



3	ENGLISH
6	FRANÇAIS
9	ESPAÑOL



PRODUCT INFORMATION

IMPORTANT SAFETY INFORMATION

It is the responsibility of the owner of the Matrix retail product to read the owner's manual and to understand and abide by all warnings.

Do not use any equipment in any way other than designed or intended by the manufacturer. It is imperative that Matrix equipment be used properly to avoid injury.

INSTALLATION

STABLE AND LEVEL SURFACE: Matrix exercise equipment must be installed on a stable base and properly leveled.

MAINTENANCE

1. DO NOT use any equipment that is damaged and or has worn or broken parts. Use only replacement parts supplied by your country's local Matrix dealer.
2. **MAINTAIN LABELS AND NAMEPLATES:** Do not remove labels for any reason. They contain important information. If unreadable or missing, contact your Matrix dealer for a replacement.
3. **MAINTAIN ALL EQUIPMENT:** Preventative maintenance is the key to smooth operating equipment as well as keeping your liability to a minimum. Equipment needs to be inspected at regular intervals.
4. Ensure that any person(s) making adjustments or performing maintenance or repair of any kind is qualified to do so.

ADDITIONAL NOTES

This equipment should only be used in supervised areas where access and control is specifically regulated by the owner. It is up to the owner to determine who is allowed access to this training equipment. The owner should consider a user's-degree of reliability, age, experience, etc.

This training equipment meets industry standards for stability when used for its intended purpose in accordance with the instructions provided by the manufacturer.

This equipment is for indoor use only. This training equipment is a Class H product (designed for use in a home environment only). This training equipment is in compliance with EN ISO 20957-1 and EN ISO 20957-4.

UNPACKING

Thank you for purchasing a Matrix Fitness product. It is inspected before it is packaged. It is shipped in multiple pieces to facilitate the compact packaging of the machine. Prior to assembly, confirm all the components by matching them with the exploded diagrams. Carefully unpack the unit from this box and dispose of the packing materials in accordance with your local laws.

CAUTION

To avoid injury to yourself and prevent damage to the frame components, be sure to have proper assistance removing the frame pieces from this box. Please be sure to install the equipment on a stable base, and properly level the machine. Ensure a minimum clearance width of 0.6 meters (24") for access to and passage around Matrix strength equipment. Please note, 0.91 meters (36") is the ADA recommended clearance width for individuals in wheelchairs.

WARRANTY

Contact your local authorized Matrix representative to find out how we're protecting your Matrix fitness equipment today, tomorrow and years down the road.

WARNING

DEATH OR SERIOUS INJURY CAN OCCUR ON THIS EQUIPMENT. FOLLOW THESE PRECAUTIONS TO AVOID INJURY!

1. Keep children under the age of 14 away from this strength training equipment. Teenagers must be supervised at all times while using this equipment.
2. This equipment is not intended for use by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the equipment by a person responsible for their safety.
3. All warnings and instructions should be read and proper instruction obtained prior to use. Use this equipment for its intended purpose ONLY.
4. Inspect the machine before use. DO NOT use machine if it appears damaged or inoperable.
5. Do not exceed weight capacity of this equipment.
6. ALWAYS use a spotter if using free weights.
7. Balance the weight applied to this equipment and/or any barbell. Where applicable, use retention devices to retain weight discs.
8. Injuries to health may result from incorrect or excessive training. Cease exercise if you feel faint or dizzy. Obtain a medical exam before beginning an exercise program.
9. Keep body, clothing, hair, and fitness accessories free and clear of all moving parts.
10. Adjustable stops, where provided, must be used at all times.
11. When adjusting any adjustable mechanism (stop position, seat position, pad location, range of motion limiter, pulley carriage, or any other type), make certain that the adjustable mechanism is fully engaged prior to use to prevent unintended motion.
12. Manufacturer recommends that this equipment be secured to the floor to stabilize and eliminate rocking or tipping over. Use a licensed contractor.
13. If equipment is NOT secured to floor: NEVER allow resistance straps, ropes or other means to be attached to this equipment, as this may result in serious injury. NEVER use this equipment for support during stretching, as this may result in serious injury.
14. DO NOT REMOVE THIS LABEL. REPLACE IF DAMAGED OR ILLEGIBLE.

Plate-loaded / Free Weight Thin
1000368439



PRODUCT INFORMATION

PROPER USAGE

1. Do not exceed weight limits of the exercise device.
2. If applicable, set safety stops to appropriate height.
3. If applicable, adjust seat pads, leg pads, foot pads, range of motion adjustment, or any other type of adjustment mechanisms to a comfortable start position. Make certain that the adjusting mechanism is fully engaged to prevent unintentional movement and to avoid injury.
4. Sit on bench (if applicable) and get into appropriate position for exercise.
5. Exercise using no more weight than you can safely lift and control.
6. In a controlled manner, perform exercise.
7. Return weight to its fully-supported start position.

