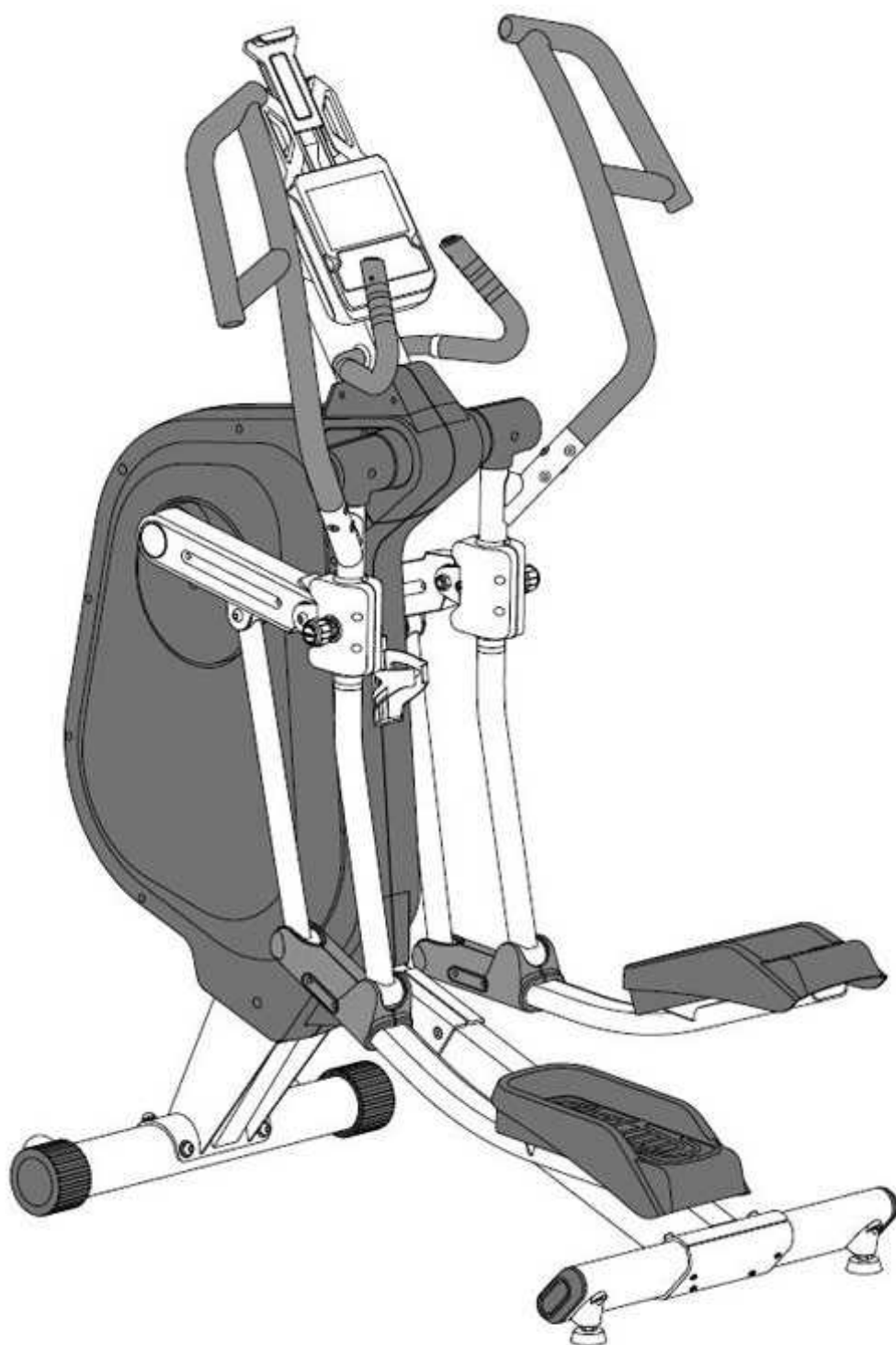


# ΕΛΛΕΙΠΤΙΚΟ **E350**



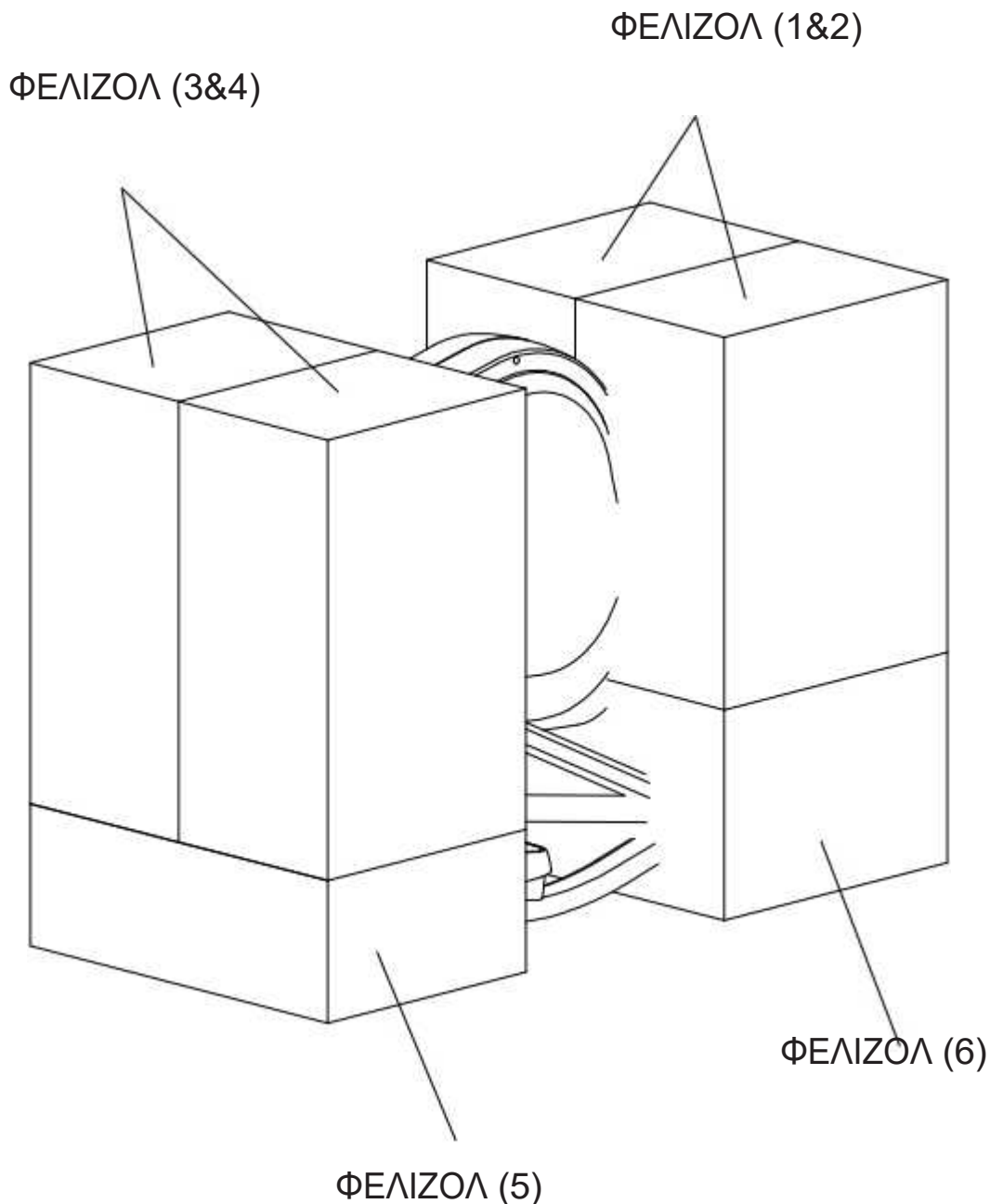
**SPORTOP**®

Εγχειρίδιο Χρήσης

## Προειδοποίηση:

Προσοχή κατά την αποσυσκευασία:

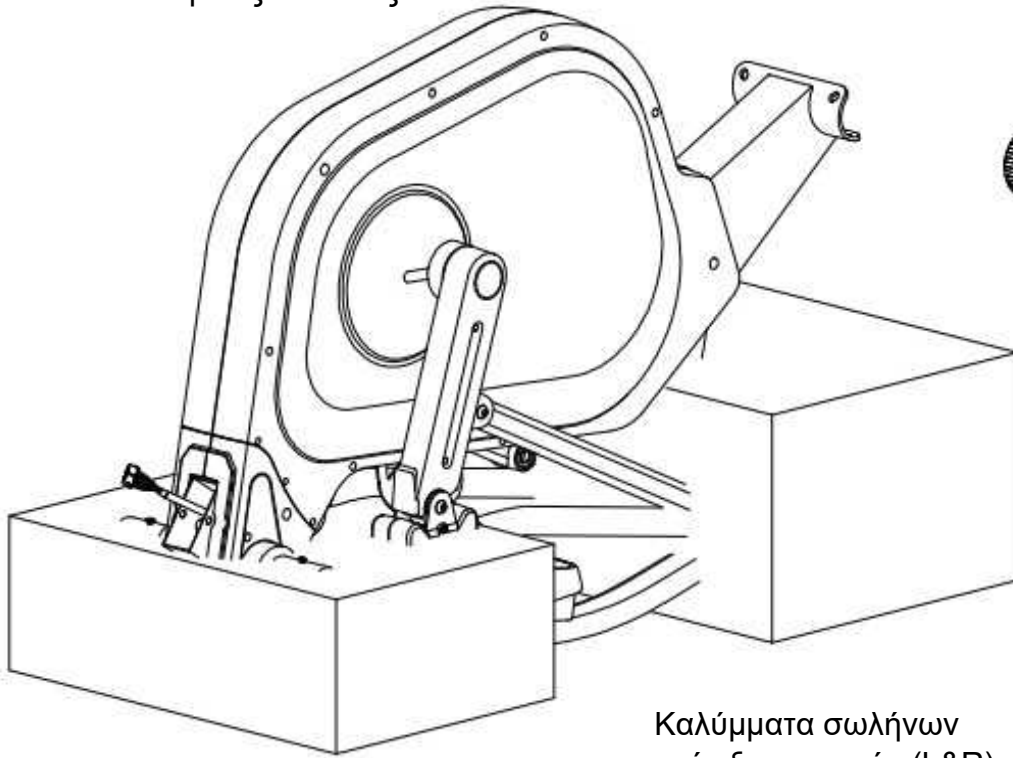
Ακουμπήστε το πακέτο στο έδαφος έτσι ώστε το καπάκι να μπορεί να αφαιρεθεί. Αποσυσκευάστε τις χειρολαβές, τον μπροστινό σταθεροποιητή, τον πίσω σταθεροποιητή, τον κεντρικό σωλήνα στήριξης, το καντράν, τη σακούλα με τα εργαλεία, και το εγχειρίδιο χρήσης. Αφαιρέστε τα άνω κομμάτια φελιζολ #1 και #2 και #3 και #4, αφήνοντας τον βασικό σκελετό (A) και τα κάτω κομμάτια φελιζολ #5 και #6 μέσα στο κουτί μέχρι να σας δοθεί παρακάτω οδηγία να αφαιρεθούν και αυτά.



