



OWNER'S MANUAL
MANUAL DE MONTAJE
MANUEL DE MONTAGE

DUMBBELL STORAGE RACK
SOPORTE HORIZONTAL PARA PESAS
SUPPORT À HALTÈRES HORIZONTALE

Series / Serie / Série : _____

Write the serial number in the space above for future reference.
Escriba el número de serie en el espacio de arriba para referencia futura.
Écrivez le numéro de série dans l'espace ci-dessus pour référence future.

QUESTIONS ?
¿PREGUNTAS?

Call: 1-877-227-0955

Monday – Friday from 9 – 5 PM CST

Email: customerservice@capbarbell.com

Website: www.capbarbell.com

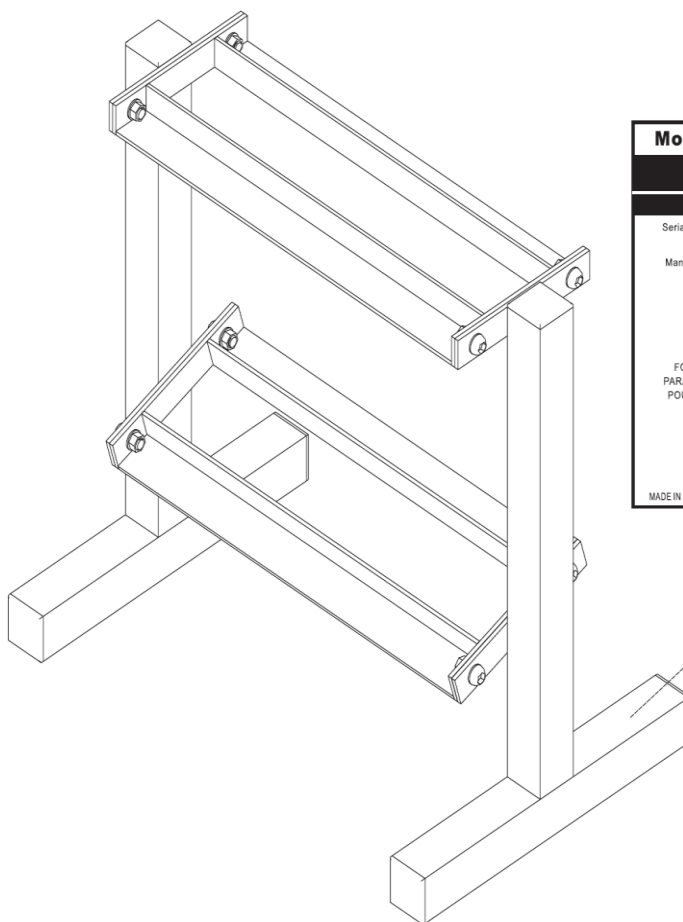
CAP Barbell

Houston, TX 77042

WARNING! SERIOUS INJURY OR DEATH CAN OCCUR IF CAUTION IS NOT USED. To reduce the risk of serious injury, read all important precautions and instructions in this manual and all warnings on your product before using it. **Keep this manual for future reference.**
FOR CONSUMER USE ONLY

¡CUIDADO! HERIDAS GRAVES O MUERTE PUEDEN OCURRIR SI NO TIENE PRECAUCIÓN. Para reducir el riesgo de lesiones graves, lea todas las advertencias e instrucciones en este manual antes de usarlo. **Guardar este manual para referencia futura.**
PARA USO DOMESTICO SOLAMENTE

ATTENTION ! UNE MAUVAISE UTILISATION DE CETTE MACHINE PEUT CAUSER DES BLESSURES GRAVES OU LA MORT. Pour réduire le risque de blessure grave, lisez toutes les avertissements et instructions dans ce manuel avant utilisation. **Conservez ce manuel pour référence future.** POUR UN USAGE DOMESTIQUE SOULEMENT



Model / Modelo / Modèle

Serial number / Número de serie / Numéro de série

Manufacture Date / Fecha de Fabricación / Date de Fabrication

FOR CONSUMER USE ONLY
USO DOMESTICO SOLAMENTE
USAGE A DOMICILE SEULEMENT

FOR PARTS & CUSTOMER SERVICE CALL:
PARA PARTES Y SERVICIO AL CLIENTE LLAME:
POUR PIÈCES ET SERVICE À LA CLIENTÈLE :

1-877-227-0955

CAP BARBELL, INC.
HOUSTON, TX 77042

MADE IN CHINA / HECHO EN CHINA / FABRIQUÉ EN CHINE

Model Number: **RK-24D**
Número de Modelo: **RK-24D-2**
Numéro de modèle : **RK-24DB**

WARNINGS:



SERIOUS INJURY OR DEATH CAN OCCUR IF CAUTION IS NOT USED. To reduce the risk of serious injury, read the following instructions and warnings and keep them for future reference. Before beginning any exercise program, consult your physician. This is especially important for persons over age 35 or persons with pre-existing health problems.

