

# **echelon**<sup>®</sup> **Adjustable** **Dumbbell Stand**



INSTRUCTION MANUAL

# WELCOME

I am Lou Lentine, Founder of Echelon, and I would like to welcome you to the Echelon community. You've made a great decision for yourself and your family. The Echelon Experience is an innovative combination of fitness products integrated with our state-of-the-art Echelon Fit® app. This brand-new, fitness lifestyle connects your family, friends, the Echelon community, and Echelon instructors together to help you with your fitness goals. With thousands of live and on-demand classes, no matter your schedule or experience, there is always a new and exciting class for you to join.

We embrace your decision to join our Echelon family in the pursuit of living a healthier lifestyle. We are committed to continue engineering cutting edge, world-class fitness products to improve quality of life through workout experiences that make an active lifestyle more accessible and sustainable.

Thank you again for choosing Echelon and I look forward to seeing you in the next live class!

Best personal regards,



**Lou Lentine**  
Founder of Echelon Fitness  
Multimedia, LLC



# TABLE OF CONTENTS

.....

|   |                          |    |
|---|--------------------------|----|
| » | SAFETY INFORMATION       | 04 |
| » | PRODUCT PLACEMENT        | 05 |
| » | PARTS LIST               | 06 |
| » | PRODUCT ASSEMBLY         | 07 |
| » | TECHNICAL SPECIFICATIONS | 10 |
| » | PRODUCT USE              | 11 |
| » | ACCOUNT CREATION         | 12 |
| » | CARE & MAINTENANCE       | 13 |



## READ ALL INSTRUCTIONS CAREFULLY BEFORE USING THE ECHELON® ADJUSTABLE DUMBBELL STAND



This icon means a potentially hazardous situation which, if not avoided, could result in death or serious injury. Read and understand all Warnings on this equipment.

### FOR HOUSEHOLD USE ONLY.

### SAVE THESE INSTRUCTIONS.

### DO NOT USE OUTDOORS.

Children must not be let on or near this equipment. Moving parts and other features of the equipment can be dangerous to children. Not intended for use by anyone under 14 years of age.

Keep at least 50 inch clear on each side of the stand. This is the recommended safe distance for access and passage around the stand.

Keep third parties out of this area when the device is in use. Do not stand, sit or climb on this device.

Read and understand all warnings on this device. If at any time the warning stickers become loose, unreadable or dislodged, contact your local distributor for replacement stickers.

Ensure that all assembly parts have been fully tightened prior to first use.

Prior to use, inspect the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand for damage and ensure that all moving parts are functioning properly.

While cleaning your Echelon® Adjustable Dumbbell Stand, please use a soft rag with mild detergent or water to wipe down the bench. Do not use corrosive chemical liquids which may damage the cover.

This appliance 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 appliance by a person responsible for their safety. Keep children under the age of 13 away from this machine.

Use this appliance only for its intended use as described in this manual.

Do not use attachments not recommended by the manufacturer.

Routinely check to ensure that all screws and bolts are fully tightened and have not come loose during exercise.

The safety and integrity designed into the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand 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 should be replaced immediately, and the equipment removed from service until the repair is made.

If the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand is not working properly, contact customer service immediately for assistance.

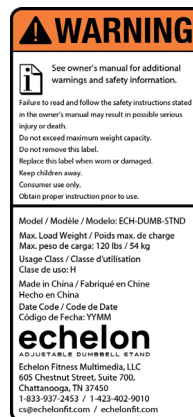
BEFORE starting any fitness or strength program, consult with your physician or health official. This will ensure that you engage in the proper strength or fitness program for your age and physical condition. Before using the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand, answer these questions:

- Have you been sick recently?
- Have you had prolonged dizziness recently?
- Have you been out of breath for no reason recently?
- Have you had chest pain recently?
- Do you currently have any injuries preventing you from exercise?
- Are you pregnant?
- Do you have any conditions or reasons you should NOT exercise?
- Are you over 35 years old and physically inactive?
- Have you been told by a doctor that you should NOT exercise?

If you answer “yes” to any of the above questions, you should seek further advice from your doctor prior to using the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand.

Read the user manual fully and follow all instructions. This ensures your safety.

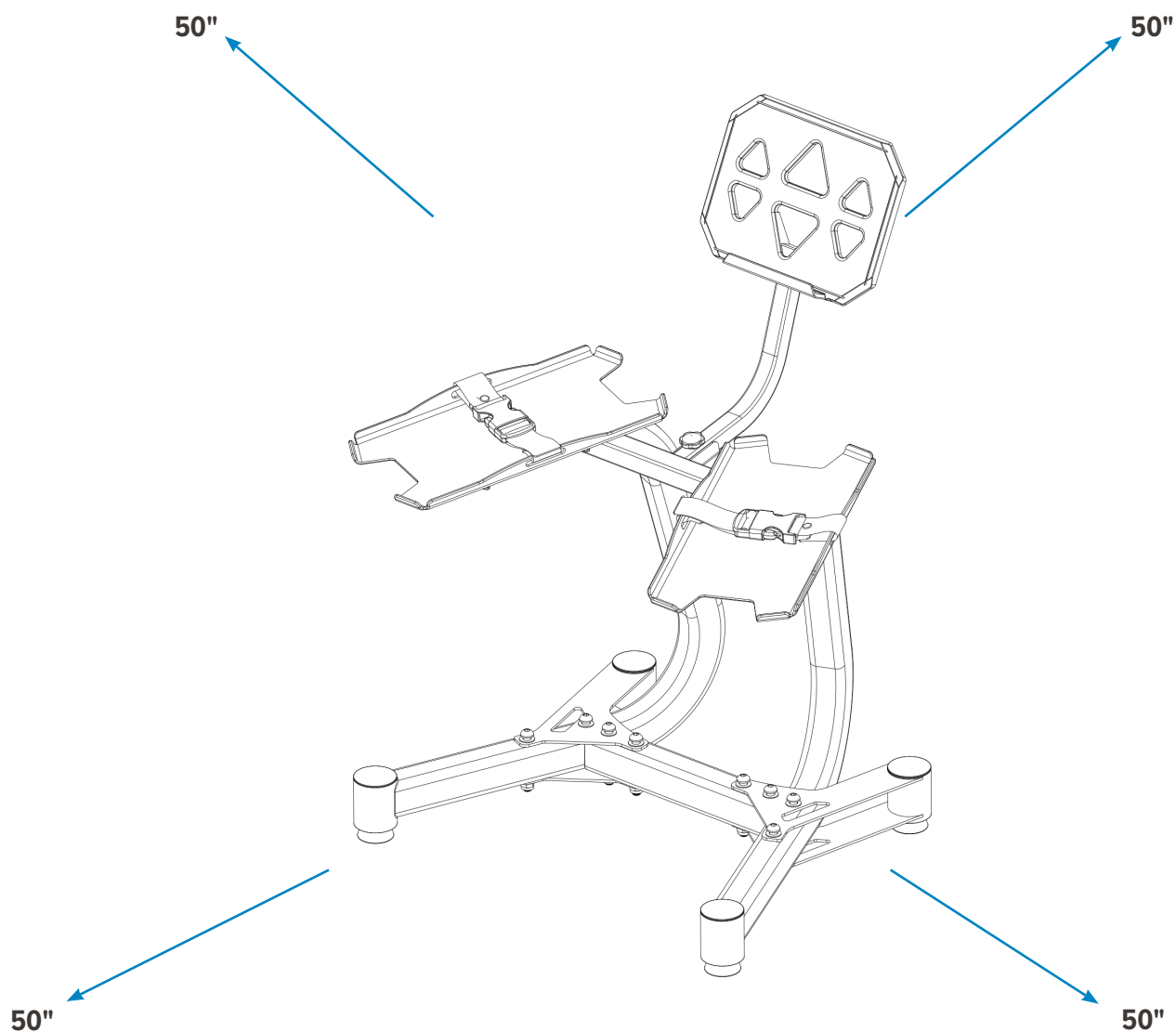
- ALWAYS use the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand on solid, level ground and in a well lit and ventilated area.
- ALWAYS check that all moving parts are securely fastened before use.
- NEVER allow children to play on or around the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand. This helps protect them from injury from moving parts.
- ALWAYS check the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand before use.
- NEVER use the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand if it is not properly completely assembled or is damaged in any way.
- NEVER exceed the weight limit for the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand. The maximum load weight for the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand is 120 pounds (54kg). Do not use the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand with any accessories in excess of 120 pounds (54kg).
- NEVER use Adjustable Dumbbell Stand when sick or fatigued.
- ALWAYS wear proper attire and footwear that fully covers your feet. Long hair should be tied back or tucked away. Ensure that shoelaces are tucked into your shoes.
- ALWAYS warm up/stretch before starting exercise.
- ALWAYS be cautious when placing weights on / lifting weights from the Adjustable Dumbbell Stand.
- ALWAYS keep hands away from moving parts and ensure that caution is used when raising weights from or lowering weights onto the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand.
- NEVER overexert yourself or work to exhaustion. If you feel faint, dizzy, short of breath, or if you have chest or other pains, STOP IMMEDIATELY!
- ALWAYS ensure that you have a water bottle filled with at least 12 oz. of water and a towel close by to absorb sweat from your body and the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand.
- NEVER use accessory attachments that have not been recommended by the manufacturer. Using such attachments may cause injury or damage to the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand and will affect the warranty of the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand.
- ALWAYS ensure that the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand is wiped down after each use to keep it sanitary.
- Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision. This safety information and user manual do not replace the need to be alert and to use common sense when using the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand!





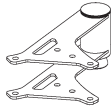
# PRODUCT PLACEMENT

Before first use, place the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand in a space where you have 50 inches of clearance on all sides of the product for safe use.