MAINTENANCE CHECKLIST	
ACTION	FREQUENCY
Inspect Hardware ²	Monthly
Inspect Frame ³	Bi-Annually
Clean Machine	As Needed
Clean Grips ¹	As Needed

¹ Upholstery & Grips should be cleaned with a mild soap and water or a non-ammonia based cleaner.

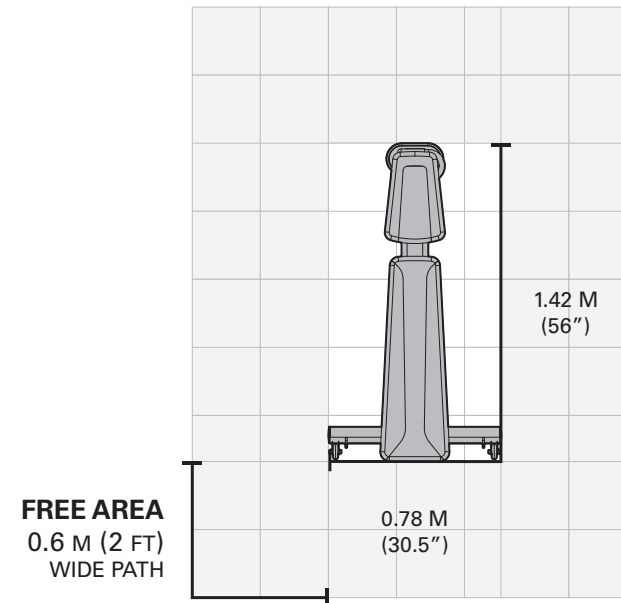
² Inspect bolts and other fasteners to ensure they are fully tightened and unit operates as intended.

³ Inspect frame for damaged, worn or broken parts.

CARE AND MAINTENANCE

Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair. Pay special attention to components most susceptible to wear.

TRAINING AREA



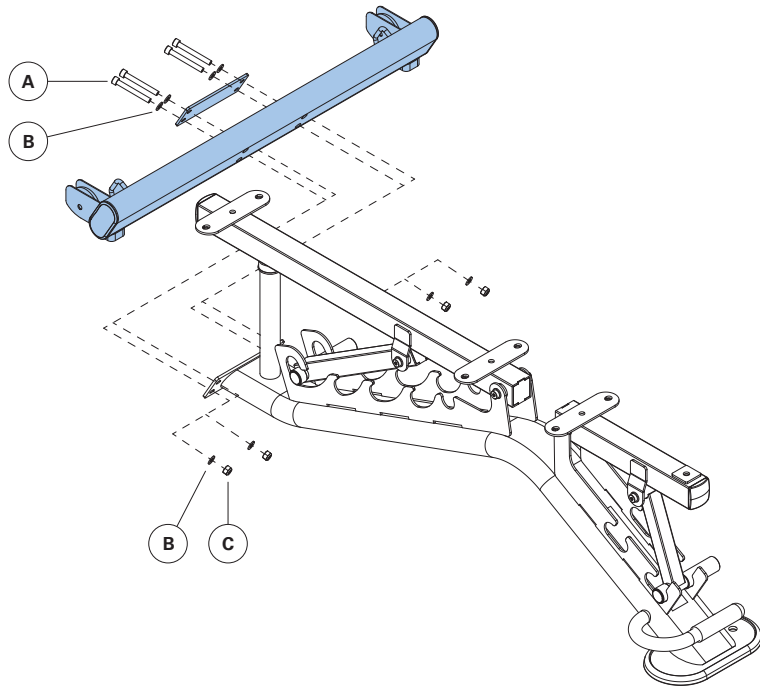
PRODUCT SPECIFICATIONS	
Product Weight	36 kg / 79.5 lbs
Max Training Weight	159 kg / 350 lbs
Max User Weight	136 kg / 300 lbs
Overall Dimensions (L x W x H)	142.4 x 77.5 x 43.7 cm / 56 x 30.5 x 17.25"



