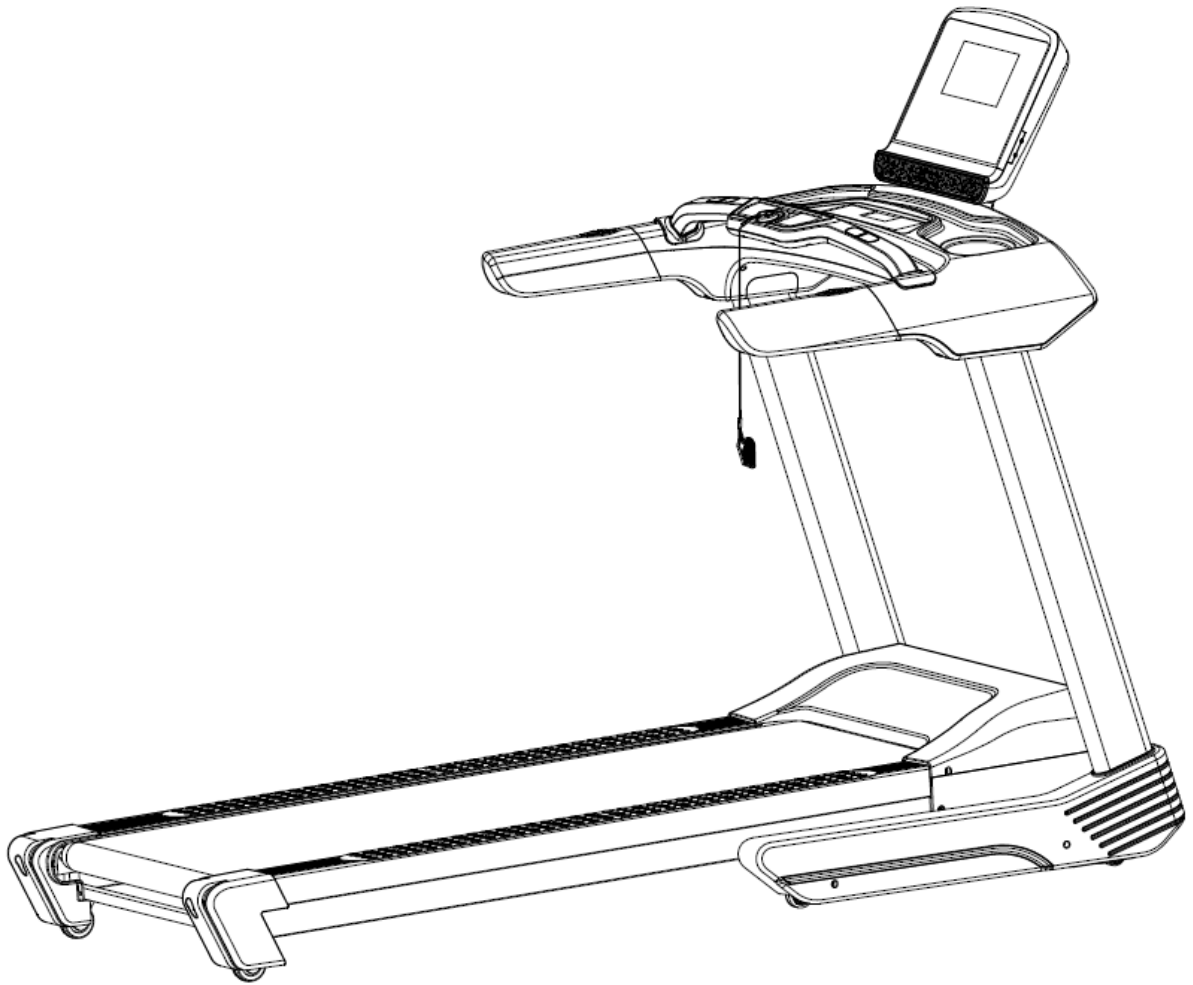


Διάδρομος

# XFIT SECTOR

Εγχειρίδιο Χρήστη



\* Οι προδιαγραφές του προϊόντος μπορεί να διαφέρουν από την φωτογραφία και μπορεί να αλλάξουν χωρίς προειδοποίηση.



## ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Διαβάστε όλες τις οδηγίες προσεκτικά πριν χρησιμοποιήσετε τον διάδρομο. Φυλάξτε αυτό το εγχειρίδιο χρήσης για μελλοντική αναφορά:

- Όταν χρησιμοποιείτε τον διάδρομο, να έχετε πάντα συνδεδεμένο το κλειδί ασφαλείας στην μπλούζα σας.

**ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ:** Το **ΚΛΕΙΔΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ** έχει έναν μαγνήτη ο οποίος συνδέεται στην κονσόλα. Στο άλλο άκρο υπάρχει ένα κλιπ το οποίο πρέπει να τοποθετηθεί στα ρούχα σας. Ο διάδρομος λειτουργεί μόνο με το κλειδί ασφαλείας τοποθετημένο στην κονσόλα.

- Όταν τρέχετε, αφήστε τα χέρια σας να εναλλάσσονται σε φυσική κίνηση, να κοιτάτε προς τα εμπρός και ποτέ να μην κοιτάτε προς τα κάτω προς τα πόδια σας.
- Αυξήστε ταχύτητα βήμα προς βήμα όταν κινήστε στο διάδρομο.
- Σε κατάσταση έκτακτης ανάγκης, αφαιρέστε αμέσως το "κλειδί ασφαλείας".
- Κατεβείτε από τον διάδρομο εφόσον ο ιμάντας κίνησης έχει σταματήσει πλήρως.

**Προσοχή:** Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες και ακολουθήστε τις κατά την συναρμολόγηση.

## Προσοχή

- 01- Πριν ξεκινήσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης, συμβουλευτείτε τον γιατρό σας ή κάποιον επαγγελματία υγείας.
- 02- Έλεγξε ότι όλα τα μπουλόνια είναι πλήρως ασφαλισμένα.
- 03- Μην τοποθετείτε ποτέ τον διάδρομο σε μέρος με υγρασία.
- 04- Δεν αναλαμβάνουμε καμία ευθύνη για τυχόν προβλήματα ή τραυματισμούς για τους παραπάνω λόγους.
- 05- Να φοράτε αθλητικά ρούχα και παπούτσια κατά την άσκηση.
- 06- Μην κάνετε άσκηση για τα επόμενα 40 λεπτά μετά το γεύμα.
- 07- Για αποφυγή τραυματισμών παρακαλούμε κάντε ζέσταμα πριν από την άσκηση.
- 08- Συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν από την άσκηση εάν έχετε υψηλή αρτηριακή πίεση.
- 09- Ο διάδρομος χρησιμοποιείται μόνο από ενήλικες.
- 10- Η χρήση από ηλικιωμένους, παιδιά & άτομα με ειδικές ανάγκες χρειάζεται προσοχή, οδηγίες & επίβλεψη.
- 11- Μην συνδέσετε τίποτα σε οποιαδήποτε μέρη του διαδρόμου, μπορεί να προκληθεί βλάβη.
- 12- Μην συνδέετε προέκταση καλωδίου στη μέση του καλωδίου. Μην επιμηκύνετε το καλώδιο ή αλλάξετε το βύσμα του καλωδίου. Μην ακουμπάτε κανένα βαρύ αντικείμενο στο καλώδιο ή τοποθετήσετε το καλώδιο κοντά σε πηγή θερμότητας. Απαγορεύεται η χρήση πολύπριζου, μπορεί να προκληθεί πυρκαγιά ή τραυματισμός.
- 13- Αφαιρέστε το καλώδιο παροχής ρεύματος όταν δεν χρησιμοποιείται ο διάδρομος. Μην τραβάτε το καλώδιο κατά την αφαίρεσή του για να μην το κόψετε.
- 14- Τα στοιχεία ελέγχου σφυγμού μπορεί να μην είναι ακριβή, δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ιατρική χρήση. Η υπερβολική άσκηση μπορεί να προκαλέσει τραυματισμό ή πρόβλημα υγείας. Εάν αισθανθείτε ζαλάδα, δυσφορία ή κάποιο άλλο μη φυσιολογικό σύμπτωμα, παρακαλούμε σταματήστε την άσκηση και συμβουλευτείτε αμέσως έναν γιατρό.

## ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

1. Συνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας του διαδρόμου απευθείας σε ένα ειδικά γειωμένο κύκλωμα. Αυτό το προϊόν πρέπει να είναι γειωμένο. Εάν έχει βλάβη, η γείωση παρέχει μια διαδρομή μικρότερης αντίστασης ηλεκτρικού ρεύματος για να μειωθεί ο κίνδυνος ηλεκτροπληξίας.
2. Τοποθετήστε το διάδρομο σε καθαρή και επίπεδη επιφάνεια. Μην τοποθετείτε το διάδρομο σε πυκνό χαλί, καθώς μπορεί να επηρεάσει τον επαρκή εξαερισμό. Μην τοποθετείτε το διάδρομο κοντά σε νερό ή σε εξωτερικούς χώρους.
3. Τοποθετήστε το διάδρομο έτσι ώστε η πρίζα να είναι ορατή και προσβάσιμη.
4. Μην ξεκινάτε ποτέ το διάδρομο ενώ στέκεστε πάνω στον ιμάντα κίνησης. Μετά την ενεργοποίηση του διαδρόμου και τη ρύθμιση ταχύτητας, μπορεί να υπάρξει μια παύση πριν ο ιμάντας αρχίσει να κινείται. Πάντα να στέκεστε στις πλαϊνές αντιολισθητικές ράγες του πλαισίου μέχρι να τεθεί ο ιμάντας σε κίνηση.
5. Φοράτε τα κατάλληλα ρούχα κατά την άσκηση στο διάδρομο. Μην φοράτε μακριά, φαρδιά ρούχα που μπορεί να πιαστούν στο διάδρομο. Να φοράτε πάντα αθλητικά παπούτσια για τρέξιμο, με μαλακές σόλες.
6. Βεβαιωθείτε ότι το τροφοδοτικό είναι συνδεδεμένο και το κλειδί ασφαλείας είναι σωστά τοποθετημένο πριν χρησιμοποιήσετε το διάδρομο. Τοποθετήστε τη μία πλευρά του κλειδιού ασφαλείας στο διάδρομο και στερεώστε την άλλη πλευρά στα ρούχα σας, γεγονός που θα σας επιτρέψει να τραβήξετε το κλειδί ασφαλείας αμέσως σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.
7. Αποσυνδέετε πάντα το καλώδιο τροφοδοσίας πριν αφαιρέσετε το κάλυμμα του μοτέρ του διαδρόμου.
8. Σιγουρευτείτε ότι δεν υπάρχει λιγότερο από 2\*1m ελεύθερος χώρος πίσω από το διάδρομο.
9. Κρατήστε τα μικρά παιδιά μακριά από το διάδρομο κατά τη διάρκεια της λειτουργίας του.
10. Κρατάτε πάντα τις χειρολαβές όταν αρχικά περπατάτε ή τρέχετε στο διάδρομο, μέχρι να εξοικειωθείτε με τη χρήση του διαδρόμου.
11. Να τοποθετείτε πάντα το κλειδί ασφαλείας στα ρούχα σας όταν χρησιμοποιείτε το διάδρομο. Εάν ο διάδρομος αυξήσει ξαφνικά στην ταχύτητα λόγω βλάβης των ηλεκτρονικών ή η ταχύτητα αυξάνεται ακούσια, ο διάδρομος θα σταματήσει άμεσα όταν αποσυνδέσετε το κλειδί ασφαλείας από την κονσόλα.
12. Σε περίπτωση δυσλειτουργίας κατά τη διάρκεια χρήσης, αφαιρέστε αμέσως το κλειδί ασφαλείας, πιάστε τις χειρολαβές και πηδήξτε πάνω στις δύο πλαϊνές αντιολισθητικές ράγες. Στη συνέχεια, κατεβείτε από το διάδρομο αφού έχει σταματήσει πλήρως.
13. Όταν δεν χρησιμοποιείται ο διάδρομος, το καλώδιο τροφοδοσίας πρέπει να αποσυνδεθεί και να αφαιρεθεί το κλειδί ασφαλείας.
14. Φυλάξτε το κλειδί ασφαλείας κάπου όπου να μην μπορούν να το φτάσουν παιδιά. Οι ανήλικοι πρέπει να συνοδεύονται από τους ενήλικες όταν χρησιμοποιούν το διάδρομο.
15. Πριν ξεκινήσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης, συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή έναν επαγγελματία υγείας. Εκείνος/ή μπορεί να βοηθήσει στον καθορισμό της συχνότητας άσκησης, την ένταση (στόχο καρδιακής συχνότητας) και το χρόνο που απαιτείται αναλόγως της ηλικίας και της φυσικής σας κατάστασης.

