

## Operation Instruction and Assembling Guide for GYM MONSTER Rowing Bench



To assemble the equipment, please follow the steps herein. For more information, please visit [www.speediance.com](http://www.speediance.com).

### Assembling requirements

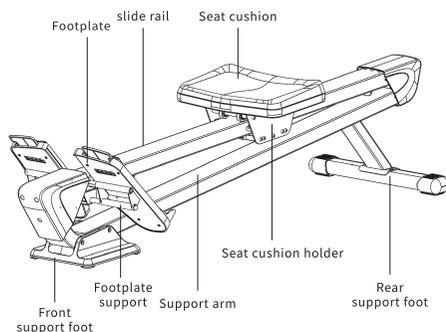
- Unbox and assemble the equipment near the intended location of use.
- Ensure that each side of the equipment is at least 1 meter (40 inches) away from walls or furniture, and any objects behind or in front of it.
- Assemble on a flat and sturdy surface to maintain equipment stability.

### Specification

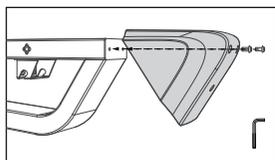
Dimensions: 1555\*500\*414mm  
Weight: 26KG

### Required tools

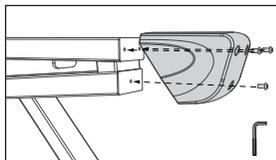
- Hexagon wrench
- Allen wrench



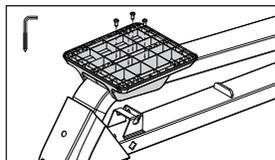
### Assembling steps



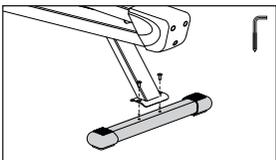
- Use an Allen wrench to secure the front cover to the support arm with (M6×12) screws.



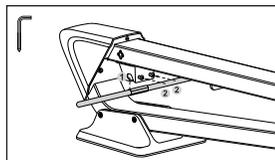
- Use an Allen wrench to secure the rear cover to the support arm with (M6×12) screws.



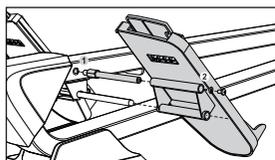
- Flip the support arms down and use an Allen wrench to attach the Front support foot to the arm with a cross screw (M4×8mm).



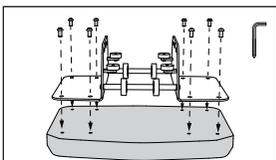
- Use an Allen wrench to fix the Rear support foot to the support arm using flat head Allen screws (M6×16mm).



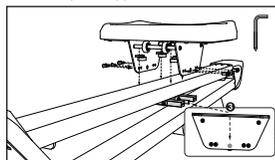
- Place the Footplate support into the front latch of the slide rail and secure it to the latch using internal hex screws (M6×20mm), with the screw resting against the middle plane of the Footplate support.



- Use a 14mm wrench to secure the Footplate fixing axle to the slide rail.
- Insert the Footplate onto the two fixing axes and secure it with a hex wrench and screws through washers.



- Use an Allen wrench to lock the seat cushion onto the seat cushion holder using internal hex screws (M6×12mm).



- Use an Allen wrench to secure the seat cushion, buffer, and lower roller assembly to the slide rail using screws (M6×12mm). You can adjust the gap between the seat cushion and the slide rail by using the ③ screw.

### Notices

- When the rowing bench is used together with the GYM MONSTER, please place it on the step board of GYM MONSTER and ensure that the stepboard is stable.
- When the rowing bench is used alone, please verify that the ground is steady and there are no obstacles around it, so as to ensure smooth use and avoid unnecessary injury.
- Place the product in a dry environment, and do not use it outdoors.
- If you find any damage to the rowing bench, please stop using it and call the customer service center.
- The warranty of rowing bench will be provided in strict accordance with the national "New Three Warranties" regulations.
- The Three Guarantees Certificate (warranty card) and the certificate of conformity are on the back of the page.