1. This product meets industry standards for stability when used for its intended purpose in accordance with the instructions provided. Using the machine for support during stretching or attaching resistance straps, ropes or other means to it, may result in serious injury.
2. It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this product are adequately informed of all precautions.
3. Inspect and properly tighten all parts regularly. Replace any worn parts immediately.
4. Keep children and pets away from this product at all times.
5. Keep this product indoors, away from moisture and water.
6. Place product on a clean and level surface before using it.
7. Manufacturer is not responsible for injury or death caused by improper use or improper assembly.
8. This product is designed and intended for **consumer/home use only** in an indoors environment. Do not use it in a commercial, rental, or institutional setting.

ADVERTENCIAS:



HERIDAS GRAVES O MUERTE PUEDEN OCURRIR SI NO USA PRECAUCIÓN. Para reducir el riesgo de lesiones graves, lea todas las instrucciones y advertencias y guarde estas instrucciones para uso en el futuro. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, consulte a su médico. Esto es especialmente importante para las personas mayores de 35 años de edad o personas con problemas de salud preexistentes.

1. Este producto cumple con los estándares de la industria para la estabilidad cuando se utiliza para los fines previstos, de acuerdo con las instrucciones proporcionadas. El uso de la máquina para el apoyo durante el estiramiento o la adición de bandas de resistencia, cuerdas u otros medios, puede resultar en lesiones graves.
2. Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios de este producto estén debidamente informados de todas las precauciones.
3. Inspeccione y apriete apropiadamente todas las partes con regularidad. Reemplazar las piezas desgastadas inmediatamente.
4. Mantenga a los niños y las mascotas alejados de este producto en todo momento.
5. Mantenga este producto en interiores, lejos de la humedad y el agua.
6. Coloque el producto sobre una superficie limpia y nivelada antes de usarla.
7. El fabricante no se hace responsable por las lesiones o la muerte causada por un uso inadecuado o errores de montaje.
8. Este producto ha sido diseñado y destinado para los **consumidores/hogar únicamente** y en un ambiente en el interior. No lo utilice en un entorno comercial, de alquiler o institucional.

ATTENTION :



L'ABSENCE DE PRÉCAUTIONS PEUT ENTRAÎNER DES BLESSURES GRAVES OU MORTELLES. Afin de réduire le risque de blessures, veuillez lire les instructions suivantes et les conservez pour un usage ultérieur. Avant d'entamer tout programme physique, veuillez consulter votre médecin. Cela concerne tout particulièrement les personnes âgées de plus de 35 ans ou avec des problèmes de santé.

1. Ce produit est conforme aux normes de l'industrie pour la stabilité lorsqu'il est utilisé conformément avec les instructions fournies. Utilisation de la machine pour le support de l'étirage ou de la fixation des sangles de résistance, ou des cordes, peut entraîner des blessures graves.
2. Il en est de la responsabilité de l'utilisateur de s'assurer que toutes les personnes ayant usage de ce produit soient informées des précautions à prendre.
3. Vérifier et resserrer les parties régulièrement. Remplacer immédiatement toute partie usée.
4. Tenir hors de portée des enfants et des animaux de compagnie.
5. Conservez ce produit à l'intérieur, loin de la moisissure et de l'eau.
6. Placer le produit sur une surface propre et en hauteur avant utilisation.
7. Le fabricant se dégage de toute responsabilité en cas de blessure grave ou mortelle causée par une mauvaise manipulation ou un mauvais assemblage.
8. Ce produit est conçu et destiné seulement pour **consommateurs/maison** et dans un environnement intérieur. Ne pas l'utiliser dans une activité commerciale, locatif, ou institutionnel.