Εάν έχετε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος σας, ακανόνιστο καρδιακό παλμό, δύσπνοια, αισθανθείτε λιποθυμία ή έχετε οποιαδήποτε δυσφορία κατά την άσκηση, **ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ!** Συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν συνεχίσετε.

**16.** Εάν παρατηρήσετε οποιαδήποτε ζημιά ή φθορά στο φινιρίσμα ή σε οποιοδήποτε τμήμα του τροφοδοτικού, τότε θα πρέπει να αντικατασταθούν άμεσα από το εξειδικευμένο Τεχνικό Τμήμα. Μην επιχειρήσετε να τα αλλάξετε ή να τα επισκευάσετε μόνοι σας.

**17.** Εάν το καλώδιο τροφοδοσίας έχει υποστεί ζημιά, πρέπει να αντικατασταθεί από το εξειδικευμένο Τεχνικό Τμήμα, προκειμένου να αποφευχθεί ο κίνδυνος.

**18.** Βάλτε τα πόδια σας στις πλαϊνές αντιολισθητικές ράγες πριν χρησιμοποιήσετε το διάδρομο και πάντα να τοποθετείτε το κλειδί ασφαλείας στα ρούχα σας. Κρατήστε τις χειρολαβές πριν ξεκινήσετε την λειτουργία (νιώστε την ταχύτητα λειτουργίας με το ένα σας πόδι πρώτα πριν το χρησιμοποιήσετε). Για να αποφύγετε την απώλεια ισορροπίας σας, χαμηλώστε την ταχύτητα στο χαμηλότερο επίπεδο ή βγάλτε το κλειδί ασφαλείας. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης ή όταν δεν είναι συνδεδεμένο το κλειδί ασφαλείας κρατήστε τις χειρολαβές για να μεταβείτε γρήγορα στις πλαϊνές αντιολισθητικές ράγες.

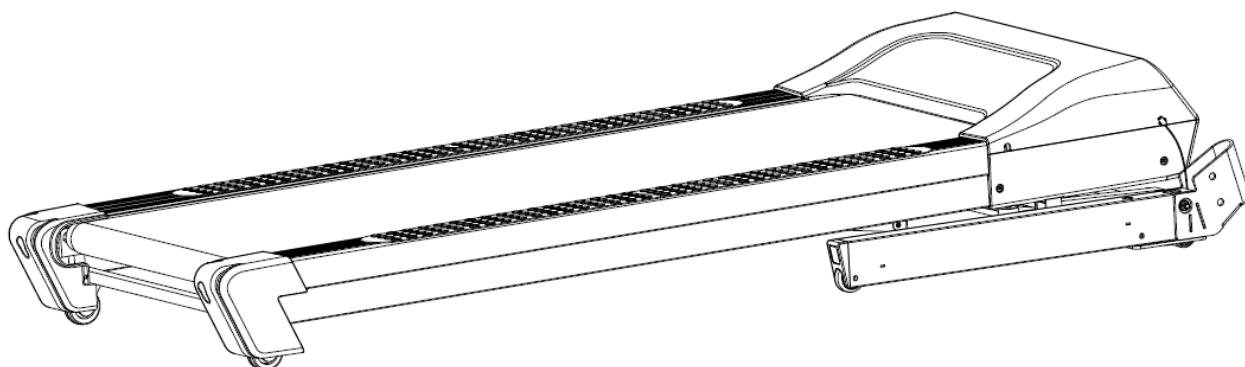
**19.** Βεβαιωθείτε ότι ο διάδρομος έχει σταματήσει πλήρως πριν προχωρήσετε στην αναδίπλωση. Παρακαλούμε μην θέσετε σε λειτουργία τον διάδρομο μετά την αναδίπλωσή του.

## ΒΗΜΑΤΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

**Σημείωση:** Η συναρμολόγηση απαιτεί 2 άτομα.

### ΒΗΜΑ 1:

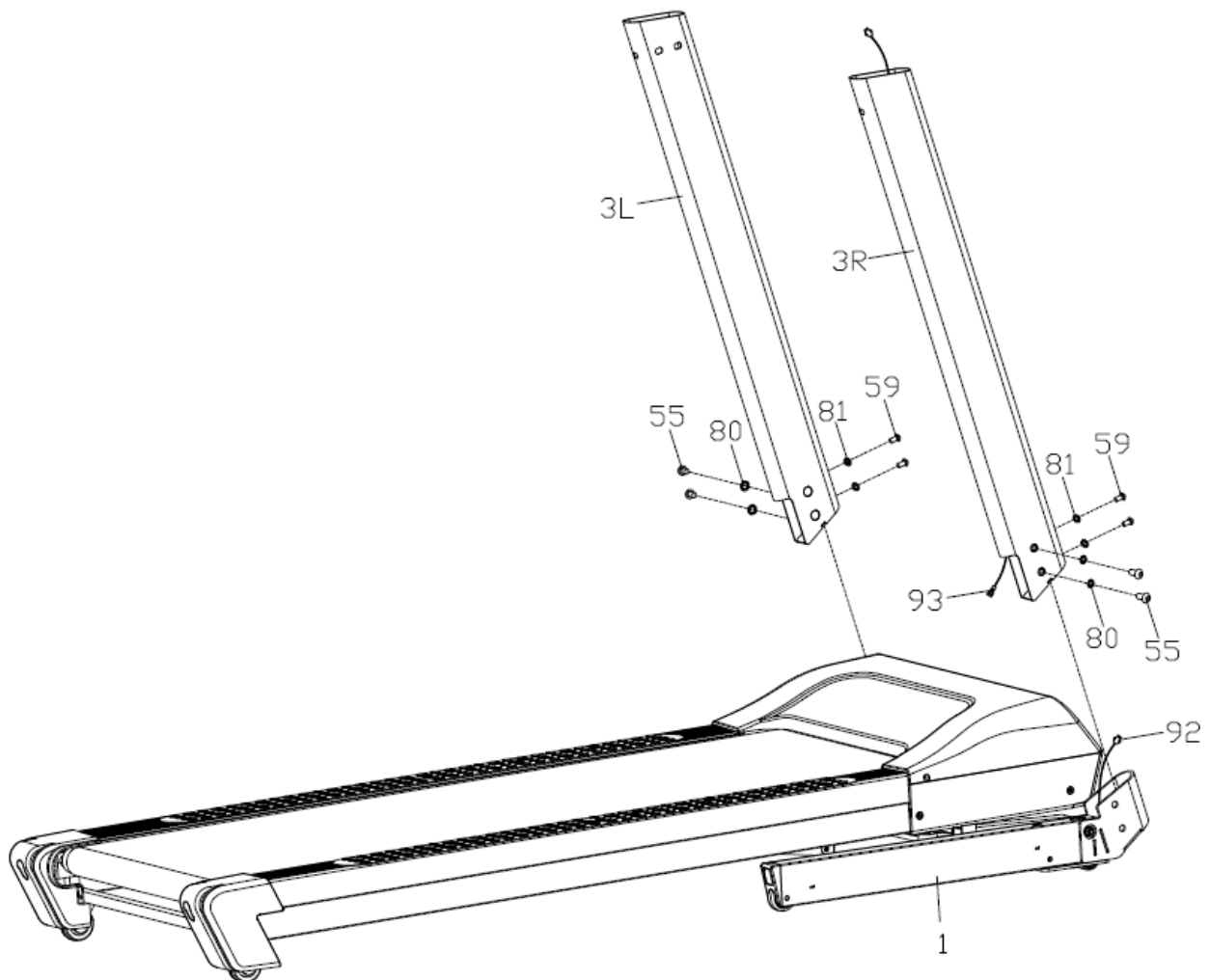
Ανοίξτε τη συσκευασία, βγάλτε όλα τα μέρη και τοποθετήστε το κύριο πλαίσιο σε επίπεδο έδαφος. (ΣΗΜΕΙΩΣΗ: παρακαλούμε μην κόψετε την προστατευτική ταινία συσκευασίας αμέσως.)



## ΒΗΜΑ 2:

1. Συνδέστε το κάτω καλώδιο του καντράν (92) και την κάτω επέκταση καλωδίου του καντράν (93).
2. Εισαγάγετε και ασφαλίστε τον όρθιο σωλήνα (3L/R) στο κάτω πλαίσιο (1) με τις εξαγωνικές βίδες (55) (59) και τη ροδέλα ασφαλείας (80) (81).

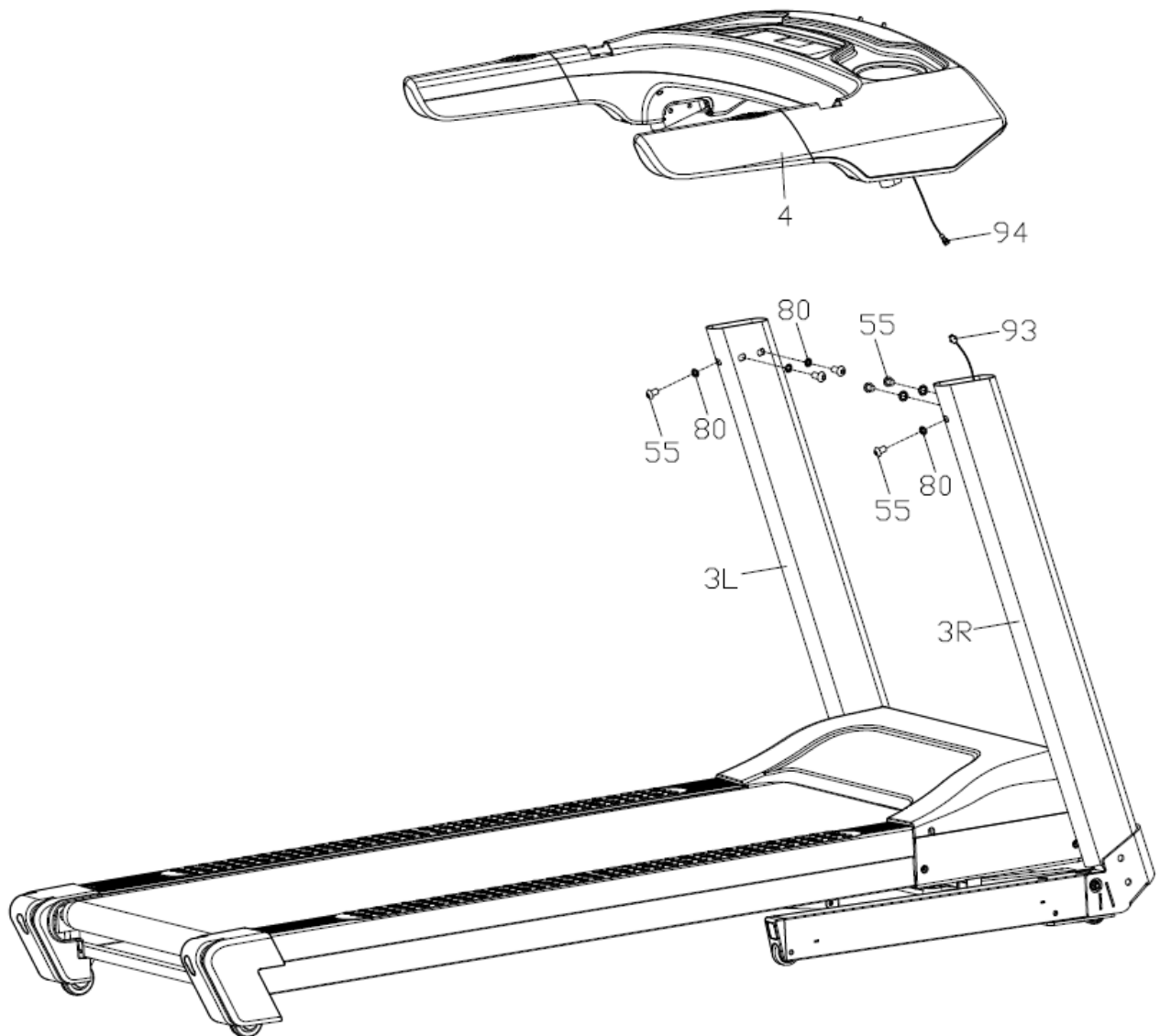
**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Μην σφίξετε προς το παρόν τη βίδα (55) (59).