## Warranty Coverage

- If you use, operate, and maintain your Speediance product in accordance with the instructions provided, when there are any quality issues caused by material or workmanship defects during the warranty period, Speediance promises to provide free repairs.
- The warranty starts on the date that the product is purchased and is valid for 12 months. Customer must provide valid proof of purchase for warranty.
- Warranty service will not be provided for the parts as:
  1. Products that are beyond the warranty period.
  2. Products that are beyond the warranty period.
  3. Damage caused by improper handling, use, maintenance, or storage.
  4. Damage caused by improper handling, use, maintenance, or storage.
  5. Damage caused by unauthorized disassembly or repairs.
  6. Products without a valid invoice and warranty card.
  7. Mismatch between the product model or serial number on the invoice or warranty card and the actual product.
  8. Damage caused by force majeure (e.g., lightning, fire, earthquake, flood, etc.).
- You can apply for our product warranty service if there is a performance failure during the effective warranty period, please send email to [after-sales@speediance.com](mailto:after-sales@speediance.com), we will get back to you ASAP.
- If there is a quality issue, please contact us within 7 calendar days after receiving your product.
- Contact email with the following information.
  - (1). Order Number:
  - (2). Product Issue:
  - (3). Images or Videos of Products and Intact Packaging:
 We will process your enquiry within 2 working days after receiving your email.

## Important Note

- For product faults not caused by human error within the warranty period from the date of purchase, our company offers free repair services with a purchase invoice and warranty card. Beyond the warranty period or outside the warranty scope, our company can still provide repair services according to user needs, but a certain repair fee will be charged. Please keep the barcode on the product and valid proof of purchase for verification by the repair personnel. For further details, please refer to Speediance Warranty Policy.

## Refund Time

- The refund will be issued back to the original payment method. The refund process will take 7-14 business days from the date Speediance receives the returned product, evaluates it, confirms the refund amount with the customer. The specific timeframe depends on the bank or credit card issuer.

## Return Service

- 1. If the product is being returned due to non-quality issues, you are responsible for packaging, labor, storage, transportation, and other logistics costs incurred during the return process.
- 2. If the product is being returned due to quality issues (such as damage or missing parts): Speediance will bear the return logistics costs and any additional fees. \*Do not return any product before receiving the RMA number and instructions from Speediance. Any losses incurred as a result will be your responsibility.

## Replacement Fee

- 1. Damages caused by manufacturing defects, quality issues, or logistics reasons: Speediance will bear the round-trip shipping costs.
- 2. For other reasons for exchange: You will bear the exchange shipping costs.

## Maintenance Services

- For better experience with our products, we will provide free consultation and return visit services. Please call our customer service or service center at any time, and we will sincerely provide you with satisfactory service.

### Sheet ① of Warranty Card

User name: \_\_\_\_\_ Invoice number: \_\_\_\_\_  
 Product model: \_\_\_\_\_ Purchase date: \_\_\_\_\_  
 Store: \_\_\_\_\_ Installation date: \_\_\_\_\_  
 Tel: \_\_\_\_\_ Postal code: \_\_\_\_\_  
 Address: \_\_\_\_\_ Product No: \_\_\_\_\_

When you purchase the product, please fill in the copy of the warranty card immediately, stick the invoice on the back of the warranty card and keep them properly. Please show the maintenance card and the purchase invoice before maintenance.

### Sheet ② of Warranty Card

Maintenance date: \_\_\_\_\_  
 Fault content: \_\_\_\_\_  
 Handling details: \_\_\_\_\_  
 Name of maintenance unit: \_\_\_\_\_  
 Tel of maintenance unit: \_\_\_\_\_  
 Signature: \_\_\_\_\_

When you purchase the product, please fill in the copy of the warranty card immediately, stick the invoice on the back of the warranty card and keep them properly. Please show the maintenance card and the purchase invoice for maintenance.

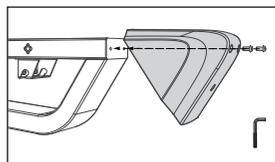
## Operation Instruction and Assembling Guide for GYM MONSTER Rowing Bench

### Recomendaciones para el ensamblaje:

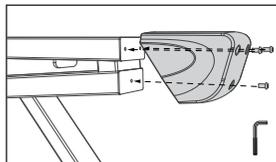
- Ensamble el equipo cerca del lugar donde lo usará.
- Coloque el equipo a al menos 1 metro (40 pulgadas) de distancia de paredes, muebles y otros objetos.
- Ensamble sobre una superficie plana y sólida para garantizar la estabilidad.

Especificaciones	Herramientas requeridas
Dimensiones: 1555*500*414mm Peso: 26kg*	Llave Hexagonal Llave Allen

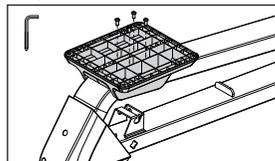
### Pasos de ensamblaje



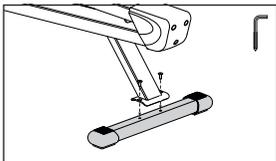
- Fije la tapa delantera al brazo de soporte con tornillos Allen M6x12mm.



