

# RBR 530

**Original instructions to be kept**  
**Notice originale à conserver**  
**Conserve estas instrucciones originales**  
**Originalanleitung für Ihre Unterlagen**  
**Istruzioni originali da conservare**  
**De oorspronkelijke handleiding dient bewaard te worden**  
**Manual original a guardar**  
**Instrukcja obsługi do zachowania na przyszłość**  
**Tegye el az eredeti használati utasítást.**  
**Сохраните оригинальную инструкцию**  
**Informații originale care trebuie păstrate**  
**Originál návod uchovať**  
**Originální návod uschovejte**  
**Originalbipacksedel att spara**  
**Запазете оригиналното упътване**  
**Muhafaza edilecek orijinal kullanım kılavuzu**  
**Izvorne upute, sačuvajte za kasniju upotrebu**  
**请保留说明书**  
**請保留原始說明書**  
**보관해야 할 사용설명서 원본**  
**يرجى الاحتفاظ بهذه التعليمات**

**oxylane**

OXYLANE, 4 boulevard de Mons, BP 299  
59 665 VILLENEUVE D'ASCQ CEDEX, FRANCE

IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda - CNPJ : 02.314.041/0022-02

Импортер: ООО "Октобл", 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ "Алтуфьево", владение 3, строение 3

上海莘威运动品有限公司, 上海市闵行区申北路2号 - 合格品 - 中国制造 - GB17498-2008 - EN957 - 举重架

台灣迪卡儂有限公司, 台灣台中市408南屯區大墩南路379號, 諮詢電話: (04) 2471-3612 - 舉重架

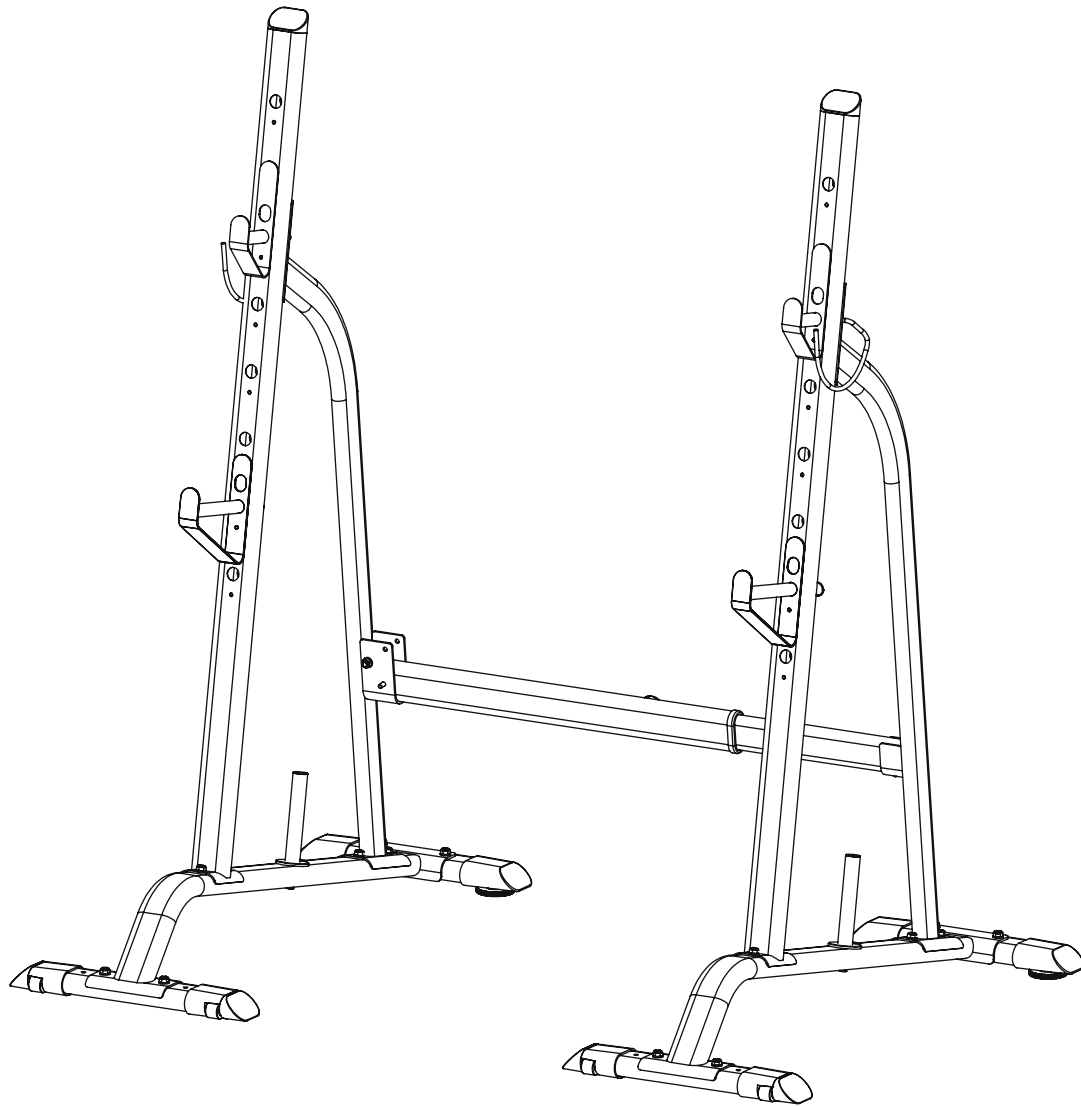
Made in China - Fabricado na China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中國製造

