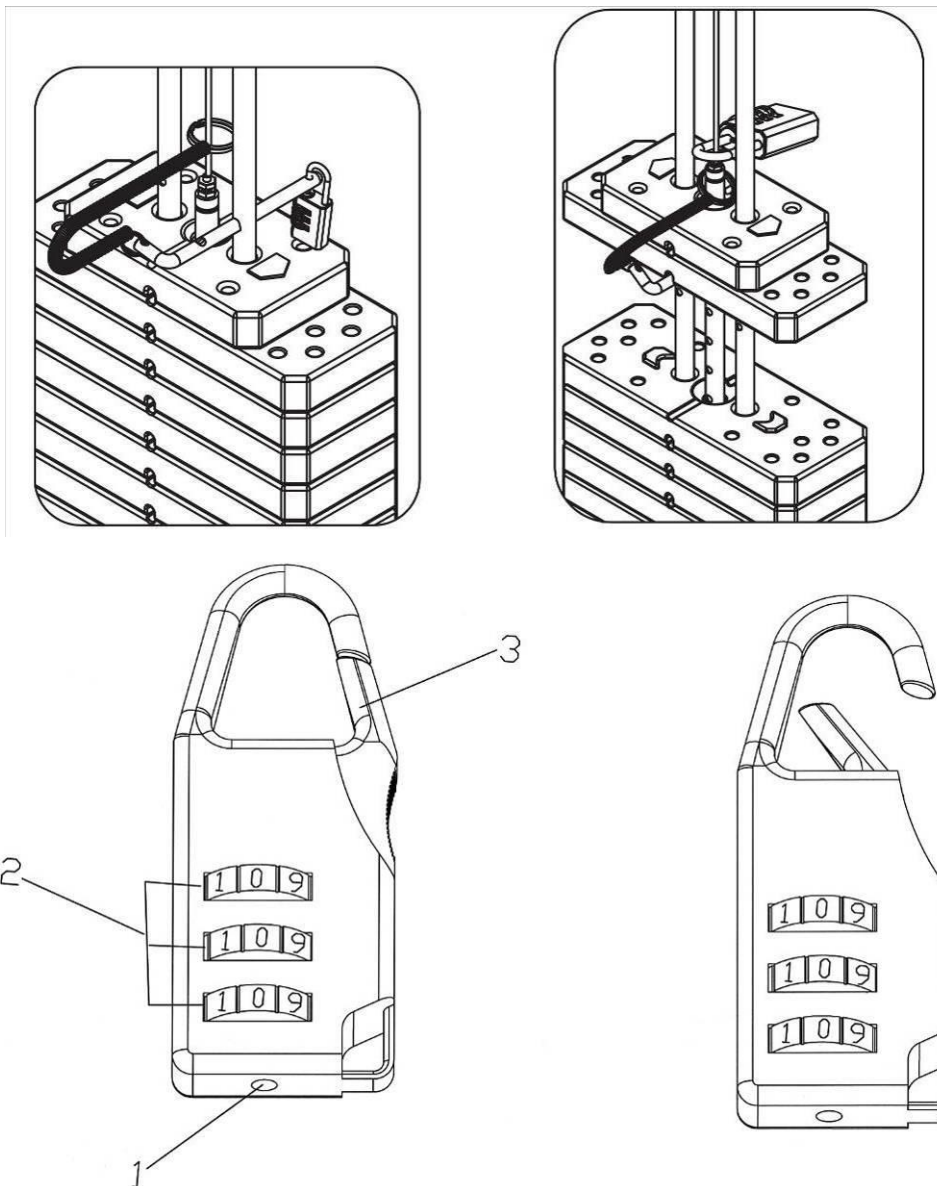
Montageanleitung



13

Schritt 13

Die Sitzpolsterhalterung wie in der Abbildung gezeigt nach oben klappen und die Bein-Trainingseinheit mithilfe von 2 Karabinerhaken (45) und einer 8-gliedrigen Kette (44) zu Ihrer Sicherheit wie in der Abbildung dargestellt fixieren. Die Zugstange (70) oder einen Einzelgriff (75) oder einen Griff (74) am unteren Seilzug befestigen, um das gewünschte Training durchzuführen.



Der Hersteller hat das Schloss so eingestellt, dass es sich mit der Nummernkombination 0-0-0 öffnet (alle Nullen befinden sich in der Mitte). Aus sicherheitstechnischen Gründen wird empfohlen, die Nummern Kombination zu ändern.