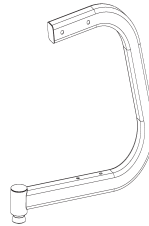


# PART LIST

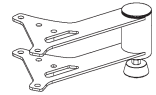
**A** Left Leg Stabilizer (x1)



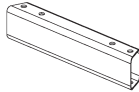
**B** Stand Leg (x2)



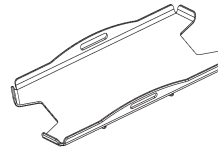
**C** Right Leg Stabilizer (x1)



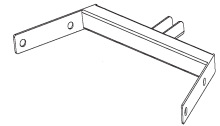
**D** Bottom Cross Brace (x1)



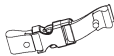
**E** Dumbbell Platform (x2)



**F** Top Cross Brace (x1)



**G** Safety Straps (x2)



**H** Hex Socket Cap Screws M10x75 (x12)



**I** Flat Washer D10x25x1.5 (x24)



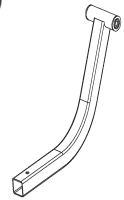
**J** Spring Washer D10 (x12)



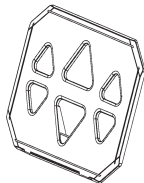
**K** Hex Lock Nut M10 (x12)



**L** Media Bracket (x1)



**M** Media Tray (x1)



**N** Media Holder (x1)



**O** Hex Socket Screw M8x80 (x1)



**P** Flat Washer D8x16x1.5 (x2)



**Q** Hex Nut M8 (x1)



**R** Knob (x1)



**S** Open End Spanner (Not Shown)

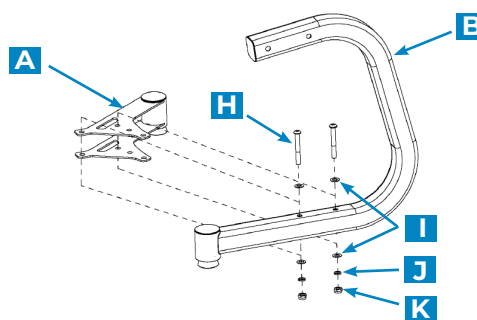
**T** Allen Wrench (Not Shown)

# PRODUCT ASSEMBLY

## STEP

# 1

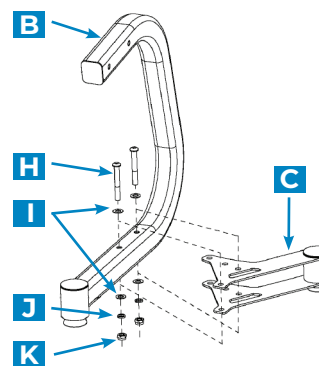
Attach Left Leg Stabilizer (A) to Stand Leg (B) using 2x Hex Socket Cap Screws (H), 4x Flat Washer (I), 2x Spring Washer (J), and 2x Hex Lock Nut (K). Be sure to fully tighten nuts and bolts.



## STEP

# 2

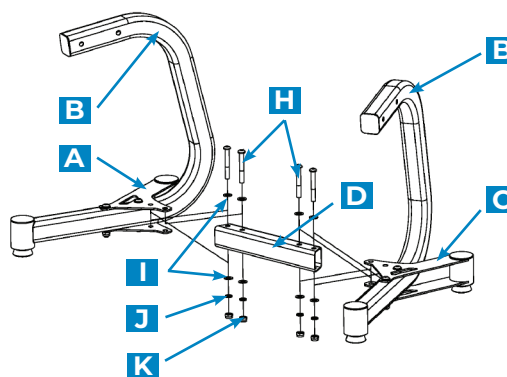
Attach Right Leg Stabilizer (C) to Stand Leg (B) using 2x Hex Socket Cap Screws (H), 4x Flat Washer (I), 2x Spring Washer (J), and 2x Hex Lock Nut (K). Be sure to fully tighten nuts and bolts.



## STEP

# 3

Attach Bottom Cross Brace (D) to Left and Right Leg Stabilizers using 4x Hex Socket Cap Screws (H), 8x Flat Washer (I), 4x Spring Washer (J), and 4x Hex Lock Nut (K). Be sure to fully tighten nuts and bolts.

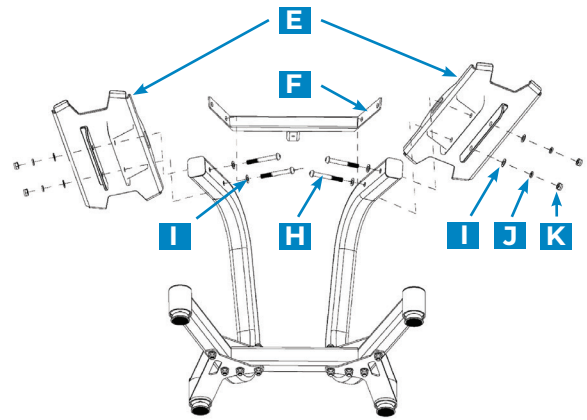




# PRODUCT ASSEMBLY

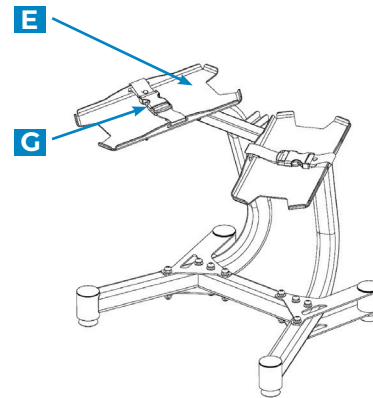
## STEP 4

Place Dumbbell Platform (E) on left Stand Leg (B) and align screw holes. Align Top Cross Brace (F) with Dumbbell Platform (E) and attach using 2x Hex Socket Cap Screws (H), 4x Flat Washer (I), 2x Spring Washer (J), and 2x Hex Lock Nut (K). Be sure to fully tighten nuts and bolts. Repeat assembly on right side.



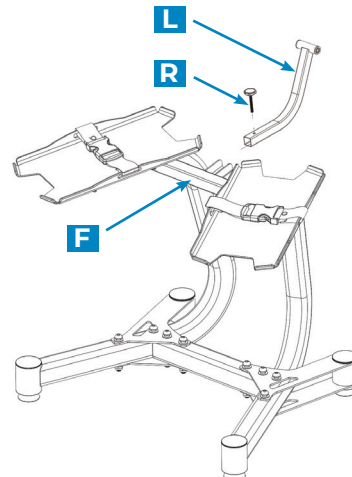
## STEP 5

Attach Safety Straps (G) to Dumbbell Platform (E) by threading straps through slits on either side of platform.



## STEP 6

Insert Media Bracket (L) into Top Cross Brace (F) and secure with Knob (R).



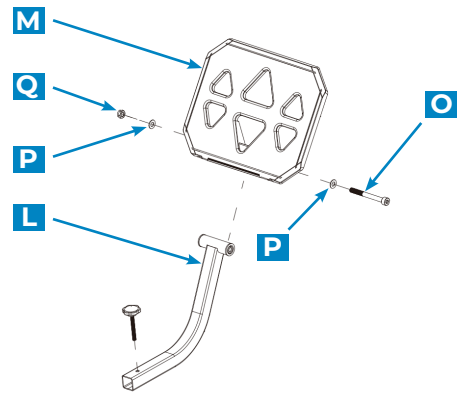




# PRODUCT ASSEMBLY

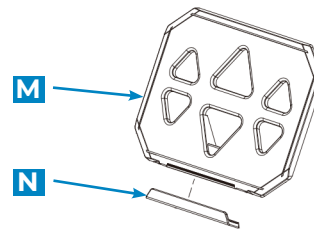
## STEP 7

Attach Media Tray (M) to Media Bracket (L) using Hex Socket Screw M8x80 (O), 2x Flat washer D8x16x1.5 (P), and Hex Nut M8 (Q).



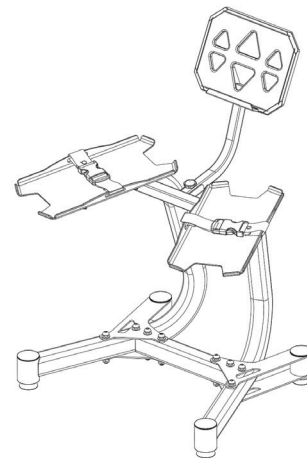
## STEP 8

Insert Media Holder (N) into bottom slot of Media Tray (M) and press firmly into place.



## STEP 9

Check all assembly points to be sure all bolts are securely tightened. Assembly of the Echelon® Adjustable Dumbbell Stand is complete!



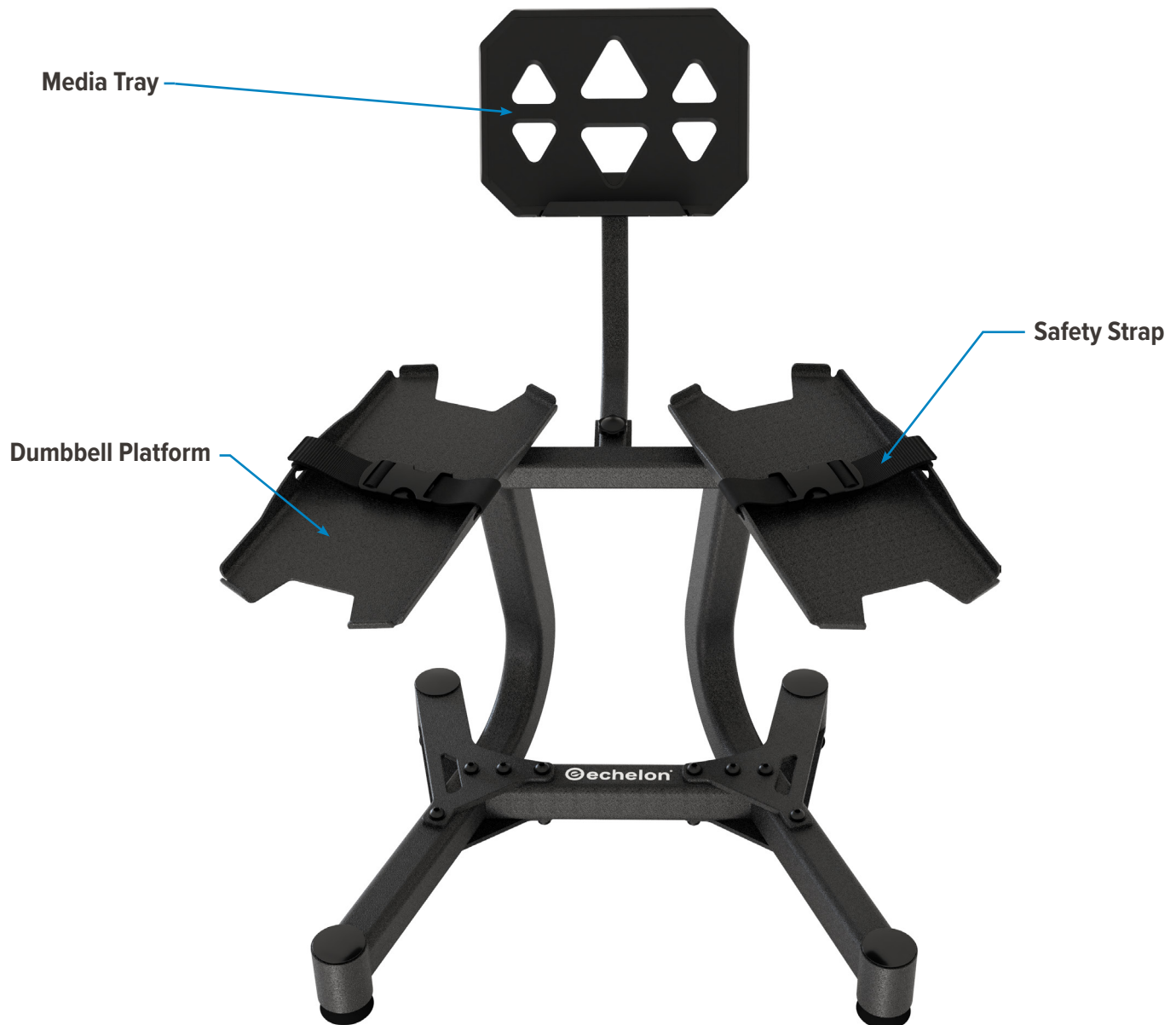
# TECHNICAL SPECIFICATIONS

**INFORMATION:**

Assembled Dimensions: 35.6" x 31" x 25.3"

Weight: 40.7 lbs

Max Load Capacity: 120 lbs (54kg)





# PRODUCT USE

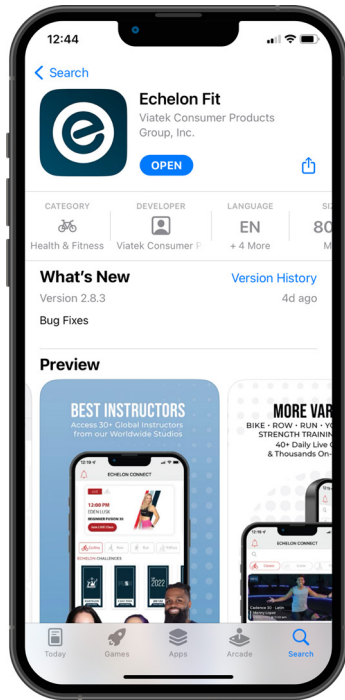
- Place Echelon® Adjustable Dumbbell Bases onto Dumbbell Platforms and secure with Safety Strap. **IMPORTANT NOTE:** Install both bases onto Dumbbell Platforms before placing weights on bases.