ASSEMBLY

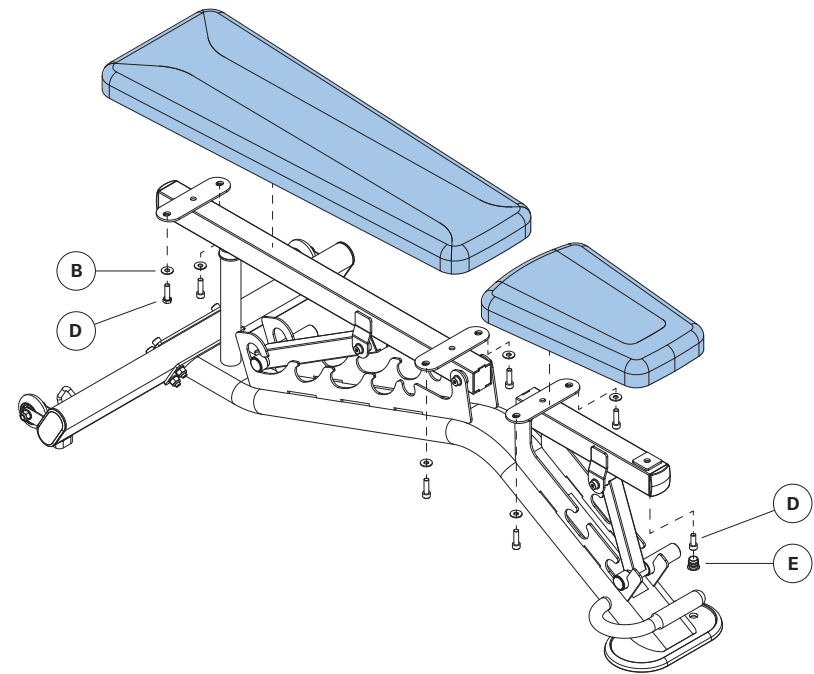
1	Hardware	Qty
A	Bolt (M10x75L)	4
B	Flat Washer (M10)	8
C	Nut (M10)	4

Torque Value
30 Nm / 22 ft-lb



2	Hardware	Qty
D	Bolt (M10x25L)	7
B	Flat Washer (M10)	6
E	Bolt Cap	1

Torque Value
10 Nm / 7 ft-lb



ASSEMBLY COMPLETE



INFORMATION

INFORMATIONS IMPORTANTES DE SÉCURITÉ

Il incombe au propriétaire du produit de détail Matrix de lire le manuel du propriétaire et de comprendre et respecter tous les avertissements.

N'utilisez les appareils pour aucun autre usage que celui pour lequel ils ont été prévus ou conçus par le fabricant. Pour éviter les blessures, il est impératif que les appareils MATRIX soient utilisés correctement.

INSTALLATION

SURFACE STABLE ET PLANE : l'appareil d'exercice MATRIX doit être installé sur une surface stable et plane.

MAINTENANCE

1. N'utilisez PAS un appareil endommagé et/ou présentant des pièces usagées ou cassées. N'utilisez que des pièces de rechange fournies par votre revendeur local MATRIX.
2. **VÉRIFIEZ RÉGULIÈREMENT L'ÉTAT DES ÉTIQUETTES ET DES PLAQUES SIGNALÉTIQUES** : ne les enlevez en aucun cas. Elles contiennent des informations importantes. Si elles sont manquantes ou deviennent illisibles, contactez votre revendeur MATRIX afin de les faire remplacer.
3. **MAINTENEZ L'ENSEMBLE DE L'APPAREIL EN BON ÉTAT** : réaliser un entretien préventif est essentiel au bon fonctionnement de l'appareil tout en limitant votre responsabilité en cas d'incident. L'appareil doit être vérifié régulièrement.
4. Assurez-vous que l'entretien, les réglages ou les réparations sont effectués par une personne qualifiée. Les revendeurs MATRIX fourniront, sur demande, des formations relatives à l'entretien et à la maintenance.

REMARQUES SUPPLÉMENTAIRES

L'appareil doit être utilisé uniquement dans des zones surveillées où l'accès est réglementé et soumis au contrôle du propriétaire de l'appareil. Il appartient au propriétaire de l'appareil de déterminer les personnes pouvant utiliser cet appareil d'entraînement. Le propriétaire doit considérer des critères tels que l'âge, le degré de fiabilité et le niveau d'expérience.

Cet appareil d'entraînement répond aux normes du secteur concernant la stabilité lorsqu'il est utilisé aux fins prévues et conformément aux instructions fournies par le fabricant.

Cet appareil convient à un usage intérieur uniquement. Cet équipement d'entraînement est un produit de classe H (conçu pour une utilisation au domicile uniquement). Cet équipement d'entraînement est conforme aux normes EN ISO 20957-1 et EN ISO 20957-4.

DÉBALLAGE

Nous vous remercions d'avoir acheté un produit de remise en forme MATRIX Fitness. L'appareil fait l'objet d'une inspection avant d'être emballé. Il est expédié en pièces détachées afin de permettre un envoi plus compact de la machine. Avant le montage de l'appareil, vérifiez que vous disposez de tous les composants en les comparant avec ceux des diagrammes en vue éclatée. Enlevez l'appareil avec précaution du carton et jetez les produits d'emballage conformément à la réglementation locale.

ATTENTION

Afin d'éviter de vous blesser et d'endommager les composants du châssis, demandez à d'autres adultes compétents de vous aider lors du retrait des pièces de châssis du carton. Veillez à installer l'appareil sur une surface stable, plane et de niveau. Respectez une largeur d'espace libre minimale de 0,6 m (24 po) afin de pouvoir avoir accès et vous déplacer autour de l'appareil de musculation MATRIX. Veuillez noter toutefois que la largeur de dégagement recommandée par le CNCPH (Conseil National Consultatif des Personnes Handicapées) est de 0,91 m afin de faciliter l'accès aux personnes en fauteuil roulant.