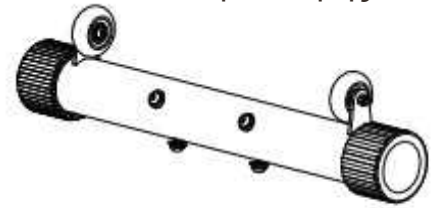
\* Οι προδιαγραφές του προϊόντος μπορεί να διαφέρουν από την φωτογραφία και μπορεί να αλλάξουν χωρίς προειδοποίηση.

# ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

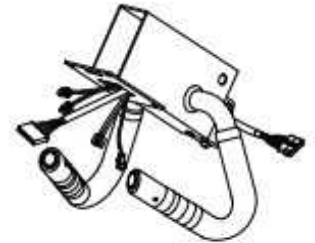
## A Κεντρικός Σκελετός



## B Μπροστινός Σταθεροποιητής



## D Σωλήνας στήριξης καντράν



## C Πίσω Σταθεροποιητής



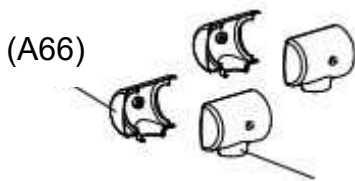
Καλύμματα μπροστινού σωλήνα στήριξης πεντάλ

Καλύμματα σωλήνων στήριξης καντράν (L&R)



L(A8)

R (A9)

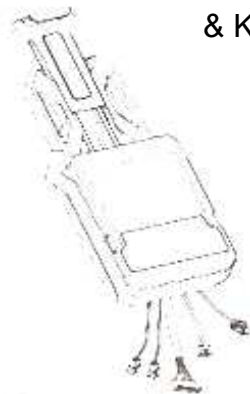


(A66)

(A67)

## G Καντράν (G1)

& Κάλυμμα Καντράν

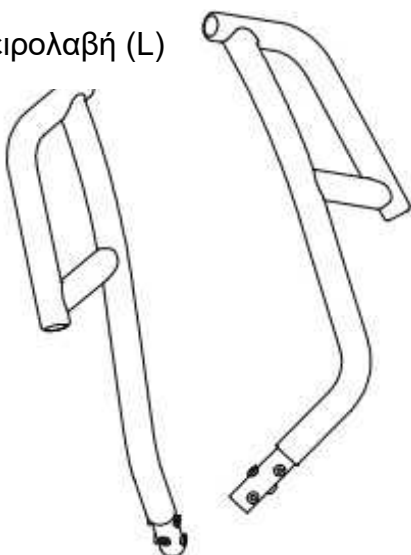


I Αντάπτορας



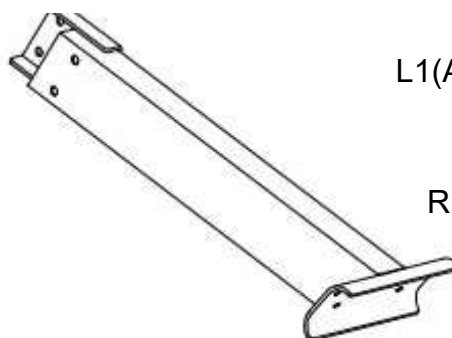
## E2 Χειρολαβή (R)

## E1 Χειρολαβή (L)



## F Κεντρικός σωλήνας στήριξης

Κάλυμμα σωλήνα στήριξης Πεντάλ (L1&L2), (R1&R2)

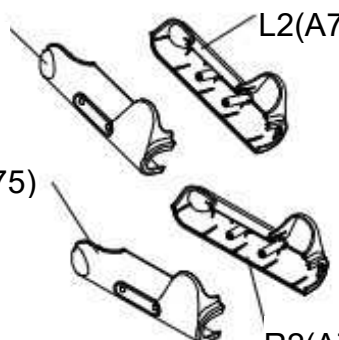


L1(A72)

L2(A73)

R1(A75)

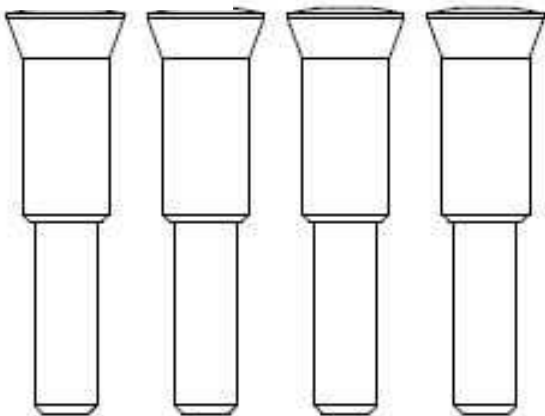
R2(A74)



# ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

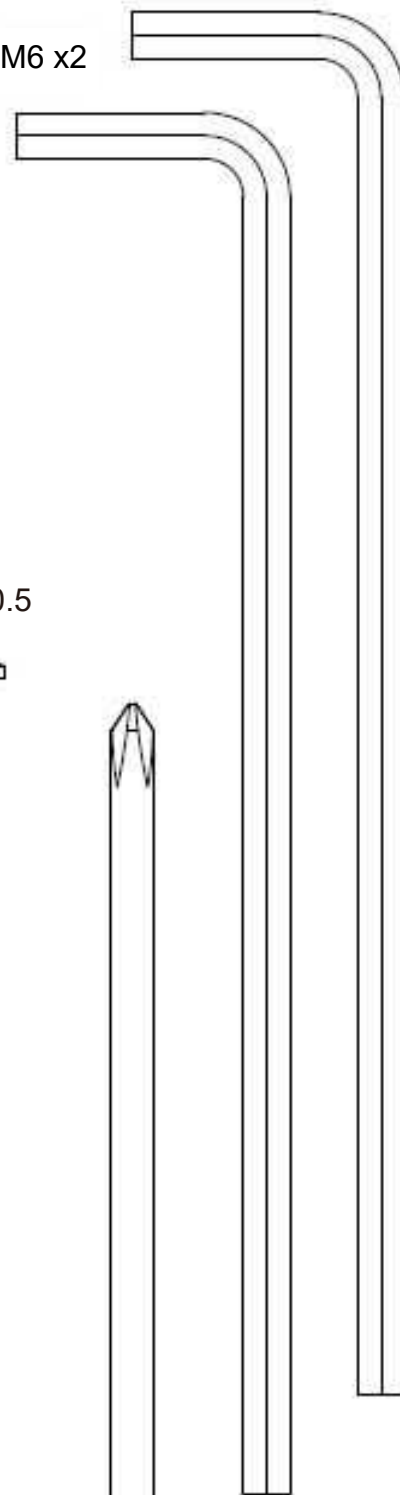


(F4) Βίδα M8

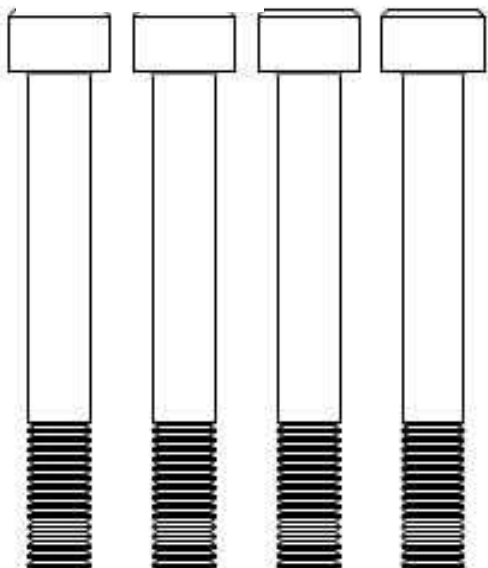


## ΕΡΓΑΛΕΙΑ

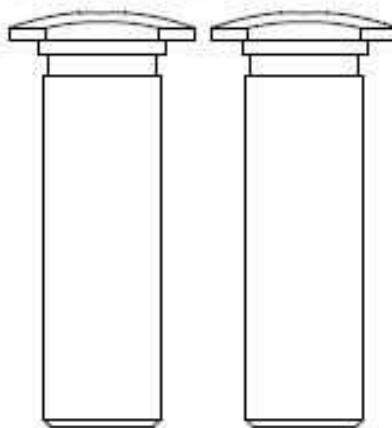
M6 x2



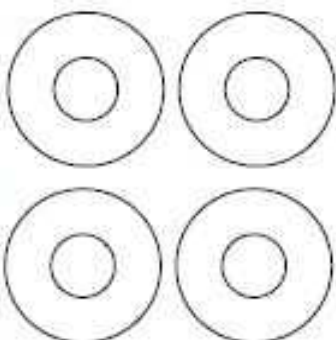
(F2) Βίδα M8x65



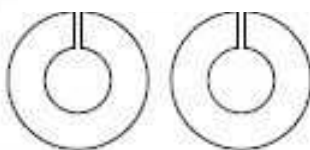
(A107) Μπουλόνια  $\varnothing 15 \times 50.5$