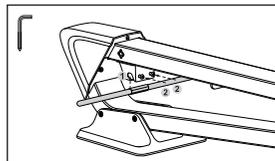
- Fije la tapa trasera al brazo de soporte con tornillos Allen M6x12mm.



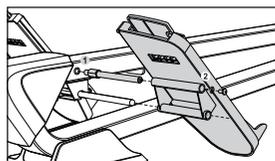
- Coloque el brazo de soporte boca abajo y fíjelo al pie delantero del banco con tornillos Phillips M4x8mm.



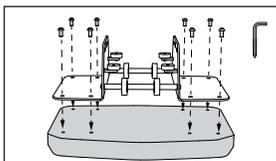
- Fije el pie trasero con tornillos Allen de cabeza plana M6x16mm.



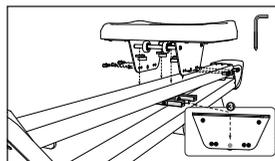
- Inserte la barra de soporte del pedal en el riel y fíjela con tornillos Allen M6x20mm.



- Use una llave de 14 mm para fijar el eje del pedal en el riel.
- Inserte los pedales en los ejes y fíjelos con tornillos y arandelas.



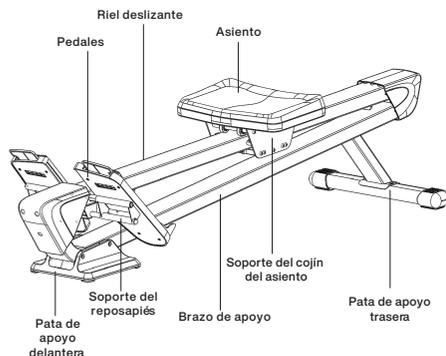
- Monte el asiento en el soporte con tornillos Allen M6x12mm.



- Ajuste el asiento y el bloque amortiguador en el riel con tornillos M6x12mm. La instalación del cojín del asiento permite ajustar el espacio entre el cojín y el riel mediante el tornillo número ③.

### Precauciones

- Si se usa con el GYM MONSTER, coloca el banco sobre la plataforma para asegurar la estabilidad.
- Si se usa solo, verifica que el suelo sea estable y haya suficiente espacio alrededor para evitar accidentes.
- Mantén el banco en un ambiente seco. No lo uses en exteriores.
- Si el banco está dañado, deja de usarlo y contacta con el servicio de atención al cliente.
- La tarjeta de garantía y el certificado de conformidad están en la parte trasera de este documento.



## Cobertura de Garantía

- Si usas, operas y mantienes tu producto Speediance conforme a las instrucciones, cualquier defecto de material o fabricación dentro del período de garantía será reparado sin costo.
- Duración de la garantía: 12 meses desde la fecha de compra. Condiciones para la garantía: Debes presentar un comprobante de compra válido.
- La garantía NO cubre:
  - 1.Productos fuera del período de garantía.
  - 2.Daños por mal uso, mantenimiento incorrecto o almacenamiento inadecuado.
  - 3.Daños por desmontaje o reparaciones no autorizadas.
  - 4.Productos sin factura o tarjeta de garantía.
  - 5.Discrepancias entre el modelo/serie de la factura y el producto real.
  - 6.Daños por fuerza mayor (rayos, incendios, terremotos, inundaciones, etc.).
- Cómo solicitar la garantía: Si el producto presenta fallas durante el período de garantía, envía un correo a [after-sales@speediance.com](mailto:after-sales@speediance.com) con: Si hay algún problema de calidad, por favor póngase en contacto dentro los 7 días calendario luego de haber recibido el producto. El correo debe contener la siguiente información:
  - (1). Número de orden:
  - (2). Descripción del problema:
  - (3). Fotos o videos del producto y su empaque original:
 Speediance responderá en un plazo de 2 días hábiles luego de haber recibido el correo.

## Nota Importante

- Para fallas del producto no causadas por error humano dentro del período de garantía desde la fecha de compra, nuestra empresa ofrece servicios de reparación gratuitos con la factura de compra y la tarjeta de garantía.
- Fuera del período de garantía o si el problema no está cubierto por la garantía, nuestra empresa aún puede proporcionar servicios de reparación según las necesidades del usuario, pero se aplicará un costo de reparación.
- Por favor, conserva el código de barras del producto y un comprobante de compra válido para la verificación del personal de reparación. Para más detalles, consulta la Política de Garantía de Speediance.

## Tiempo de reembolso

- Los reembolsos se emitirán al método de pago original. El proceso de reembolso tomará 7-14 días hábiles desde que Speediance reciba y evalúe el producto devuelto. El tiempo específico dependerá del banco o entidad emisora de la tarjeta de crédito.