### ΒΗΜΑ 3:

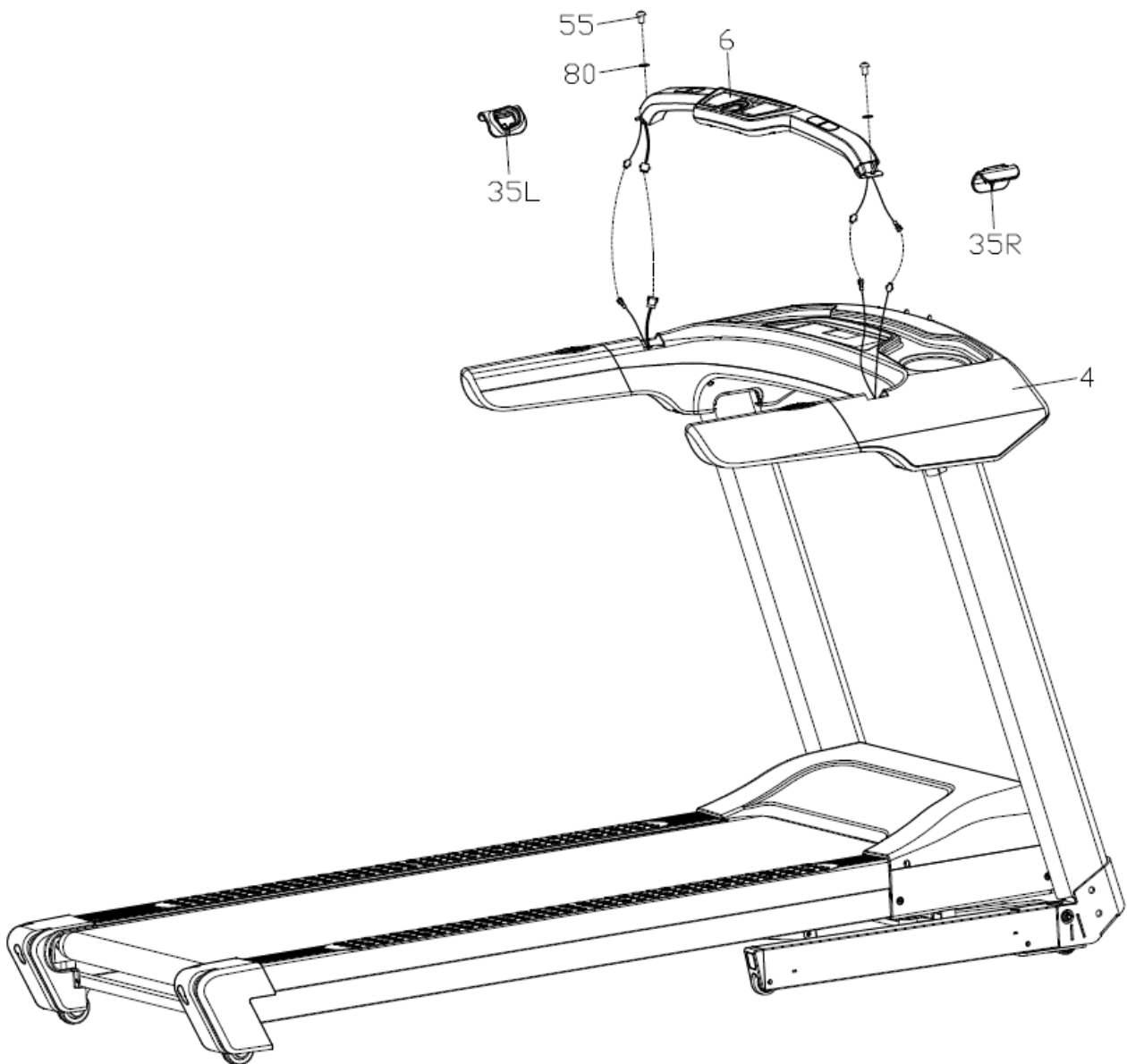
1. Συνδέστε την άνω προέκταση καλωδίου πλαισίου στήριξης καντράν (94) με την κάτω προέκταση καλωδίου (93).
2. Ασφαλίστε το πλαίσιο στήριξης καντράν (4) στον όρθιο σωλήνα (3L/R) με τις εξαγωνικές βίδες (55) και τη ροδέλα ασφαλείας (80).

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Μην σφίγγετε προς το παρόν τη βίδα (55).



## ΒΗΜΑ 4 :

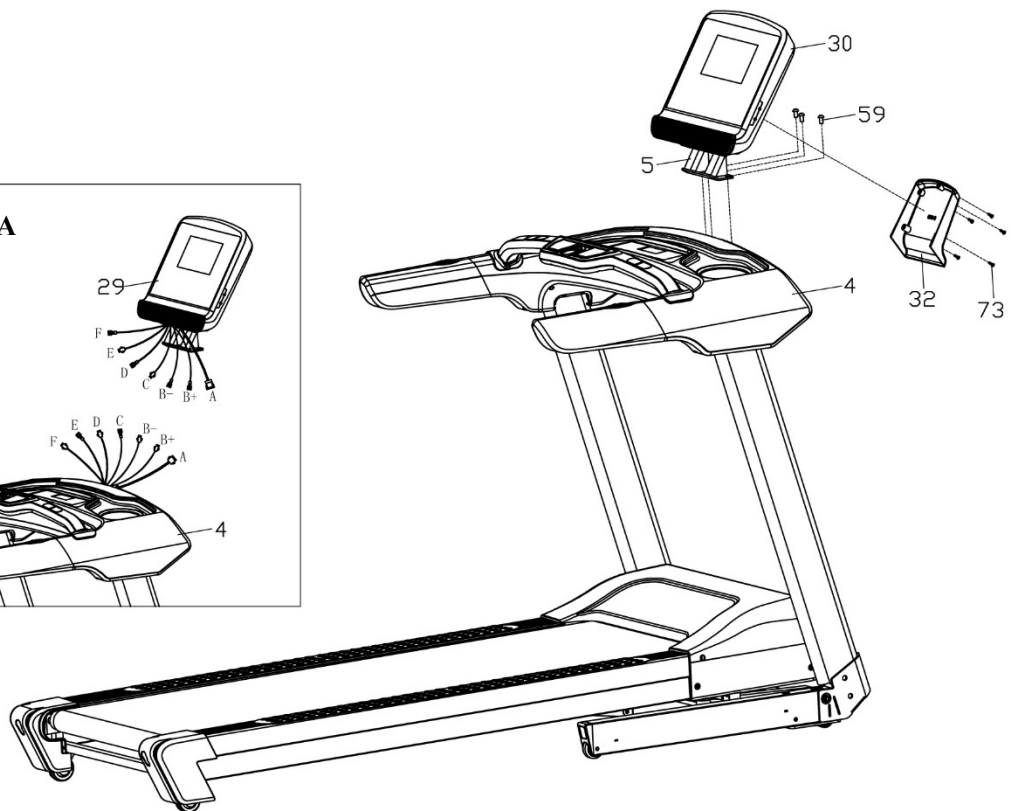
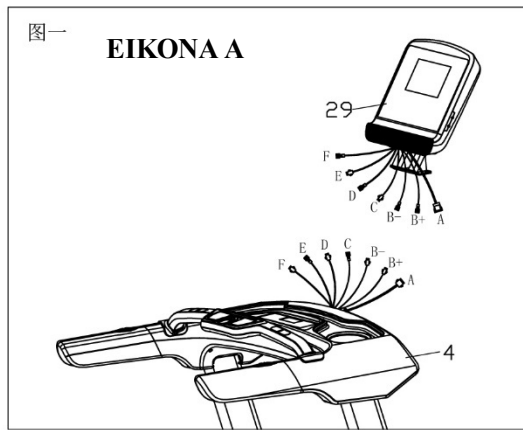
1. Συνδέστε σωστά το καλώδιο του υποβραχιόνιου (6) με το καλώδιο του πλαισίου του καντράν (4).
2. Στερεώστε το υποβραχιόνιο (6) στο πλαίσιο του καντράν (4) με τις εξαγωνικές βίδες (55) και τη ροδέλα ασφαλείας (80).
3. Ξεχωρίστε το διακοσμητικό κάλυμμα του υποβραχιόνιου (35L/R ) από το άνοιγμα και μετά τοποθετήστε την ένωση του υποβραχιόνιου (6) και του πλαισίου του καντράν (4) αντίστοιχα.
4. Σφίξτε όλες τις εξαγωνικές βίδες που δεν σφίχτηκαν στα προηγούμενα βήματα.





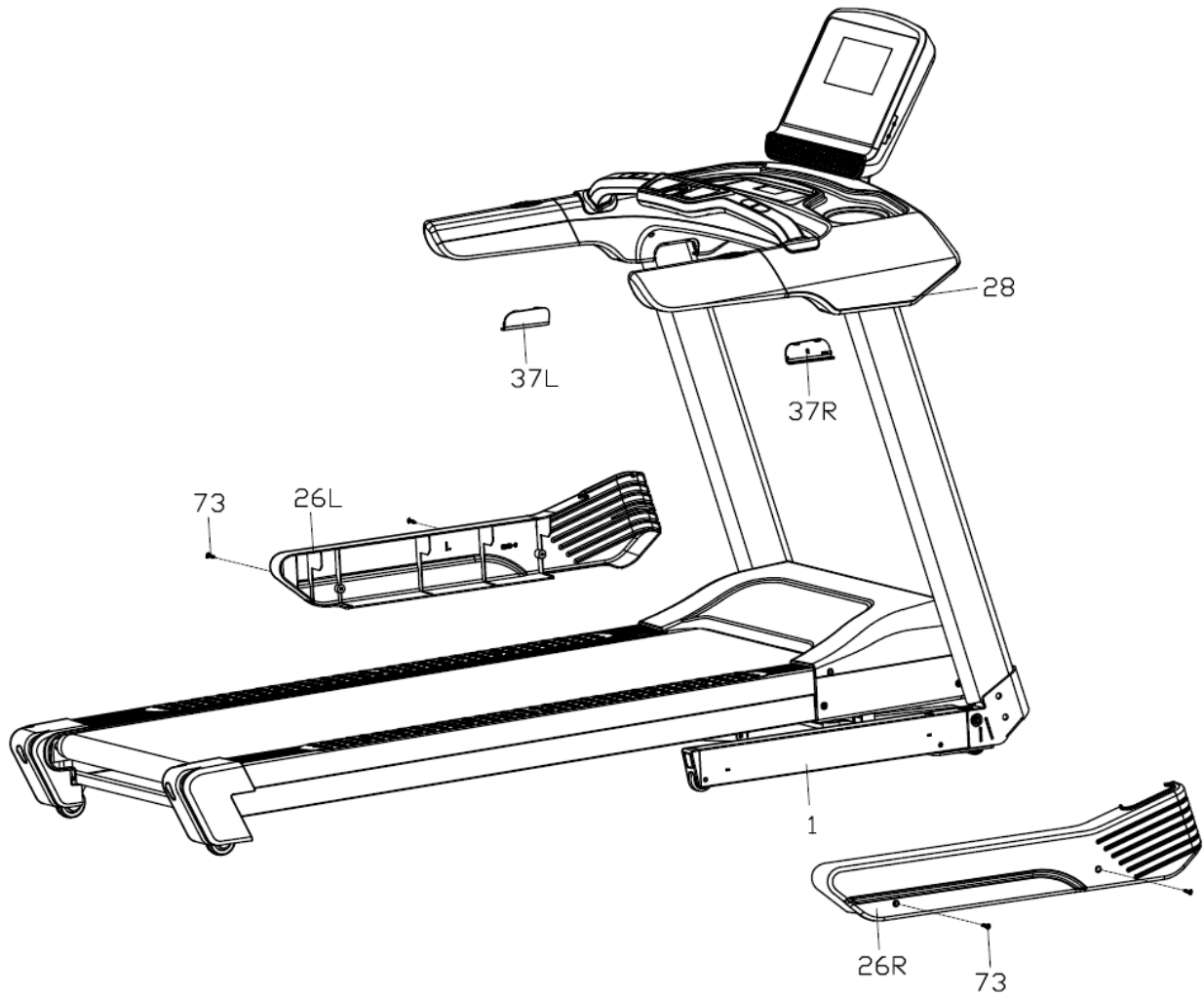
## ΒΗΜΑ 5:

1. Συνδέστε σωστά το καλώδιο του καντράν (29) και του πλαισίου του καντράν (4). (Τα καλώδια της ίδιας σειράς ενώνονται όπως φαίνεται στην εικόνα Α).
2. Χρησιμοποιώντας τη βίδα εξαγωνής υποδοχής (59) για να στερεώσετε το στήριγμα του καντράν (5) στο πλαίσιο του καντράν (4).
3. Χρησιμοποιήστε τη βίδα (73) για να στερεώσετε το κάλυμμα του καντράν (32) στο κάτω κάλυμμα του καντράν (30).