DIMENSIONS AND WEIGHT CAPACITY

DIMENSIONS / DIMENSIONES / DIMENSIONS				
	Width Anchura Largeur	Depth Profundidad Profondeur	Height Altura Hauteur	Weight Peso Poids
IN	28.74	16.14	22.83	20.36 lbs
CM	73	41	58	9.24 cm

Maximum Weight Capacity:

100 LBS per shelf for a total of **200 LBS** total.

Carga máxima de peso:

45 KG por nivel para un total de **90 KG** en total.

Charge maximale de poids :

45 KG per niveau ou **90 KG** de poids total.

PARTS LIST / LISTA DE PARTES / LISTE DE PIÈCES

#	Part / Pieza / Pièce	Description	Descripción	Description	Qty. Cant. Qté.	Pre-assembled Preensamblado Preassemble
1	PRK24D-01	Left Main Frame	Poste izquierdo	Poteau gauche	1	No
2	PRK24D-02	Right Main Frame	Poste derecho	Poteau droite	1	No
3	PRK24D-03	Shelves	Estantes	Étagères	2	No
4	PRK3E-03	M10 x 25mm Bolt	M10 x 25 Perno	M10 x 25 Boulon	8	No
5	PRK1-05	M10 Nylon Locknut	M10 Contratuerca de nilón	M10 Écrou en Nylon	8	No
6	PRK1-06	M10 Washer	M10 Arandela	M10 Rondelle	16	No
7	PRK3-05	50mm Square Inner Cap	50mm Tapa interna cuadrada	50mm Bouchon interne carré	6	Yes
8	PFMALLEN	Allen Wrench 6x6mm	Llave Allen 6x6mm	Clé Allen 6x6mm	1	No



Tighten all hardware completely with proper tools before each use.

Apriete bien todos los tornillos y tuercas con las herramientas apropiadas antes de cada uso.

Serrez tout le matériel complètement avec les outils appropriés avant chaque utilisation.