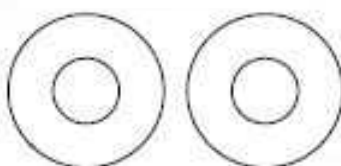
(F3) Ροδέλα M8



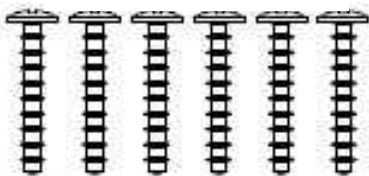
(A62) Ροδέλα Ασφαλείας M8



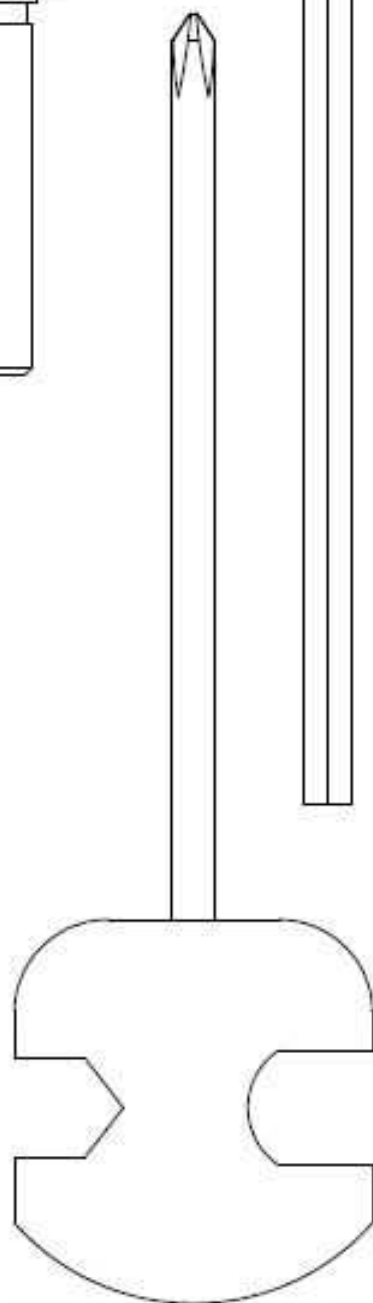
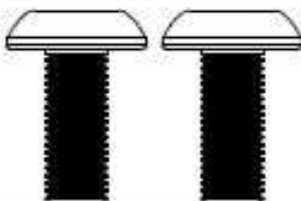
(A61) Ροδέλα M8



(A78) Βίδα M3x20



(A63) Βίδα M8x20

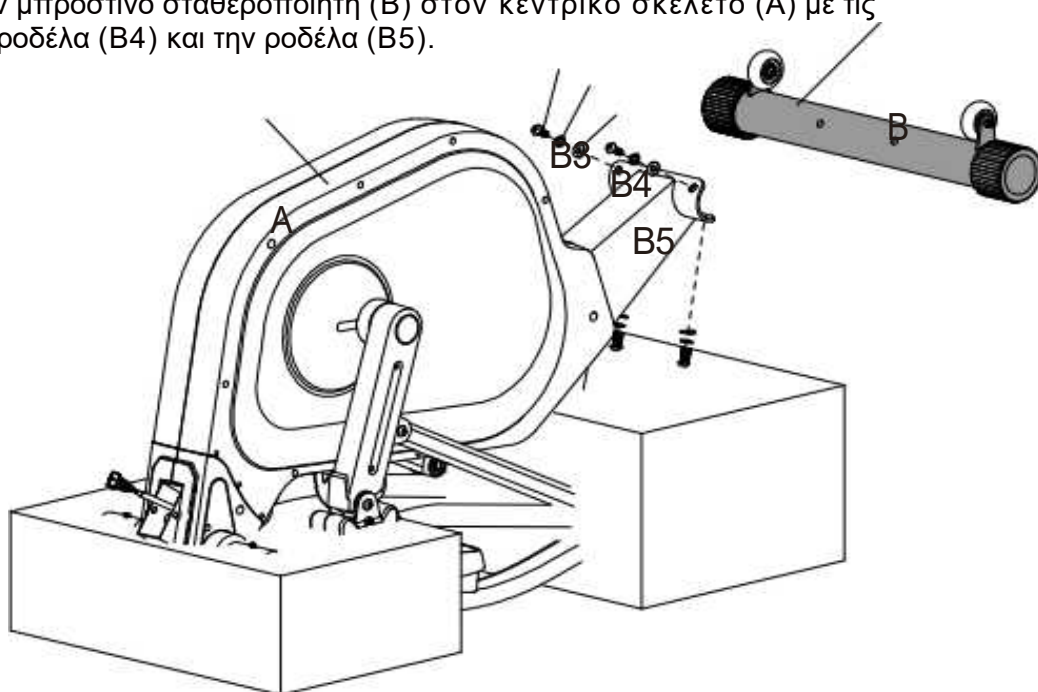
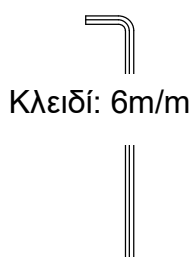


**Σημείωση:** Η συναρμολόγηση απαιτεί 2 άτομα.

### **ΕΙΚΟΝΑ 1 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΜΠΡΟΣΤΙΝΟΥ ΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΤΗ (B)**

**Βήμα 1.** Αφαιρέστε τις τέσσερις προσυναρμολογημένες βίδες (B3), την ροδέλα (B4) και τη ροδέλα (B5) από τον μπροστινό σταθεροποιητή. (B).

**Βήμα 2.** Τοποθετήστε τον μπροστινό σταθεροποιητή (B) στον κεντρικό σκελετό (A) με τις βίδες (B3), την ροδέλα (B4) και την ροδέλα (B5).



### **ΕΙΚΟΝΑ 2 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΣΩΛΗΝΑ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΚΑΝΤΡΑΝ (D)**

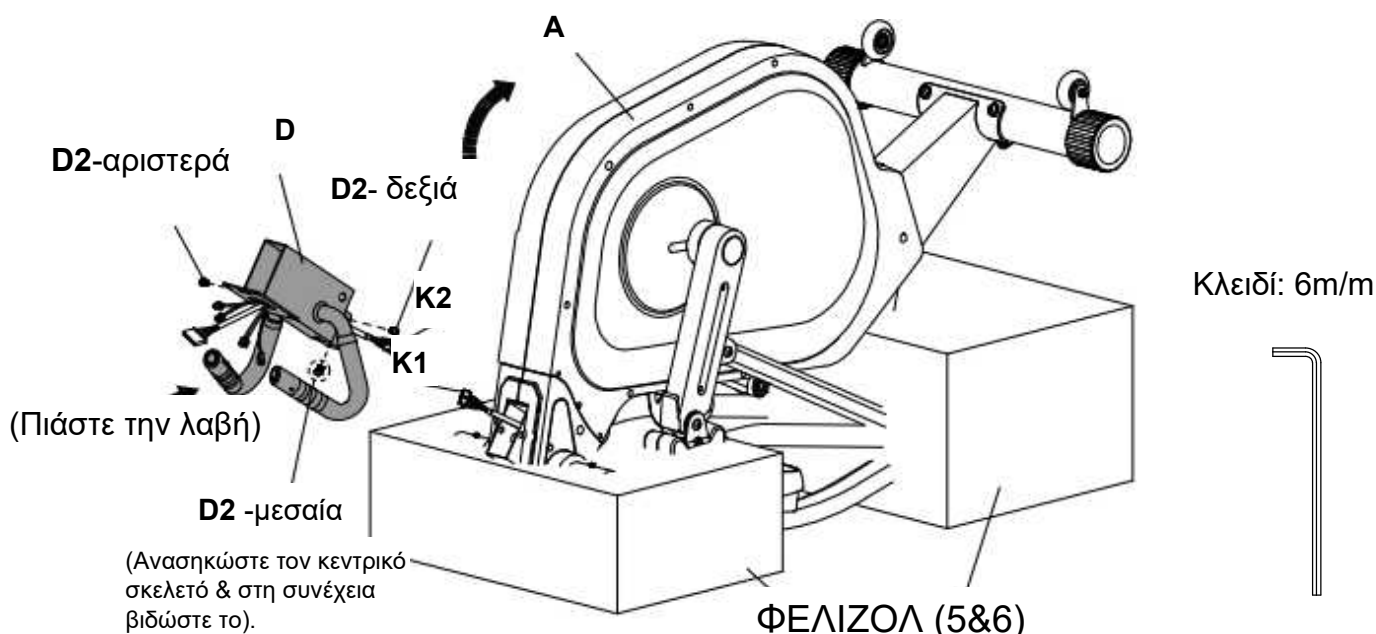
**Βήμα 1.** Αφαιρέστε τις 3 προσυναρμολογημένες βίδες (D2) από τον σωλήνα στήριξης καντράν (D).