- When lifting Adjustable Dumbbells from base, be sure to lift weight straight up from base to prevent remaining weight plates from falling to the ground.



# ACCOUNT CREATION



## DOWNLOAD THE ECHELON FIT® APP

Ensure latest version of the Echelon Fit® App is installed from the Google Play™ store or the App™ store.

## OPERATIONAL INSTRUCTIONS

Connect to the Echelon Fit® App to access tutorials and operation instructions.



Scan Here to Start Your Free Trial

If this product was purchased on the **echelonfit.com** website, you should have received an activation email.

Go to **member.echelonfit.com** and follow the on-screen instructions to choose a plan and setup your account. This info will be needed to login to your account on the Echelon Fit® App.

**All account info and plans are managed at member.echelonfit.com and use the same login. After creating your account login on member.echelonfit.com, write down your login info. This will be the same login for the app.**

### 1. CHOOSE SIGN UP NOW

### 2. SELECT PURCHASE LOCATION

Select purchase location and follow the on-screen instructions.

### 3. CHOOSE YOUR PLAN

Monthly / 1-Year / 2-Year

### 4. SET UP YOUR PAYMENT METHOD

### 5. ENTER PERSONAL ACCOUNT INFO

### 6. VIEW YOUR ACCOUNT

Where you can edit your billing info, add family members, manage subscriptions, and (if on your mobile device) download the app and sign in.

## ACCOUNT ACTIVATION

If this product was purchased on the echelonfit.com website, you should have received an activation email. Click the link in the activation email and follow the on-screen instructions. Enter your information to verify your payment information.

**You will not be charged until the next month.**

# CARE & MAINTENANCE

## DAILY:

1. Examine equipment to ensure there is no damage. If the equipment is damaged, discontinue use immediately and contact Customer Service for assistance.
2. Clean equipment with a clean, dry cloth. Do not use cleaning products with harsh chemicals that may damage the product.

## WEEKLY:

1. Move stand to clean the surrounding area.
2. Examine equipment to ensure there is no damage and all bolts are properly tightened.

## MONTHLY:

1. Examine main frame of dumbbell stand for signs of bending or malformation. If any is found, discontinue use and contact customer service immediately.

## Questions or Concerns

Our members are our priority! If you require assistance or have concerns, please contact our customer service team.

☎ (833) 937-2453

✉ [cs@echelonfit.com](mailto:cs@echelonfit.com)

Submit a Request:



## Warranty Information

Your Echelon® Adjustable Dumbbell Stand comes with a 1-year parts and labor warranty.

Should the need arise, all you need is a proof of purchase and our customer service team will be happy to assist. Additional 1- or 2-year extended warranties are available through customer service.



15





MODEL: ECH-DUMB-STND

ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC.  
605 CHESNUT STREET, SUITE 700  
CHATTANOOGA, TN 37450

[EchelonFit.com](http://EchelonFit.com)



READ INSTRUCTIONS  
BEFORE OPERATING

MADE IN  
CHINA

PATENT  
PENDING

REV: 07102024

# **echelon**<sup>®</sup> **Adjustable** **Dumbbell Stand**



MANUEL D'UTILISATION

# BIENVENUE

Je suis Lou Lentine, fondateur d'Echelon, et je vous souhaite la bienvenue dans la communauté Echelon. Vous avez pris une grande décision pour vous et votre famille. L'expérience Echelon est une combinaison innovante de produits de remise en forme intégrée à notre application haute technologie Echelon Fit®. Ce tout nouveau mode de vie de remise en forme relie votre famille, vos amis, la communauté Echelon et les instructeurs Echelon pour vous aider à atteindre vos objectifs de remise en forme. Avec des milliers de cours en direct et à la demande, quel que soit votre emploi du temps ou votre expérience, il y a toujours un nouveau cours passionnant auquel vous pouvez vous inscrire.

Nous sommes heureux que vous ayez décidé de rejoindre la famille Echelon pour mener une vie plus saine. Nous nous engageons à continuer à concevoir des produits de remise en forme de pointe et de classe mondiale pour améliorer la qualité de vie grâce à des expériences d'entraînement qui rendent un mode de vie actif plus accessible et plus durable.

Merci encore d'avoir choisi Echelon et je suis impatient de vous voir dans le prochain cours en direct!

Bien cordialement,



**Lou Lentine**  
Fondateur d'Echelon Fitness  
Multimedia, LLC



# SOMMAIRE

.....

|   |  |                             |    |
|---|--|-----------------------------|----|
| » |  | CONSIGNES DE SÉCURITÉ       | 20 |
| » |  | INSTALLATION DU PRODUIT     | 21 |
| » |  | LISTE DES PIÈCES            | 22 |
| » |  | ASSEMBLAGE DU PRODUIT       | 23 |
| » |  | CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES | 26 |
| » |  | UTILISATION DU PRODUIT      | 27 |
| » |  | CRÉATION DE COMPTE          | 28 |
| » |  | ENTRETIEN                   | 29 |



## VEUILLEZ LIRE ATTENTIVEMENT TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'UTILISER LE SUPPORT POUR HALTÈRES RÉGLABLES ECHELON®

**⚠** Cette icône désigne une situation potentiellement dangereuse qui pourrait provoquer des blessures graves voire mortelles, si rien n'est fait pour l'éviter. Lire et comprendre toutes les mises en garde sur ce produit.

### POUR USAGE DOMESTIQUE UNIQUEMENT.

### CONSERVEZ CETTE NOTICE.

### NE L'UTILISEZ PAS À L'EXTÉRIEUR.

Il est important de tenir les enfants à distance de cet appareil. Les pièces amovibles et les autres composants du produit peuvent être dangereux pour des enfants. Ce produit ne convient pas aux personnes âgées de moins de 14 ans.

Veillez laisser un espace d'au moins 50 pouces de chaque côté du support. C'est la distance de sécurité recommandée pour accéder au support et circuler autour.

Veillez tenir toute personne se trouvant à proximité à distance lorsque l'appareil est utilisé. Évitez de vous appuyer, de vous asseoir ou de grimper sur l'appareil.

Veillez lire et comprendre toutes les mises en garde sur ce produit. Si les autocollants d'avertissement se décollent, deviennent illisibles ou se sont déplacés, communiquez avec le distributeur local pour des autocollants de rechange.

Vérifiez que toutes les pièces ont été correctement fixées avant d'utiliser le support pour la première fois.

Inspectez le support pour haltères réglables Echelon® avant de l'utiliser afin de vérifier s'il présente des dommages et vérifiez que toutes les pièces amovibles fonctionnent correctement.

Utilisez un chiffon doux avec un détergent doux ou de l'eau pour nettoyer le support pour haltères réglables Echelon®. N'utilisez pas de liquides chimiques corrosifs qui pourraient endommager le revêtement.

Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites ou qui manquent d'expérience et de connaissances, sauf si elles ont été supervisées ou ont reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Empêchez l'accès à l'appareil aux enfants de moins de 13 ans.

N'utilisez cet appareil que pour l'usage pour lequel il a été conçu et qui est décrit dans ce manuel.

N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.

Vérifiez régulièrement si toutes les vis et les boulons sont parfaitement serrés et ne se sont pas desserrés pendant l'exercice.

L'intégrité et la sécurité du support pour haltères réglables Echelon® ne peuvent être garanties que si le support est régulièrement inspecté et entretenu.

Il appartient exclusivement à l'utilisateur/au propriétaire de s'assurer que l'appareil est régulièrement entretenu.

Les composants usés ou endommagés doivent être remplacés immédiatement, le support doit être mis hors service jusqu'à ce qu'il soit réparé.

En cas de dysfonctionnement du support pour haltères réglables Echelon®, communiquez immédiatement avec le service à la clientèle pour obtenir de l'aide.

Avant de commencer un programme de remise en forme ou de musculation, consultez votre médecin ou un responsable de santé. Cela vous permettra de vous engager dans un programme de force ou de remise en forme adapté à votre âge et à votre condition physique. Avant d'utiliser le support pour haltères réglables Echelon®, répondez à ces questions :

- Avez-vous été malade récemment?
- Avez-vous eu des étourdissements prolongés récemment?
- Avez-vous été essoufflé sans raison récemment?
- Avez-vous eu des douleurs thoraciques récemment?
- Avez-vous actuellement des blessures qui vous empêchent de faire de l'exercice?
- Êtes-vous enceinte?
- Avez-vous des raisons ou un état physique qui vous empêchent de faire de l'exercice?
- Avez-vous plus de 35 ans et êtes-vous physiquement inactif?
- Un médecin vous a-t-il dit que vous NE devriez PAS faire de l'exercice?

Si vous répondez « oui » à l'une des questions ci-dessus, vous devez demander d'autres conseils à votre médecin avant d'utiliser le support pour haltères réglables Echelon® :

Lisez attentivement le manuel d'utilisation et suivez toutes les instructions. Cela garantira votre sécurité.