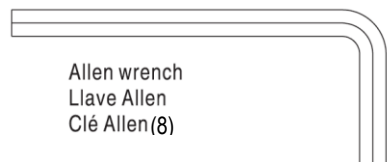
HARDWARE / FERRETERIA / MATÉRIEL



M10x25 mm Bolt(4) Perno/Boulon



M10 Nylon Locknut (5) Contratuerca de nylon
Écrou de blocage en nylon

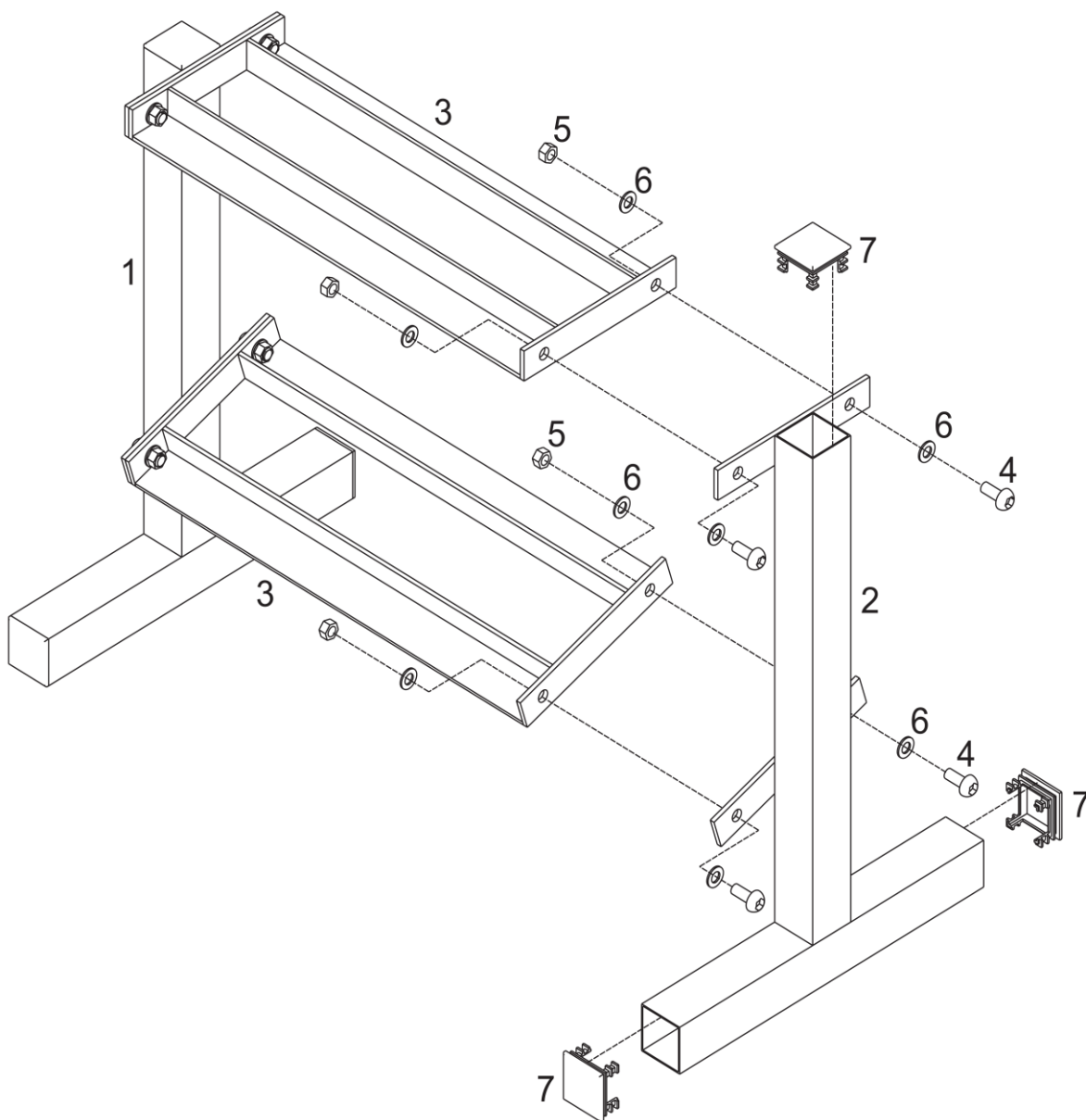


Allen wrench
Llave Allen
Clé Allen(8)



M10 Washer (6) Arandela/Rondelle

ASSEMBLY / MONTAJE / MONTAGE



MAINTENANCE

The safety and integrity designed into the machine can only be maintained when the equipment is regularly examined for damage and repaired. It is the sole responsibility of the user/owner to ensure that regular maintenance is performed. Worn or damaged components shall be replaced immediately and stop using the equipment until the repair is made.

1. Wipe rack regularly to prevent accumulation of dust.
2. Use a damp cloth on plastic parts only, use dry cloth on metal frames.
3. Avoid acid chlorine based cleaners and also cleaners containing abrasives as these could scratch or damage the equipment
4. Check regularly to ensure all parts are tight and in working condition. If a part is damaged do not use until the part is replaced or repaired.

MANTENIMIENTO

La seguridad y la integridad diseñada en la máquina sólo pueden mantenerse cuando es examinada periódicamente por daños y reparada. Es responsabilidad exclusiva del usuario / propietario el asegurarse de que el mantenimiento regular se lleva a cabo. Componentes desgastados o dañados deberán ser sustituidos inmediatamente y dejar de usar el equipo hasta que se efectúe la reparación.

1. Limpie la máquina con regularidad para evitar la acumulación de polvo.
2. Use un paño húmedo en las partes de plástico, sólo use un paño seco en los marcos de metal.
3. Evite los limpiadores ácidos a base de cloro, y también productos de limpieza que contengan abrasivos que puedan rayar o dañar el equipo
4. Compruebe con regularidad para asegurarse que todas las piezas estén ajustadas y en condiciones de trabajo. Si una pieza está dañada, no lo utilice hasta que la pieza es reemplazado o reparado.

ENTRETIEN

L'innocuité et l'intégrité de la conception dans la machine peut être seulement maintenu quand on les examine régulièrement et réparé. Il est de la responsabilité de l'utilisateur / propriétaire de s'assurer que l'entretien régulier est effectué. Porté ou des composants endommagés doivent être remplacés immédiatement et cesser d'utiliser l'équipement jusqu'à ce que la réparation est effectuée.

1. Essuyez la machine régulièrement pour éviter l'accumulation de poussière.
2. Utilisez un chiffon humide sur les pièces en plastique uniquement, utilisez un chiffon sec sur des cadres métalliques.
3. Évitez les nettoyeurs acides avec du chlore, et des produits de nettoyage contenant des agents abrasifs qui peuvent rayer ou endommager l'équipement
4. Vérifiez régulièrement pour assurer toutes les pièces sont bien serrés et en bon état de fonctionnement. Si une pièce est endommagée, ne pas utiliser jusqu'à ce que la partie est remplacé ou réparé.

www.capbarbell.com

STOP!

Missing a part or need assembly assistance? Do not RETURN to store! Call CAP Barbell's service line at 1-877-227-0955 Monday through Friday from 9:00 AM to 5:00 PM (CST).

¡ALTO!

¿Necesita partes o ayuda con el ensamblaje?
¡No REGRESE el producto a la tienda! Llame al servicio al cliente de CAP Barbell al:
1-877-227-0955 de lunes a viernes de 9:00 AM a 5:00 PM (Tiempo Centro, en inglés)

ARRÊTER !

Manque une pièce u besoin d'aide pour l'assemblage? No ne pas RETOURNER le produit au magasin! Appel service à la clientèle de CAP Barbell: 1-877-227-0955 lundi-vendredi 9 :00 AM – 5 :00 PM (heure du Centre, en anglais)