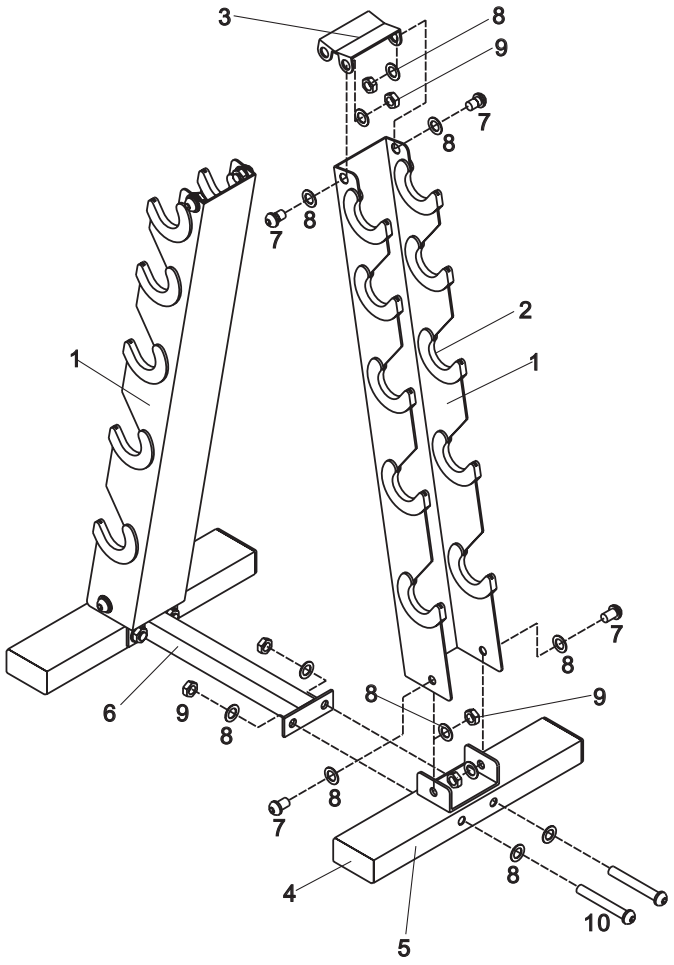
A-Frame Dumbbell Rack
Support en Forme de “A” pour HaltéresEstante para mancuernas estilo “A”

Holds 5 pairs of dumbbells
Détient 5 pairs d’haltères
Sostiene 5 pares de mancuernas



Number/Numéro/ Número	Part Number/ Numéro de Pièce/ Número de Parte	Description/ La Description/ Descripción	Quantity/ La Quantité/ Cantidad
1	PRK-12B-01	Main Frames	2
2	PRK12-02	Rubbers	20
3	PRK12B-02	Top End Cap	1
4	PRK12B-03	Plastic Caps 30*60	4
5	PRK12B-04	Frame Supports	2
6	PRK12B-05	Center Cross Base	1
7	PFM2006-23	Bolts M8*15	8
8	PFM2006-27	Washers φ 8	24
9	PHHKRK6-10	Nuts M8	12
10	PRK12B-06	Bolts M8*75	4

1. Connect two Frame Supports (5) and Center Cross Base (6) with two Bolts (10), four Washers (8) and two Nuts (9) for each side.
2. Insert two Main Frames (1) into the u-shaped supports on the two Frame Supports (5) with two Bolts (7) four Washers (8) and two Nuts (9) for each side.
3. Place the Top End Cap (3) onto the two Main Frames (1). Secure them with four Bolts (7) eight Washers (8) and four Nuts (9).

Firmly tighten all nuts and bolts before adding dumbbells.

1. Reliez deux supports de l’ossature (5) et la base-croix centrale (6) avec deux verrous (10), quatre rondelles (8) et deux écrous (9) de chaque côté.
2. Insérez les deux ossatures principales (1) dans les supports en forme de U sur deux supports de l’ossature (5) avec deux vis (7), quatre rondelles (8) et deux écrous (9) de chaque côté.
3. Placez le couvercle (3) sur les deux ossatures principales (1). Fixez-les avec quatre verrous (7), huit rondelles (8) et quatre écrous (9).

Fermement resserrer tous les nuts et les boulons avant d’ajouter d’haltéres.

1. Conectar los dos soportes de los bastidores (5) y la base transversal central (6) con dos tornillos (10) cuatro arandelas (8) y dos tuercas (9) para cada lado.
2. Insertar dos bastidores principales (1) en dos soportes en forma de U en dos soportes de los bastidores (5) con dos tornillos (7) cuatro arandelas (8) y dos tuercas (9) para cada lado.
3. Ubicar la tapa de extremidad superior (3) sobre los dos bastidores principales (1). Asegurarlos con cuatro tornillos (7), ocho arandelas (8) y cuatro tuercas (9). Apretar firmemente todas las tuercas y tornillos antes de agregar los soportes.

Apriete firmemente todo los nuts y los cerrojos antes de agregar las Mancuernas.

**DO NOT RETURN TO THE STORE! NEED ASSISTANCE?
CONTACT CAP BARBELL AT 1-877-227-0955.**

**NE PAS RETOURNER AU MAGASIN! A BESOIN DE L’ASSISTANCE?
CONTACTEZ CAP BARBELL A 1-877-227-0955.**

**¡NO REGRESE A LA TIENDA! ¿NECESITA AYUDA?
CONTACTE EL SERVICIO AL CLIENTE DE CAP BARBELL AL 1-877-227-0955**

**CAP Barbell, Inc.
P.O. Box 42213 • Houston, Texas 77242
Phone: (877) 227-0955
Mon – Fri: 9am – 5pm CST**

www.capbarbell.com

**Warranty applies to US customers only.
La garantie s’applique qu’aux clients des États-Unis.
La garantía es válida únicamente para clientes de los Estados Unidos.**