314.926 V1



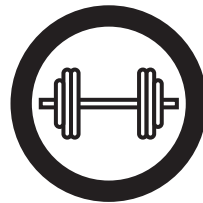
DOMYOS.COM

# RBR 530



**RBR 530**  
38 kg / 84 lbs  
142 x 184 x 116 cm  
56 x 73 x 46 cm

**MAXI**  
250 kg  
550 lbs



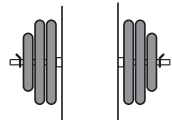
30 min



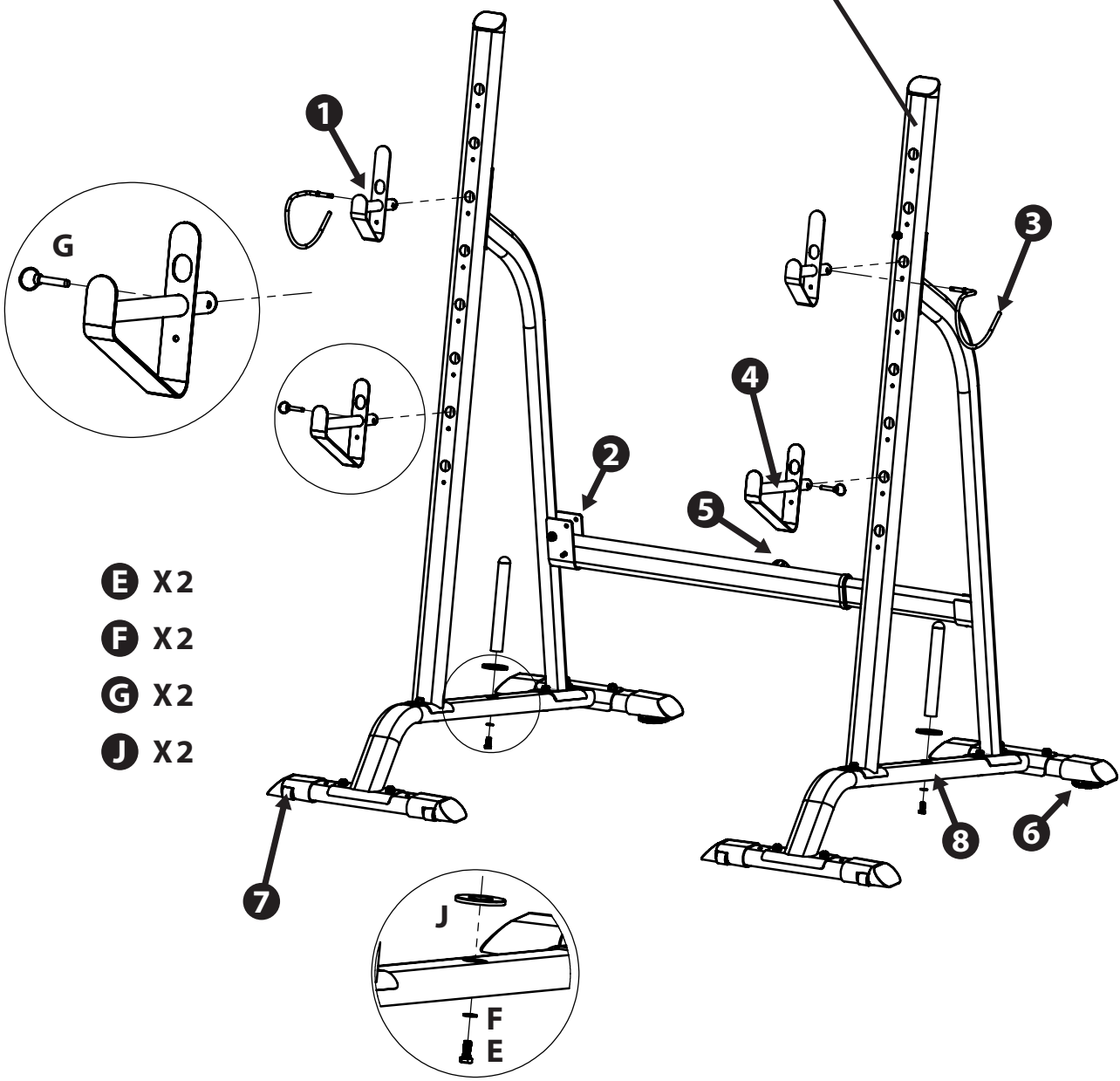
**DOMYOS**

- 1• Weight bench - Repose barres - Reposabarras - Stangenaufgabe - Porta bilancier - Stangsteunen - Suporte para barras - Stojak pod sztangę - Súlyzórtartó - Подставка для штанги - Suport bare haltere - Stojan na činky - Odkládací háky - Stångstöd - Поставка за лостове - Bar sehpaşı - Stalak za šipke - 举重架 - 舉重架 - 역기봉 거치대 - مسند للقضبان.
- 2• Folding mechanism - Mécanisme de pliage - Mecanismo de plegado - Klappmechanismus - Meccanismo di chiusura - Vouwmechanisme - Mecanismo de dobragem - Mechanizm składania - Összehajtó szerkezet - Складное приспособление - Mecanism de pliére - Skladací mechanizmus - Skládací mechanismus - Hopfällningsmekanism - Механизъм за съгване - Katlama mekanizması - Mehanizam za preklapanje - 折疊機制 - 折疊機制 - 접이부 - آلية الطي.
- 3• Anti-tipping hooks - Crochets anti-basculement - Ganchos antivuelco - Kipp-Sicherungshaken - Ganci anti-ribaltamento - Stabiliseringshaak - Ganchos anti-oscilação - Haki zapobiegające przechyleniu - Billenéságtló kampó - Фиксирующие приспособления - Cârlige anti-basculare - Háčiky proti prevráteniu - Svorky bránící překlopení - Säkerhetskrokar som ger tippskydd - Куки против местене - Devrilmeyi engelleyici çengeller - Potpore za sprečavanje prevrtanja - 防摇晃挂钩 - 防摇晃挂钩 - 안전걸이 - عقاف مضاد للتجميع
- 4• Safety stop - Butée de sécurité - Tope de seguridad - Sicherheitsanschlag - Arresto di sicurezza - Veiligheidssteun - Ressalto de segurança - Ogranicznik zabezpieczający - Biztonsági ütköző - Защитный ограничитель - Sistem de siguranță - Bezpečnostná zarážka - Bezpečnostní opěrka - Säkerhetsstopp - Винтов ограничитель - Güvenlik dayanağı - Sigurnosno zaustavljanje - 安全限位块 - 安全限位塊 - 안전고정장치 - دعامة السلامة.
- 5• Pull and turn mechanism - Mécanisme de réglage de l'écartement (pull and turn) - Mecanismo para regular la extensión - Einstellmechanismus des Abstand (ziehen und drehen) - Meccanismo di regolazione della distanza (pull and turn) - Instellingsmechanisme breedte (pull and turn) - Mecanismo de ajuste do desvio (pull and turn) - Mechanizm regulacji rozstawu (pull and turn) - Távolgállító rendszer (pull and turn) - Приспособление для регулировки расстояния вытяжного и поворотного типа - Mecanism de ajustare a distanței (pull and turn) - Mechanismus nastavenia rozostupu (pull and turn) - Mechanismus nastavení šířky (táhnout a otočit) - Mekanism för avståndsställning (drag och vrid) - Механизъм за регулиране на наклона («дръпни и завърти») - Aralık ayar mekanizması («pull and turn») - Mehanizam za podešavanje razmaka (povuci i okrenuti) - 可调节间距 (拉并转动) - 可調節間距 (拉並轉動) - 간격조절부(당겨서 돌리는 방식) - آلية ضبط البعد (اسحب وأدر).
- 6• Adjustable base - Pied ajustable - Pie ajustable - Einstellbarer Fuß - Piede regolabile - Instelbare poten - Pé ajustável - Nózka regulowana - Állítható láb - Регулируемая опора - Picioir reglabil - Nastavitelná noha - Nastavitelná noha - Justerbar fot - Регулируеми крака - Ayarlanabilir ayak - Podesivo postolje - 可调节架脚 - 可調節架腳 - 높이조절 받침대 - ساق قابلة للتعديل.
- 7• Castors - Roulettes de déplacement - Ruedas de desplazamiento - Transportrollen - Rotelle di spostamento - Transportwieltes - Rodinhas de deslocação - Kółka do przemieszczania - Görgök a mozgathoz - Транспортировочные ролики - Rotițe de deplasare - Premiestňovacie kolieska - Přemístovací kolečka - Transporthjul - Колела за транспортиране - Hareket makaraları - Kotači za premještanje - 移动滑轮 - 移動滑輪 - 이동용 바퀴 - بكرات النقل.
- 8• Disk storage - Stockage des disques - Soporte de discos - Aufbewahrung der Scheiben - Porta dischi - Opbergpunt schijven - Armazenamento dos discos - Miejsce na przechowywanie ciężarów - A tárcsák tárolása - Подставка для дисков - Spațiu pentru depozitarea discurilor - Uskladnenie závažia - Trn pro odkládání kotoučů - Skivförvaring - Поставка за дискове - Disklerin depolanması - Pohrana diskova - 可放置铁饼 - 可放置鐵餅 - 바벨 걸이대 - موضع تخزين الأقراص.