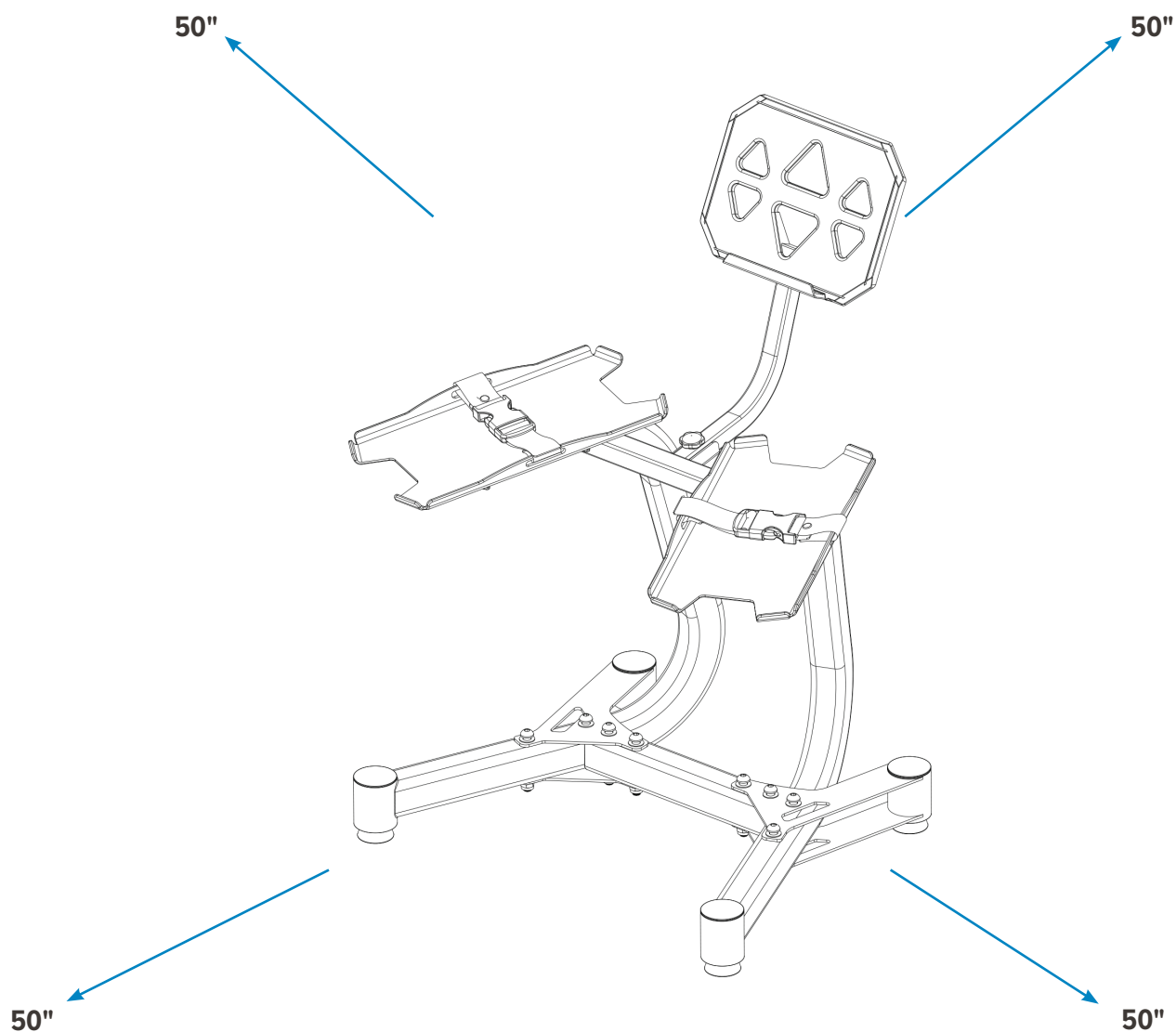
- Utilisez TOUJOURS le support pour haltères réglables Echelon® sur un sol ferme et régulier et dans un endroit parfaitement éclairé et aéré.
- Veillez à ce que toutes les pièces en mouvement soient bien fixées avant d'utiliser le support.
- NE laissez JAMAIS des enfants jouer sur le support pour haltères réglables Echelon® ou autour, pour éviter qu'ils ne soient blessés par des pièces en mouvement.
- Inspectez TOUJOURS le support pour haltères réglables Echelon® avant utilisation.
- N'utilisez JAMAIS le support pour haltères réglables Echelon® s'il n'est pas assemblé correctement ou complètement ou s'il est endommagé de quelque manière que ce soit.
- NE dépassez JAMAIS la limite de poids pour le support pour haltères réglables Echelon®. La charge maximale pour le support pour haltères réglables Echelon® est de 120 livres (54 kg). N'utilisez pas le support pour haltères réglables Echelon® si vous pesez plus de 120 livres (54 kg).
- N'utilisez JAMAIS le support pour haltères réglables lorsque vous êtes malade ou fatigué(e).
- Portez TOUJOURS des vêtements et des chaussures appropriés qui couvrent complètement vos pieds. Si vous avez des cheveux longs, ils doivent être attachés. Veillez à ce que les lacets soient bien rentrés dans vos chaussures.
- Veillez TOUJOURS à vous échauffer avant de commencer l'exercice.
- Faites TOUJOURS attention lorsque vous installez des poids sur le support pour haltères réglables ou lorsque vous en soulevez.
- Ne touchez JAMAIS les pièces en mouvement avec les mains et faites toujours très attention au moment de soulever et de remettre des poids sur le support pour haltères réglables Echelon®.
- Ne vous surmenez JAMAIS et ne vous entraînez jamais jusqu'à l'épuisement. Si vous vous sentez faible, étourdi, essoufflé ou si vous avez des douleurs à la poitrine, ARRÊTEZ IMMÉDIATEMENT!
- Vérifiez TOUJOURS que vous avez une bouteille d'eau d'une contenance de 12 oz. et une serviette à portée de main pour nettoyer la sueur libérée par votre corps et le support pour haltères réglables Echelon®.
- N'utilisez JAMAIS d'accessoires qui n'ont pas été recommandés par le fabricant. L'utilisation de tels accessoires peut causer des blessures ou endommager le support pour haltères réglables Echelon® et pourra entraîner l'annulation de la garantie.
- Par mesure d'hygiène, vérifiez TOUJOURS que le support pour haltères réglables Echelon® est essuyé après chaque utilisation.
- Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance. Ces informations de sécurité et ce manuel d'utilisation ne remplacent pas la nécessité d'être alerte et d'utiliser le support pour haltères réglables Echelon® en toute intelligence!





# INSTALLATION DU PRODUIT

Avant de l'utiliser pour la première fois, veuillez placer le support pour haltères réglables Echelon® dans un endroit où vous avez 50 pouces d'espace libre de chaque côté du support.



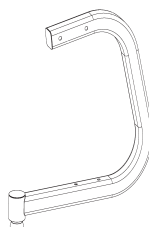


# LISTE DES PIÈCES

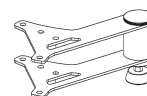
**A** Stabilisateur de pied gauche (x1)



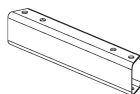
**B** Pieds de support (x2)



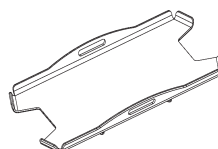
**C** Stabilisateur de pied droit (x1)



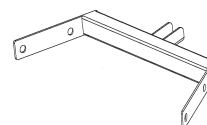
**D** Traverse inférieure (x1)



**E** Plateforme pour haltères (x2)



**F** Traverse supérieure (x1)



**G** Sangles de sécurité (x2)



**H** Vis à tête hexagonale M10x75 (x1)



**I** Rondelle plate D10x25x1,5 (x24)



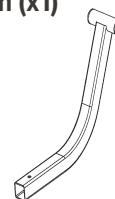
**J** Rondelle ressort D10 (x12)



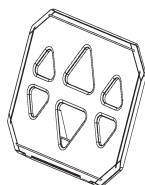
**K** Écrou de serrage hexagonal M10 (x12)



**L** Support de fixation (x1)



**M** Plateau (x1)



**N** Dispositif de fixation (x1)



**O** Vis à tête hexagonale M8x80 (x1)



**P** Rondelle plate D8x16x1,5 (x2)



**Q** Écrou hexagonal M8 (x1)



**R** Molette (x1)



**S** Clé à fourche (Pas montré)

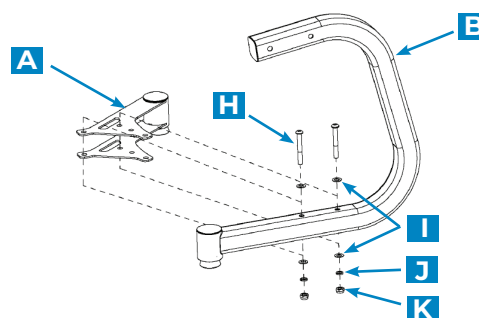
**T** Clé Allen (Pas montré)

# ASSEMBLAGE DU PRODUIT

## ÉTAPE

# 1

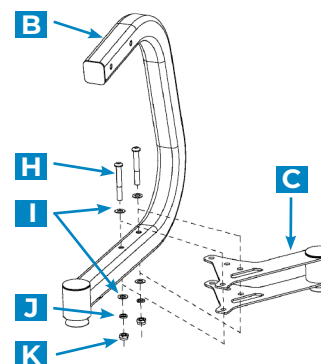
Fixez le stabilisateur de pied droit (A) au pied de fixation du support à l'aide de 2 vis à tête hexagonale (H), de 4 rondelles plates (I), de 2 rondelles ressort (J) et de 2 écrous de serrage hexagonaux (K). Veillez à bien serrer les écrous et les boulons.



## ÉTAPE

# 2

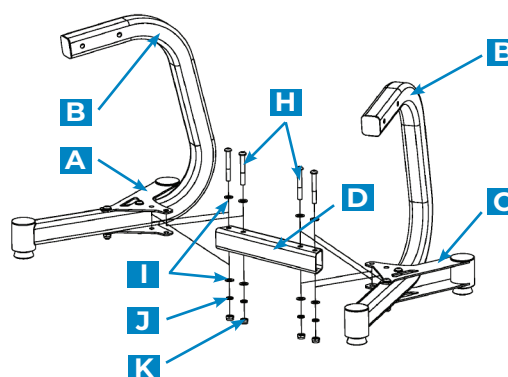
Fixez le stabilisateur de pied gauche (C) au pied de fixation du support à l'aide de 2 vis à tête hexagonale (H), de 4 rondelles plates (I), de 2 rondelles ressort (J) et de 2 écrous de serrage hexagonaux (K). Veillez à bien serrer les écrous et les boulons.



## ÉTAPE

# 3

Fixez la traverse inférieure (D) aux stabilisateurs gauche et droit à l'aide de 4 vis à tête hexagonale (H), de 8 rondelles plates (I), de 4 rondelles ressort (J) et de 4 écrous de serrage hexagonaux (K). Veillez à bien serrer les écrous et les boulons.