**Βήμα 2.** Συνδέστε τα καλώδια καντράν (K1&K2).

**Βήμα 3.** Τοποθετήστε τον σωλήνα στήριξης καντράν (D) στον κεντρικό σκελετό (A) με τη βίδα (D2 αριστερά) και τη βίδα (D2-δεξιά).

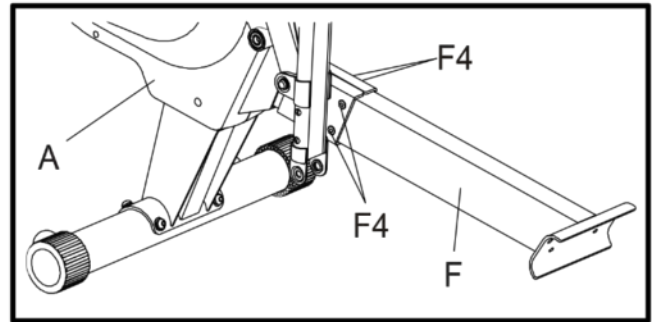
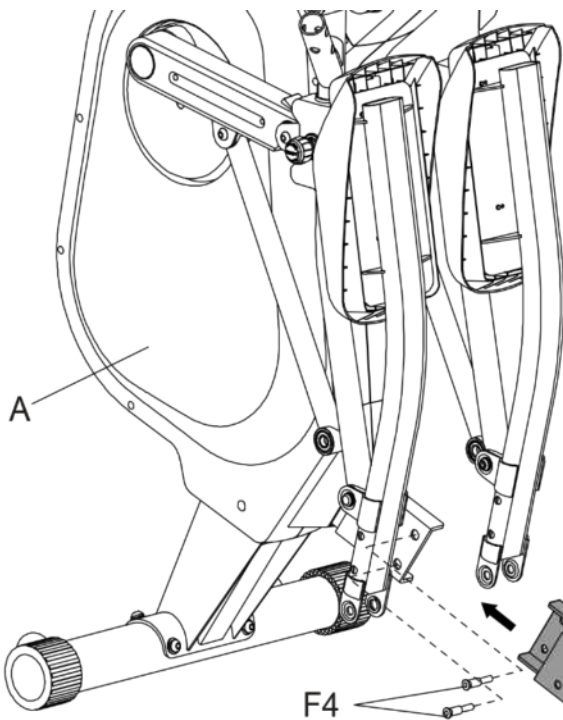
**Βήμα 4.** Χρησιμοποιήστε και τα δύο σας χέρια για να κρατήσετε τη μικρή λαβή και να σηκώσετε τον κεντρικό σκελετό (A). Στη συνέχεια ολοκληρώστε την συναρμολόγηση της βίδας (D2-μεσαία).

**Βήμα 5.** Αφαιρέστε τα κάτω τεμάχια φελιζόλ # 5 & # 6.

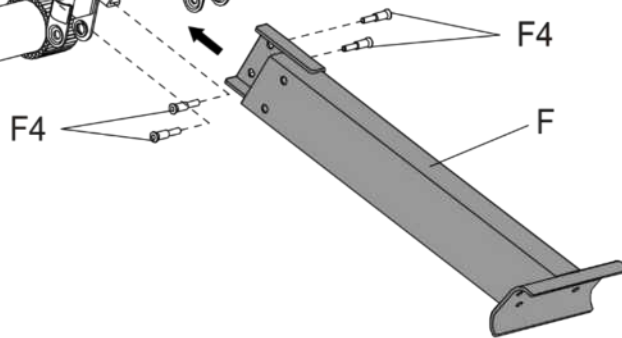


### ΕΙΚΟΝΑ 3 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΚΕΝΤΡΙΚΟΥ ΣΩΛΗΝΑ ΣΤΗΡΙΞΗΣ (F)

**Βήμα 1.** Τοποθετήστε τον κεντρικό σωλήνα στήριξης (F) στον κεντρικό σκελετό (A) με τέσσερις βίδες (F4).



Στερεώστε τις βίδες (F4) στον κεντρικό σωλήνα στήριξης όταν είναι ανασηκωμένος.



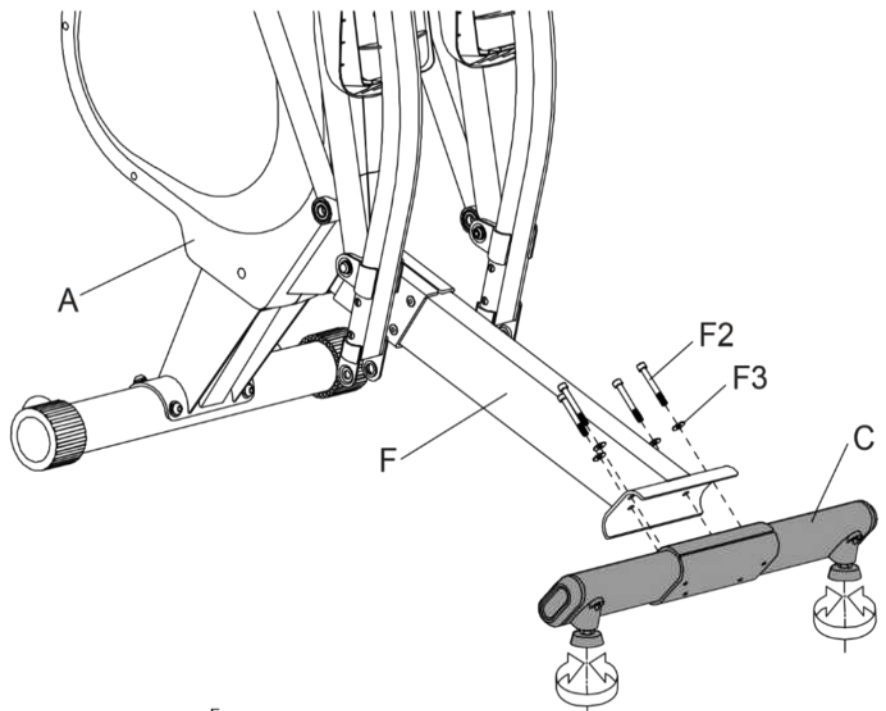
Κλειδί: 6m/m



### ΕΙΚΟΝΑ 4 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΠΙΣΩ ΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΤΗ (C)

**Βήμα 1.** Τοποθετήστε τον πίσω σταθεροποιητή (C) στον κεντρικό σωλήνα στήριξης (F) με τέσσερις βίδες (F2) και την ροδέλα (F3).

**Βήμα 2.** Ρυθμίστε τα κάτω ρυθμιζόμενα πέλματα στον πίσω σταθεροποιητή (C) για να σταθεροποιήσετε το μηχάνημα.



Κλειδί 6m/m



## ΕΙΚΟΝΑ 5 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΝΤΡΑΝ & ΚΑΛΥΜΜΑΤΟΣ ΚΑΝΤΡΑΝ

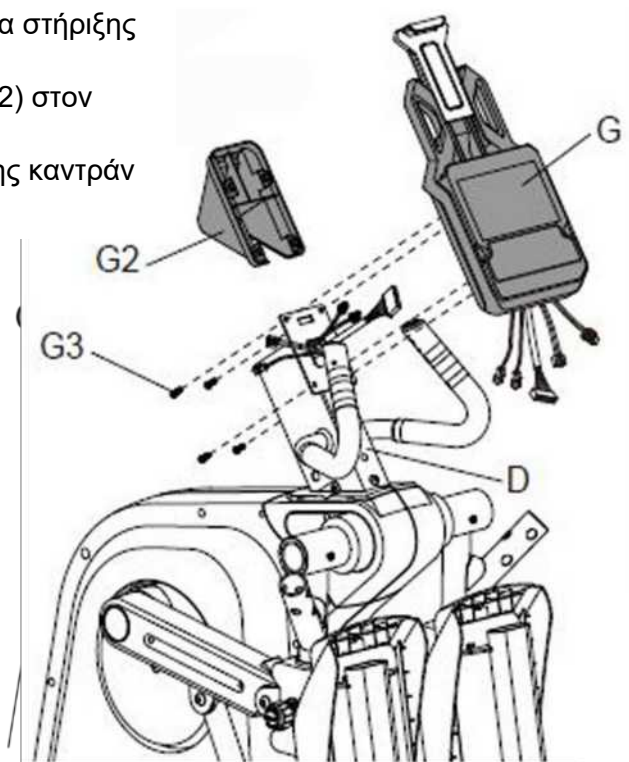
**Βήμα 1.** Αφαιρέστε τέσσερις βίδες (G3) από το καντράν (G).