**MAXI**

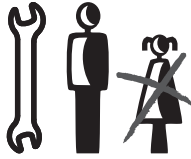


**250 kg / 550 lbs**

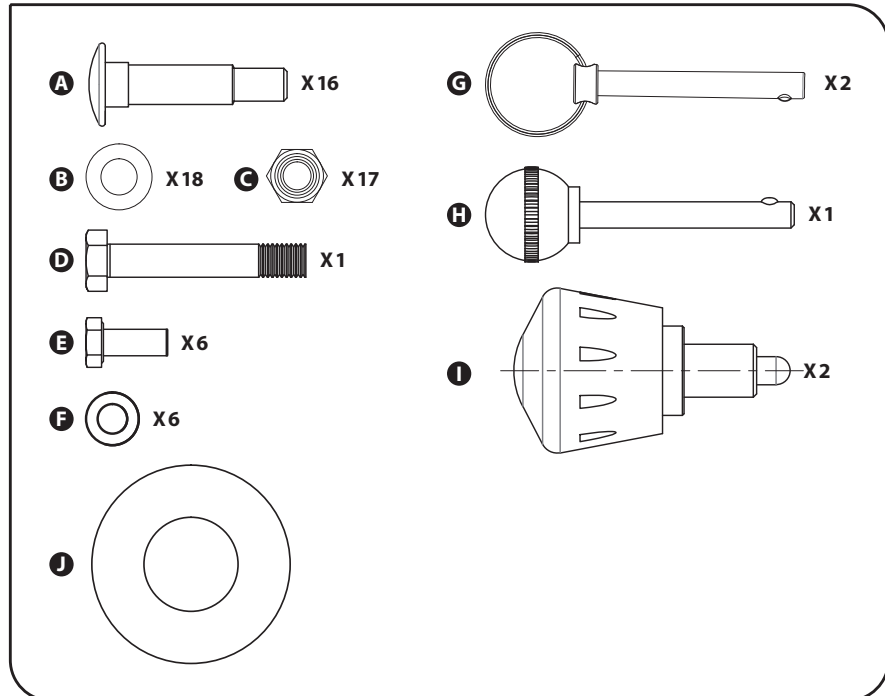


- E** X2
- F** X2
- G** X2
- J** X2

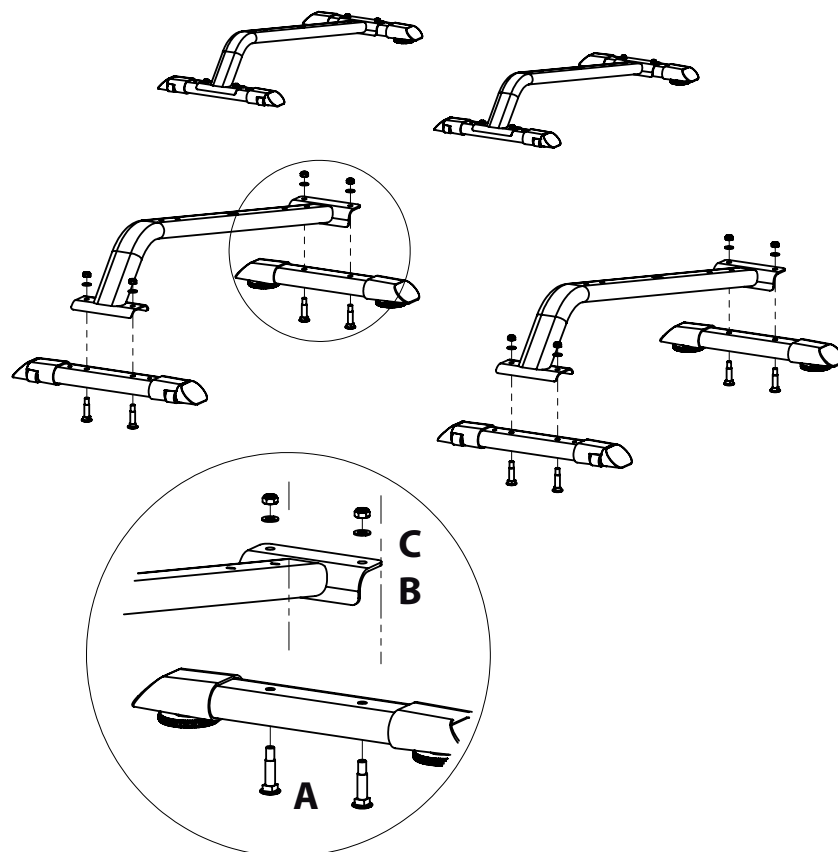
ASSEMBLY • MONTAGE • MONTAJE • MONTAGE • MONTAGGIO • AFWERKING •  
 MONTAGEM • MONTAŽ • SZERELÉS • СБОРКА • MONTARE • MONTÁŽ • MONTÁŽ •  
 MONTERING • МОНТИРАНЕ • MONTAJ • MONTAŽA • 安装 • 安装 • 조립 • التركيب