GARANTIE

En tant que promesse de qualité, Matrix offre des garanties sur tout ce que nous fabriquons. Contactez votre revendeur agréé Matrix local pour savoir comment nous protégeons votre équipement de fitness Matrix aujourd'hui, demain et dans les années à venir.

AVERTISSEMENT

DES BLESSURES GRAVES OU MÊME LA MORT PEUVENT SURVENIR SUR CET ÉQUIPEMENT. SUIVEZ CES DIRECTIVES POUR ÉVITER LES BLESSURES!

1. Tenez les enfants de moins de 14 ans à distance de cet équipement d'entraînement. Les adolescents doivent être supervisés en tout temps lorsqu'ils utilisent cet équipement.
2. Cet équipement n'est pas destiné à être utilisé par des personnes ayant un handicap physique, sensoriel ou mental, manquant d'expérience ou de connaissance, à moins qu'elles soient supervisées ou qu'elles aient été renseignées sur l'utilisation de l'équipement par une personne responsable de leur sécurité.
3. Tous les avertissements et toutes les instructions doivent être lus et obtenus avant l'utilisation. Utilisez cet équipement UNIQUEMENT pour l'usage auquel il est destiné.
4. Inspectez l'appareil avant de l'utiliser. N'utilisez PAS l'appareil s'il semble endommagé ou non fonctionnel.
5. Ne dépassez pas la capacité pondérale de cet appareil.
6. Utilisez TOUJOURS une butée lors de l'utilisation des poids libres.
7. Équilibrez le poids appliqué à cet équipement et/ou à toute barre à disques. Utilisez des dispositifs de retenue pour retenir les poids si cela est nécessaire.
8. Des atteintes à la santé peuvent résulter d'un entraînement incorrect ou excessif. Cessez l'entraînement si vous vous sentez faible ou étourdi. Passez un examen médical avant de commencer tout programme d'exercice.
9. Gardez le corps, les cheveux, les vêtements et les accessoires d'entraînement libres et hors de la portée des pièces en mouvement.
10. Les butées réglables, lorsqu'elles sont fournies, doivent être utilisées en tout temps.
11. Lors du réglage de tout mécanisme réglable (position des butées, position du siège, emplacement du coussin, limiteur d'intervalle de mouvement, poulie ou tout autre type de mécanisme), assurez-vous que le mécanisme réglable est pleinement engagé avant l'utilisation pour empêcher tout mouvement indésirable.
12. Le fabricant recommande que cet équipement soit fixé au sol pour le stabiliser et éliminer tout basculement. Ayez recours à un entrepreneur agréé.
13. Si cet équipement n'est PAS fixé au sol : N'attachez JAMAIS de sangles de résistance, de cordes ou d'autres objets à cet équipement puisque cela pourrait causer de graves blessures. N'utilisez JAMAIS cet équipement pour obtenir du support durant l'étirement puisque cela pourrait entraîner de graves blessures.
14. N'ENLEVEZ PAS CETTE ÉTIQUETTE. REMPLACEZ-LA SI ELLE EST ENDOMMAGÉE OU ILLISIBLE.

Charge guidée / Poids libre
1000368441



INFORMATION SUR LES PRODUITS

UTILISATION APPROPRIÉE

1. Ne dépassez jamais les limites de poids de l'appareil d'exercice.
2. Le cas échéant, réglez les arrêts de sécurité à la hauteur appropriée.
3. Le cas échéant, ajustez les coussinets de siège, de jambes et de pieds, le réglage de l'amplitude de mouvement ou tout autre type de mécanisme de réglage à une position de départ confortable. Assurez-vous que le mécanisme de réglage est complètement engagé pour empêcher tout mouvement involontaire et éviter les blessures.
4. Asseyez-vous sur un banc (le cas échéant) et placez-vous dans la position appropriée pour faire de l'exercice.
5. Entraînez-vous en n'utilisant jamais plus de poids que vous ne pouvez en soulever et contrôler en toute sécurité.
6. Effectuez les exercices de manière contrôlée.
7. Ramenez le poids à sa position de départ entièrement supportée.

LISTE DE CONTRÔLE DE MAINTENANCE

ACTION	FRÉQUENCE
Inspection du matériel ²	Mensuellement
Inspection du châssis ³	Biannuellement
Nettoyage de la machine	Lorsque le besoin s'en fait sentir
Nettoyage des poignées ¹	Lorsque le besoin s'en fait sentir

¹ Les garnitures et les poignées doivent être nettoyées avec un savon doux et de l'eau ou un nettoyant sans ammoniaque.