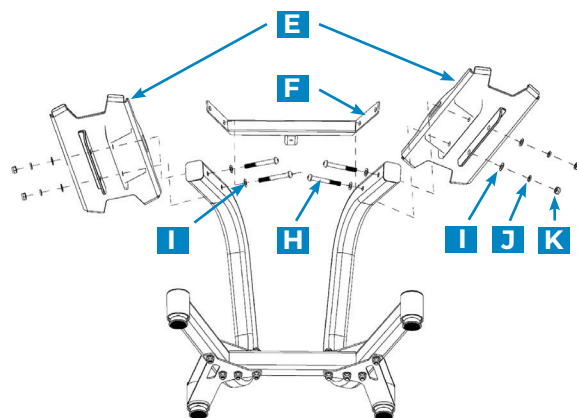


# ASSEMBLAGE DU PRODUIT

## ÉTAPE

# 4

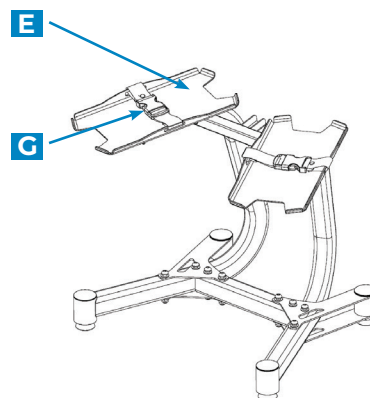
Placez la plateforme pour haltères (E) sur le pied de fixation gauche (B) et alignez les trous pour les vis. Alignez la traverse supérieure (F) sur la plateforme (E) et fixez-la à l'aide de 2 vis à tête hexagonale (H), de 4 rondelles plates (I), de 2 rondelles ressort (J) et de 2 écrous de serrage hexagonaux (K). Veillez à bien serrer les écrous et les boulons. Procédez de la même manière pour le côté droit



## ÉTAPE

# 5

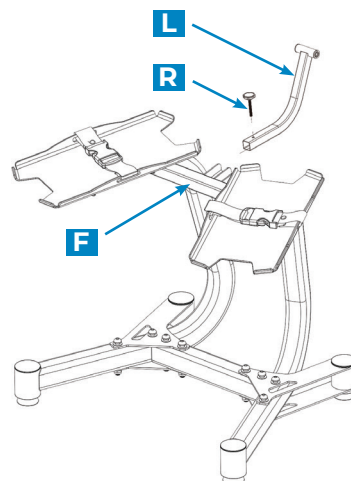
Fixez les sangles de sécurité (G) à la plateforme (E) en les introduisant dans les fentes situées de chaque côté de la plateforme.



## ÉTAPE

# 6

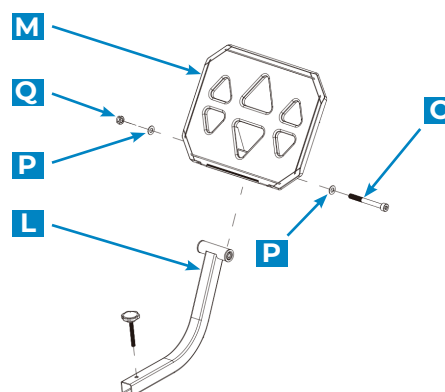
Introduisez le support (L) dans la traverse supérieure (F) et fixez avec la molette (R).



# ASSEMBLAGE DU PRODUIT

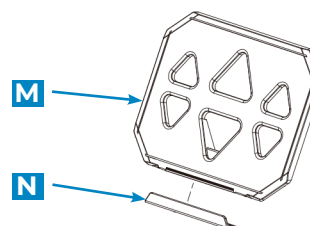
## ÉTAPE 7

Fixez le plateau (M) au support (L) avec une vis à tête hexagonale M8x80 (O), 2 rondelles plates D8x16x1,5 (P) et un écrou hexagonal M8 (Q). M8 (Q).nal M8 (Q).



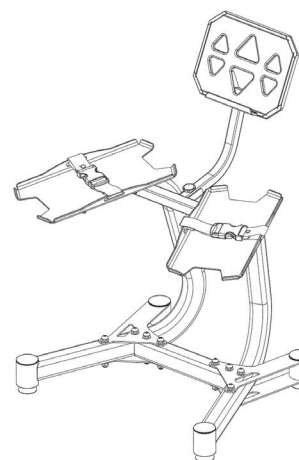
## ÉTAPE 8

Introduisez le dispositif de fixation (N) dans la rainure inférieure du plateau (M) et appuyez pour le fixer.



## ÉTAPE 9

Vérifiez tous les points d'assemblage pour vous assurer que tous les boulons sont bien serrés. L'assemblage du support pour haltères réglables Echelon® est maintenant terminé! Echelon® est maintenant terminé!



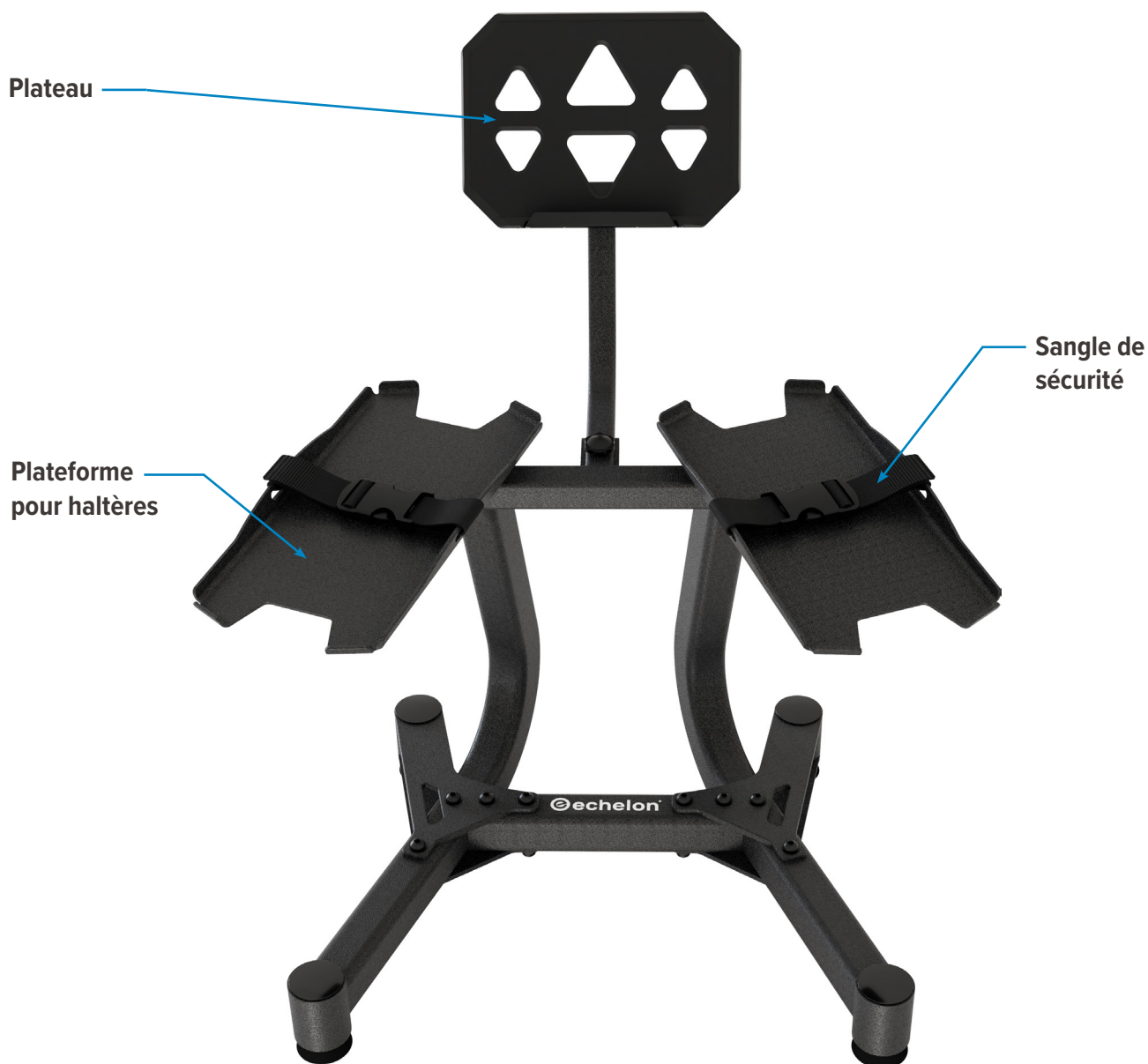
# CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

## INFORMATIONS :

Dimension du support assemblé : 35,6 x 31 x 25,3 pouces

Poids : 40,7 livres

Capacité de charge max. : 120 liv (54 kg)





# UTILISATION DU PRODUIT

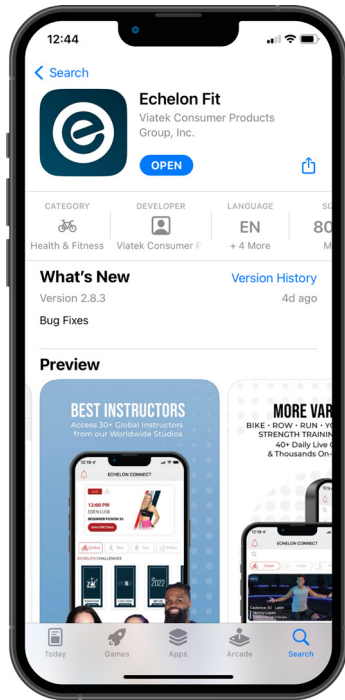
- Placez le support pour haltères réglables Echelon® sur les plateformes et fixez avec une sangle de sécurité. **REMARQUE IMPORTANTE** : Installez les deux bases sur les plateformes avant de placer les poids sur les bases.



- Au moment de soulever les haltères réglables de la base, veillez à les soulever en partant de la base afin d'éviter que les autres plaques de poids ne tombent sur le sol.



# CRÉATION DE COMPTE



## TÉLÉCHARGER L'APPLICATION ECHELON FIT®

Vérifiez que la dernière version de l'application Echelon Fit® est installée depuis le Google Play™ Store ou l'App™ Store.

## INSTRUCTIONS DE FONCTIONNEMENT

Connectez-vous à l'application Echelon Fit® pour accéder à des tutoriels et des instructions d'utilisation.



Scannez ce code pour commencer votre essai gratuit

Si ce produit a été acheté sur le site echelonfit.com, vous avez dû recevoir un courriel d'activation.

Rendez-vous sur [member.echelonfit.com](https://member.echelonfit.com) et suivez les instructions à l'écran pour choisir un plan et configurer votre compte. Ces informations vous seront nécessaires pour vous connecter à votre compte sur l'application Echelon Fit®.

Toutes les informations relatives au compte et les forfaits sont gérés sur [member.echelonfit.com](https://member.echelonfit.com) et utilisent le même identifiant. Après avoir créé votre compte sur [member.echelonfit.com](https://member.echelonfit.com), notez vos données de connexion. Ce seront les mêmes pour l'application.

### 1. CHOISIR « S'INSCRIRE MAINTENANT »

### 2. CHOISIR LE LIEU DE L'ACHAT

Sélectionnez le lieu d'achat et suivez les instructions qui s'affichent à l'écran.

### 3. CHOISIR UN FORAÎT

Mensuel / 1 an / 2 ans

### 4. DÉFINIR UN MODE DE PAIEMENT

### 5. SAISIR LES INFORMATIONS RELATIVES AU COMPTE PERSONNEL

### 6. CONSULTER VOTRE COMPTE

Modifiez vos informations de facturation, ajouter des membres de votre famille, gérer les abonnements et (si vous utilisez votre appareil mobile) télécharger l'application et vous connecter.