**Βήμα 2.** Συνδέστε όλα τα καλώδια.

**Βήμα 3.** Τοποθετήστε το καντράν (G) στον σωλήνα στήριξης καντράν (D).

**Βήμα 4.** Τοποθετήστε το κάλυμμα του καντράν (G2) στον σωλήνα στήριξης καντράν (D).

**Βήμα 5.** Βιδώστε το καντράν, τον σωλήνα στήριξης καντράν (D) και το κάλυμμα καντράν (G2) με τις βίδες (G3).

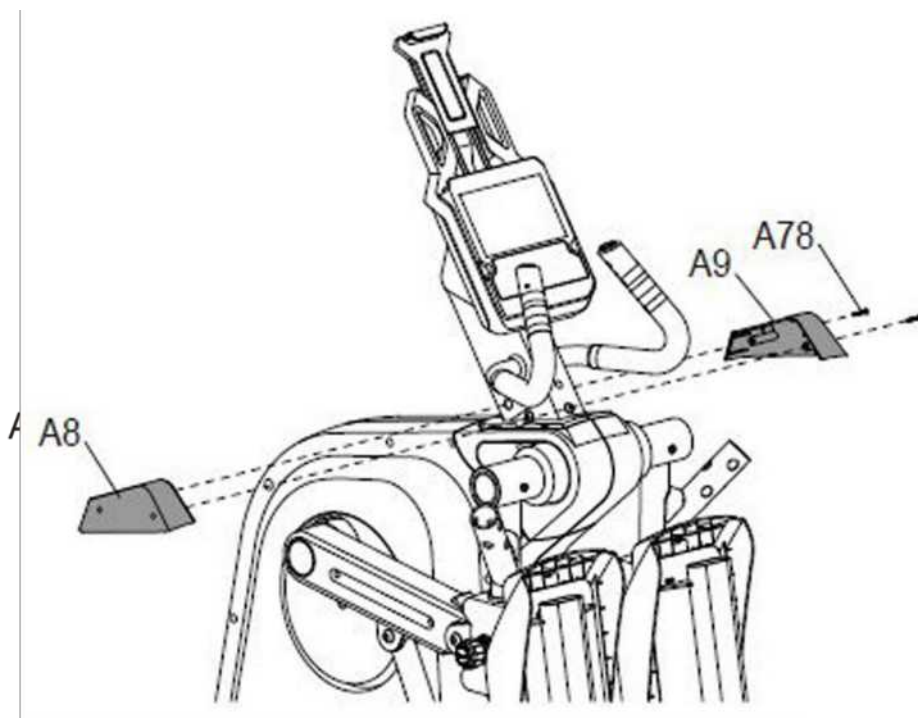


Εργαλείο



## ΕΙΚΟΝΑ 6 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΛΥΜΜΑΤΟΣ ΣΩΛΗΝΑ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΚΑΝΤΡΑΝ (L&R)

**Βήμα 1.** Συνδέστε το αριστερό (L) κάλυμμα του σωλήνα στήριξης καντράν (A8) και το Δεξί (R) κάλυμμα του σωλήνα στήριξης καντράν (A9) χρησιμοποιώντας τις βίδες (A78).



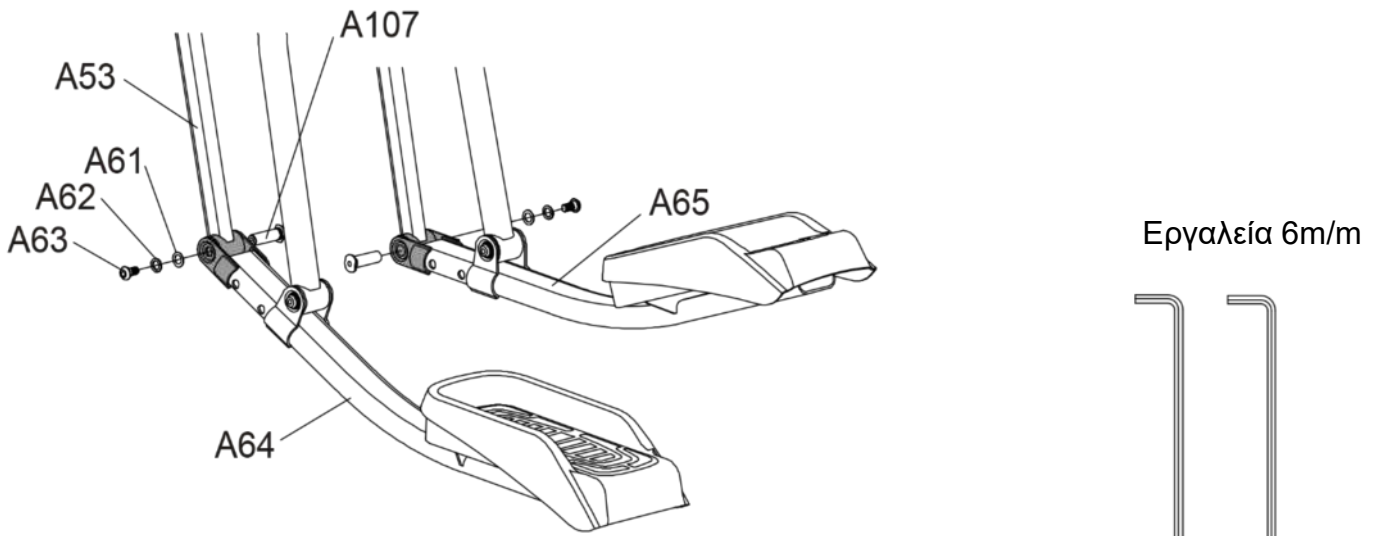
Εργαλείο



## ΕΙΚΟΝΑ 7 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΜΠΡΟΣΤΙΝΟΥ ΣΥΝΔΕΤΙΚΟΥ ΑΞΟΝΑ (A53) & ΤΩΝ ΣΩΛΗΝΩΝ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΠΕΝΤΑΛ (L&R) (A64 & A65)

**Βήμα 1.** Τοποθετήστε τον μπροστινό άξονα σύνδεσης (A53) και τον μπροστινό αριστερό σωλήνα στήριξης πεντάλ (L) (A64) χρησιμοποιώντας το μπουλόνι (A107), την βίδα (A63) την ροδέλα (A62) και την ροδέλα (A61).

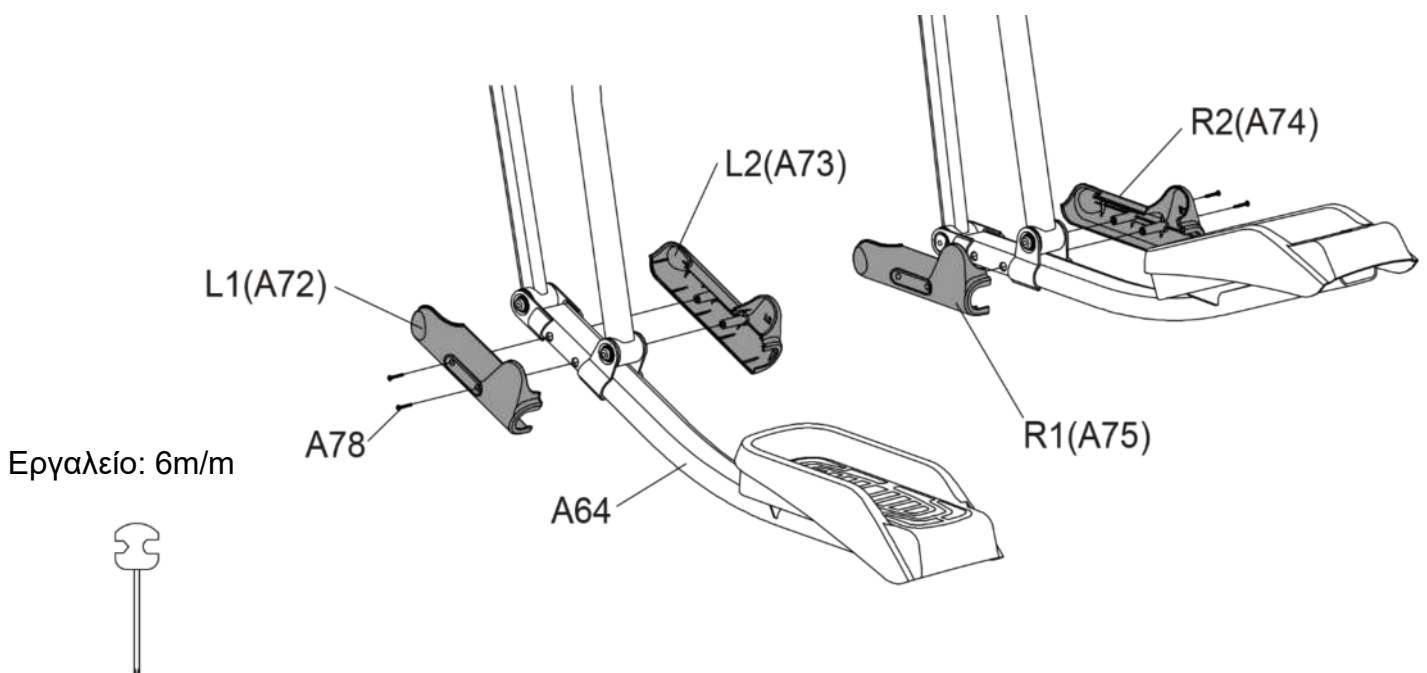
**\*\* Επαναλάβετε το ίδιο βήμα και για την συναρμολόγηση της δεξιάς πλευράς.**



## ΕΙΚΟΝΑ 8- ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΚΑΛΥΜΜΑΤΩΝ ΣΩΛΗΝΩΝ ΚΑΝΤΡΑΝ (L&R)

**Βήμα 1.** Τοποθετήστε το κάλυμμα L1 (A72) του σωλήνα πεντάλ και το κάλυμμα L2 (A73) του σωλήνα πεντάλ στον μπροστινό αριστερό σωλήνα στήριξης πεντάλ (L) (A64) χρησιμοποιώντας δύο βίδες (A78).

**\*\* Επαναλάβετε το ίδιο βήμα και για την συναρμολόγηση της δεξιάς πλευράς.**





## ΕΙΚΟΝΑ 9 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΧΕΙΡΟΛΑΒΗΣ ΚΑΙ ΜΠΡΟΣΤΙΝΟΥ ΚΑΛΥΜΜΑΤΟΣ ΣΩΛΗΝΑ ΣΤΗΡΙΞΗΣ ΠΕΝΤΑΛ

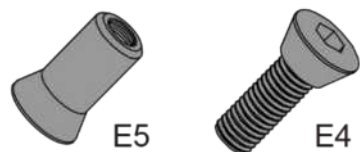
**Βήμα 1.** Αφαιρέστε τις έξι προ-συναρμολογημένες βίδες (E4 & E5) από την χειρολαβή (E1).