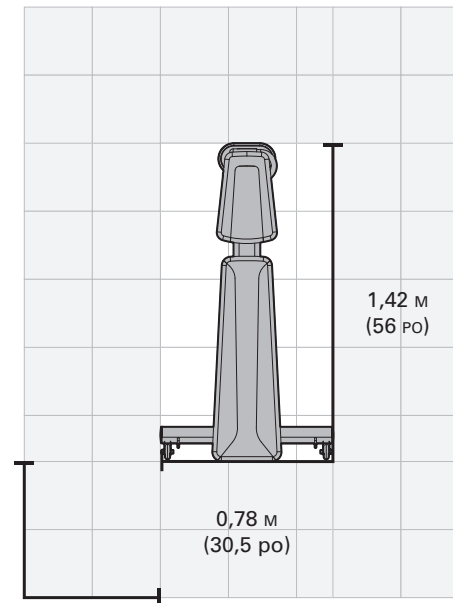
² Vérifiez que les boulons et autres fixations sont correctement serrés et que l'unité fonctionne comme prévu.

³ Vérifiez que le châssis ne présente pas de pièces endommagées, usées ou cassées.

ENTRETIEN ET MAINTENANCE

Remplacez immédiatement les composants défectueux et/ou mettez l'équipement hors service jusqu'à sa réparation. Portez une attention particulière aux composants les plus sensibles à l'usure.

SUPERFICIE D'ENTRAÎNEMENT



SUPERFICIE LIBRE
0,6 M (2 PIEDS)
PASSAGE LARGE

SPÉCIFICATIONS DU PRODUIT

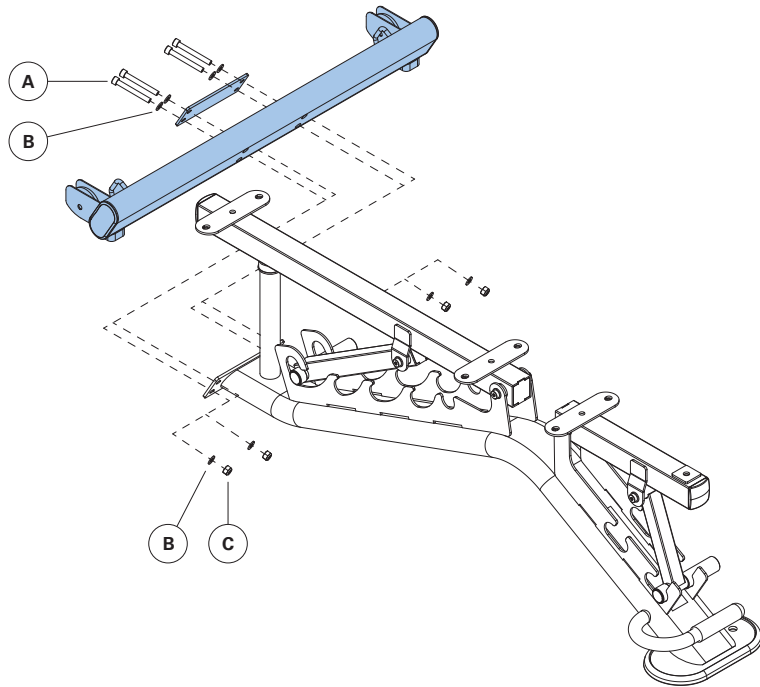
Poids du produit	36 kg / 79,5 lb
Poids max. d'entraînement	159 kg / 350 lb
Poids max. de l'utilisateur	136 kg / 300 lb
Dimensions hors-tout (lo. x la. x ha.)	142,4 x 77,5 x 43,7 cm / 56 x 30,5 x 17,25 po



MONTAGE

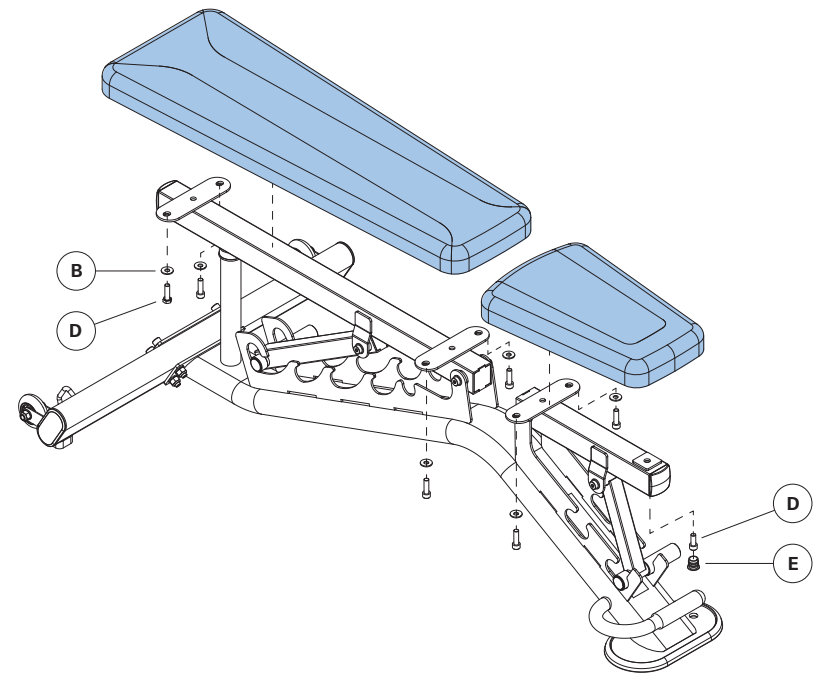
1	Matériel	Qté
A	Boulon (M10x75L)	4
B	Rondelle plate (M10)	8
C	Écrou (M10)	4