Ändern der Nummernkombination:

1. Die Einstelltaste (1) drücken und gedrückt halten (siehe unten). Gleichzeitig mithilfe eines Ziffernrads (2) die gewünschte Zahl in der Mitte einstellen. Die Taste (1) freigeben. Die beiden anderen Ziffernräder auf die gleiche Weise einstellen. Dieser Vorgang muss nur einmal durchgeführt werden.
2. Um das Schloss zu verriegeln, die Ziffernräder wahllos drehen, um eine andere Zahl einzustellen.
3. Um das Schloss zu öffnen, die zuvor eingestellte Zahlenkombination einstellen und den Schäkel (3) nach innen drücken.

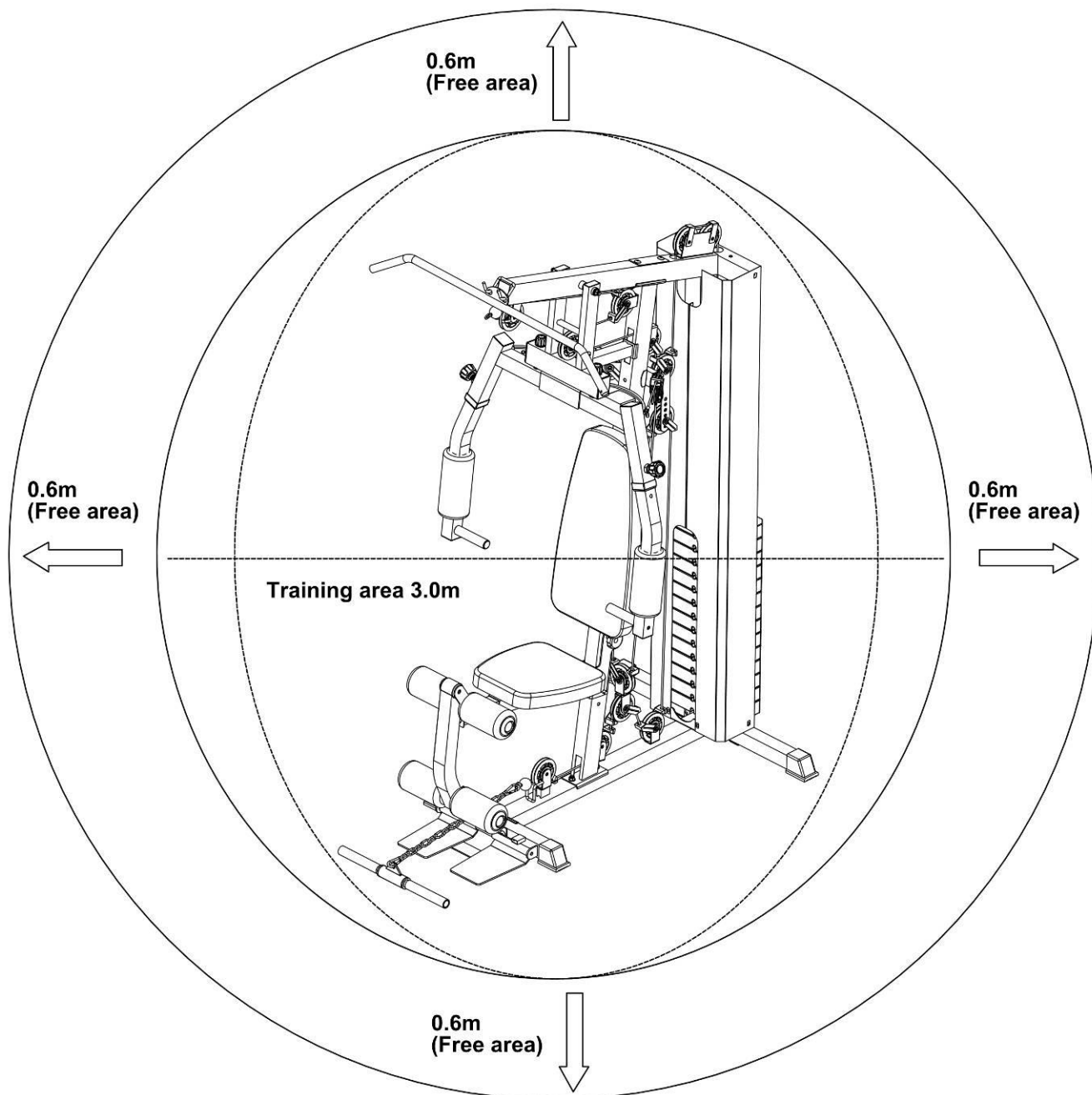
Widerstandstabelle

MSX-60 WEIGHT RESISTANCE CHART				
Weight Plate	Front Press	Butterfly	Lat Pull	Low Pulley
1	31	15	30	30
2	44	20	40	40
3	57	25	50	50
4	70	30	60	60
5	83	35	70	70
6	96	40	80	80
7	109	45	90	90
8	122	50	100	100
9	135	55	110	110
10	148	60	120	120
11	161	65	130	130
12	174	70	140	140
13	187	75	150	150
14	200	80	160	160