## ΒΗΜΑ 6

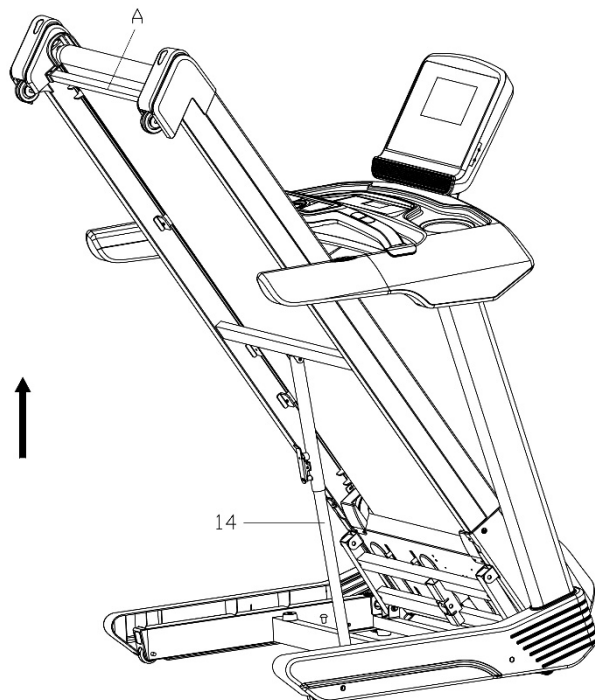
1. Στερεώστε το προστατευτικό κάλυμμα (26L /R) στο κάτω πλαίσιο (1) με τη βίδα (73).
2. Ασφαλίστε το προστατευτικό κάλυμμα (37L /R) στην υποδοχή του κάτω καλύμματος του καντράν (28).



## Όταν διπλώνετε τον διάδρομο:

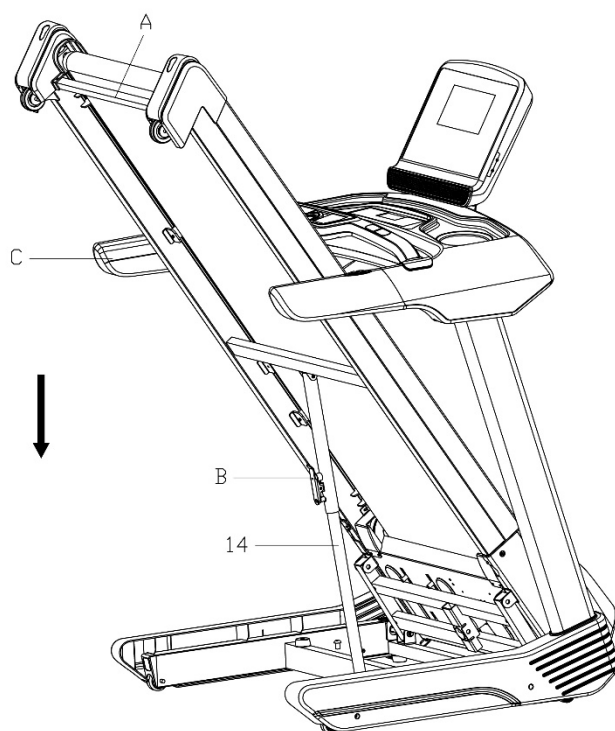
Τοποθετήστε τα χέρια σας στη θέση A και σηκώστε το μηχάνημα προς την κατεύθυνση του βέλους μέχρι να ακούσετε τον ήχο από τον κύλινδρο (14).

**Σημείωση:** Αποσυνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας και βεβαιωθείτε ότι ο διάδρομος έχει σταματήσει τελείως πριν αναδιπλώσετε το μηχάνημα. Μη λειτουργείτε τον διάδρομο μετά την αναδίπλωση.



## Όταν ξεδιπλώνετε το μηχάνημα:

Πιάστε τη θέση A με το ένα χέρι, σπρώξτε με το πόδι σας τη θέση B του κυλίνδρου (14) με το δεξί σας πόδι, τραβήξτε την πλατφόρμα μέχρι το επίπεδο της θέσης C και στη συνέχεια η πλατφόρμα θα κατέβει αυτόματα.

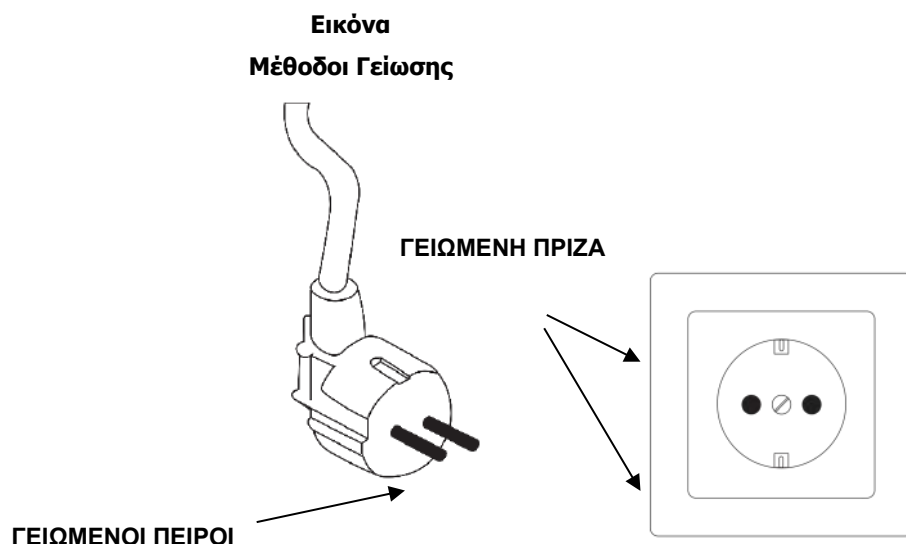


## ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΕΙΩΣΗΣ

Αυτό το προϊόν πρέπει να είναι γειωμένο. Σε περίπτωση δυσλειτουργίας ή βλάβης, η γείωση παρέχει μια διαδρομή ελάχιστης αντίστασης για ηλεκτρικό ρεύμα για να μειώσει τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Αυτό το προϊόν είναι εξοπλισμένο με ένα καλώδιο που διαθέτει αγωγό γείωσης εξοπλισμού και βύσμα γείωσης. Το βύσμα πρέπει να συνδεθεί σε κατάλληλη πρίζα που είναι σωστά τοποθετημένη και γειωμένη σύμφωνα με όλους τους τοπικούς κώδικες και διατάξεις.

**ΚΙΝΔΥΝΟΣ** – Η ακατάλληλη σύνδεση του αγωγού εξοπλισμού-γείωσης μπορεί να προκαλέσει κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Επικοινωνήστε με έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο ή τεχνικό αν έχετε αμφιβολίες για το εάν το προϊόν είναι σωστά γειωμένο. Μην τροποποιείτε το βύσμα που παρέχεται με το προϊόν. Εάν δεν ταιριάζει στην πρίζα εγκαταστήστε την κατάλληλη πρίζα από εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο. Αυτό το προϊόν προορίζεται για χρήση τάσης 220 volt και έχει ένα βύσμα γείωσης που μοιάζει με το βύσμα που απεικονίζεται στην εικόνα Α στο παρακάτω σχήμα. Βεβαιωθείτε ότι το προϊόν είναι συνδεδεμένο σε μια πρίζα που έχει την ίδια διαμόρφωση με το βύσμα.

Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται αντάπτορας με αυτό το προϊόν.



## ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

<b>Διαστάσεις (ανοιχτός)</b>	199 x 93 x 149 cm	<b>Μοτέρ</b>	AC 3.5 hp
<b>Διαστάσεις (αναδιπλωμένος)</b>	120 x 93 x 169 cm	<b>Κλίση</b>	0-15
<b>Επιφάνεια ιμάντα</b>	53 x 151 cm	<b>Ρεύμα εισόδου</b>	220V
<b>Βάρος μηχανήματος</b>	113 kg	<b>Εύρος ταχύτητας</b>	1.0-20 KM/H
<b>Μέγιστο βάρος χρήστη</b>	130 kg	<b>Προγράμματα</b>	Manual +P1-18 +U1-U3 + Bodyfat
<b>Οθόνη</b>	LCD 7" με οπίσθιο μπλε φωτισμό		

# ΟΔΗΓΙΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΚΑΝΤΡΑΝ

## 1. Προδιαγραφές λειτουργίας



### 1.1. Εκκίνηση START

Κανονική εκκίνηση μετά από 3 δευτερόλεπτα μετρώντας αντίστροφα.

### 1.2. Αριθμός προγραμμάτων



Χειροκίνητα προγράμματα (Manual), 18 προκαθορισμένα προγράμματα (Preset), 3 προγράμματα ρύθμισης χρήση (User), HRC1-HRC3, FAT.

### 1.3. Λειτουργία κλειδιού ασφαλείας

Αφαιρώντας το κλειδί ασφαλείας σε οποιοδήποτε λειτουργία επιβραδύνει γρήγορα ταχύτητα ο διάδρομος μέχρι να σταματήσει. Η ένδειξη «---» θα εμφανιστεί αμέσως στο παράθυρο της οθόνης, και θα ακούγεται ένας συνεχής ήχος «Bi, Bi». Τα κουμπιά είναι εκτός λειτουργίας σε αυτήν την κατάσταση. Όταν το κλειδί ασφαλείας έχει αφαιρεθεί, πατήστε ταυτόχρονα το πλήκτρο "PROG" + "MODE" για 3 δευτερόλεπτα και η οθόνη θα εναλλάσσεται μεταξύ των μετρικών συστημάτων. Επανατοποθετώντας το κλειδί ασφαλείας, η οθόνη θα ενεργοποιηθεί για 2 δευτερόλεπτα και μετά θα μπει σε κατάσταση αναμονής, μέχρι να εισαγάγετε εντολές.

#### 1.4. Λειτουργίες παραθύρων οθόνης LCD:

- A. Παράθυρο SPEED/PULSE: Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα λειτουργίας ή τον τρέχοντα παλμό.
- B. Παράθυρο INCL./PROG.: Εμφάνιση της τρέχουσας κλίσης ή των προγραμμάτων.
- C. Παράθυρο TIME: Εμφάνιση του χρόνου εκτέλεσης στη χειροκίνητη λειτουργία ή του χρόνου εκτέλεσης αντίστροφης μέτρησης σε λειτουργία και προγραμματισμένη λειτουργία.
- D. Παράθυρο DIS./CAL./STEPS: εμφάνιση δεδομένων απόστασης, θερμίδων ή βημάτων. Εναλλάσσονται στην οθόνη κάθε 5 δευτερόλεπτα.

E. Παράθυρο: : Υπενθύμιση Λίπανσης. Η οθόνη θα ανάψει το εικονίδιο  όταν χρειάζεται λίπανση.

#### 1.5 Λειτουργίες πλήκτρων:

##### START, STOP, PROG, MODE, SPEED/+/-, INCLINE/+/-.

Πλήκτρα συντόμευσης ταχύτητας 'Speed' & κλίσης 'Incline': 3, 6, 9, 12.