### ACTIVATION DE COMPTE

Si ce produit a été acheté sur le site echelonfit.com, vous avez dû recevoir un courriel d'activation. Cliquez sur le lien dans le courriel d'activation et suivez les instructions sur l'écran. Entrez vos informations pour vérifier les informations de paiement.

Votre carte ne sera pas débitée avant le mois prochain.



# ENTRETIEN

## TOUS LES JOURS :

1. Inspectez l'appareil afin de vérifier qu'il n'est pas endommagé. Si c'est le cas, arrêtez immédiatement de l'utiliser et communiquez avec le service à la clientèle pour obtenir de l'aide.
2. Nettoyez le support avec un chiffon propre et sec. N'utilisez pas de produits de nettoyage qui contiennent des substances chimiques corrosives pouvant endommager le support.

## CHAQUE SEMAINE :

1. Déplacez le support pour nettoyer la zone qui se trouve autour.
2. Inspectez l'appareil afin de vérifier qu'il n'est pas endommagé et que tous les boulons sont bien serrés.

## TOUS LES MOIS :

1. Inspectez le cadre principal du support afin de vérifier s'il est déformé ou tordu. En cas de dommage, arrêtez d'utiliser le support et communiquez immédiatement avec le service à la clientèle.

## Questions ou doutes

Nos membres sont notre priorité! Si vous avez des questions ou des doutes, veuillez contacter notre service clientèle.

☎ (833) 937-2453

✉ [cs@echelonfit.com](mailto:cs@echelonfit.com)

Envoyer une demande :



## Informations de garantie

Le support pour haltères réglables Echelon® est livré avec une garantie d'un 1 an sur les pièces et la main-d'œuvre. En cas de besoin, il vous suffit de présenter une preuve d'achat et notre équipe du service à la clientèle se fera un plaisir de vous aider. Des garanties prolongées supplémentaires de 1 ou 2 ans sont disponibles auprès du service à la clientèle.









MODÈLE: ECH-DUMB-STND

ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC.  
605 CHESNUT STREET, SUITE 700  
CHATTANOOGA, TN 37450

[ECHELONFIT.COM](https://echelonfit.com)



LIRE LES INSTRUCTIONS  
AVANT UTILISATION

FABRIQUÉ  
EN CHINE

BREVET  
EN INSTANCE

REV: 07102024

# **echelon**<sup>®</sup> **Adjustable** **Dumbbell Stand**



MANUAL DE INSTRUCCIONES

# BIENVENIDO

Soy Lou Lentine, fundador de Echelon, y me gustaría darle la bienvenida a la comunidad de Echelon. Ha tomado una gran decisión para usted y su familia. La Experiencia Echelon es una combinación innovadora de productos de fitness integrados con nuestra aplicación Echelon Fit® de última generación. Este nuevo estilo de vida fitness conecta a su familia, amigos, la comunidad de Echelon y los instructores de Echelon para ayudarlo con sus objetivos de fitness. Con miles de clases en vivo y a pedido, sin importar su horario o experiencia, siempre hay una clase nueva y emocionante a la que puede unirse.

Celebramos la decisión de unirse a nuestra familia Echelon en la búsqueda de un estilo de vida más saludable. Estamos comprometidos a continuar diseñando productos de fitness de primera clase e innovadores para mejorar la calidad de vida mediante experiencias de entrenamiento que permiten la accesibilidad y la sostenibilidad de un estilo de vida activo.

¡Le agradecemos nuevamente por elegir Echelon y esperamos verlo en la próxima clase en vivo!

Un cordial saludo,



**Lou Lentine**  
Fundador de Echelon Fitness  
Multimedia, LLC



# TABLA DE CONTENIDO

.....

|   |  |                           |    |
|---|--|---------------------------|----|
| » |  | INFORMACIÓN DE SEGURIDAD  | 36 |
| » |  | COLOCACIÓN DEL PRODUCTO   | 37 |
| » |  | LISTA DE PIEZAS           | 38 |
| » |  | MONTAJE DEL PRODUCTO      | 39 |
| » |  | ESPECIFICACIONES TÉCNICAS | 42 |
| » |  | USO DEL PRODUCTO          | 43 |
| » |  | CREACIÓN DE CUENTA        | 44 |
| » |  | CUIDADO Y MANTENIMIENTO   | 45 |



## LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES ANTES DE USAR EL SOPORTE AJUSTABLE PARA MANCUERNAS ECHELON®.

**⚠** Este icono significa una situación potencialmente peligrosa que, si no se evita, podría provocar la muerte o lesiones graves. Lea y comprenda todas las advertencias de este equipo.

### SOLO PARA USO DOMÉSTICO.

### GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES.

### NO UTILICE LA MÁQUINA AL AIRE LIBRE.

No se debe permitir que los niños suban o se acerquen a este equipo. Las partes móviles y otras características del equipo pueden ser peligrosas para los niños. No está destinado para ser usado por menores de 14 años.

Mantenga al menos 50 pulgadas libres a cada lado del soporte. Esta es la distancia de seguridad recomendada para el acceso y paso alrededor del soporte.

Mantenga a terceros fuera de esta área cuando el dispositivo esté en uso. No se pare, siente ni trepe sobre este dispositivo.

Lea y comprenda todas las advertencias de este dispositivo. Si en algún momento las pegatinas de advertencia se aflojan, son ilegibles o se desprenden, comuníquese con su distribuidor local para obtener pegatinas de repuesto.

Asegúrese de que todas las piezas del conjunto estén completamente apretadas antes del primer uso.

Antes de usarlo, inspeccione el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® en busca de daños y asegúrese de que todas las piezas móviles funcionen correctamente.

Al limpiar su Soporte ajustable para mancuernas Echelon®, utilice un trapo suave con un detergente suave o agua para limpiar el banco. No use líquidos químicos corrosivos que puedan dañar la cubierta.

Esta máquina no está diseñada para que la utilicen personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso de la máquina por parte de una persona responsable de su seguridad. Mantenga a los niños menores de 13 años alejados de esta máquina.

Utilice esta máquina solo para el uso previsto como se describe en este manual.

No utilice accesorios no recomendados por el fabricante.

Verifique periódicamente para asegurarse de que todos los tornillos y pernos estén completamente apretados y no se hayan aflojado durante el ejercicio.

La seguridad e integridad diseñadas en el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® solo se pueden mantener cuando el equipo es examinado periódicamente para detectar daños y reparado.

Es responsabilidad exclusiva del usuario/propietario garantizar que se realice un mantenimiento regular.

Los componentes desgastados o dañados deben reemplazarse inmediatamente y el equipo ser retirado del servicio hasta que se realice la reparación.

Si el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® no funciona correctamente, comuníquese de inmediato con el servicio de atención al cliente para obtener ayuda.

ANTES de comenzar cualquier programa de fitness o entrenamiento, consulte con su médico u oficial de salud. Esto asegurará que participe en programas de fitness o entrenamiento adecuados para su edad y condición física. Antes de usar el Soporte ajustable para mancuernas Echelon®, responda estas preguntas:

- ¿Ha estado enfermo recientemente?
- ¿Ha tenido mareos prolongados recientemente?
- ¿Se ha quedado sin aliento sin ninguna razón recientemente?
- ¿Ha tenido dolor en el pecho recientemente?
- ¿Tiene actualmente alguna lesión que le impida hacer ejercicio?
- ¿Está embarazada?
- ¿Tiene alguna afección o motivo por el que NO deba hacer ejercicio?
- ¿Tiene más de 35 años y no hace actividad física?
- ¿Algún médico le ha recomendado NO hacer ejercicio?

Si responde "sí" a cualquiera de las preguntas anteriores, debe buscar más consejos de su médico antes de utilizar el Soporte ajustable para mancuernas Echelon®.

Lea el manual del usuario por completo y siga todas las instrucciones. Esto garantiza su seguridad.