**Note: Each plate weights : 4.54kgs / 10 lbs.
Numbers are approximate. Actual weights may vary.
Values for Butterfly are for each arm.**

Freiraum und Trainingsbereich

An den Seiten, an denen auf das Gerät zugegriffen werden muss, muss ein freier Raum von mindestens 0,6 m vorhanden sein. Der freie Raum muss auch ausreichend Platz für ein Verlassen des Gerätes in einer Notsituation umfassen. Wenn das Gerät neben einem anderen aufgestellt wird, kann der Freiraum für beide Geräte gemeinsam bemessen werden.



Exploded Parts List

Part	Description	Qty.	Part	Description	Qty.
1	Seat pad support	1	22	Right weight cover	1
2	Rear stabilizer	1	23	Foam roll tube	1
3	Front vertical frame	1	24	Leg developer holder	2
4	Upper frame	1	25	140X50 bracket	3
5	Upper left butterfly frame	1	26	bracket	1
6	upper right butterfly frame	1	27	Foot plate	1
7	Leg developer	1	28	Foot plate tube	1
8	Main base frame	1	29	Right & left lower butterfly frame	2
9	Swivel Pulley bracket support	1	30	Cable retainer	1
10	Front stabilizer	1	31	Upper cable	1
11	Front press frame	1	32	Lower cable	1
12	Pull bar tube	2	33	Butterfly cable	1
13	Selector rod	1	34	Seat pad	1
14	Lat bar	1	35	Backrest pad	1
15	Butterfly handle	2	36		0
16	Pulley bracket support	1	37	10 LBS Weight plate	14
17	angled floating pulley bracket	1	38	Selector pin	1
18	Swivel pulley bracket	2	39	Lock knob	1
19	Handle bracket	1	40	Combination lock	1
20	Guide rod	2	41	Ø16X206*M10 axle	1
21	Left weight cover	1	42	Ø16X57*M12 axle	1

Exploded Parts List

43	15 Joint chain	1	66	M5*10 Philips screw	4
44	8 Joint chain	1	67	Ø10 washer	64
45	7# gourd hook	4	68	Ø8 washer	6
46	M10*85 lock knob	1	69	M10 Aircraft nut	30
47	L shape pin	1	70	Pull bar	1
48	□ 50 rubber bumper	1	71	Ø12 washer	2
49	Foam roll end cap	4	72	M5 Aircraft nut	4
50	Foam roll	4	73	M10 Aircraft nut cover	30
51	Butterfly foam roll	2	74	Single strap	1
52	pulley	15	75	Angle strap	1
53	M10*180 Allen bolt	1	76	M8*15 Lock ring	2
54	M10*110 Allen bolt	1	77	Handle grip	2
55	M10*28 Allen bolt	2	78	Ø25*130 handle grip	2
56	M10*65 Allen bolt	2	79	Ø25*170 handle grip	2
57	M10*45 Allen bolt	1	80	Ø25*500 handle grip	2
58	M10*25 Allen bolt	8	81	□ 50 foot	4
59	M10*16 Allen bolt	8	82	50*20*1.5 End cap	2
60	M10*85 Allen bolt	2	83	□ 45*1.5 End cap	4
61	M10*50 Allen bolt	13	84	□ 50*1.5 End cap	3
62	M10*18 Allen bolt	6	85	□ 50*2 End cap	2
63	M10*110 Carriage bolt	2	86	50*70*1.5 End cap	1
64	M10*70 Carriage bolt	6	87	50*70*2 End cap	2
65	M12*20 Allen bolt	2	88	□ 50*□ 45 sleeve	3

Exploded Parts List

89	Ø25 end cap	1
90	Ø38* Ø27*26 bushing	2
91	Ø50* Ø16*25 Plastic bushing	2
92	Rubber bumper	2
93	Ø29*20*81 bushing	2
94	50*170 anti slip	1
95	Ø25* Ø22* Ø16*10 bushing	4
96	Ø25* Ø22* Ø16*10 bushing	2
97	Ø32* Ø20 *25 bushing	4
98	13*26*1.5 End cap	2
99	M6X16 philips screw	2
100	Ø25*1.5 end cap	6
101	Rubber bumper	2
102	Cable retainer	19
103	Cable retainer bushing	19



GARLANDO SPA
Via Regione Piemonte, 32 - Zona Industriale D1
15068 - Pozzolo Formigaro (AL) - Italy
www.toorx.it - info@toorx.it