### Servicio de devolución

#### Devolución por razones no relacionadas con calidad:

- El comprador asume los costos de embalaje, almacenamiento, transporte y logística.

#### Devolución por problemas de calidad (daños o piezas faltantes):

- Speediance cubrirá los costos de devolución y tarifas adicionales.
- IMPORTANTE: No devuelvas ningún producto sin recibir un número RMA e instrucciones de Speediance.

## Costos de Reemplazo

- 1.Si el daño es por defecto de fábrica o problemas de envío: Speediance cubrirá los costos de transporte.
- 2.Si el reemplazo es por otras razones: El comprador asume los costos de envío

## Servicio de Mantenimiento

Para una mejor experiencia con nuestros productos, ofrecemos consultas gratuitas y servicios de seguimiento. Por favor, comunícate con nuestro servicio de atención al cliente o centro de servicio en cualquier momento, y con gusto te brindaremos un servicio satisfactorio.

### Tarjeta de Garantía A

Nombre de Usuario: ..... Número de factura: .....  
 Modelo del producto: ..... Fecha de compra: .....  
 Tienda: ..... Fecha de instalación: .....  
 Tel: ..... Código postal: .....  
 Dirección: .....

Cuando compres el producto, completa inmediatamente una copia de la tarjeta de garantía, pega la factura en la parte trasera de la tarjeta de garantía y guárdalas correctamente. Presenta la tarjeta de mantenimiento y la factura de compra antes de solicitar cualquier servicio de mantenimiento.

### Tarjeta de Garantía B

Fecha de mantenimiento: .....  
 Descripción de la falla: .....  
 Detalles del servicio: .....  
 Nombre equipo de mantenimiento: .....  
 Tel equipo de mantenimiento: .....  
 Firma del técnico: .....

Cuando compres el producto, completa inmediatamente una copia de la tarjeta de garantía, pega la factura en la parte trasera de la tarjeta de garantía y guárdalas correctamente. Presenta la tarjeta de mantenimiento y la factura de compra antes de solicitar cualquier servicio de mantenimiento.

[after-sales@speediance.com](mailto:after-sales@speediance.com)

## GYM MONSTER力量怪兽划船凳说明书及组装指南

如需组装设备,请按照本组装指南所述的步骤顺序操作。如需了解更多产品信息,请访问 [www.speediance.com](http://www.speediance.com)。



### 组装要求

组装本设备时,建议:

- 在您计划使用设备的位置附近开箱组装。
- 放置设备时,设备的每个侧面与墙壁或家具应至少相距1米(40英寸),与其背面或正面的物体也应至少相距1米(40英寸)。
- 在平坦坚实的表面组装,以保持器材平稳。

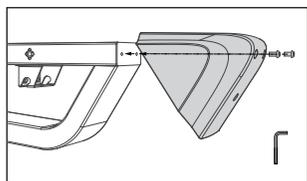
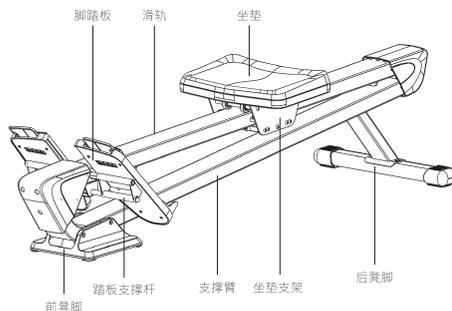
### 规格

产品尺寸: 1555\*500\*414mm  
产品重量: 26KG

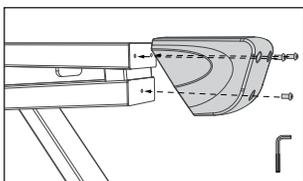
### 开始安装

### 所需工具

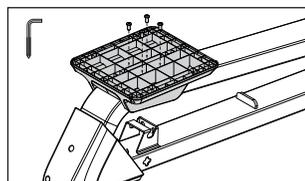
- 外六角扳手
- 内六角扳手
- 内六角扳手



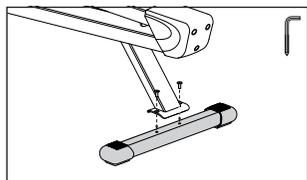
- 使用内六角扳手通过内六角螺丝(M6x12mm)将前端盖固定在支撑臂上



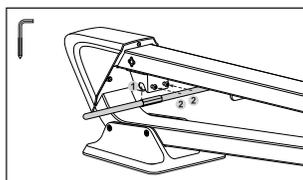
- 使用内六角扳手通过内六角螺丝(M6x12mm)将后端盖固定在支撑臂上



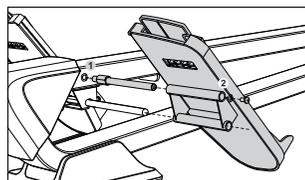
- 把支撑臂反转放置于地面,使用十字工具头端将前凳脚通过十字螺丝(M4x8mm)固定在支撑臂上