- ① **"START"** για εκκίνηση. Πατώντας το πλήκτρο START ο διάδρομος θα ξεκινήσει λειτουργία στην ελάχιστη ταχύτητα. **«STOP» για παύση:** διάδρομος θα σταματήσει όταν πατήσετε το πλήκτρο.
- ② **PROGRAM:** Σε κατάσταση αναμονής, πατώντας αυτό το πλήκτρο μπορείτε να επιλέξετε τα προγράμματα από τη Χειροκίνητη λειτουργία (Manual Mode) «P1-P18, U1-U3, HRC1-HRC3 και FAT». Το Manual Mode έχει οριστεί ως προεπιλογή, με προεπιλεγμένη ταχύτητα 1,0 km/h και μέγιστη ταχύτητα 20 km/h.
- ③ **MODE:** Σε κατάσταση αναμονής, πατήστε αυτό το πλήκτρο για να επιλέξετε τρεις διαφορετικές λειτουργίες αντίστροφης μέτρησης H-1 έως H-3. H-1 για λειτουργία αντίστροφης μέτρησης χρόνου, H-2 για λειτουργία αντίστροφης μέτρησης απόστασης και H-3 για λειτουργία αντίστροφης μέτρησης θερμίδων. Το πλήκτρο SPEED/+/- μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη ρύθμιση όλων των λειτουργιών αντίστροφης μέτρησης. Αφού ρυθμίσετε τα δεδομένα, πατήστε το πλήκτρο START για ξεκινήσει η λειτουργία του διαδρόμου.
- ④ **SPEED/+/-:** για αύξηση ή μείωση της ταχύτητας. Κατά την λειτουργία του διαδρόμου αυτά τα πλήκτρα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ρύθμιση παραμέτρων και για ρύθμιση της ταχύτητας με προσαύξηση έως 0,1 km ανά πάτημα. Κρατώντας το πλήκτρο πατημένο συνεχόμενα, πάνω από 0,5 δευτ., θα επιταχύνεται συνεχώς ή θα μειώνεται αντίστοιχα.
- ⑤ **INCLINE/+/-:** για αύξηση ή μείωση της κλίσης. Κατά την λειτουργία του διαδρόμου αυτά τα πλήκτρα μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ρύθμιση παραμέτρων και για την ρύθμιση της κλίσης με προσαύξηση 1 επίπεδο ανά πάτημα. Κρατώντας το πλήκτρο πατημένο συνεχόμενα, πάνω από 0,5 δευτ., θα ανεβαίνει συνεχώς ή θα μειώνεται αντίστοιχα.
- ⑥ **Πλήκτρα συντόμευσης 'SPEED':** 3km/h, 6km/h, 9km/h, 12km/h μπορεί να ρυθμιστεί υπό συνθήκες λειτουργίας.
- ⑦ **Πλήκτρα συντόμευσης 'INCL':** 3,6,9,12 μπορεί να ρυθμιστεί υπό συνθήκες λειτουργίας
- ⑧ **VOLUME:** ρυθμίστε την ένταση της μουσικής.
- ⑨ **UP/NEXT:** επιλέξτε μουσικό τραγούδι.
- ⑩ **Αλλαγή χιλιομέτρων σε μίλια:** βγάλτε το κλειδί ασφαλείας, πατήστε PROGRAM και MODE για 3 δευτερόλεπτα ταυτόχρονα.

## **1.6 Εύρος εμφάνισης δεδομένων διαφόρων παραμέτρων:**

TIME (χρόνος): 0:00 – 99.59(MIN)

DISTANCE (απόσταση): 0.00 – 99.9(KM)

CALORIES (θερμίδες): 0.0 – 999 (KC)

SPEED (ταχύτητα): 1.0 – 20.0(KM/H)

PULSE (παλμοί): 50 – 200 (BPM)

INCLINE (κλίση): 0-15

## **1.7. Λειτουργία μέτρησης καρδιακών παλμών**

Ενώ ο διάδρομος είναι συνδεδεμένος στο ρεύμα, κρατήστε τις μεταλλικές επαφές ανίχνευσης παλμών για 5 δευτερόλεπτα και θα εμφανιστεί η τιμή του καρδιακού ρυθμού. Η αρχική τιμή είναι ο πραγματικά μετρημένος καρδιακός ρυθμός και το εύρος εμφάνισης του είναι: 50-200 φορές/λεπτό. Στη διαδικασία μέτρησης του καρδιακού παλμού, θα αναβοσβήνει ένα εικονίδιο σε σχήμα καρδιάς.

Ο καρδιακός ρυθμός που εμφανίζεται είναι μόνο για απλή αναφορά και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως ιατρικό δεδομένο.

## **1.8. Χειροκίνητη λειτουργία (Manual Mode)**

### **1.8.1. Πώς να εισέλθετε στην χειροκίνητη λειτουργία (Manual Mode):**

- A. Ανοίξτε το τροφοδοτικό. Στη συνέχεια, μπιείτε απευθείας στην κανονική λειτουργία, στη χειροκίνητη λειτουργία.
- B. Σε κατάσταση διακοπής, πατήστε MODE για να επιλέξετε στη χειροκίνητη λειτουργία τις λειτουργίες Normal mode, Time Countdown, Calorie Countdown και Distance Countdown.

### **1.8.2. Ρυθμίσεις στην χειροκίνητη λειτουργία (Manual Mode): Ρύθμιση ώρας, απόστασης και θερμίδων.**

- A. Κατά την είσοδο στη χειροκίνητη λειτουργία, η ώρα εμφανίζεται ως 0:00.
- B. Στη χειροκίνητη λειτουργία, πατήστε MODE για να εισέλθετε στη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης χρόνου. Το παράθυρο χρόνου (time) θα εμφανίσει τον χρόνο και θα αναβοσβήνει. Η αρχική τιμή χρόνου είναι 30:00. Ρυθμίστε τον χρόνο αντίστροφης μέτρησης με τα πλήκτρα SPEED +/ SPEED -. Το εύρος ρύθμισης χρόνου είναι: 5:00-99:00. Κάθε προσαύξηση/μείωση θα είναι ανά 1:00.
- Γ. Στη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης χρόνου, πατήστε MODE για να μεταβείτε στη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης απόστασης. Η αρχική τιμή απόστασης θα εμφανίζεται ως 1,00 km. Ρυθμίστε την απόσταση με τα πλήκτρα SPEED +/ SPEED – με εύρος ρύθμισης 1,0-99,0 km/mi. Κάθε προσαύξηση/μείωση θα είναι ανά 1 km.
- Δ. Στη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης απόστασης, πατήστε MODE για να εισέλθετε στη λειτουργία αντίστροφης μέτρησης θερμίδων. Η αρχική τιμή θερμίδων θα εμφανίζεται ως 50,0 kcal. Ρυθμίστε τις θερμίδες με SPEED +/ SPEED - στην περιοχή 20,0-990,0 kcal. Κάθε προσαύξηση/μείωση θα είναι ανά 10,0 kcal.

### **1.8.3. Λειτουργία χειροκίνητου προγράμματος (Manual Mode):**

- A. Πατήστε START και το μοτέρ θα ξεκινήσει να λειτουργεί μετά από 3 δευτερόλεπτα αντίστροφης μέτρησης. Η αρχική ταχύτητα θα είναι 1,0 χλμ/ώρα ή 0,6 μίλια/ώρα.
- B. Πατήστε τα πλήκτρα SPEED +/ SPEED - για να ρυθμίσετε την ταχύτητα.
- Γ. Πατήστε τις συντομεύσεις ταχύτητας για γρήγορη ρύθμιση στην ταχύτητα που επισημαίνεται στο πλήκτρο.
- Δ. Κατά την λειτουργία, πατήστε STOP και το μοτέρ θα επιβραδύνει ταχύτητα και θα σταματήσει.
- E. Αφαιρέστε το κλειδί ασφαλείας για να σταματήσετε επείγοντως τη λειτουργία του μοτέρ. Στη συνέχεια, στην οθόνη θα εμφανιστεί η ένδειξη "---" και θα ακουστεί ένας σύντομος ήχος Bi-Bi.

ΣΤ. Όταν ο καθορισμένος χρόνος κατέβει στο μηδέν ή όταν η καθορισμένη θερμίδα κατέβει στο μηδέν ή η καθορισμένη απόσταση κατέβει στο μηδέν, η ταχύτητα θα μειωθεί σταδιακά μέχρι να σταματήσει ο διάδρομος. Κατόπιν, θα ακουστεί ένας σύντομος ήχος "Bi-Bi-Bi", και στο παράθυρο ταχύτητας θα εμφανιστεί η ένδειξη 'END'. 5 δευτερόλεπτα αργότερα, το μηχάνημα θα επιστρέψει σε κατάσταση αναμονής και θα ακουστεί ένας παρατεταμένος ήχος "Bi".

Z. Οι τιμές των παραμέτρων που δεν έχουν οριστεί θα αυξάνουν προς τα πάνω και θα επαναφερθούν αφού φτάσουν στο ανώτερο όριο του εύρους τιμής που εμφανίζει η οθόνη. Στη χειροκίνητη λειτουργία (Manual Mode), ο διάδρομος θα σταματήσει όταν ο χρόνος φτάσει περισσότερο από 99: 59 (100 λεπτά).

### 1.9. Προκαθορισμένα προγράμματα (Preset Programs)

Κάθε πρόγραμμα χωρίζεται σε 16 ενότητες. Ο χρόνος λειτουργίας θα καταναμηθεί ομοιόμορφα σε κάθε τμήμα προγράμματος. Ακολουθεί ένα διάγραμμα εκτέλεσης προγράμματος 18 ενότητων.

No.		Setup time / 16 = each segment of the running time															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
P1	SPEED	2	5	5	5	10	10	5	5	5	3	3	2	5	5	3	2
	INCLINE	0	0	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	2	2	0
P2	SPEED	2	2	7	2	2	7	7	12	4	4	12	4	4	12	4	2
	INCLINE	0	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	0
P3	SPEED	2	4	9	9	4	4	8	8	10	10	12	4	4	8	4	2
	INCLINE	0	1	2	3	4	5	4	5	4	2	1	2	3	2	1	0
P4	SPEED	2	6	6	6	12	12	12	12	6	6	3	3	3	5	5	2
	INCLINE	0	1	2	3	4	5	6	7	6	6	5	4	3	2	1	0
P5	SPEED	2	4	6	12	12	12	3	3	3	3	12	12	12	6	4	2
	INCLINE	0	2	4	6	4	2	1	0	1	1	2	2	2	2	3	0
P6	SPEED	2	4	5	5	6	6	8	8	6	6	8	8	6	9	6	2
	INCLINE	0	1	3	4	4	3	3	1	2	1	2	1	2	1	2	0
P7	SPEED	2	7	7	9	9	4	4	12	12	4	4	8	8	4	4	2
	INCLINE	0	1	1	2	2	3	3	4	4	3	3	2	2	1	1	0
P8	SPEED	2	2	6	6	6	8	9	10	11	12	9	5	5	5	3	2
	INCLINE	0	1	2	4	2	1	2	4	2	1	2	4	2	1	2	0
P9	SPEED	2	4	8	10	2	4	8	10	2	4	10	2	4	10	4	2
	INCLINE	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	8	6	4	2	1	0
P10	SPEED	2	5	6	7	8	9	10	11	10	9	8	6	7	5	4	2
	INCLINE	0	1	2	4	6	6	6	4	4	4	2	2	2	1	1	0
P11	SPEED	2	5	6	7	9	9	6	9	6	9	6	10	6	10	7	2
	INCLINE	0	2	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5	5	4	4	0
P12	SPEED	2	6	8	10	8	6	4	6	8	12	8	6	8	12	12	2
	INCLINE	0	1	1	3	3	5	5	7	7	5	5	3	3	1	1	0
P13	SPEED	2	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	2
	INCLINE	0	8	10	13	4	8	10	13	4	8	10	13	4	8	10	0
P14	SPEED	2	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	12	4	8	10	2
	INCLINE	0	8	12	13	4	8	12	13	4	8	12	13	4	8	12	0
P15	SPEED	2	12	10	8	12	12	10	8	12	12	10	8	12	12	10	2
	INCLINE	0	3	4	5	6	8	7	8	8	7	7	6	5	4	3	0



P16	SPEED	2	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	12	4	2
	INCLINE	0	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	6	2	4	5	0
P17	SPEED	2	4	6	8	10	12	12	2	4	6	8	12	12	10	6	2
	INCLINE	0	4	6	8	10	12	13	12	13	12	13	10	8	6	4	0
P18	SPEED	2	6	8	4	6	8	4	6	8	4	6	8	4	6	8	2
	INCLINE	0	6	8	2	6	8	1	6	8	2	6	8	1	6	8	0

### 1.10. Προγράμματα χρήστη (User Programs):

Εκτός από τα 18 προκαθορισμένα προγράμματα, ο διάδρομος διαθέτει 3 προγράμματα που καθορίζονται από τον χρήστη: U1, U2, U3.

#### 1. Ρύθμιση του προγράμματος που ορίζεται από το χρήστη:

Σε κατάσταση αναμονής, πατήστε συνεχόμενα το πλήκτρο "PROG" μέχρι να εμφανιστεί το αναμενόμενο πρόγραμμα (U1/U2/U3). Ενώ το παράθυρο "TIME" αναβοσβήνει, εμφανίζει τον χρόνο ρύθμισης. Πατήστε τα πλήκτρα "SPEED+", "SPEED -" για να ρυθμίσετε την επιθυμητή διάρκεια χρόνου άσκησης. Πατήστε το πλήκτρο "MODE" για να εισαγάγετε την παράμετρο του προγράμματος και, στη συνέχεια, ρυθμίστε την πρώτη παράμετρο χρονικής περιόδου, με τα πλήκτρα "SPEED +" / "SPEED -" ή το πλήκτρο συντόμευσης για να ρυθμίσετε την ταχύτητα. Πατήστε το πλήκτρο "MODE" για να ολοκληρώσετε τη ρύθμιση της πρώτης χρονικής περιόδου και να εισαγάγετε την επόμενη ρύθμιση χρονικής περιόδου, μέχρι και τις 16 ρυθμίσεις χρονικής περιόδου. Η παράμετρος θα διατηρηθεί μόνιμα μέχρι την επαναφορά και δεν θα χαθεί κατά την απενεργοποίηση λειτουργίας.