**Βήμα 2.** Αφαιρέστε τις δύο προ-συναρμολογημένες βίδες (A108) από τον κεντρικό σκελετό (A).

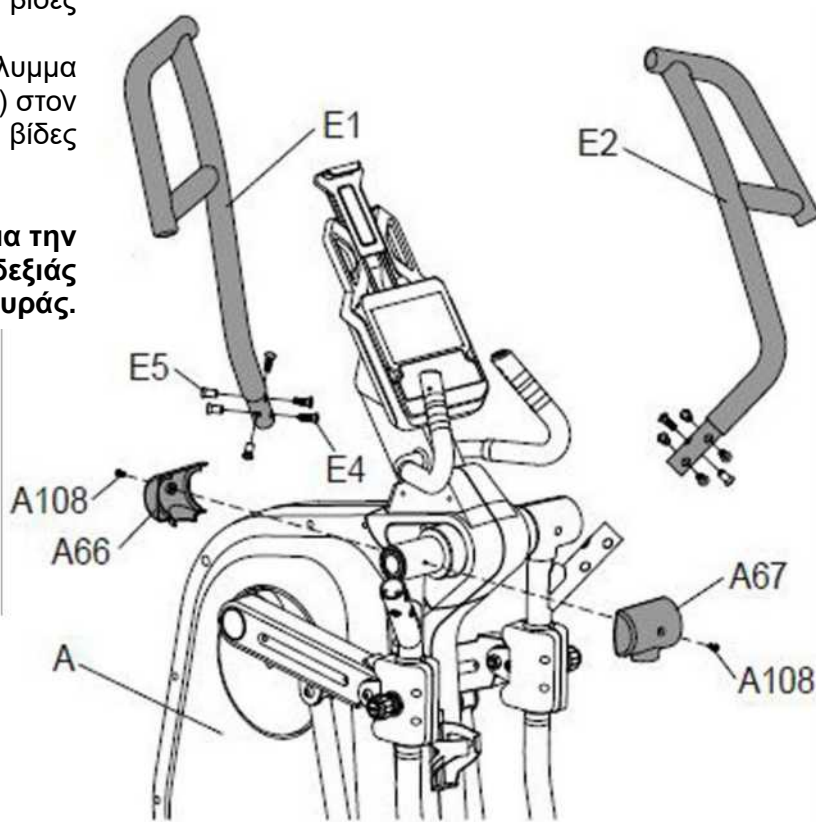
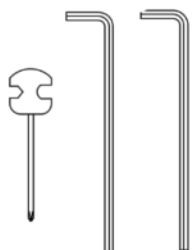
**Βήμα 3.** Τοποθετήστε την χειρολαβή (E1) στον κεντρικό σκελετό (A) με τις βίδες (E4 & E5).

**Βήμα 4.** Τοποθετήστε το μπροστινό κάλυμμα στήριγματος πεντάλ (A66 & A67) στον κεντρικό σκελετό (A) με δύο βίδες (A108).

**\*\* Επαναλάβετε το ίδιο βήμα και για την συναρμολόγηση της δεξιάς πλευράς.**

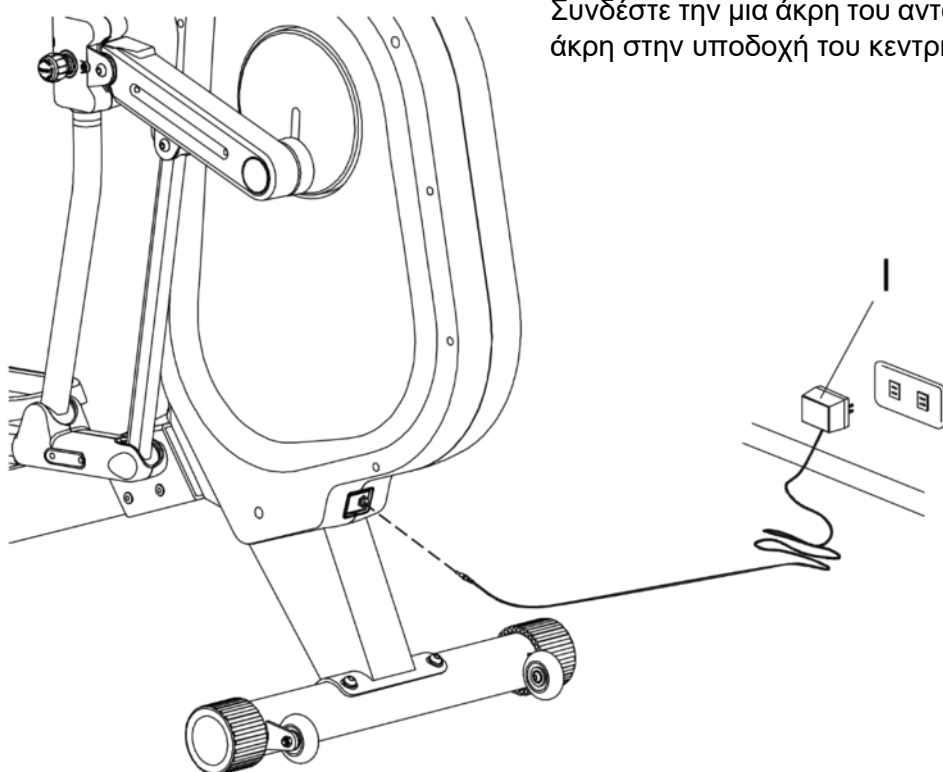


Εργαλεία



## ΕΙΚΟΝΑ 10 - ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΑΝΤΑΠΤΟΡΑ

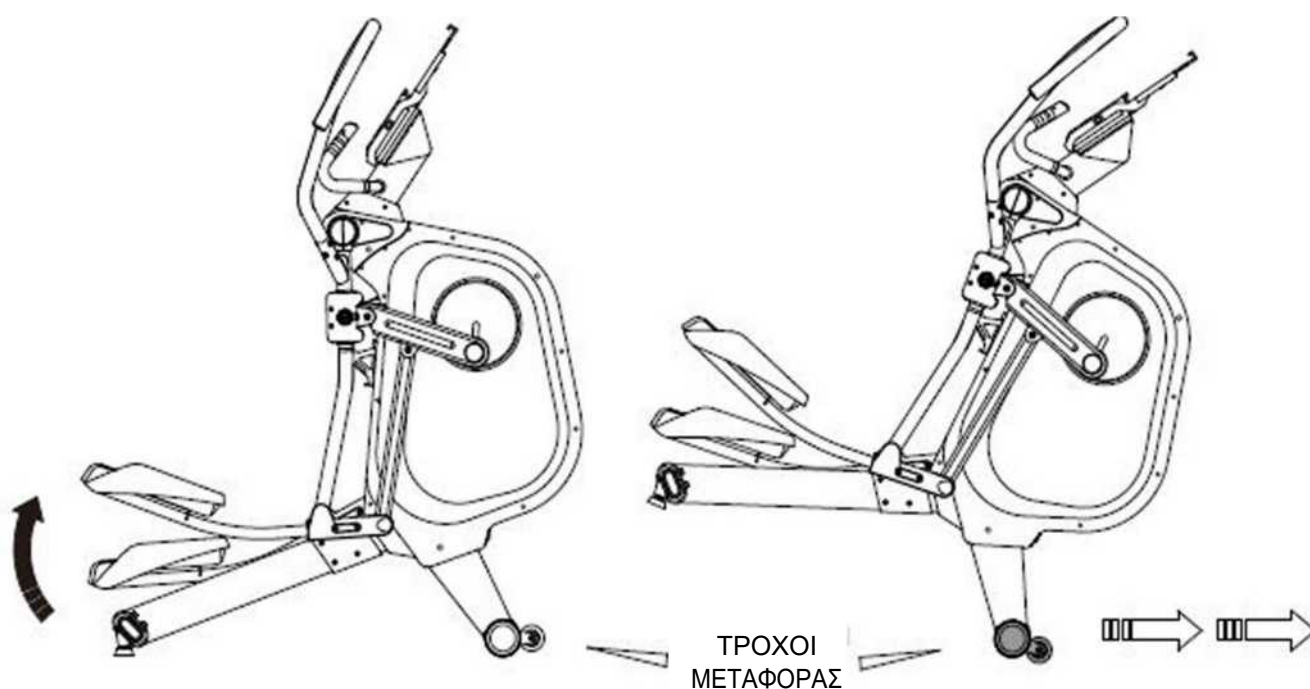
Συνδέστε την μια άκρη του αντάπτορα στην πρίζα και την άλλη άκρη στην υποδοχή του κεντρικού σκελετού.



## ΕΙΚΟΝΑ 11 ΠΩΣ ΝΑ ΜΕΤΑΦΕΡΕΤΕ ΤΟ ΕΛΛΕΙΠΤΙΚΟ

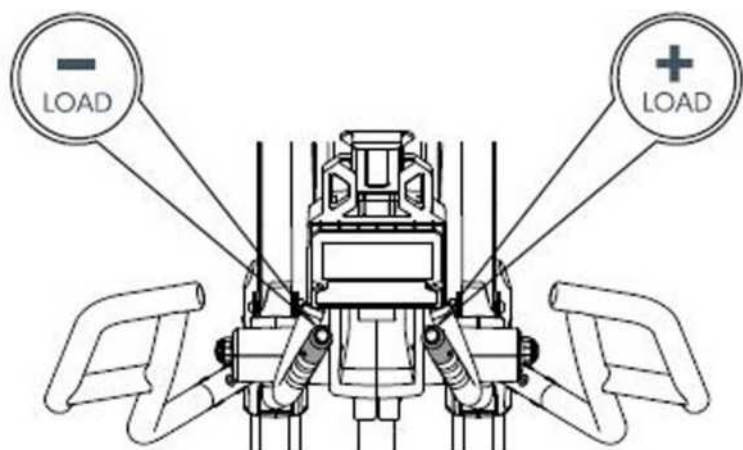
Εάν το ελλειπτικό πρέπει να μεταφερθεί σε διαφορετική θέση, σηκώστε τον πίσω σταθεροποιητή έως ότου οι μπροστινοί τροχοί μεταφοράς να αγγίξουν το έδαφος. Κατόπιν, μπορείτε να μετακινήσετε το ελλειπτικό στην επιθυμητή θέση. Μετά την μετακίνηση, κατεβάστε απαλά το ελλειπτικό προς τα κάτω στη νέα θέση και ρυθμίστε τα ρυθμιζόμενα πέλαμα στον κάτω πίσω σταθεροποιητή για να το σταθεροποιήσετε αν χρειαστεί.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Ποτέ μην προσπαθείτε να ανυψώσετε μόνοι σας το ελλειπτικό, ζητήστε πρόσθετη βοήθεια αν χρειαστεί και μην επιχειρήσετε ποτέ να ανυψώσετε το ελλειπτικό εάν έχετε οποιαδήποτε ιατρικά προβλήματα.