Valeur de couple
30 Nm / 22 ft-lb



2	Matériel	Qté
D	Boulon (M10x25L)	7
B	Rondelle plate (M10)	6
E	Bouchon de boulon	1

Valeur de couple
10 Nm / 7 ft-lb



LE MONTAGE EST TERMINÉ



INFORMACIÓN SOBRE EL PRODUCTO

INFORMACIÓN DE SEGURIDAD IMPORTANTE

Es responsabilidad del propietario del producto Matrix leer el manual de usuario y comprender y cumplir todas las advertencias.

No utilice ningún equipo de forma distinta a la prevista o diseñada por el fabricante. Es esencial que el equipo MATRIX se utilice correctamente para evitar lesiones.

INSTALACIÓN

SUPERFICIE ESTABLE Y NIVELADA: El equipo de ejercicio MATRIX se debe instalar sobre una superficie estable y correctamente nivelada.

MANTENIMIENTO

1. **NUNCA** utilice equipos que estén dañados o tengan piezas rotas o desgastadas. Utilice solamente piezas de repuesto suministradas por el distribuidor local de MATRIX en su país.
2. **CONSERVE LAS ETIQUETAS Y LAS PLACAS DE IDENTIFICACIÓN:** No quite las etiquetas en ningún caso. Contienen información importante. Si son ilegibles o faltan, póngase en contacto con su distribuidor de MATRIX para obtener repuestos.
3. **REALICE EL MANTENIMIENTO DE TODO EL EQUIPO:** El mantenimiento preventivo es la clave para que un equipo funcione correctamente, así como para evitar las reclamaciones de responsabilidad por este motivo. El equipo se debe inspeccionar periódicamente.
4. Asegúrese de que todas las personas que realizan ajustes o efectúan tareas de mantenimiento o reparación de cualquier tipo estén cualificadas para ello. Previa solicitud, los distribuidores de MATRIX proporcionarán en nuestras instalaciones cursos de formación sobre la puesta a punto y el mantenimiento.

NOTAS ADICIONALES

Este equipo solo se debe utilizar en zonas supervisadas, en las que el acceso y el control del equipo estén regulados específicamente por el propietario.

El propietario debe determinar quién tendrá acceso a este equipo de entrenamiento.

El propietario debe considerar el grado de fiabilidad, la edad, la experiencia, etc., del usuario.

Este equipo de entrenamiento cumple las normas del sector en lo que respecta a la estabilidad cuando se utiliza para la finalidad prevista, según las instrucciones proporcionadas por el fabricante.

Este equipo está destinado solamente al uso en interiores. Este equipo de entrenamiento es un producto de clase H (diseñado para su uso exclusivo en un entorno doméstico). Este equipo de entrenamiento cumple las normas EN ISO 20957-1 y EN ISO 20957-4.

DESEMBALAJE

Le agradecemos que haya adquirido un producto MATRIX Fitness. Esta máquina se inspecciona antes de su envío. Se envía desmontada para reducir el tamaño del embalaje de la máquina. Antes del montaje, asegúrese de que incluye todos los componentes contrastándolos con los diagramas de despiece. Desembale cuidadosamente la unidad, extráigala de la caja y elimine los materiales de embalaje conforme a las normas locales.

PRECAUCIÓN

Para evitar lesionarse y prevenir posibles daños en los componentes de la estructura, asegúrese de contar con la ayuda adecuada para extraer las piezas de la estructura de la caja. Asegúrese de realizar la instalación del equipo sobre una superficie estable y de nivelar la máquina correctamente. Asegúrese de dejar una distancia mínima de 0,6 metros (24") de acceso y paso alrededor del equipo de fuerza de MATRIX. Tenga en cuenta que la separación recomendada por la Ley sobre personas con discapacidad de EE. UU. (ADA) para las personas con silla de ruedas es de 0,91 metros (36").

GARANTÍA

Como muestra de nuestro compromiso de calidad con usted, Matrix proporciona una garantía de todos sus productos. Póngase en contacto con el distribuidor local autorizado de Matrix para descubrir cómo protegemos su forma de entender el fitness hoy, mañana y en los próximos años.

ADVERTENCIA

ESTE EQUIPO PUEDE PRODUCIR LESIONES GRAVES O, INCLUSO, LA MUERTE. SIGA ESTAS INDICACIONES PARA EVITAR CUALQUIER DAÑO.