#### 2. Επιλέξτε και ξεκινήστε το πρόγραμμα που ορίζεται από το χρήστη:

Σε κατάσταση αναμονής, πατήστε συνεχόμενα το πλήκτρο "PROG" μέχρι να εμφανιστεί το αναμενόμενο πρόγραμμα U1/U2/U3 χρήστη. Ρυθμίστε το χρόνο λειτουργίας και πατήστε το πλήκτρο "START" για να ενεργοποιήσετε τον διάδρομο.

### 1.11. Τεστ σωματικού λίπους (Body Fat Test Program):

Σε κατάσταση αναμονής, πατήστε PROG για να μπείτε στο πρόγραμμα FAT (Τεστ φυσικής κατάστασης). Πατήστε MODE για να μπείτε στο πρόγραμμα F--1, F--2, F--3, F--4, F--5 (F--1:φύλο, F--2:ηλικία, F--3:ύψος, F--4:βάρος, F--5:φυσική δοκιμή). Πατήστε τα πλήκτρα SPEED +/- SPEED - για να ορίσετε την παράμετρο 01 - 04 (δείτε παρακάτω αναλυτικό πίνακα), στη συνέχεια πατήστε MODE για να εισέλθετε στο πρόγραμμα F--5 για φυσική δοκιμή. Σε αυτή την κατάσταση, κρατήστε τις επαφές ανίχνευσης παλμών της λαβής για 5-6 δευτερόλεπτα και θα εμφανίσει η ένδειξη FAT και ελέγξτε αν το βάρος ταιριάζει με το ύψος σας. Το πρόγραμμα FAT είναι να μετρήσει τη σχέση μεταξύ ύψους και βάρους, όχι την αναλογία σώματος. Το λίπος είναι κατάλληλο για κάθε άνδρα και γυναίκα, παρέχει τη σημαντική βάση για την προσαρμογή του βάρους με άλλους δείκτες υγείας. Η τέλεια τιμή λίπους είναι μεταξύ 20-24, που σημαίνει ότι αν είναι λιγότερο από 19 είναι πολύ αδύνατο και αν είναι μεταξύ 25-29 είναι υπέρβαρο και αν είναι πάνω από 30 είναι παχυσαρκία.

F--1	Gender	01(man)	02(woman)
F--2	Age	10-----99	
F--3	Height	100-----200	
F--4	Weight	20-----200	
F--5	FAT	≤19	Underweight
	FAT	=(20--24)	Normal weight
	FAT	=(25--29)	Overweight
	FAT	≥30	Obesity

## 1.31. ΔΙΑΦΟΡΑ

**1.13.1.** Όταν μια παράμετρος αντίστροφης μέτρησης ολοκληρωθεί, εμφανίζεται η ένδειξη "END". Ακούγεται προειδοποιητικός ήχος 0,5 δευτερόλεπτων κάθε 2 δευτερόλεπτα, μέχρι να σταματήσει τελείως ο διάδρομος και μετά επιστρέφει στη χειροκίνητη λειτουργία.

**1.13.2.** Όταν ρυθμίζετε μια παράμετρο, μπορεί να επαναλαμβάνεται. Για παράδειγμα το χρονικό εύρος χρόνου (TIME) είναι 5:00--99:00. Όταν φτάσει στις 99:00, πατήστε το πλήκτρο "+" και ο χρόνος επιστρέφει στις 5:00 κ.λπ. Προσθέστε ή μειώστε με το συν «+» και το πλην «—».


**1.13.3.** Ο χρόνος αντίστροφης μέτρησης, η αντίστροφη μέτρηση θερμίδων και αντίστροφης μέτρησης απόστασης μπορούν να ρυθμιστούν μόνο για ένα από αυτά κάθε φορά. Η τελευταία ρύθμιση χρόνου θα είναι αυτή που θα εφαρμοστεί. Το σύνολο παραμέτρων θα μετρηθεί αντίστροφα ενώ οι άλλες παράμετροι θα μετράνε ανοδικά.

**1.13.4.** Η καθορισμένη θερμίδα είναι περίπου 70,3 kcal/km.

**1.13.5.** Η επιτάχυνση είναι 0,5 Km/S και η επιβράδυνση είναι 0,5 Km/S.

**1.13.7.** Κατά την χειροκίνητη λειτουργία, η οθόνη θα επανέλθει όταν φτάσει στο μέγιστο εύρος χρόνου. Όταν υπερβαίνει τα 99:59 (100 λεπτά) ο διάδρομος σταματά.

### 1.14.Υπενθύμιση "Λίπανση":

Μετά από κάθε 300 km λειτουργίας του διαδρόμου, η οθόνη θα ανάβει το εικονίδιο . Σε κατάσταση αναμονής, αφαιρέστε το κλειδί ασφαλείας και, στη συνέχεια, κρατήστε πατημένο το κουμπί "STOP" ταυτόχρονα μέχρι να ακουστεί ο προειδοποιητικός ήχος "Bi Bi" και θα ακυρώσει αυτήν την υπενθύμιση. 300 km αργότερα, ακολουθεί η ίδια διαδικασία.

### Η ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΑΥΕΙ ΝΑ ΙΣΧΥΕΙ ΕΑΝ:

Το μηχάνημα τοποθετηθεί σε εξωτερικό χώρο ή εκτεθεί σε ήλιο, σκόνη ή υγρασία. Η σκόνη και τα χνούδια εισέρχονται μέσω του ιμάντα βαδίσματος στα εσωτερικά μηχανικά μέρη του μηχανήματος προκαλώντας σοβαρές βλάβες. Διατηρείτε καθαρό το όργανο από σκόνη και χνούδια.

**ΠΡΟΣΟΧΗ!** Η εταιρία δεν φέρει καμία ευθύνη για πρόκληση βλάβης που οφείλεται σε κακή χρήση του προϊόντος και μη τήρηση των οδηγιών χρήσης.

**ΠΡΟΣΟΧΗ!** Η χρήση προστατευτικού τάπητα (πλαστικός τάπητας ή λεπτή μοκέτα) κάτω από το όργανο γυμναστικής θεωρείται επιβεβλημένη για την σωστή χρήση του, την αποφυγή κραδασμών και την προστασία του δαπέδου. Η εταιρία δεν φέρει καμία ευθύνη για πρόκληση βλάβης που οφείλεται σε κακή χρήση του προϊόντος και μη τήρηση των οδηγιών χρήσης.

**Ελέγξτε και σφίξτε τις βίδες ανά τακτά χρονικά διαστήματα, καθώς λόγω των δονήσεων μπορεί να χαλαρώσουν. Η ζημιά η οποία μπορεί να προκληθεί από έλλειψη συντήρησης δεν καλύπτεται από την εγγύηση.**

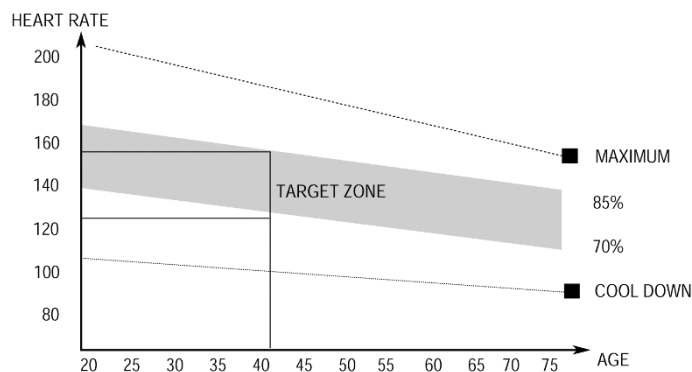
# ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

## 1. Στάδιο προθέρμανσης

Αυτό το στάδιο βοηθάει την κυκλοφορία αίματος του σώματος και οι μύες να λειτουργούν σωστά. Θα μειώσει επίσης τον κίνδυνο κράμπας και μυϊκού τραυματισμού. Συνιστάται να κάνετε μερικές ασκήσεις διατάσεων. Κάθε διάταση πρέπει να κρατιέται για περίπου 30 δευτερόλεπτα, μην πιέζετε ή τραντάζετε τους μύες σας σε διάταση - αν πονάτε, ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ.

## 2. Στάδιο Άσκησης

Αυτό είναι το στάδιο στο οποίο καταβάλλετε προσπάθεια. Μετά από τακτική χρήση, οι μύες στα πόδια σας θα γίνουν πιο δυνατοί. Δουλέψτε για εσάς, αλλά είναι πολύ σημαντικό να διατηρείτε ένα σταθερό ρυθμό καθ' όλη τη διάρκεια. Ο ρυθμός εργασίας θα πρέπει να είναι επαρκής για να αυξήσει τους παλμούς της καρδιάς σας στη ζώνη στόχο που φαίνεται στο παρακάτω γράφημα.



Αυτό το στάδιο θα πρέπει να διαρκεί τουλάχιστον 12 λεπτά, αν και οι περισσότεροι άνθρωποι ξεκινούν από περίπου 15-20 λεπτά.

## 3. Στάδιο χαλάρωσης

Αυτό το στάδιο είναι για να αφήσετε το Καρδιαγγειακό Σύστημα και τους μύες σας να χαλαρώσουν. Πρόκειται για επανάληψη της άσκησης προθέρμανσης π.χ. μειώστε τον ρυθμό σας, συνεχίστε για περίπου 5 λεπτά. Οι ασκήσεις διατάσεων θα πρέπει τώρα να επαναληφθούν, και πάλι να θυμάστε να μην πιέζετε ή τραντάζετε τους μύες σας στο τέντωμα. Καθώς γίνεστε καλύτεροι, μπορεί να χρειαστεί να προπονηθείτε περισσότερο και σκληρότερα. Συνιστάται να προπονηίστε τουλάχιστον τρεις φορές την εβδομάδα και, αν είναι δυνατόν, να κάνετε τις προπονήσεις σας ομοιόμορφα καθ' όλη τη διάρκεια της εβδομάδας. Για να τονώσετε τους μύς σας ενώ βρίσκεστε στον διάδρομο, θα πρέπει να ρυθμίσετε την αντίσταση αρκετά ψηλά. Αυτό θα επιβαρύνει περισσότερο τους μύς των ποδιών μας και μπορεί να σημαίνει ότι δεν μπορείτε να προπονηθείτε για όσο χρόνο θέλετε. Εάν προσπαθείτε επίσης να βελτιώσετε τη φυσική σας κατάσταση, πρέπει να αλλάξετε το πρόγραμμα προπόνησής σας. Θα πρέπει να προπονηίστε κανονικά κατά τη διάρκεια των φάσεων προθέρμανσης και χαλάρωσης, αλλά προς το τέλος της φάσης της άσκησης θα πρέπει να αυξήσετε την αντίσταση, κάνοντας τα πόδια σας να λειτουργούν πιο σκληρά από το κανονικό. Ίσως χρειαστεί να μειώσετε την ταχύτητά σας για να διατηρήσετε τον καρδιακό σας ρυθμό στη ζώνη στόχο. Ο σημαντικός παράγοντας εδώ είναι η ποσότητα της προσπάθειας που καταβάλλετε. Όσο πιο σκληρά και περισσότερο ασκήστε τόσο περισσότερες θερμίδες θα κάψετε.

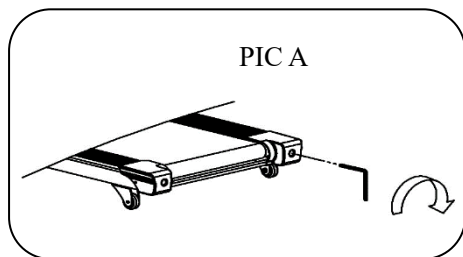
# ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ

## ΚΕΝΤΡΑΡΙΣΜΑ ΚΑΙ ΤΕΝΤΩΜΑ ΙΜΑΝΤΑ ΚΙΝΗΣΗΣ

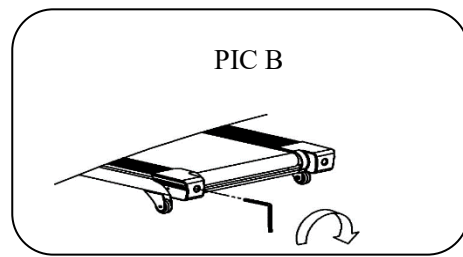
**ΜΗΝ ΣΦΙΓΓΕΤΕ ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΑ** τον ιμάντα κίνησης. Αυτό μπορεί να προκαλέσει μειωμένη απόδοση του μοτέρ και υπερβολική φθορά στα ράουλα.