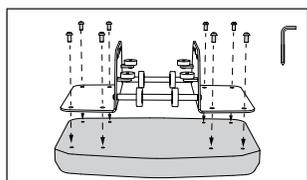
- 使用内六角扳手将后凳脚通过平头内六角螺丝(M6x16mm)固定在支撑臂上。



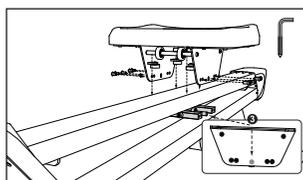
- 将踏板支撑杆放入滑轨前端卡扣,并通过内六角螺丝(M6x20mm)将其固定在卡扣上,螺丝顶住踏板支撑杆中间平面。



- 使用14mm开口扳手将踏板固定轴固定在滑轨上。
- 将踏板插入两根固定轴,并用六角扳手将踏板通过垫片与螺丝固定。



- 使用内六角扳手通过内六角螺丝(M6x12mm)将坐垫锁在坐垫支架。



- 使用内六角扳手通过螺丝(M6x12mm)将坐垫与缓冲块及下滚轮组件固定在滑轨上。

- 安装坐垫可通过③号螺丝调整与坐垫跟滑轨的间隙。

## 注意事项

- 配合GYM MONSTER力量怪兽使用时,请务必将划船凳放置在踏板上,保证踏板平稳。
- 单独使用时请确保地面平稳,四周均为开放空间,以确保使用过程顺利,避免受伤。
- 应将产品放置在干燥的环境中,不可在室外使用本产品。
- 若发现划船凳有损坏,请勿继续使用,并致电客户服务中心。
- 健身凳保修服务的提供将严格遵循国家“新三包”规定。
- 三包凭证(保修卡)与合格证在本页背面。

## 保修范围

- 在用户完全按照使用说明正常使用、操作和维护产品的情况下,将为购买本公司产品的消费者实行三包。
- 家庭用途的,产品保修一年。
- 保修期内质量问题(非人为损坏)免费提供维修所需要的零部件。
- 保修期内维修更换下的旧零部件归本公司所有,保修期外维修更换下的旧零部件归用户所有。
- 凡属下述情况之一的,不在保修范围内:
  - 产品超出保修期的。
  - 产品附件(如安装工具和赠品)。
  - 搬运、使用、维护、保管不当而造成损坏的。
  - 未按照产品使用说明要求使用、维护、保养而造成损坏的。
  - 非承担三包的修理者拆卸、维修造成损坏的。
  - 无有效发票及有效三包凭证(保修卡)的。
  - 发票或保修卡上的产品型号或编号与商品实物不相符的。
  - 因不可抗力(如雷电、火灾、地震、水灾等自然灾害)造成损坏的。
- 以上情况我司可提供维修服务,费用类型包括维修费、零部件费,具体费用标准在相关部门允许范围内。
- 由代理商、经销商、零售商自行承诺的额外服务与附加的非原厂配置赠品,由原代理商、经销商、零售商负责服务,与本公司无关。

## 重要提示

产品自购买之日起保修期内非人为造成的故障,凭购机发票和保修卡本公司给予免费维修服务。在保修期外或超出保修范围,我公司仍可按照用户需求给予维修,但要收取一定的维修费用。请保留产品上的条码及有效的购买证明,以便维修人员核实记录。其他详情事项请参阅我司售后保修政策。

## 维修服务

为了您更好的体验公司产品,我们提供免费咨询、回访服务,您可随时联系速境客服或我司服务网站,我们将诚挚为您提供满意的服务。

保修卡 A 联	
用户姓名: .....	发票号码: .....
产品型号: .....	购买日期: .....
购买店铺: .....	安装日期: .....
常用电话: .....	邮政编码: .....
通讯地址: .....	产品编号: .....

在购买产品时,请立即填写本联保修卡,将发票贴于本保修卡背面,一并妥善保留。维修时请出示本保修卡及购机发票。

保修卡 B 联	
维修日期: .....	请加盖公章
故障内容: .....	[ ]
处理详情: .....	
维修单位名称: .....	<small>在购买本产品时,请立即填写本联保修卡,将发票贴于本保修卡背面,一并妥善保留。维修时请出示本联保修卡及购机发票。</small>
维修单位电话: .....	
维修人员签名: .....	