1. Los niños de menos de 14 años deben permanecer alejados de este equipo de entrenamiento de fuerza. Los adolescentes deben estar bajo supervisión siempre que utilicen este equipo.
2. Este equipo no está diseñado para su uso por parte de personas con minusvalías físicas, sensoriales o mentales, o que carezcan de la experiencia y los conocimientos suficientes para manejarlo, a menos que una persona responsable de su seguridad los supervise o instruya sobre el uso del equipo.
3. Antes de usarlo, se deben leer todas las advertencias e instrucciones, además de obtener las indicaciones adecuadas. Este equipo solo está destinado al uso previsto.
4. Realice una inspección de la máquina antes de utilizarla. No utilice la máquina si parece estar dañada o inservible.
5. No exceda la capacidad de peso de este equipo.
6. Siempre que realice ejercicios de peso libre, debe haber otra persona que lo observe.
7. Equilibre el peso aplicado a este equipo o a cualquier barra. Utilice bloqueadores de discos si están disponibles.
8. Si entrena de forma incorrecta o excesiva, puede lesionarse. Deje de realizar el ejercicio si se siente fatigado o mareado. Sométase a un examen médico antes de comenzar un programa de ejercicios.
9. Mantenga las partes del cuerpo, las prendas de ropa, el pelo y los accesorios de fitness alejados de las partes móviles.
10. En caso de que se proporcionen topes ajustables, deben utilizarse siempre.
11. Al ajustar cualquier mecanismo ajustable (posición de los topes, posición del asiento, ubicación de la almohadilla, limitador del recorrido, soporte de polea o cualquier otro tipo), asegúrese de que el mecanismo ajustable esté plenamente acoplado antes de su uso para evitar que se produzcan movimientos involuntarios.
12. El fabricante recomienda que este equipo se ancle al suelo para proporcionar estabilidad e impedir oscilaciones o vuelcos. Póngase en contacto con un instalador autorizado.
13. Si el equipo no está anclado al suelo: No permita que se enganchen bandas de resistencia, cuerdas u otros medios a este equipo, dado que podrían producirse graves lesiones. No utilice este equipo para apoyarse durante los estiramientos, dado que podría lesionarse gravemente.
14. **NO quite esta etiqueta. SUSTITÚYALA SI ESTÁ DAÑADA O ES ILEGIBLE.**

Discos cargados/peso libre
1000368447



INFORMACIÓN SOBRE EL PRODUCTO

USO CORRECTO

1. No supere los límites de peso del dispositivo de ejercicios.
2. Cuando corresponda, coloque topes de seguridad a la altura adecuada.
3. Cuando corresponda, ajuste las almohadillas del asiento, las almohadillas para las piernas, las almohadillas para los pies, el rango de movimiento o cualquier otro tipo de mecanismo de ajuste hasta que se encuentre en una posición inicial que le resulte cómoda. Asegúrese de que el mecanismo de ajuste esté totalmente acoplado para evitar movimientos no intencionados y posibles lesiones.
4. Siéntese en el banco (cuando corresponda) y colóquese en una posición adecuada para realizar el ejercicio.
5. No realice los ejercicios utilizando más peso del que es capaz de levantar y controlar de manera segura.
6. Realice los ejercicios de manera controlada.
7. Vuelva a colocar el peso en la posición inicial totalmente apoyada.

LISTA DE COMPROBACIÓN DE MANTENIMIENTO

ACCIÓN	FRECUENCIA
Inspección de la tornillería ²	Mensual
Inspección del bastidor ³	Bianual
Limpieza de la máquina	En función de las necesidades
Limpieza de los agarres ¹	En función de las necesidades

¹ La tapicería y los puños deberán limpiarse con agua y un jabón suave o con un limpiador con una base que no sea amoníaco.

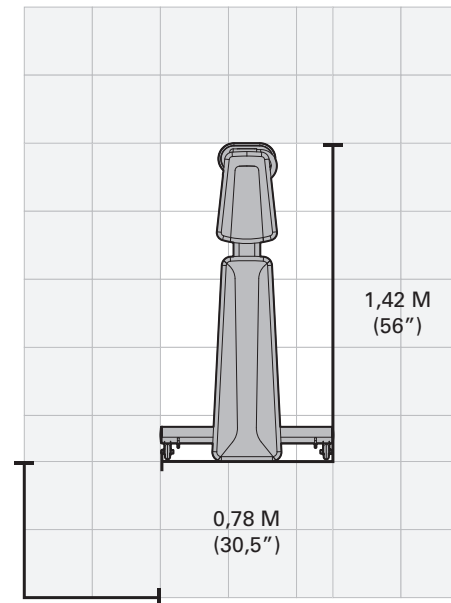
² Revise los pernos y demás sujeciones para garantizar que están completamente apretados y que la unidad funcione como está previsto.

³ Revise el bastidor en busca de piezas dañadas, desgastadas o rotas.