### ΚΕΝΤΡΑΡΙΣΜΑ ΙΜΑΝΤΑ ΒΑΔΙΣΗΣ:

- Τοποθετήστε τον διάδρομο σε μια επίπεδη επιφάνεια.
- Θέστε τον διάδρομο σε λειτουργία σε περίπου 3,5 χλμ/ώρα.
- Εάν ο ιμάντας μετατοπίζεται στη δεξιά πλευρά, βιδώστε το δεξιό μπουλόνι ρύθμισης δεξιόστροφα αργά, παρατηρώντας την αλλαγή της απόστασης απόκλισης, μέχρι να κεντράρετε τον ιμάντα. (Προσοχή: το κενό μεταξύ του ιμάντα και της δεξιάς/αριστερής αντιολισθητικής ράγας έχουν κάποια απόσταση. Και το κενό αυτό μεταξύ της δεξιάς και της αριστερής απόστασης δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 5mm.)
- Εάν ο ιμάντας μετατοπίζεται στην αριστερή πλευρά, βιδώστε το αριστερό μπουλόνι ρύθμισης δεξιόστροφα αργά, παρατηρώντας την αλλαγή της απόστασης απόκλισης, μέχρι να κεντράρετε τον ιμάντα. (Προσοχή: το κενό μεταξύ του ιμάντα και της δεξιάς/αριστερής αντιολισθητικής ράγας έχουν κάποια απόσταση. Και το κενό αυτό μεταξύ της δεξιάς και της αριστερής απόστασης δεν πρέπει να υπερβαίνει τα 5mm.)



**Εικόνα Α:** Εάν ο ιμάντας έχει μετατοπιστεί ΔΕΞΙΑ



**Εικόνα Β:** Εάν ο ιμάντας έχει μετατοπιστεί ΑΡΙΣΤΕΡΑ

**ΤΕΝΤΩΜΑ ΙΜΑΝΤΑ:** Εάν νιώσετε μια αίσθηση ολίσθησης όταν τρέχετε στο διάδρομο, ο ιμάντας κίνησης πρέπει να σφίχτεί. Στις περισσότερες περιπτώσεις, ο ιμάντας έχει τεντωθεί από τη χρήση, με αποτέλεσμα ο ιμάντας να γλιστράει. Αυτή είναι μια φυσιολογική και συνηθισμένη προσαρμογή. Για να εξαλείψετε αυτήν την ολίσθηση, σφίξτε και τα δύο πίσω μπουλόνια με το κατάλληλο μέγεθος κλειδιού Allen, περιστρέφοντάς το **1/4** προς τα δεξιά όπως φαίνεται. Δοκιμάστε τον διάδρομο και πάλι για να ελέγξετε για ολίσθηση. Επαναλάβετε εάν είναι απαραίτητο, αλλά **ΠΟΤΕ ΜΗΝ ΓΥΡΙΣΕΤΕ** τα μπουλόνια περισσότερο από **1/4 στροφή** κάθε φορά. Ο ιμάντας έχει τεντώσει σωστά όταν απέχει **50 - 75 mm** από την πλατφόρμα.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: ΠΑΝΤΑ ΑΠΟΣΥΝΔΕΕΤΕ ΤΟ ΔΙΑΔΡΟΜΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΙΖΑ ΠΡΙΝ ΚΑΘΑΡΙΣΕΤΕ Ή ΣΥΝΤΗΡΗΣΕΤΕ ΤΟΝ ΔΙΑΔΡΟΜΟ.**

**ΠΡΟΣΟΧΗ!** Κατά την διάρκεια της άσκησης η έντονη εφίδρωση μπορεί να προκαλέσει φθορά στα μηχανικά και ηλεκτρικά μέρη του μηχανήματος. Όπως κάθε άλλη υγρή ουσία, έτσι και ο ιδρώτας είναι ικανός να προκαλέσει βλάβη κυρίως στα ηλεκτρικά τμήματα του μηχανήματος (καντράν, καλώδια κ.τ.λ.). Η καλύτερη λύση είναι η χρήση πετσέτας κατά την διάρκεια της άσκησης, και σκούπισμα του μηχανήματος μετά από κάθε χρήση για αποφυγή κάποιων ανεπιθύμητης βλάβης.

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΛΙΠΑΝΣΗΣ

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!** Πριν πραγματοποιήσετε οποιαδήποτε συντήρηση στο διάδρομό σας, να αποσυνδέετε πά-ντα το καλώδιο παροχής ρεύματος.

**ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ:** Ο τακτικός καθαρισμός του διαδρόμου σας θα επεκτείνει τη διάρκεια ζωής του.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!** Για να αποφύγετε τυχόν πρόκληση ηλεκτροπληξίας, βεβαιωθείτε ότι ο διάδρομος είναι σβηστός και το καλώδιο παροχής ρεύματος είναι εκτός πρίζας πριν κάνετε τον καθαρισμό ή τη συντήρηση.

**ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΚΑΘΕ ΑΣΚΗΣΗ:** Σκουπίστε την κονσόλα και τις υπόλοιπες επιφάνειες του διαδρόμου με ένα καθαρό, στεγνό μαλακό πανί για να αφαιρέσετε τον υπερβολικό ιδρώτα. ΜΗΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΧΗΜΙΚΑ.

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΩΣ:** Η χρήση προστατευτικού δαπέδου μηχανήματος συνιστάται για ευκολία καθαρισμού. Οι βρωμιές από τα παπούτσια έρχονται σε επαφή με τον ιμάντα και τελικά εισχωρούν στο κάτω μέρος. Η χρήση ηλεκτρικής σκούπας κάτω από τον διάδρομο συνιστάται μία φορά την εβδομάδα.

**ΜΗΝΙΑΙΩΣ:** να βάζετε σκούπα κάτω από τον διάδρομο για να εμποδίσετε να συσσωρευτεί βρωμιά ή σκουπίδια.

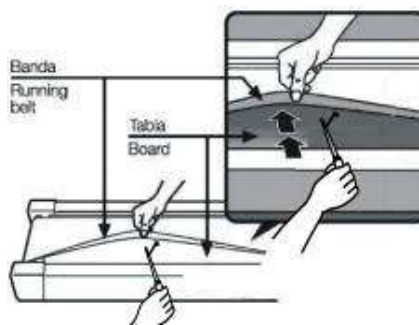
**ΛΙΠΑΝΣΗ ΞΥΛΙΝΗΣ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑΣ:** Συνιστάται περιοδικός λιπαντικός έλεγχος του ιμάντα για να εξασφαλισθεί η βέλτιστη απόδοση του διαδρόμου. Κάθε 1 μήνα, ή 20 - 40 ώρες λειτουργίας, σηκώστε τις άκρες του ιμάντα κίνησης και αγγίξτε το πάνω μέρος της ξύλινης πλατφόρμας όσο μέσα φτάνει το χέρι σας. Εάν νιώσετε ίχνη σιλικόνης, δεν χρειάζεται λίπανση. Εάν νιώσετε στεγνή την ξύλινη επιφάνεια, χρειάζεται λίπανση. Ρωτήστε τον πωλητή σας ή καλέστε στο τεχνικό τμήμα για τον τύπο της σιλικόνης.

### ΠΩΣ ΝΑ ΛΙΠΑΙΝΕΤΕ ΤΗΝ ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ

**Προσοχή:** Προμηθευτείτε το κατάλληλο προϊόν για την λίπανση του ιμάντα κίνησης. Μην χρησιμοποιείτε σπρέι γράσου ή αντισκουριακό υγρό ή οποιοδήποτε άλλο σπρέι.

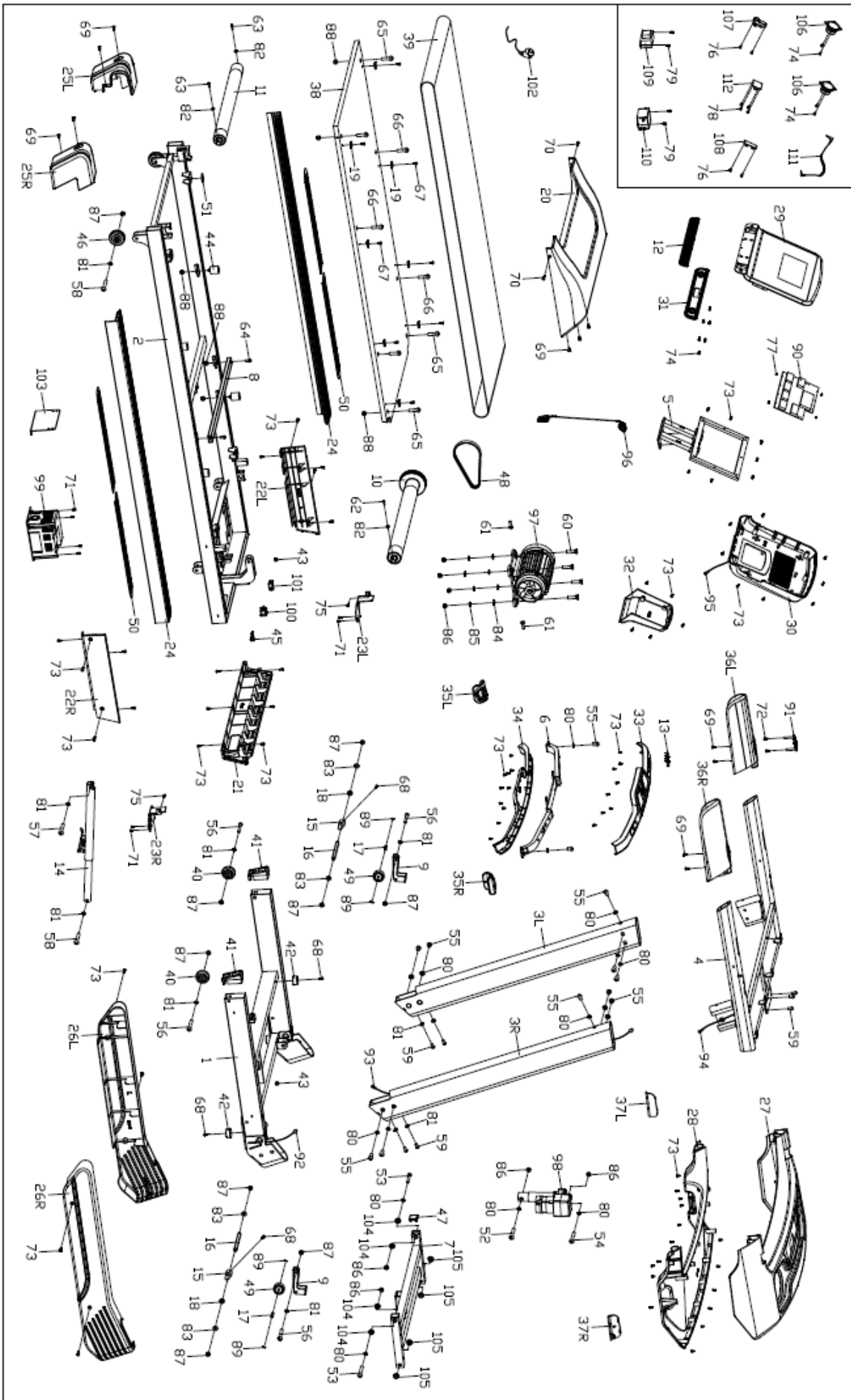
1. Βάλτε το ακροφύσιο ψεκασμού στην κεφαλή ψεκασμού λίπανσης.
2. Ενώ σηκώνετε από την μία πλευρά τον ιμάντα κίνησης, βάλτε το ακροφύσιο ψεκασμού μεταξύ του ιμάντα κίνησης και της ξύλινης πλατφόρμας περίπου 10cm από το μπροστινό τμήμα του διαδρόμου. Απλώστε το σπρέι σιλικόνης στην ξύλινη πλατφόρμα, κινούμενοι από μπρος προς τα πίσω. Επαναλάβετε το ίδιο και για την άλλη πλευρά του ιμάντα κίνησης. Ψεκάστε για περίπου 4 δευτερόλεπτα σε κάθε πλευρά.
3. Θέστε σε λειτουργία τον διάδρομο για 2 λεπτά, σε μία ταχύτητα 5 χιλ/ώρα έτσι ώστε να απλωθεί η σιλικόνη σε όλη την ξύλινη επιφάνεια και στην συνέχεια μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τον διάδρομο κανονικά.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Μην υπερ-λιπαίνετε την ξύλινη πλατφόρμα. Το περισσευούμενο λιπαντικό πρέπει να σκουπιστεί με καθαρή πετσέτα.