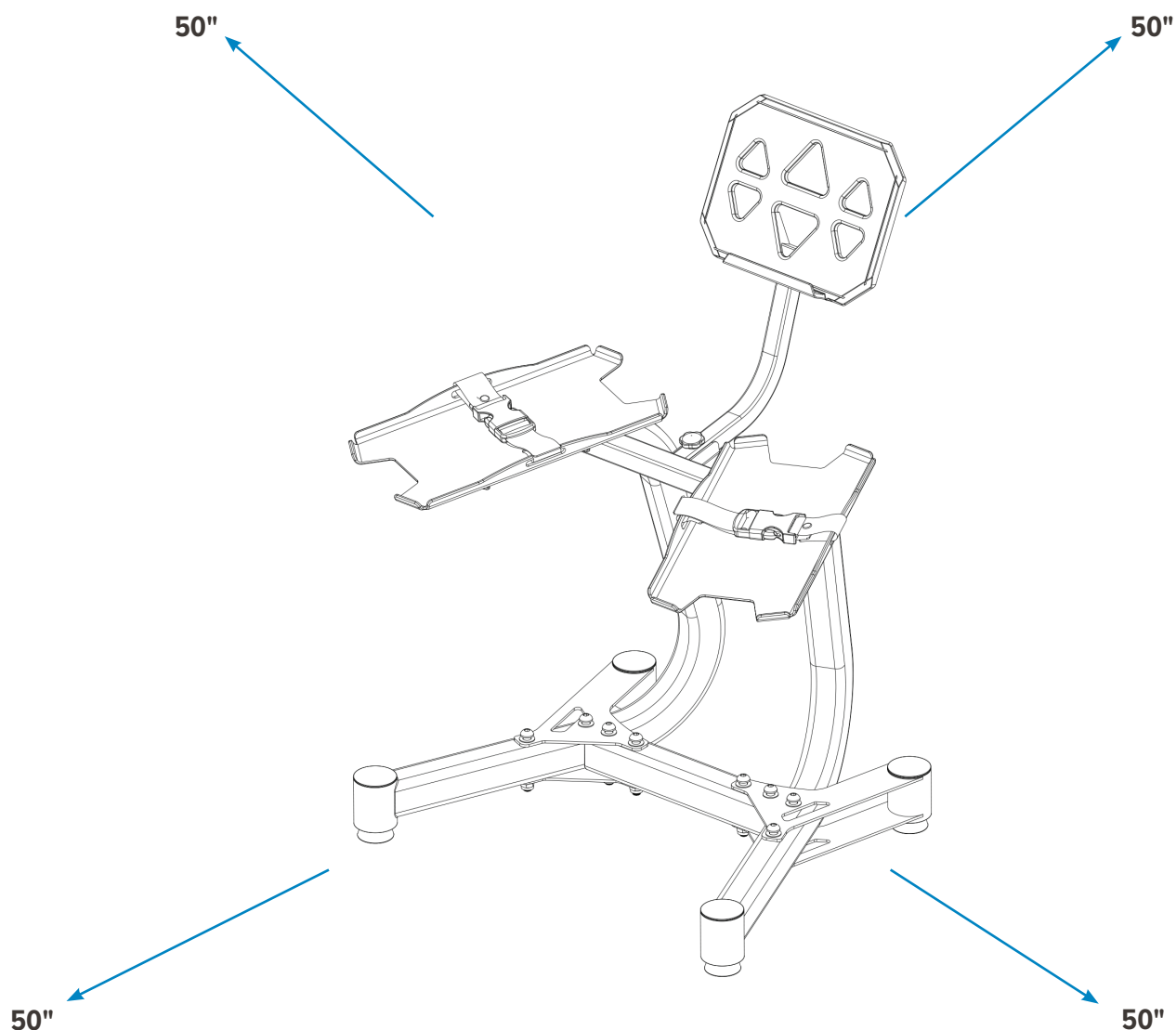
- SIEMPRE utilice el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® en un terreno sólido y nivelado y en un área bien iluminada y ventilada.
- SIEMPRE verifique que todas las piezas móviles estén bien sujetas antes de su uso.
- NUNCA permita que los niños jueguen sobre o alrededor del Soporte ajustable para mancuernas Echelon®. Esto ayuda a protegerlos de lesiones causadas por partes en movimiento.
- SIEMPRE revise el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® antes de usarlo.
- NUNCA utilice el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® si no éste está correctamente/completamente ensamblado o si está dañado de alguna manera.
- NUNCA exceda el límite de peso del Soporte ajustable para mancuernas Echelon®. El peso de carga máximo para el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® es de 120 libras (54 kg). No utilice el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® con ningún accesorio que pese más de 120 libras (54 kg).
- NUNCA utilice el Soporte ajustable para mancuernas cuando esté enfermo o fatigado.
- SIEMPRE use vestimenta y calzado adecuados que cubran completamente los pies. El cabello largo debe estar atado o recogido. Asegúrese de que los cordones de los zapatos estén metidos dentro de los zapatos.
- SIEMPRE entre en calor o haga estiramientos antes de comenzar el ejercicio.
- SIEMPRE tenga cuidado al colocar o levantar pesas desde el Soporte ajustable para mancuernas.
- SIEMPRE mantenga las manos alejadas de las piezas móviles y asegúrese de tener precaución al levantar o bajar pesas sobre el Soporte ajustable para mancuernas Echelon®.
- NUNCA se esfuerce demasiado ni haga ejercicio hasta el agotamiento. Si se siente débil, mareado, con dificultad para respirar o si tiene dolores en el pecho u otros dolores, ¡DETÉNGASE INMEDIATAMENTE!
- SIEMPRE asegúrese de tener una botella con al menos 350 ml (12 oz) de agua y una toalla cerca para absorber el sudor del cuerpo y del Soporte ajustable para mancuernas Echelon®.
- NUNCA utilice accesorios que no hayan sido recomendados por el fabricante. El uso de tales accesorios puede causar lesiones o daños al Soporte ajustable para mancuernas Echelon® y afectará la garantía del Soporte ajustable para mancuernas Echelon®.
- SIEMPRE asegúrese de limpiar el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® después de cada uso para mantenerlo higiénico.
- La limpieza y el mantenimiento del usuario no deben ser realizados por niños sin supervisión. ¡Esta información de seguridad y el manual del usuario no reemplazan la necesidad de estar alerta y usar el sentido común al usar el Soporte ajustable para mancuernas Echelon®.





# COLOCACIÓN DEL PRODUCTO

Antes del primer uso, coloque el Soporte ajustable para mancuernas Echelon® en un espacio donde tenga 50 pulgadas de espacio libre en todos los lados del producto para un uso seguro.



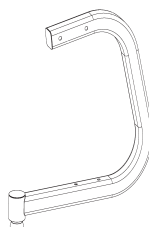


# LISTA DE PARTES

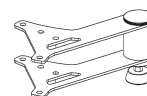
**A** Estabilizador de pata izquierda (X1)



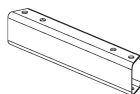
**B** Pata de soporte (x2)



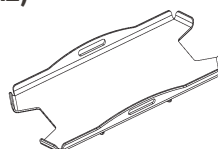
**C** Estabilizador de pata derecha (x1)



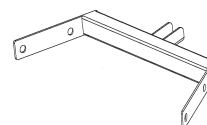
**D** Soporte transversal inferior (x1)



**E** Plataforma con mancuernas (x2)



**F** Soporte transversal superior (x1)



**G** Correas de seguridad (x2)



**H** Tornillos de cabeza cilíndrica M10x75 (X12)



**I** Arandela plana D10x25x1,5 (x24)



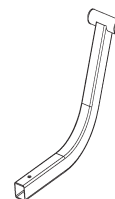
**J** Arandela de resorte D10 (x12)



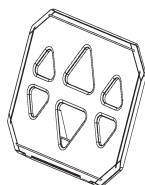
**K** Tuerca de seguridad hexagonal M10 (x12)



**L** Soporte de medios (x1)



**M** Bandeja de medios (x1)



**N** Soporte para medios (x1)



**O** Tornillo Allen M8x80 (x1)



**P** Arandela plana D8x16x1,5 (x2)



**Q** Tuerca hexagonal M8 (x1)



**R** Perilla (x1)



**S** Llave de boca (No mostrada)

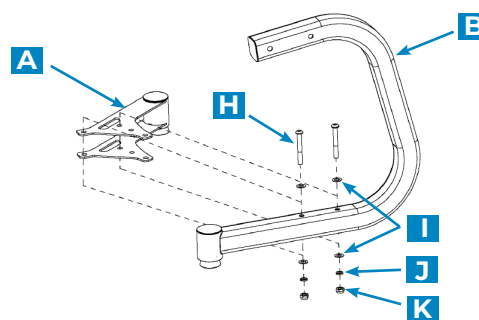
**T** Llave Allen (No mostrada)

# MONTAJE DEL PRODUCTO

## PASO

# 1

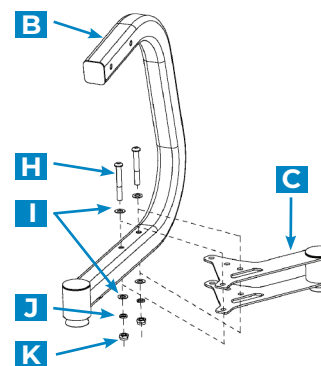
Conecte el estabilizador de la pata izquierda (A) a la pata del soporte (B) usando 2 tornillos de cabeza cilíndrica (H), 4 arandelas planas (I), 2 arandelas de resorte (J) y 2 tuercas de seguridad hexagonales (K). Asegúrese de apretar completamente las tuercas y los pernos.



## PASO

# 2

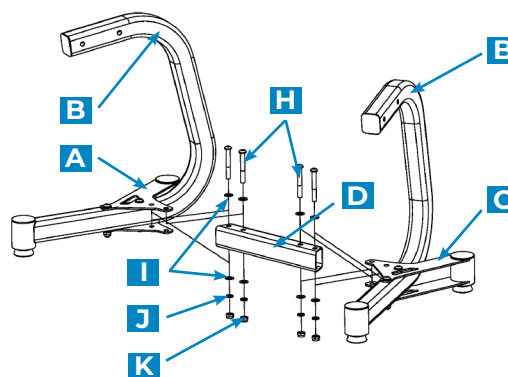
Conecte el estabilizador de la pata derecha (C) a la pata del soporte (B) usando 2 tornillos de cabeza cilíndrica (H), 4 arandelas planas (I), 2 arandelas de resorte (J) y 2 tuercas de seguridad hexagonales (K). Asegúrese de apretar completamente las tuercas y los pernos.



## PASO

# 3

Conecte el soporte transversal inferior (D) a los estabilizadores de las patas izquierda y derecha usando 4 tornillos de cabeza cilíndrica (H), 8 arandelas planas (I), 4 arandelas de resorte (J) y 4 tuercas de seguridad hexagonales (K). Asegúrese de apretar completamente las tuercas y los pernos.



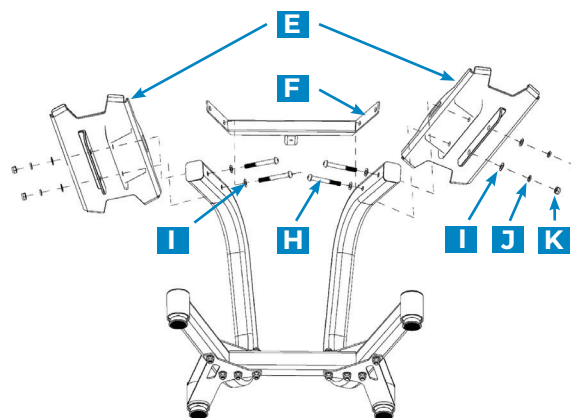


# MONTAJE DEL PRODUCTO

## PASO

# 4

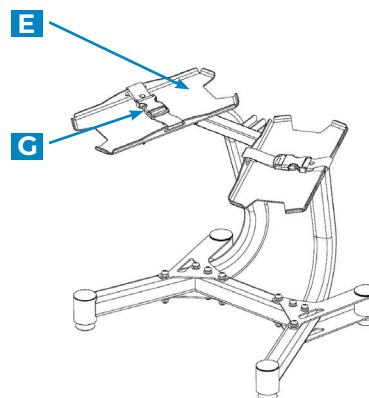
Coloque la plataforma con mancuernas (E) sobre la pata del soporte izquierda (B) y alinee los orificios para los tornillos. Alinee el soporte transversal superior (F) con la plataforma para mancuernas (E) y fíjelo con 2 tornillos de cabeza cilíndrica (H), 4 arandelas planas (I), 2 arandelas elásticas (J) y 2 tuercas de seguridad hexagonales (K). Asegúrese de apretar completamente las tuercas y los pernos. Repita el montaje en el lado derecho.



## PASO

# 5

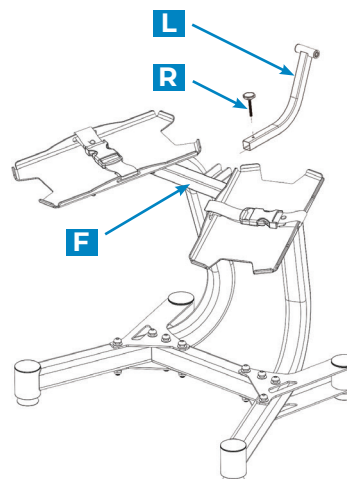
Conecte las correas de seguridad (G) a la plataforma con mancuernas (E) pasando las correas a través de las ranuras a cada lado de la plataforma.



## PASO

# 6

Inserte el soporte para medios (L) en el soporte transversal superior (F) y asegúrelo con la perilla (R).