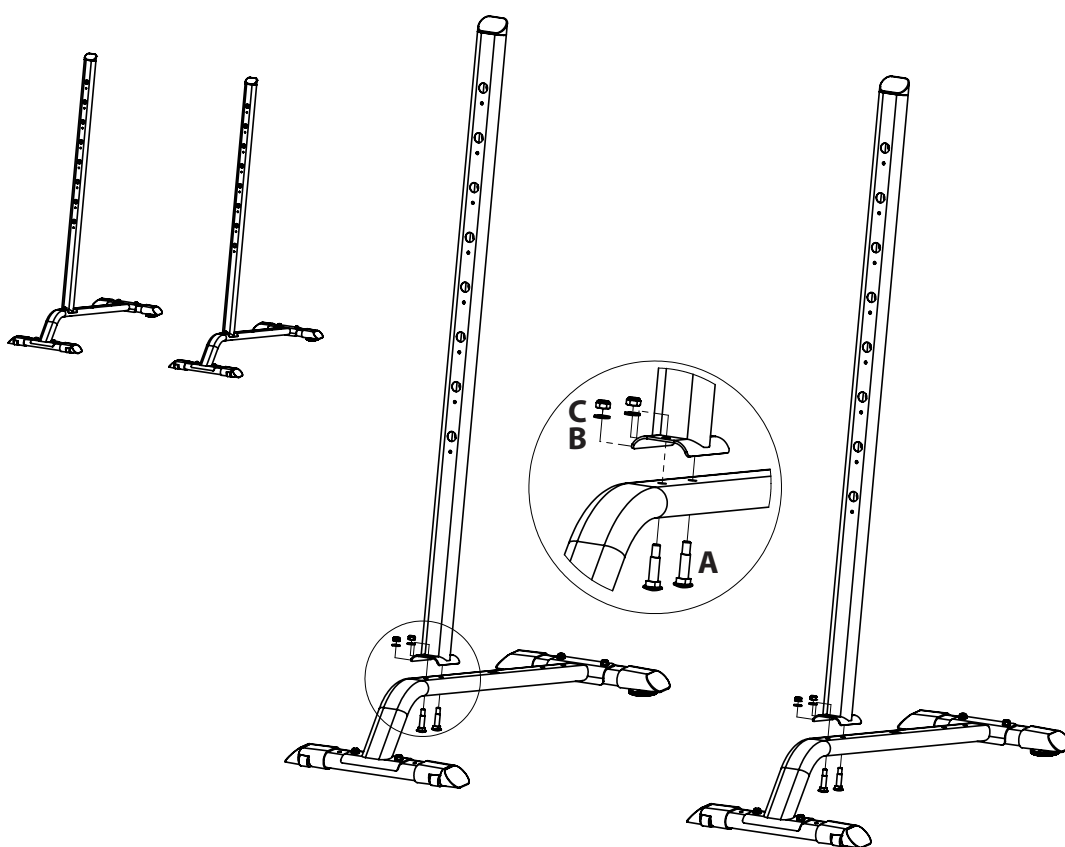
30 min



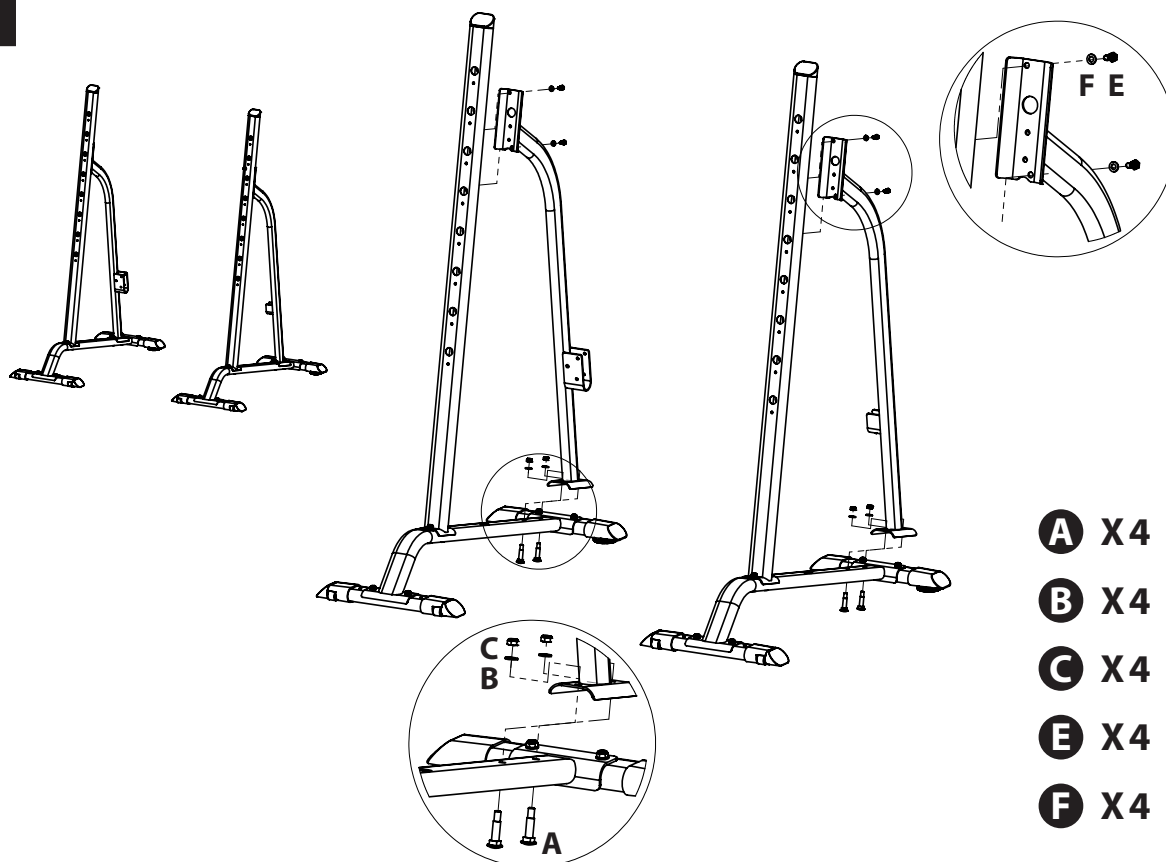
1



2



3



**A** X4

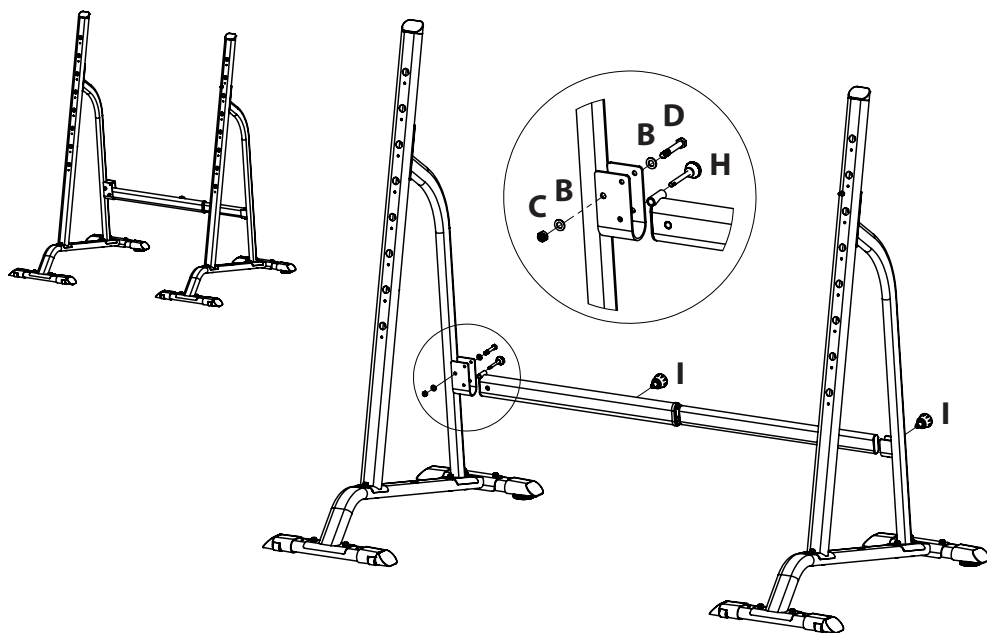
**B** X4

**C** X4

**E** X4

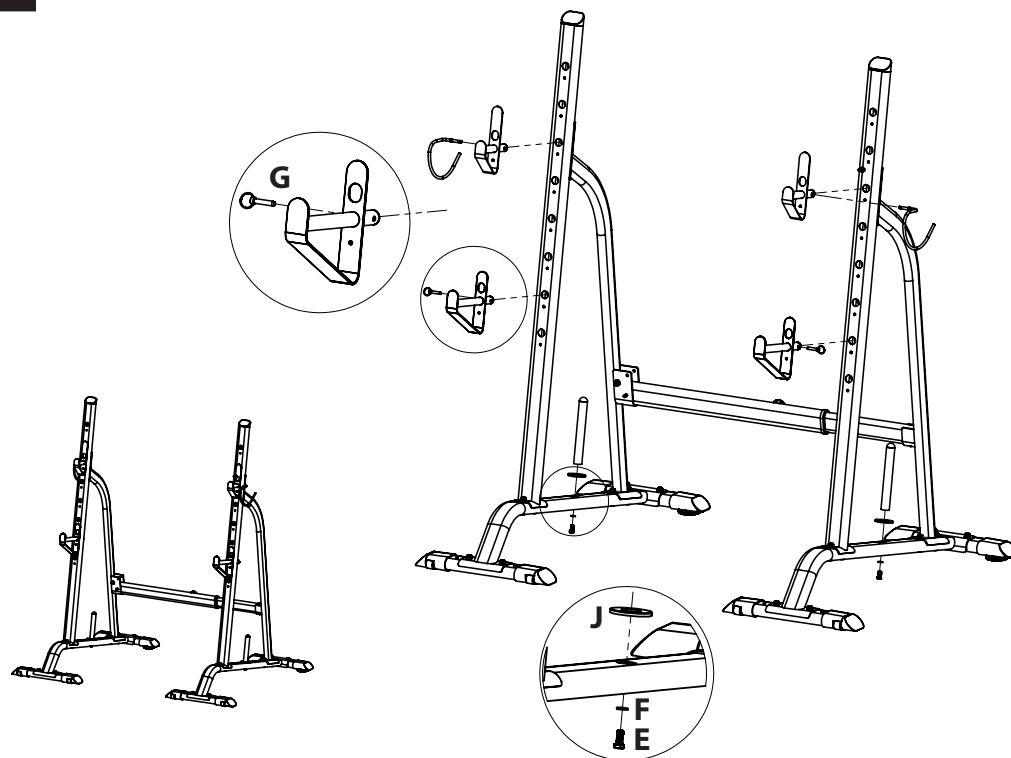