**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Η τριβή της πλατφόρμας με τον ιμάντα βαδίσματος έχει σημαντικό ρόλο στη λειτουργία και την διάρκεια ζωής του διαδρόμου και γι' αυτό το λόγο σας προτείνουμε να διατηρείτε καθαρό τον διάδρομο και να λιπαίνετε συχνά αυτό το σημείο τριβής για να παρατείνετε την διάρκεια χρήσης του διαδρόμου. Αν δεν ακολουθήσετε τα παραπάνω παύει η ισχύς της εγγύησης.

# ΑΝΑΛΥΤΙΚΟ ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑ



## ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

No.	Περιγραφή	Τεμ	No.	Περιγραφή	Τεμ
1	Κάτω πλαίσιο	1	57	Εξαγωνική βίδα M8*45	1
2	Κεντρικό πλαίσιο	1	58	Εξαγωνική βίδα M8*40	3
3 L/R	Όρθιος σωλήνας	1/1	59	Εξαγωνική βίδα M8*15	7
4	Πλαίσιο καντράν	1	60	Βίδα M10*35	4
5	Στήριγμα πλαισίου	1	61	Βίδα M8*25	2
6	Υποβραχιόνιο	1	62	Βίδα M6*45	1
7	Πλαίσιο κλίσης	1	63	Βίδα M6*55	2
8	Ενίσχυση σωλήνα	1	64	Βλιδά M6*10	2
9	Στήριγμα τροχού μεταφοράς	2	65	Μπουλόνι M6*30	4
10	Μπροστινό ράουλο	1	66	Μπουλόνι M6*25	4
11	Πίσω ράουλο	1	67	Μπουλόνι M5*25	8
12	Μεταλλικό κάλυμμα ηχείου	1	68	Βίδα M6*15	6
13	Παλμοί χεριών	4	69	Βίδα M5*16	11
14	Κύλινδρος	1	70	Βίδα M5*8	2
15	Πείρος αναστολής τροχού μεταφοράς	2	71	Βίδα M4*8	8
16	Άξονας σχήμα-D	2	72	Βίδα ST4*55	4
17	Άξονας τροχού μεταφοράς	2	73	Βίδα ST4*16	70
18	Διαχωριστικό	2	74	Βίδα ST4*12	10
19	Ροδέλα	8	75	Βίδα ST4*12	2
20	Κάλυμμα μοτέρ	1	76	Βίδα ST2.9*9.5	4
21	Προστατευτικό κάλυμμα	1	77	Βίδα ST2.6*10	4
22L/R	Προστατευτικό κάλυμμα	1/1	78	Βίδα ST2.3*8	4
23L/R	Προστατευτικό κάλυμμα μπροστινού κυλίνδρου	1/1	79	Βίδα M4*8	4
24	Πλαϊνές αντιολισθητικές ράγες	2	80	Ροδέλα ασφαλείας Φ10*1.2	16
25L/R	Ακριανό καπάκι	1/1	81	Ροδέλα ασφαλείας Φ8*1.2	12
26L/R	Προστατευτικό κάλυμμα	1/1	82	Ροδέλα ασφαλείας Φ6*1.2	3
27	Άνω κάλυμμα καντράν	1	83	Επίπεδη ροδέλα Φ13*Φ8*1.2	4
28	Κάτω κάλυμμα καντράν	1	84	Επίπεδη ροδέλα Φ10	4
29	Πλαίσιο στήριξης καντράν	1	85	Ροδέλα Φ10	4
30	Κάτω κάλυμμα πλαισίου καντράν	1	86	Παξιμάδι Nylon M10	8
31	Κάλυμμα ηχείου	1	87	Παξιμάδι Nylon M8	10
32	Κάλυμμα σύνδεσης πλαισίου καντράν	1	88	Παξιμάδι Nylon M6	10
33	Άνω κάλυμμα υποβραχιόνιου	1	89	Κλιπ σχήματος-C	4
34	Κάτω κάλυμμα υποβραχιόνιου	1	90	Καντράν	1
35L/R	Διακοσμητικό κάλυμμα υποβραχιόνιου	1/1	91	Πλήκτρο συντόμευσης	2
36L/R	Λαβή αφρού PU	1/1	92	Κάτω καλώδιο καντράν	1
37L/R	Προστατευτικό κάλυμμα	1/1	93	Κάτω προέκταση καλωδίου καντράν	1
38	Πλατφόρμα	1	94	Άνω προέκταση καλωδίου καντράν	1
39	Ιμάντας	1	95	Άνω καλώδιο καντράν	1

40	Ρόδα μετακίνησης	2	96	Αισθητήρας πλήκτρου κλειδιού ασφαλείας	1
41	Καπάκι τροχού μεταφοράς	2	97	AC μοτέρ	1
42	Επίπεδο πέλμα	4	98	Μοτέρ κλίσης	1
43	Προστατευτικό βύσμα	2	99	Μετατροπέας	1
44	Μαξιλάρι	4	100	Διακόπτης	1
45	Κλιπ	1	101	Ασφάλεια	1
46	Μοχλός ρύθμισης	2	102	Καλώδιο τροφοδοσίας	1
47	Τετράγωνο ακριανό καπάκι	2	103	Καπάκι	1
48	Ιμάντας	1	104	Διαχωριστικό Nylon	4
49	Τροχός	2	105	Διαχωριστικό σχήμα-D-shaped nylon	4
50	Αντιολισθητικός χαλάκι	4			
51	Πλαστικό μαξιλαράκι	4			
52	Βίδα M10*55	1			
53	Βίδα M10*55	2			
54	Βίδα M10*40	1			
55	Βίδα M10*15	12			
56	Βίδα M8*50	4			



## ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

- Ο χρόνος της εγγύησης είναι: 5 χρόνια για το μοτέρ, 2 χρόνια για τα ηλεκτρικά/ηλεκτρονικά μέρη και 5 χρόνια για το μεταλλικό σκελετό.
- Η X-TREME STORES A.E. αναλαμβάνει να επισκευάσει το μηχάνημα δωρεάν σε περίπτωση βλάβης που οφείλεται αποκλειστικά σε σφάλμα κατασκευής. Η εγγύηση καλύπτει το κόστος των ανταλλακτικών. Η αντικατάσταση ή όχι των ανταλλακτικών είναι στη κρίση των τεχνικών της εταιρίας. Ο έλεγχος και η ρύθμιση του μηχανήματος βαρύνει τον πελάτη.
- Η παρούσα εγγύηση ισχύει μόνο εφ' όσον συνοδεύεται από τη νόμιμη απόδειξη αγοράς (τιμολόγιο πώλησης ή δελτίο λιανικής πώλησης). Η διάρκεια της εγγύησης δε παρατείνεται για οποιοδήποτε λόγο και οπωσδήποτε αποκλείεται η μεταβίβαση της εγγύησης σε τρίτο.
- Η αποκατάσταση κάθε βλάβης γίνεται το συντομότερο δυνατό ενώ αποκλείεται κάθε είδους απαίτηση για αποζημίωση λόγω έλλειψης ανταλλακτικών και καθυστέρησης αποκατάστασης της βλάβης. Τα έξοδα για τη μεταφορά του μηχανήματος προς ή από το συνεργείο της αντιπροσωπείας θα επιβαρύνουν τον πελάτη μετά την πάροδο των 6 μηνών από την αγορά του.
- Οι όροι εγγύησης ορίζονται από τους κατασκευαστές των μηχανημάτων και διέπονται με βάση τους ευρωπαϊκούς κανονισμούς.
- Μετά την λήξη της εγγύησης οποιαδήποτε αλλαγή ανταλλακτικού καλύπτεται με 6 μήνες εγγύηση.

## Η ΕΓΓΥΗΣΗ ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ:

- Όταν το μηχάνημα χρησιμοποιείται για οποιαδήποτε άλλη χρήση εκτός από οικιακή (γυμναστήρια, σύλλογοι, ινστιτούτα, ξενοδοχεία, studio κ.α.).
- Όταν η λίπανση του ιμάντα βαδίσματος είναι ελλιπής ή είναι παραπάνω από όσο ορίζουν οι οδηγίες χρήσεως.
- Όταν η βλάβη είναι αποτέλεσμα κακής χρήσης, μετατροπών, κακής σύνδεσης, κακής συντήρησης, αυξομειώσεων τάσεων στο δίκτυο της ΔΕΗ.
- Εξαρτήματα που έχουν καταστραφεί από υπαιτιότητα του χρήστη όπως σπασμένα πλαστικά μέρη, φθαρμένος ιμάντας από μη σωστή ρύθμιση, λανθασμένη ή ελλιπή λίπανση, φθορές κατά την μετακίνηση του μηχανήματος.
- Εξαρτήματα όπως ο ιμάντας βαδίσματος και τα πλευρικά πατήματα θεωρούνται αναλώσιμα και καλύπτονται από εγγύηση 6 μηνών.
- Όταν το μηχάνημα ανοιχτεί ή επισκευαστεί από τρίτους.
- Όταν η βλάβη προέρχεται από αμέλεια του αγοραστή & δεν έχουν ακολουθηθεί οι υποδείξεις των οδηγιών χρήσης.
- Όταν το μηχάνημα τοποθετηθεί σε εξωτερικό χώρο ή εκτεθεί στον ήλιο ή τη σκόνη. (Η σκόνη και τα χνούδια στα εσωτερικά μέρη του μηχανήματος (μοτέρ-ράουλα) προκαλούν σοβαρές βλάβες. Διατηρείτε καθαρό το μηχάνημα!).
- Όταν έχει προκληθεί βλάβη σε ηλεκτρονικά εξαρτήματα (κονσόλα) από έντονη εφίδρωση ή άλλη υγρή ουσία η οποία έχει έρθει σε επαφή ή έχει εισχωρήσει στο εσωτερικό τους.

## TERMS OF WARRANTY

- Warranty period is 5 years for motor, 2 years for electrical / electronic parts and 5 years for the metal frame.
- X-TREME STORES S.A. undertakes to repair the machine free of charge in the event of damage due solely to a manufacturing fault. The warranty covers the cost of the spare parts. Replacement of spare parts or not is up to the company technicians. The customer is responsible for the control and adjustment of the machine.
- This warranty note is only valid if it is accompanied by legal proof of purchase (invoice or retail receipt). The warranty period is not extended for any reason and the transfer of it to a third party is excluded.
- Any damage is repaired as soon as possible and any claim for damages due to lack of spare parts and delay in repairing the damage is excluded. The costs of transporting the machine to or from the dealership will be borne by the customer after 6 months of purchase.
- The warranty conditions are set by the manufacturers of machinery and are governed by European regulations.
- Upon expiry of the warranty, any replacement part is covered by a 6-month warranty.

## THE WARRANTY SHALL NOT APPLY:

- When the machine is used for any purpose other than home use (gyms, clubs, institutes, hotels, studios, etc.).
- When the lubrication of the walking belt is insufficient or is more than specified by the instructions for use.
- When the fault is the result of misuse, alterations, poor connection, poor maintenance, voltage fluctuations in the PPC network.
- Components damaged by user fault such as broken plastic parts, damaged belt with improper adjustment, incorrect or incomplete lubrication, damage when moving the machine.
- Components such as walking belt, side pads are considered consumables and are covered by a 6-month warranty.
- When the machine is opened or repaired by third parties.
- When the damage is caused by the buyer's negligence & the instructions for use have not been followed.
- When the machine is outdoors or exposed to sun or dust. (Dust and lint on the inside of the machine (motor roller) cause serious damage. Keep the machine clean!).
- When electronic components (console) are damaged by intense sweating or other liquid that has come into contact with or penetrated inside them.



## ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΜΕΝΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ FITNESS



Λ. ΚΟΥΠΙ 34, ΚΟΡΩΠΙ Τ.Κ. 19441Τ.Θ. 6201  
Τηλ.: 210 66 20 921 -2 - Fax: 210 66 20 923

E-mail: [info@xtr.gr](mailto:info@xtr.gr) • [f/xtrstores](https://www.facebook.com/xtrstores) •  [@xtr.gr](https://www.instagram.com/xtr.gr)

Τηλ. για όλη την Ελλάδα:

**801.11.15.100**

**[www.xtr.gr](http://www.xtr.gr)**