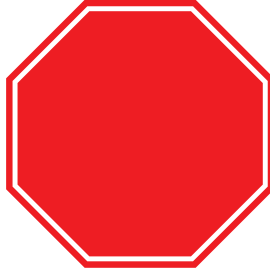


# FREAK ATHLETE

## Manual de Instrucciones del Accesorio GHD

### Important Notice



**El manual de instrucciones escrito está diseñado como un complemento para el video de ensamblaje del accesorio GHD y el video de introducción. Visita [FreakAthlete.co/GHDGuide](https://FreakAthlete.co/GHDGuide) para ver las instrucciones completas en video. Es fundamental seguir el video de ensamblaje completo y el video de introducción para garantizar tu seguridad.**

# **FREAK ATHLETE**

**Guías para el Accesorio GHD**



**Guía de**  
**Ensamblaje**  
**Accesorio GHD**



**Como Empezar?**  
**Accesorio GHD**

# FREAK ATHLETE

## Guia de Ensamblaje

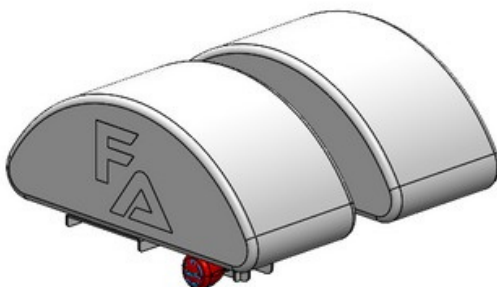
### Que viene incluido?

Pernos	Tuercas, Arandelas, Otros	Herramientas
<ul style="list-style-type: none"><li>• 8x M10x25, Pernos</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 8x M10, Arandelas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 2x Llaves Hexagonales</li></ul>

**⚠ IMPORTANT NOTE** Para el ensamblaje en video, visita [FreakAthlete.co/GHDGuide](https://FreakAthlete.co/GHDGuide). Asegúrate de que todos los tornillos estén completamente ajustados durante el ensamblaje.

### GHD Attachment Assembly Parts

- Marco de Metal
- 2x Cojines GHD

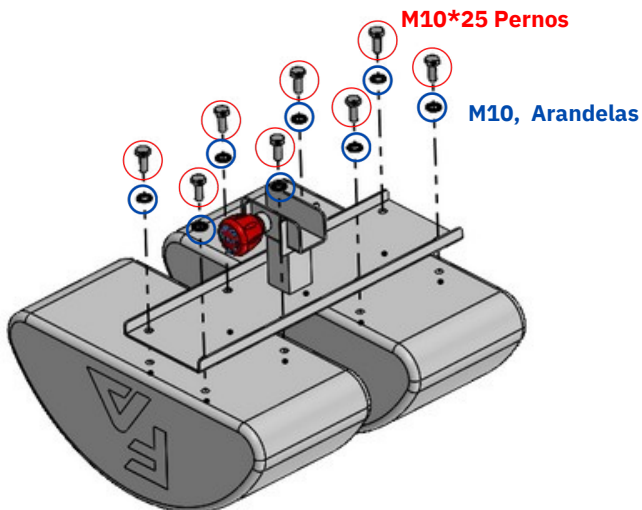


### Paso 1: Fijar el cojín GHD al marco.

### Herrajes y piezas.

1. Toma el cojín GHD y asegúrate de que el logo esté orientado hacia afuera.
2. Alinea los agujeros del cojín GHD con los agujeros del marco.
3. Coloca los pernos y las arandelas en los agujeros y ajústalos manualmente.

- 8x **M10x25, Pernos**
  - 8x **M10, Arandelas**
- 
- Marco de Metal
  - Cojines GHD



**M10x25 Pernos**



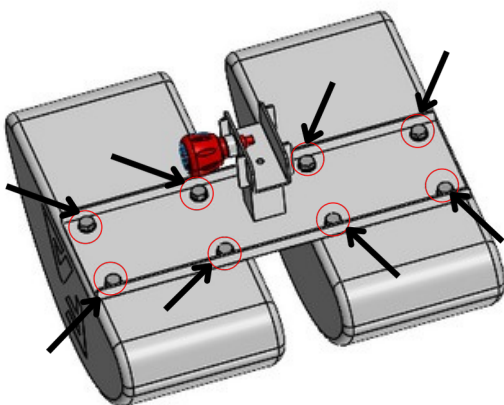
**M10 Arandelas**

**Paso 2: Asegurar los cojines GHD al marco.**

**Herrajes y piezas.**

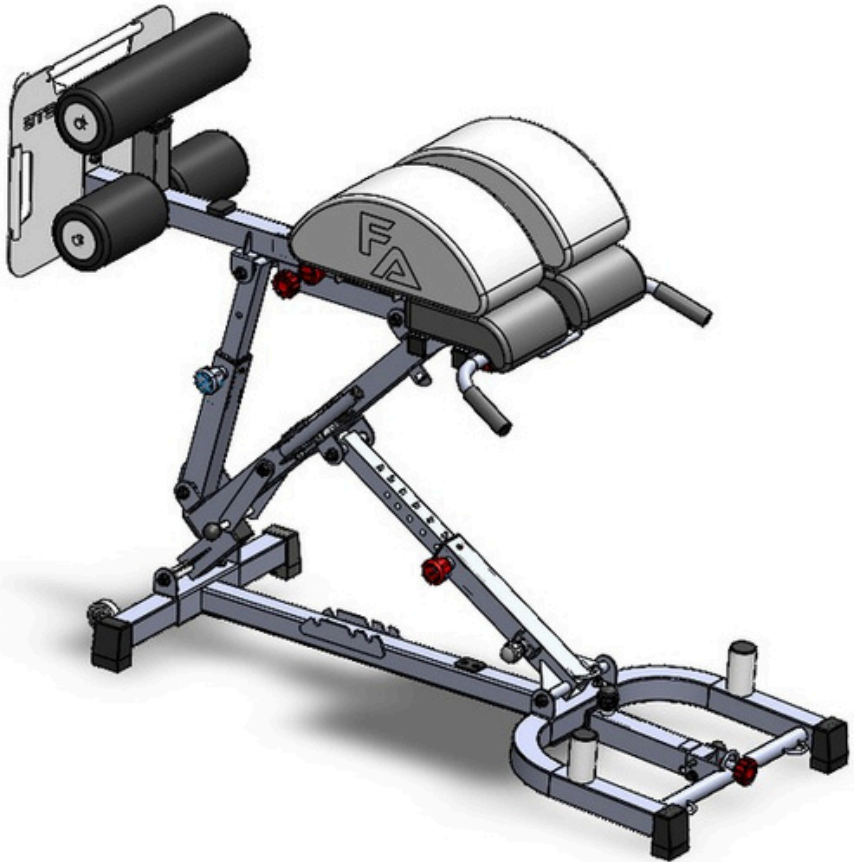
**1. IMPORTANTE:** Ajusta todos los pernos para asegurar los cojines GHD al marco.

- Llave (incluida).



**⚠ IMPORTANT NOTE**

Asegúrate de que todas las perillas estén ajustadas durante el uso para garantizar la estabilidad.



Para aprender cómo usar tu cojín GHD, visita [FreakAthlete.co/HyperGuide](https://FreakAthlete.co/HyperGuide).