**F** X4

4



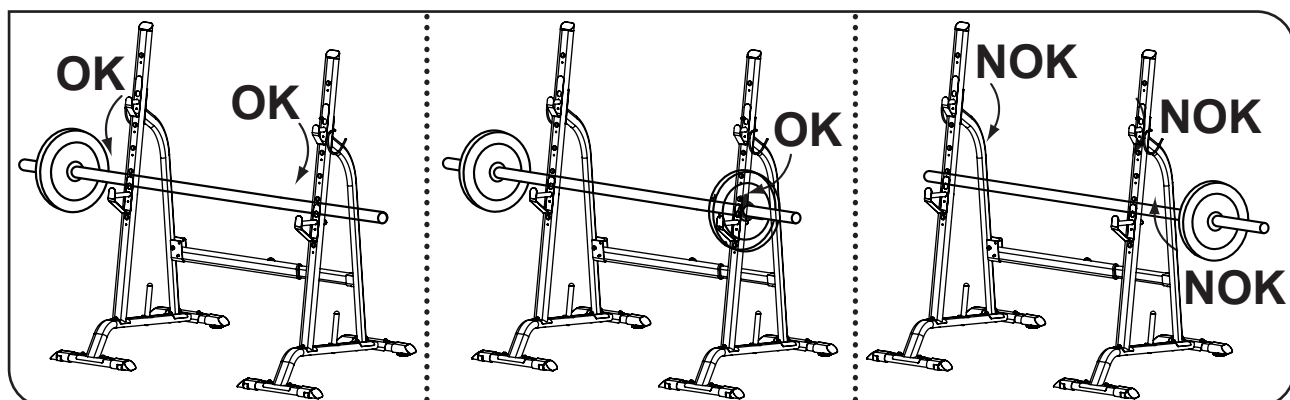
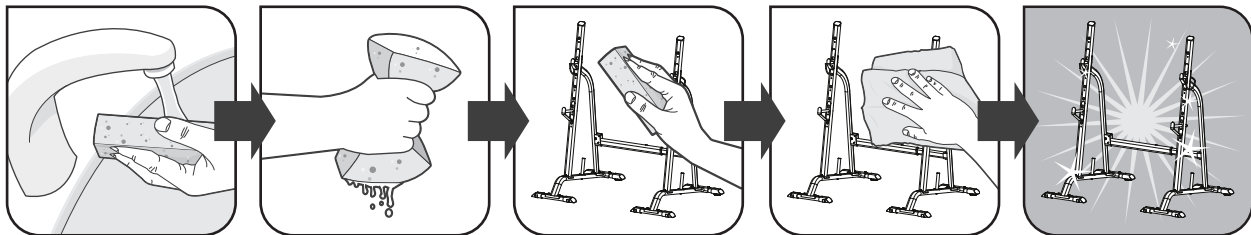
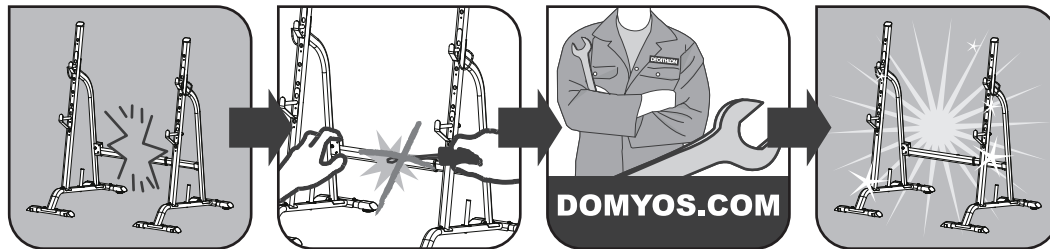
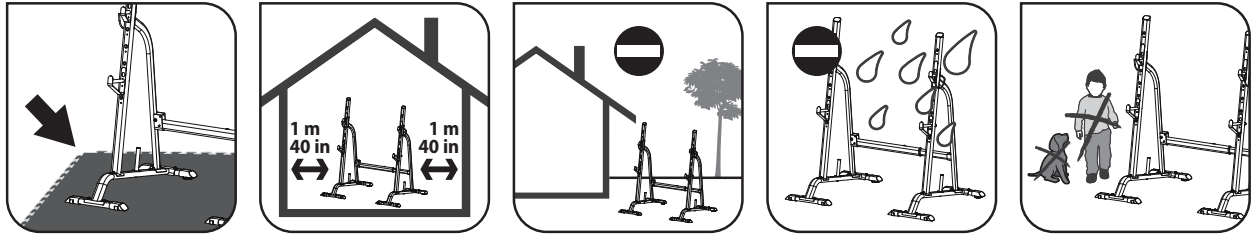
- D** X1
- B** X2
- C** X1
- H** X1
- I** X2