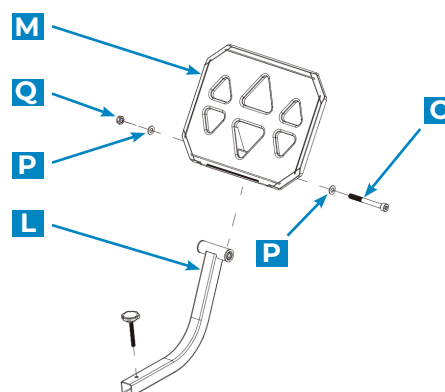


# MONTAJE DEL PRODUCTO

## PASO

# 7

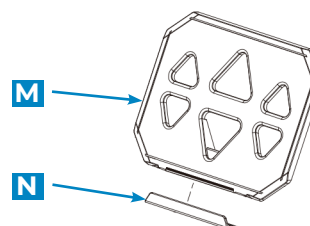
Conecte la bandeja de medios (M) al soporte de medios (L) usando un tornillo de cabeza cilíndrica M8x80 (O), 2 arandelas planas D8x16x1,5 (P) y una tuerca hexagonal M8 (Q).



## PASO

# 8

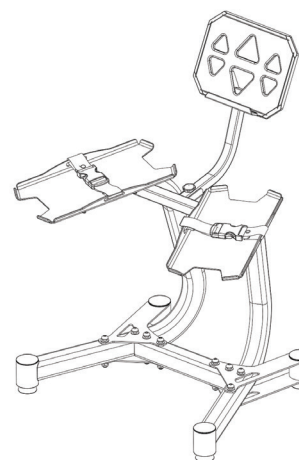
Inserte el soporte para medios (N) en la ranura inferior de la bandeja para medios (M) y presione firmemente en su lugar.



## PASO

# 9

Verifique todos los puntos de montaje para asegurarse de que todos los pernos estén bien apretados. ¡El montaje del Soporte ajustable para mancuernas Echelon® está completo!



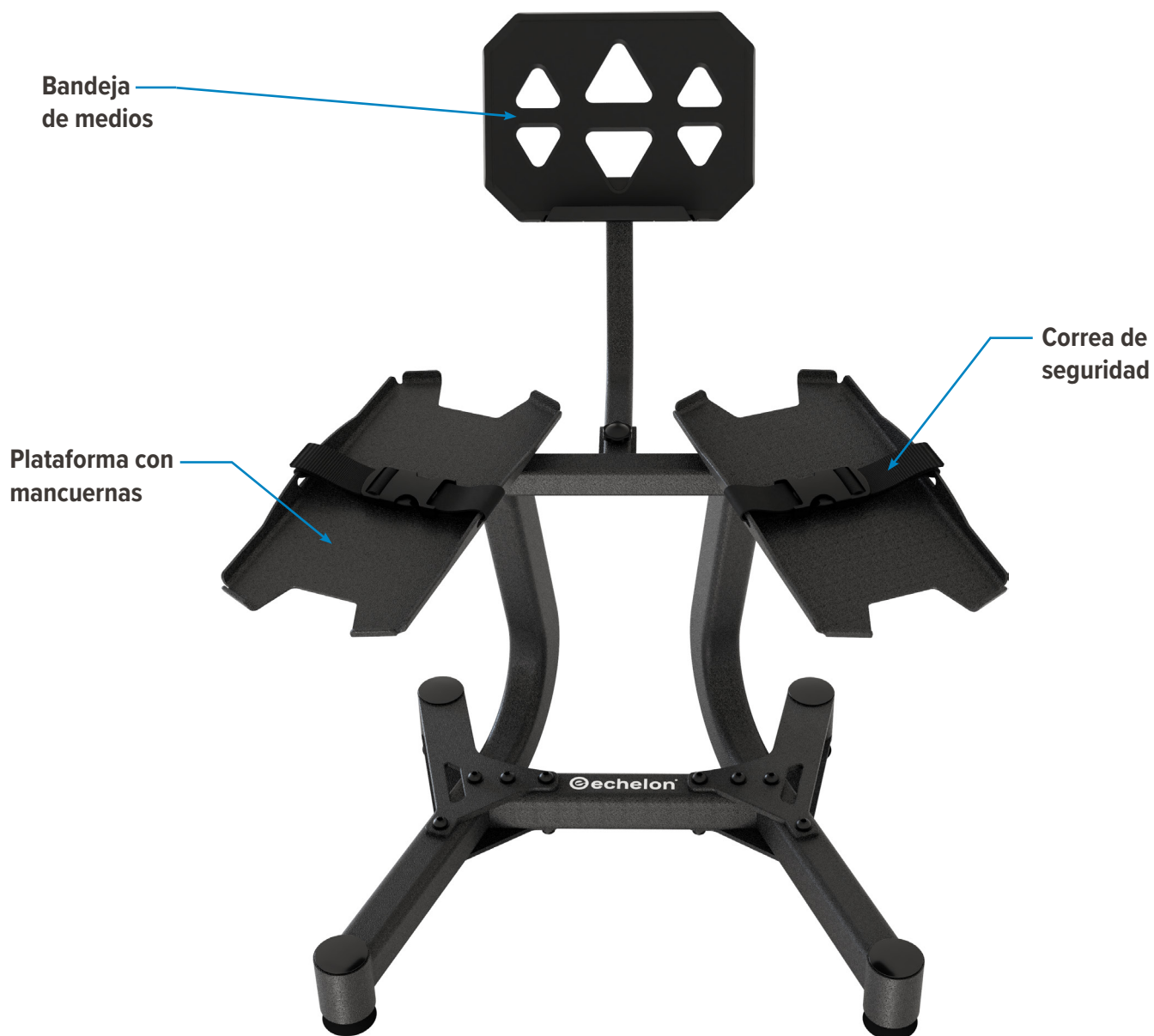
# ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

## INFORMACIÓN:

Dimensiones ensamblado: 35,6" x 31" x 25,3"

Peso: 40,7 lbs

Capacidad de carga máxima: 120 libras (54 kg)





# USO DEL PRODUCTO

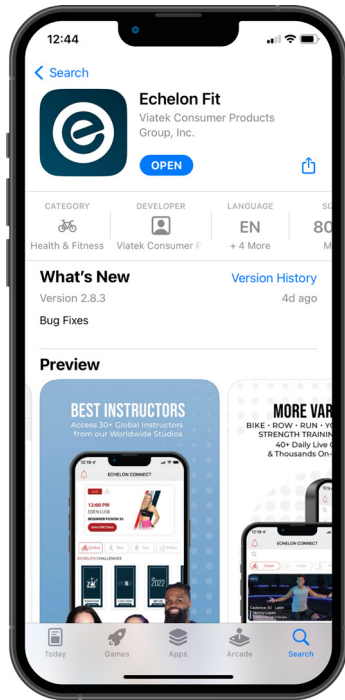
- Coloque las bases ajustables para mancuernas Echelon® en las plataformas para mancuernas y asegúrelas con una correa de seguridad. **NOTA IMPORTANTE:** Instale ambas bases en las plataformas para mancuernas antes de colocar pesas en las bases.



- Al levantar mancuernas ajustables desde la base, asegúrese de levantar el peso hacia arriba desde la base para evitar que las placas de peso restantes caigan al suelo.



# CREACIÓN DE CUENTA



## DESCARGUE LA APLICACIÓN ECHELON FIT®

Asegúrese de que esté instalada la versión más reciente de la aplicación Echelon Fit® desde la tienda Google Play™ o la tienda App™.

## INSTRUCCIONES OPERATIVAS

Conéctese a la aplicación Echelon Fit® para acceder a tutoriales e instrucciones de operación.



Escanee aquí para comenzar su prueba gratuita

Si compró este producto en el sitio web [echelonfit.com](http://echelonfit.com), debería haber recibido un correo electrónico de activación.

Vaya a [member.echelonfit.com](http://member.echelonfit.com) y siga las instrucciones en pantalla para elegir un plan y configurar su cuenta. Esta información será necesaria para iniciar sesión en su cuenta en la aplicación Echelon Fit®.

La información de la cuenta y los planes se administran en [member.echelonfit.com](http://member.echelonfit.com) y utilizan las mismas credenciales de inicio de sesión. Después de crear la cuenta de inicio de sesión en [member.echelonfit.com](http://member.echelonfit.com), tome nota de la información de inicio de sesión. Se utilizará el mismo usuario en la aplicación.

1. **SELECCIONE “SIGN UP NOW” (REGÍSTRESE AHORA)**
2. **SELECCIONE EL LUGAR DONDE REALIZÓ LA COMPRA**  
 Seleccione la ubicación de compra y siga las instrucciones en pantalla.
3. **ELIJA SU PLAN**  
 Mensual / 1 año / 2 años
4. **CONFIGURE SU MÉTODO DE PAGO**
5. **INTRODUZCA LA INFORMACIÓN DE SU CUENTA PERSONAL**

## 6. REVISE LA CUENTA

Aquí puede editar su información de facturación, agregar miembros de la familia, gestionar las suscripciones y, si lo hace desde un dispositivo móvil, descargar la aplicación e iniciar sesión.

## ACTIVACIÓN DE CUENTA

Si compró este producto en el sitio web [echelonfit.com](http://echelonfit.com), debería haber recibido un correo electrónico de activación. Haga clic en el enlace del correo electrónico de activación y siga las instrucciones en pantalla. Ingrese su información para verificar su información de pago.

**No se le cobrará hasta el mes siguiente.**



# CUIDADO Y MANTENIMIENTO

## DIARIAMENTE:

1. Examine el equipo para asegurarse de que no haya daños. Si el equipo está dañado, deje de usarlo inmediatamente y comuníquese con el Servicio de atención al cliente para obtener ayuda.
2. Limpie el equipo con un paño limpio y seco. No utilice productos de limpieza con químicos agresivos que puedan dañar el producto.

## SEMANALMENTE:

1. Mueva el soporte para limpiar el área circundante.
2. Examine el equipo para asegurarse de que no haya daños y de que todos los pernos estén correctamente apretados.

## MENSUALMENTE:

1. Examine el marco principal del soporte para mancuernas en busca de signos de flexión o malformación. Si encuentra algún daño, deje de usar y comuníquese de inmediato con el servicio de atención al cliente.

## Preguntas o inquietudes

¡Nuestros miembros son nuestra prioridad! Si necesita ayuda o tiene inquietudes, comuníquese con nuestro equipo de servicio al cliente.

☎ (833) 937-2453

✉ [cs@echelonfit.com](mailto:cs@echelonfit.com)

Enviar una solicitud:



## Información de garantía

Su Soporte ajustable para mancuernas Echelon® viene con una garantía de 1 año en piezas y mano de obra. Si surge la necesidad, todo lo que necesita es un comprobante de compra y nuestro equipo de atención al cliente estará encantado de ayudarlo. Hay disponibles garantías extendidas adicionales de 1 o 2 años a través del Servicio al Cliente.

Blank lined area for notes or instructions.







MODELO: ECH-DUMB-STND

ECHELON FITNESS MULTIMEDIA, LLC.  
605 CHESNUT STREET, SUITE 700  
CHATTANOOGA, TN 37450

[ECHELONFIT.COM](http://ECHELONFIT.COM)



LEA LAS INSTRUCCIONES  
ANTES DE OPERAR

HECHO  
EN CHINA

PATENTE  
PENDIENTE

REV: 07102024