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Sustituya de forma inmediata los componentes defectuosos o mantenga el equipo sin usar hasta la reparación. Preste especial atención a los componentes más susceptibles de sufrir desgaste.

ZONA DE ENTRENAMIENTO



ESPACIO LIBRE DE OBSTÁCULOS
0,6 M (2 PIES)
DE AMPLITUD

ESPECIFICACIONES DEL PRODUCTO

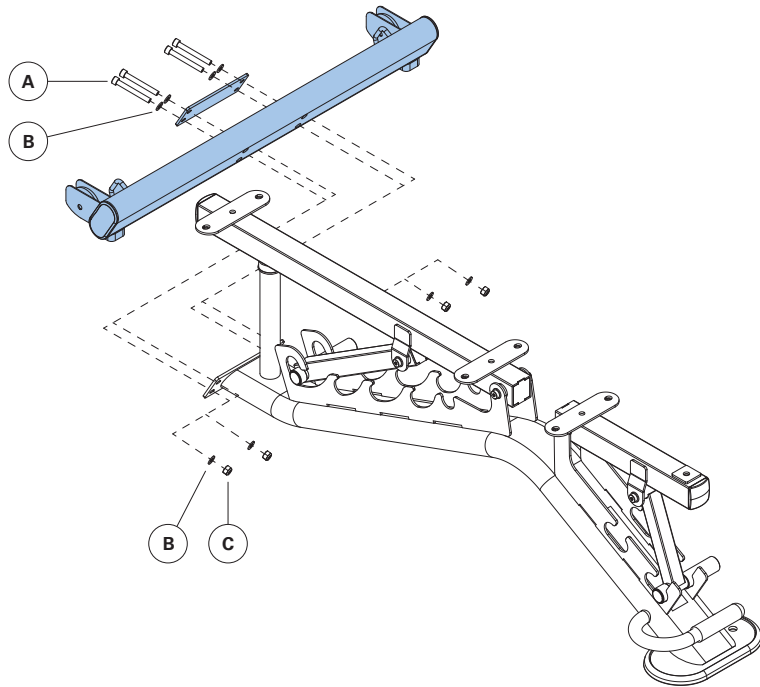
Peso del producto	36 kg / 79,5 lb
Peso máximo de entrenamiento	159 kg / 350 lb
Peso máximo del usuario	136 kg / 300 lb
Dimensiones generales (L x An x Al)	142,4 x 77,5 x 43,7 cm / 56 x 30,5 x 17,25"



MONTAJE

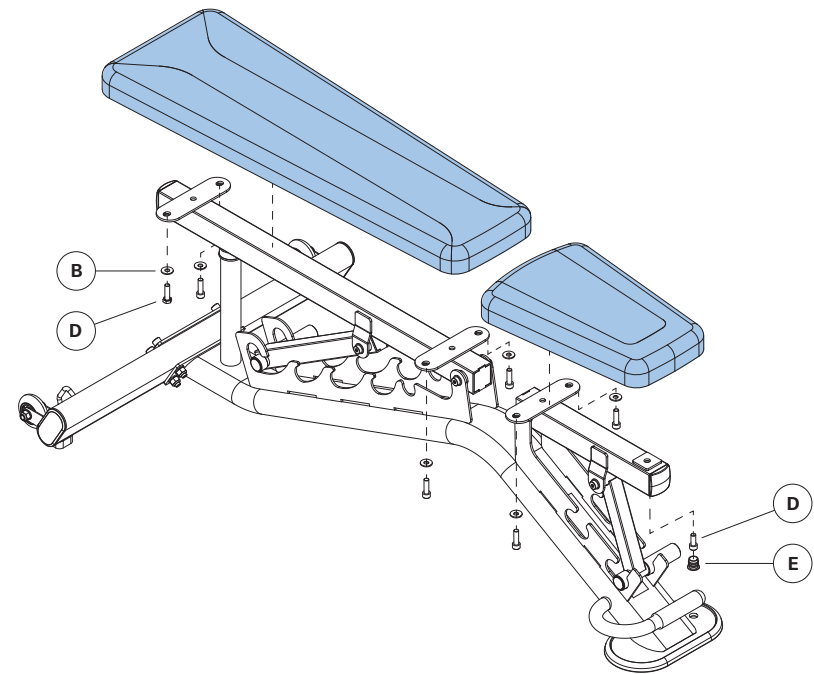
1	Piezas de tornillería	Cant.
A	Perno (M10x75L)	4
B	Arandela plana (M10)	8
C	Tuerca (M10)	4

Par de apriete
30 Nm / 22 ft-lb



2	Piezas de tornillería	Cant.
D	Perno (M10x25L)	7
B	Arandela plana (M10)	6
E	Tapa de perno	1

Par de apriete
10 Nm / 7 ft-lb



MONTAJE FINALIZADO

MATRIX



MABR1

© 2023 Johnson Health Tech
Rev 1.1 A ENG FRE SPE