5



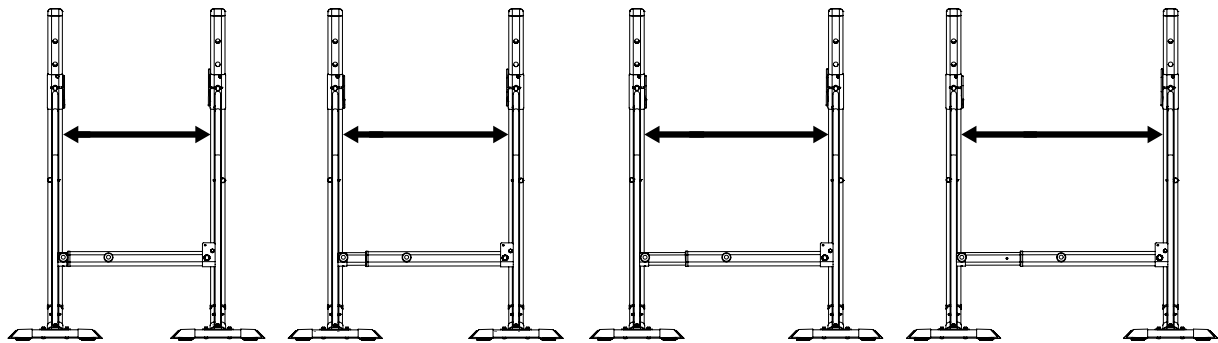
- E** X2
- F** X2
- G** X2
- J** X2

**SAFETY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID •  
 SEGURANÇA • BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ • SIGURANȚĂ  
 • BEZPEČNOST' • BEZPEČNOST • SÄKERHETSANVISNINGAR • БЕЗОПАСНОСТ • GÜVENLİK  
 • SIGURNOST • 安全 • 安全 • 안전 • احتياطات أمية**





**SETTINGS • RÉGLAGES • AJUSTES • EINSTELLUNGEN • REGOLAZIONI • INSTELLINGEN •  
DEFINIÇÕES • REGULACJE • BEÁLLÍTÁSOK • РЕГУЛИРОВКИ • REGLAJE • NASTAVENIA •  
NASTAVENÍ • REGLAGE • РЕГУЛИРАНЕ • AYARLAR • PODEŠAVANJE • 调节 • 調節 • 세팅 •  
الضبط**



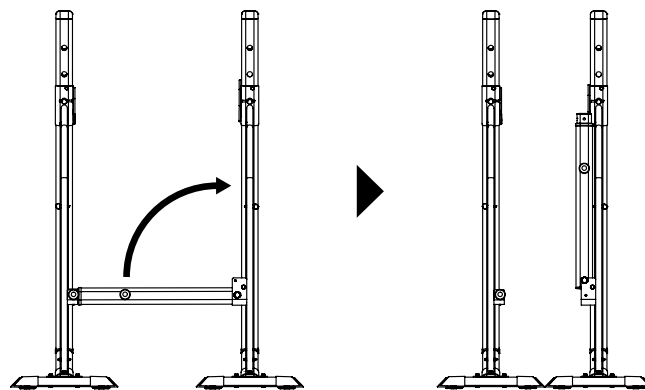
90 cm / 35.44 in

100 cm / 39.38 in

110 cm / 43.31 in

120 cm / 47.25 in

**FOLDING • PLIAGE • PLEGADO • EINKLAPPEN • CHIUSURA • UITKLAPPEN • DOBRAGEM  
• SKŁADANIE • ÖSSZEHAJTÁS • СКЛАДЫВАНИЕ • PLIERE • SKLADANIE • SKLÁDÁNÍ •  
НОПФÄLLNING • СГЪВАНЕ • КАТЛАМА • SKLAPANJE • 折叠 • 折疊 • 접기 • الطي**



Sie haben ein Produkt der Marke DOMYOS gekauft und wir möchten uns für Ihr Vertrauen bedanken.

Egal ob Sie Einsteiger oder Hochleistungssportler sind, ist DOMYOS Ihr Verbündeter um in Form zu bleiben oder um Ihre körperliche Form zu verbessern. Unsere Teams sind ständig darum bemüht, die besten Produkte für Ihre Verwendung zu entwickeln. Sollten Sie jedoch Hinweise, Vorschläge oder Fragen haben, wenden Sie sich bitte über unsere Site DOMYOS.COM an uns. Sie finden darin ebenfalls Ratschläge für die Sportausübung und gegebenenfalls Hilfe. Wir wünschen Ihnen ein angenehmes Training und hoffen, dass dieses DOMYOS-Produkt vollkommen Ihren Erwartungen entsprechen wird.

## ■ VORSTELLUNG

Dieses Produkt ist ein Träger, auf welchem Ihre Stange während Ihrer Übungen aufgelegt werden kann. Es kann für die Kniebeuge sowie für Drückbewegungen in Verbindung mit einer flachen oder neigbaren Bank der Art BA530 verwendet werden.

## ■ SICHERHEITSHINWEISE

**Bitte aufmerksam durchlesen und für ein späteres Nachschlagen aufbewahren.**

1. Der Eigentümer hat sicher zu stellen, dass alle Benutzer des Produkts über sämtliche Vorsichtsmaßnahmen zur Verwendung informiert sind.
2. Bei unsachgemäßer Verwendung lehnt DOMYOS jegliche Verantwortung für Sachschäden oder Körperverletzungen ab.
3. Überprüfen Sie Ihre körperliche Form bei Ihrem Hausarzt. Dies ist besonders für Personen mit einem Alter über 35 Jahren oder Personen die früher Gesundheitsprobleme hatten wichtig.
4. Wenn Sie Schwindel, Übelkeit, Brustschmerzen oder jegliches andere anormale Symptom verspüren, stellen Sie sofort Ihre Übung ein und suchen Sie Ihren Arzt auf, bevor Sie das Training fortsetzen.
5. Dieses Gerät ist für die Familiennutzung (Klasse H) bestimmt. Es ist nicht für eine professionelle und/oder geschäftliche Nutzung geeignet.
6. Tragen Sie zum Schutz Ihrer Füße Sportschuhe. Binden Sie Ihre Haare zusammen. Tragen Sie keine weiten Kleidungsstücke, die Sie behindern könnten. Legen Sie Ihren Schmuck ab.
7. Lassen Sie keine Einstellvorrichtungen hervorstehen.
8. Das Gerät muss auf einer stabilen, flachen und horizontalen Fläche aufgestellt werden.
9. Überprüfen Sie vor jeder Verwendung, ob Ihr Produkt verriegelt ist (Rädchen eingesetzt und festgespannt).
10. Wir empfehlen Ihnen, Ihr Produkt anhand der Löcher, die sich auf den vorderen Füßen befinden, am Boden zu befestigen. Wenden Sie sich bitte an einen Fachmann, um je nach Art des Bodens die Befestigungsteile zu bestimmen.

## ■ INSTANDHALTUNG UND WARTUNG

**Überprüfen Sie für Ihre eigene Sicherheit Ihr Gerät regelmäßig.**

- Spannen Sie die Befestigungsteile nach.
- Kontrollieren Sie die am meisten beanspruchten Verschleißteile.
- Wechseln Sie fehlerhafte Teile sofort aus.
- Nehmen Sie Ihr Gerät bis zu seiner Reparatur nicht mehr in Betrieb.

## ■ VERWENDUNGSEMPFEHLUNGEN

- Wärmen Sie sich vor jedem Workout auf.
- Führen Sie alle Bewegungen regelmäßig und keinesfalls ruckartig aus.
- Halten Sie Ihren Rücken gerade (kein Hohlkreuz oder runder Rücken).
- Wenn Sie Einsteiger sind, beginnen Sie mehrere Wochen lang mit kurzen Serien. Übertreiben Sie es nicht, um Ihre Muskeln langsam an die Anstrengung zu gewöhnen.

## ■ HÄNDLERGARANTIE

DOMYOS gewährt für dieses Produkt unter normalen Benutzungsbedingungen eine Garantie von 5 Jahren für die Struktur und 2 Jahren für die anderen Teile und Arbeitszeit, dies ab Kaufdatum, wobei der Kassenbeleg als Nachweis gilt.

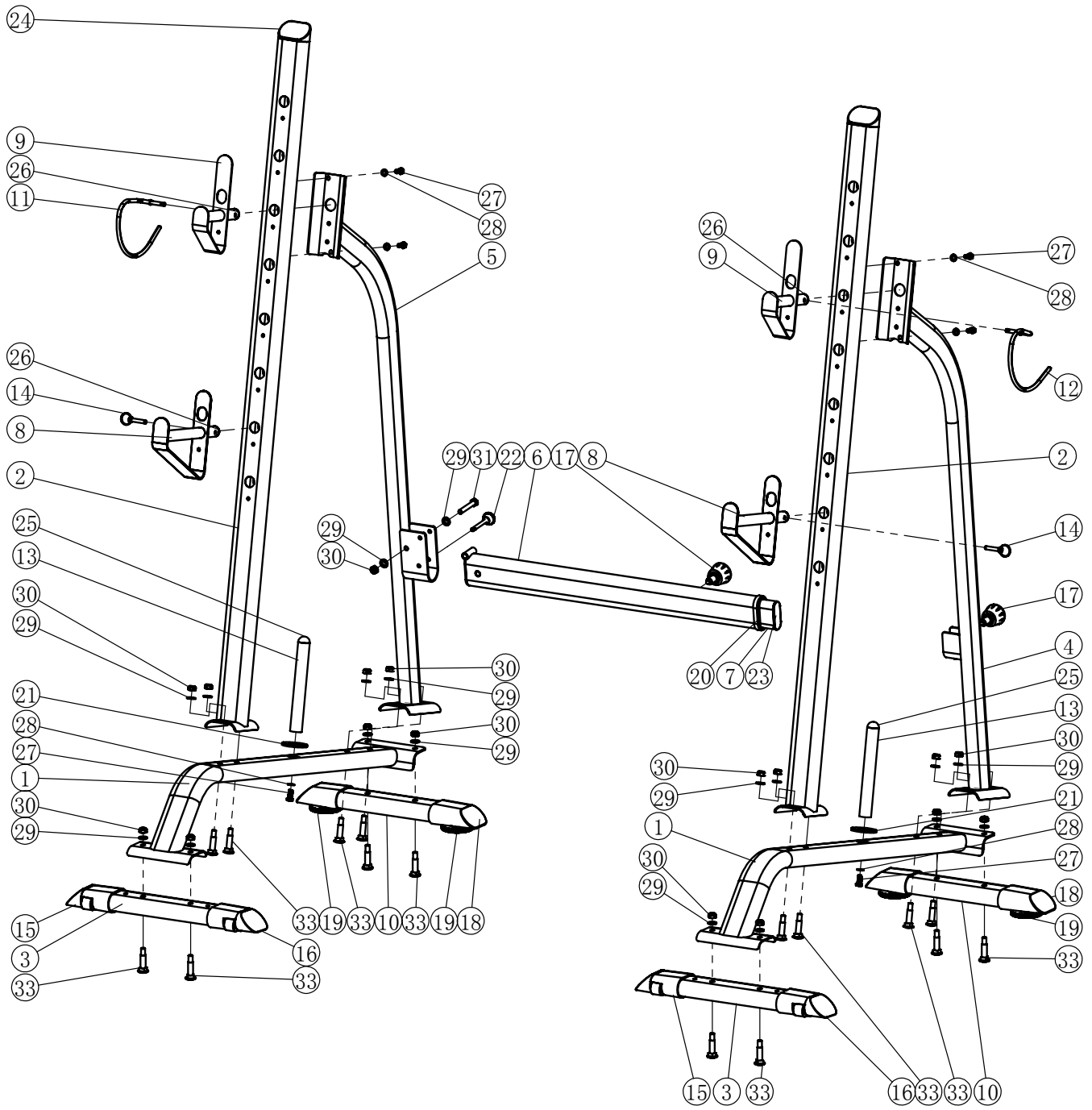
Die garantierten Verpflichtungen von DOMYOS beschränken sich auf den Austausch oder die Reparatur des Produkts nach Ermessen von DOMYOS.

Diese Garantie erstreckt sich nicht auf:

- Transportschäden
- Verwendung und/oder Lagerung im Freien oder in einer feuchten Umgebung
- Unsachgemäße Montage
- Bedienungsfehler oder unsachgemäßen Gebrauch
- Unsachgemäße Wartung
- Reparaturen die durch nicht von DOMYOS berechnete Techniker durchgeführt wurden
- Verwendung außerhalb des privaten Rahmens

Diese Händlergarantie schließt nicht die gesetzlich anzuwendende Garantie im Land des Kaufes aus.

Um die Garantie Ihres Produktes in Anspruch zu nehmen, siehe bitte letzte Seite Ihrer Gebrauchsanleitung.



**AFTER-SALES SERVICE • SERVICE APRÈS-VENTE • SERVICIO POSVENTA • KUNDENDIENST • SERVIZIO ASSISTENZA POST-VENDITA • AFTERSALES AFDELING • ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA • SERWIS PO SPRZEDAŻY • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА • SERVICIU POST-VÂNZARE • POPREDAJNÝ SERVIS • POPRODEJNÍ SERVIS • EFTERMARKNAD • СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ • SATIŞ SONRASI SERVİSİ • SERVIS NAKONPRODAJE • 售后服务 • 售後服務 • 애프터서비스 • بعد خدمة البيع**

**FRANCE**

Besoin d'assistance ?  
Retrouvez-nous sur le site internet [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (coût d'une connexion internet) ou contactez le centre de relation clientèle, muni d'un justificatif d'achat, au 0800 71 00 71 (appel gratuit depuis un poste fixe en France métropolitaine).

**ESPAÑA**

¿Necesita asistencia?  
Nos puede encontrar en el sitio web [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (coste de conexión de internet) o contacte con el centro de atención al cliente, con el ticket de compra, a 914843981 para ayudarlo a abrir un dossier spv (servicio de post venta, llamada gratuita desde un telefono fijo desde España).

**ITALIA**

Hai bisogno di assistenza?  
Ci trovi sul sito [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (costo di una connessione internet) o chiama il Servizio Assistenza Clienti, munito dello scontrino fiscale, al 199 122 326 (11,88 cent'euro al min + IVA).

**BELGIQUE**

Besoin d'assistance ?  
Retrouvez le service après vente sur le site internet [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (coût d'une connexion internet) qui vous permet d'effectuer une demande d'assistance si besoin.

**BELGIË**

Bijstand nodig?  
U vindt de dienst na verkoop terug op de website [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (kost van internetverbinding). Hier kan u een bijstandsaanvraag indienen indien nodig.

**中国**

你需要帮助吗？  
请访问我们的网站 [www.domyos.cn](http://www.domyos.cn) 或拨打我们的全国免费客服电话 4009-109-109。温馨提示：拨打电话前，请找到您的购物凭证。

**OTHER COUNTRIES**

Need help?  
Find us on our website [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (cost of an internet connection) or go to the front desk of one of the stores where you bought the product, with proof of purchase.

**AUTRES PAYS**

Besoin d'assistance ?  
Retrouvez-nous sur le site internet [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (coût d'une connexion internet) ou présentez-vous à l'accueil d'un magasin de l'enseigne où vous avez acheté votre produit, muni d'un justificatif d'achat.

**OTROS PAÍSES**

¿Necesita asistencia?  
Nos puede encontrar en el sitio web [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (coste de conexión de internet) o preséntese con el justificante de compra en la recepción de la tienda de la marca donde haya comprado el producto.

**ANDERE LÄNDER**

Brauchen Sie Hilfe?  
Besuchen Sie unsere Internet-Site [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (Kosten des Internetanschlusses) oder wenden Sie sich an die Empfangsstelle des Geschäfts der Marke, in welchem Sie Ihr Produkt gekauft haben. Legen Sie bitte Ihren Kaufnachweis vor.

**ALTRI PAESI**

Bisogno di assistenza?  
Ci potete trovare sul sito Internet [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (costo di una connessione Internet) o potete recarvi all'accoglienza di un negozio del marchio in cui avete comprato il prodotto, muniti di un giustificativo di acquisto.

**OVERIGE LANDEN**

Nog vragen?  
Raadpleeg onze internetsite [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (kosten internetverbinding) of ga naar de ontvangsbalie van de winkel waarin u het product heeft gekocht. Neem het aankoopbewijs mee.

**OUTROS PAÍSES**

Precisa de assistência?  
Contacte-nos através do site da Internet [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (custo de uma ligação à Internet) ou dirija-se à recepção da loja da marca onde adquiriu o seu produto, com o respectivo comprovativo de compra.

**INNE KRAJE**

Potrzebujesz pomocy?  
Znajdź nas na stronie internetowej [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (koszt jednego połączenia internetowego) lub wróż do dowodem zakupu zgłoś się do punktu obsługi sklepu firmowego lub tam, gdzie dokonałeś zakupu produktu.

**MÁS ORSZÁGOK**

Segítségre van szüksége?  
Keressen meg minket internetes honlapunkon [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (internetcsatlakozás ára), vagy forduljon személyesen egyik üzletünk vevőszolgálatához, amely üzletben vásárolta a terméket, a vásárlási bizonylattal.

**ДРУГИЕ СТРАНЫ**

Нужна поддержка?  
Обратитесь к нам через наш интернет-сайт [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.

**ALTE ȚĂRI**

Aveți nevoie de asistență?  
Ne puteți găsi pe site-ul [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (prețul unei conexiuni la internet) sau vă puteți prezenta la serviciul de relații cu clienții al magazinului firmei de la care ați achiziționat produsul, având asupra dumneavoastră dovada cumpărării.

**OSTATNÉ KRAJINY**

Potrebujeate asistenciu?  
Nájdite si nás na internetových stránkach [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (cena internetového pripojenia), alebo sa obráťte na oddelenie styku so zákazníkom v obchode, kde ste svoj výrobok zakúpili a popritom nezabudnite predložiť doklad o kúpe.

**OSTATNÍ ZEMĚ**

Potřebujete pomoc?  
Kontaktujte nás na našich internetových stránkách [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (cena za internetové připojení) nebo přijďte na recepci jedné z prodejen značky, kde jste koupili váš výrobek, a předložte doklad o nákupu.

**ANDRA LÄNDER**

Behöver du hjälp?  
Hitta oss på hemsidan [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (kostnad för internetanslutning tillkommer) eller gå till kundtjänsten i butiken där du köpte produkten, med ditt inköpsbevis.

**ДРУГИ ДЪРЖАВИ**

Имате нужда от помощ?  
Моля, посетете нашия сайт: [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (цената на интернет връзка) или отидете в отдел "Обслужване на клиенти" на магазина, където сте купили продукта, като носите със себе си документ, доказващ направената покупка.

**DIĞER ÜLKELER**

Yardıma mı ihtiyacınız var?  
[www.domyos.com](http://www.domyos.com) internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığınız mağazanın danışma bölümüne başvurabilirsiniz.

**OSTALE ZEMLJE**

Potrebna vam je pomoć?  
Pronađite nas na internetskoj stranici [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predocjenje računa.

**其他國家**

需要帮助？  
请登陆 [www.domyos.com](http://www.domyos.com) 与我们联系（普通上网费用）或携带购物发票至您购买产品的商店信息咨询处咨询。

**其他國家**

需要幫助？  
請登陸 [www.domyos.com](http://www.domyos.com) 與我們聯繫（普通上網費用）或攜帶購物發票至您購買產品的商店的信息諮詢處諮詢。

**기타 국가**

도움이 필요하십니까?  
홈페이지 [www.domyos.com](http://www.domyos.com) 에 접속하거나(인터넷 접속비 소요) 구매의 증거를 지참하고 제품을 구매하신 저희 매장의 안내 데스크를 찾아 주십시오.

**دول أخرى**

هل تحتاج إلى مساعدة؟  
اتصل على عبر موقعنا الإلكتروني [www.domyos.com](http://www.domyos.com) (تكلفة اتصال بالإنترنت) أو توجه إلى المحل الذي اشتريت منه المنتج والذي يوجد به علامة الشركة، واحرص على تقديم إثبات الشراء.