## ΕΙΚΟΝΑ 12 ΠΩΣ ΝΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΑ ΠΛΗΚΤΡΑ ΡΥΘΜΙΣΗΣ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗΣ

Όταν το καντράν είναι ενεργοποιημένο, μπορείτε να πατήσετε τα πλήκτρα ρύθμισης στις μικρές χειρολαβές για να ρυθμίσετε ελαφρώς την αντίσταση: πιέστε το πλήκτρο "+ LOAD" στη δεξιά πλευρά για να αυξήσετε την αντίσταση ή πατήστε το πλήκτρο "- LOAD" στην αριστερή πλευρά για να μειώσετε την αντίσταση.



## ΕΙΚΟΝΑ 13 ΠΩΣ ΝΑ ΡΥΘΜΙΣΕΤΕ ΤΟΝ ΔΙΑΣΚΕΛΙΣΜΟ

**Βήμα 1.** Υπάρχουν 2 διαφορετικές επιλογές διασκελισμού στο E350. Οι θέσεις 17" και 22".

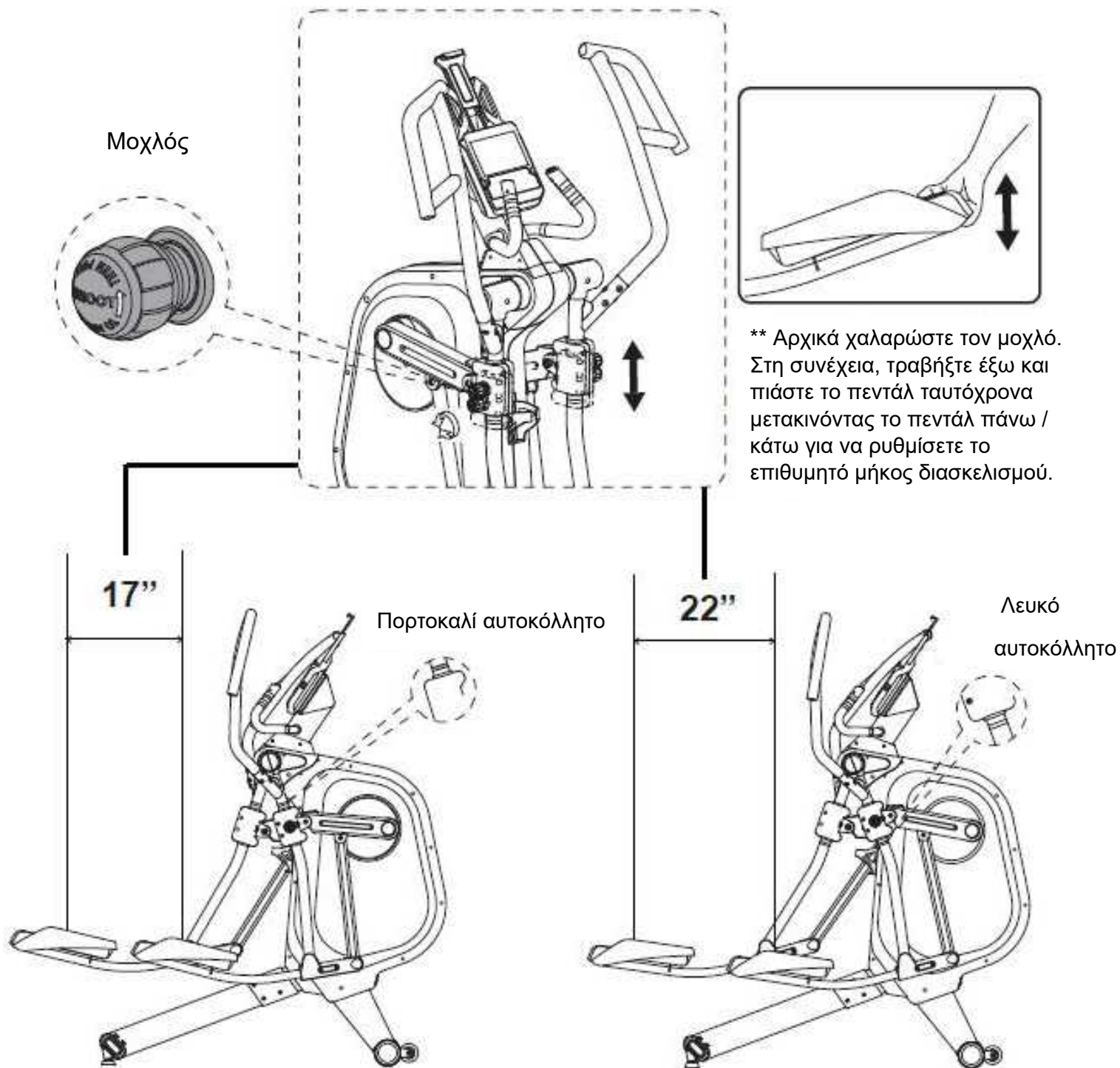
(Ο αριθμός της θέσης που θα επιλέξετε θα αναγράφεται αντίστοιχα στο αυτοκόλλητο που βρίσκετε στον μπροστινό σωλήνα στήριξης του πεντάλ).

**Βήμα 2.** Τραβήξετε τον μοχλό ρύθμισης προς τα έξω και ταυτόχρονα μετακινήστε τον άξονα πάνω / κάτω για να ρυθμίσετε το επιθυμητό μήκος διασκελισμού.

**Βήμα 3.** Αφού επιλέξετε το μήκος διασκελισμού, σφίξτε καλά τον μοχλό.

**Βήμα 4.** Με τον ίδιο τρόπο θα ρυθμίσετε το μήκος διασκελισμού και της άλλης πλευράς.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Για την ασφάλειά σας: ΠΟΤΕ μην ρυθμίζετε το μήκος διασκελισμού ενώ στέκεστε πάνω στο μηχάνημα. Πάντα να ρυθμίζετε το ίδιο τόσο τον δεξί όσο και τον αριστερό άξονα. Η ανομοιόμορφη τοποθέτηση των θέσεων απαγορεύεται.



## ΟΔΗΓΙΕΣ ΚΑΝΤΡΑΝ



<b>UP</b>	Για να κάνετε προσαρμογή προς τα πάνω σε κάθε δεδομένο λειτουργίας ή να αυξήσετε την αντίσταση στην προπόνηση.
<b>DOWN</b>	Για να κάνετε προσαρμογή προς τα κάτω σε κάθε δεδομένο λειτουργίας ή να μειώσετε την αντίσταση προπόνησης.
<b>ENTER</b>	Για να επιβεβαιώσετε όλες τις ρυθμίσεις.
<b>START / STOP</b>	Για να ξεκινήσετε ή να σταματήσετε την προπόνηση. Πατώντας το πλήκτρο START/STOP σε κατάσταση αναμονής, είναι ένα πλήκτρο γρήγορης εκκίνησης στο Μη αυτόματο πρόγραμμα (Manual).
<b>RESET</b>	Για να επαναφέρετε την τρέχουσα ρύθμιση και η οθόνη να μεταβεί στην αρχική λειτουργία προπόνησης για επιλογή. Πατήστε το κουμπί RESET για 2 δευτερόλεπτα σε κατάσταση αναμονής για μια ολική επαναφορά.
<b>RECOVERY</b>	Για να ενεργοποιήσετε την λειτουργία RECOVERY.
<b>RECORDED DATA</b>	Στη λειτουργία STOP, ο χρήστης μπορεί να πατήσει το κουμπί RECORDED DATA για να ελέγξει τα δεδομένα.
<b>SAVE / DELETE</b>	<b>ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ:</b> Όταν πατήσετε STOP για να σταματήσετε την προπόνηση, πατήστε SAVE για να αποθηκεύσετε τα δεδομένα σας. <b>ΔΙΑΓΡΑΦΗ:</b> Όταν πατήσετε RECORDED DATA για να ελέγξετε τις εγγραφές, πατήστε DELETE και στη συνέχεια το σύστημα θα σας υπενθυμίσει εάν είστε σίγουροι ότι θέλετε να διαγράψετε αυτές τις πληροφορίες. Πατήστε ENTER για επιβεβαίωση.
<b>PROGRAM MODE</b>	Γρήγορο πλήκτρο για είσοδο στη λειτουργία προγράμματος.
<b>HEART RATE CONTROL</b>	Γρήγορο πλήκτρο για είσοδο στη λειτουργία ελέγχου καρδιακού ρυθμού.
<b>WATT CONSTANT</b>	Γρήγορο πλήκτρο για εισαγωγή στην σταθερή λειτουργία Watt.

## ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΟΘΟΝΗΣ

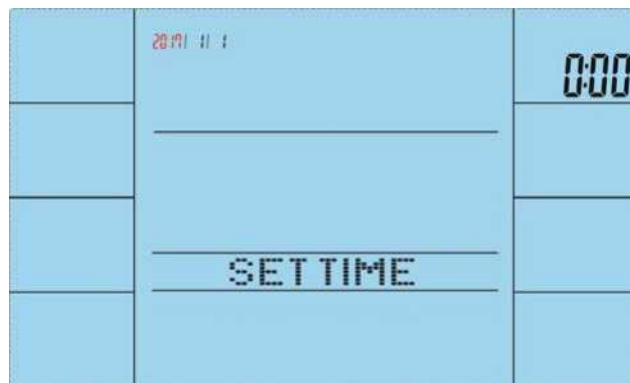
<b>TIME</b>	Ο χρόνος θα μετράει από τις 00:00 έως το μέγιστο 99:59 με κάθε αύξηση να είναι ανά 1 λεπτό.
<b>SPEED</b>	Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα προπόνησης. Η μέγιστη ταχύτητα είναι 99,9 KM/H ή ML/H.
<b>RPM</b>	Εμφανίζει την περιστροφή ανά λεπτό. Εύρος εμφάνισης 0~999 RPM.
<b>DISTANCE</b>	Συγκεντρώνει την συνολική απόσταση από 0:0 έως 999,9 KM ή ML. Ο χρήστης μπορεί να προκαθορίσει δεδομένα στόχου απόστασης πατώντας τα πλήκτρα UP ή DOWN. Καθε προσαύξηση είναι ανά 0,1 KM ή ML.
<b>CALORIES</b>	Συγκεντρώνει την κατανάλωση θερμίδων κατά τη διάρκεια της προπόνησης από 0 έως το μέγιστο 9999 θερμίδες. Κάθε μονάδα αύξησης ή μείωσης είναι 10 KCL. (Αυτά τα δεδομένα είναι ένας πρόχειρος οδηγός για σύγκριση των συνεδριών άσκησης που δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην ιατρική θεραπεία.)
<b>PULSE</b>	Ο χρήστης μπορεί να ρυθμίσει τον παλμό στόχο από 0 - 30 έως 230.
<b>WATTS</b>	Εμφάνιση των τρεχόντων watt προπόνησης. Εύρος οθόνης 0~999.

## POWER ON

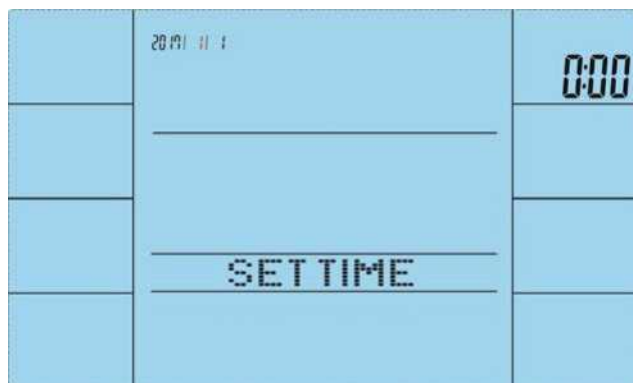
1. Συνδέστε το τροφοδοτικό στην οθόνη ή πατήστε το κουμπί RESET για 2 δευτερόλεπτα. Η οθόνη LCD θα εμφανίσει όλα τα τμήματα με ένα παρατεταμένο ήχο μπιπ για 2 δευτερόλεπτα (ΕΙΚΟΝΑ 1).



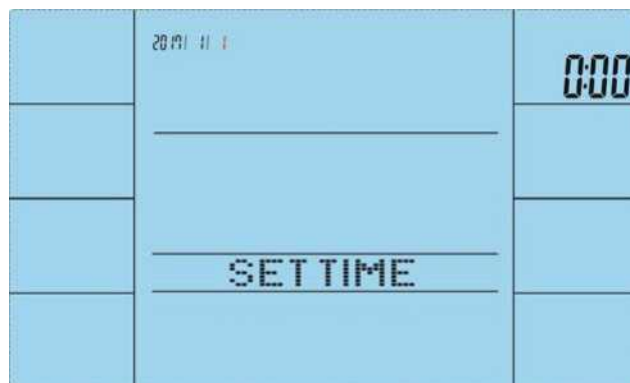
**ΕΙΚΟΝΑ 1**



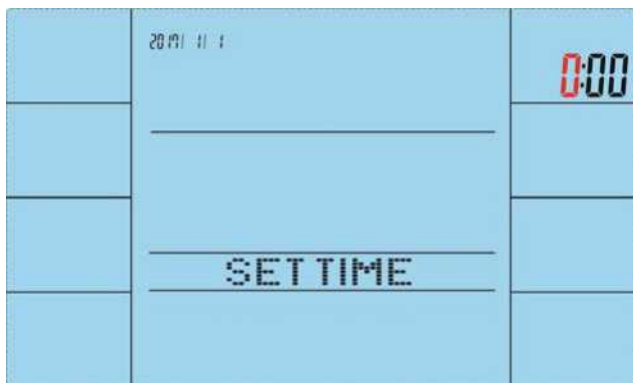
**ΕΙΚΟΝΑ 2**



**ΕΙΚΟΝΑ 3**



**ΕΙΚΟΝΑ 4**

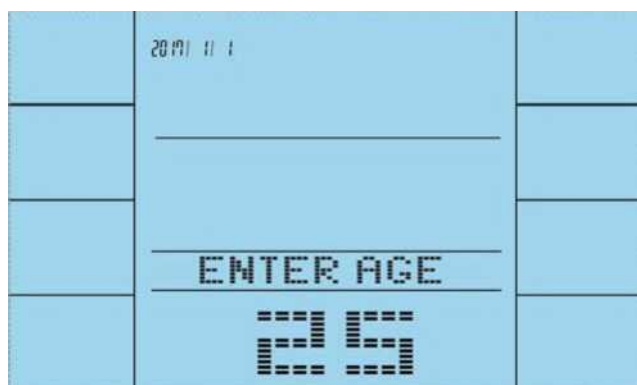


**EIKONA 5**

Στη συνέχεια, μεταβείτε στη ρύθμιση Calender & Clock (Εικόνα 3~5), ρυθμίστε το Ρολόι και το Ημερολόγιο πατώντας τα πλήκτρα UP ή DOWN και επιβεβαιώστε με το κουμπί ENTER.

2. Πατήστε τα πλήκτρα UP ή DOWN για να επιλέξετε αριθμό χρήστη User 1~4 και πατήστε ENTER για επιβεβαίωση (ΕΙΚΟΝΑ 6). Στη συνέχεια προκαθορίστε τις πληροφορίες χρήστη για ΦΥΛΟ (sex), ΗΛΙΚΙΑ (age), ΥΨΟΣ (height) και ΒΑΡΟΣ (weight). (ΕΙΚΟΝΑ 7~10)

**EIKONA 6**



**EIKONA 8**

**EIKONA 7**



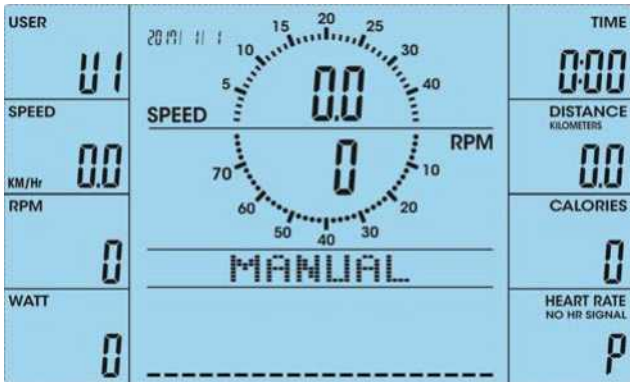
**EIKONA 9**



**EIKONA 10**

## ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

Οι επιλογές προγραμμάτων είναι MANUAL → PROGRAM → USER PROG → WATT → H.R.C. (ΕΙΚΟΝΑ 11~15).



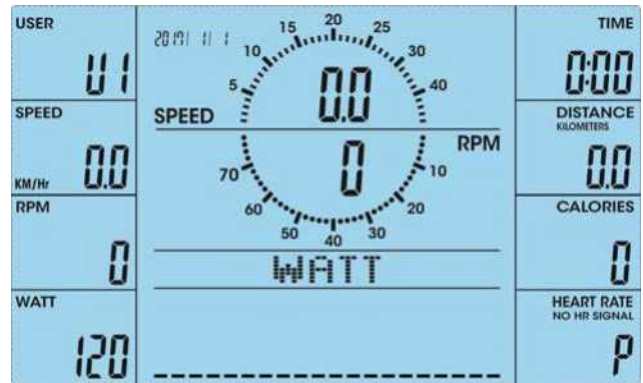
EIKONA 11



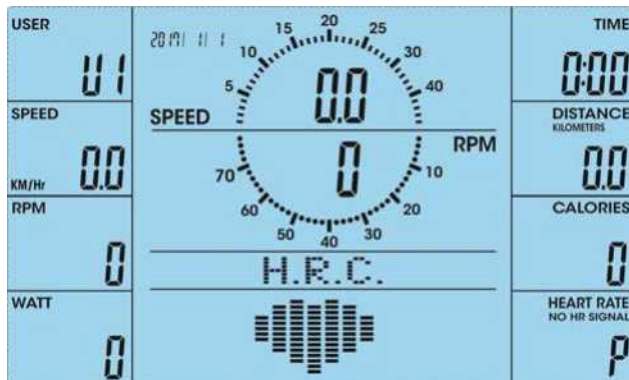
EIKONA 12



EIKONA 13



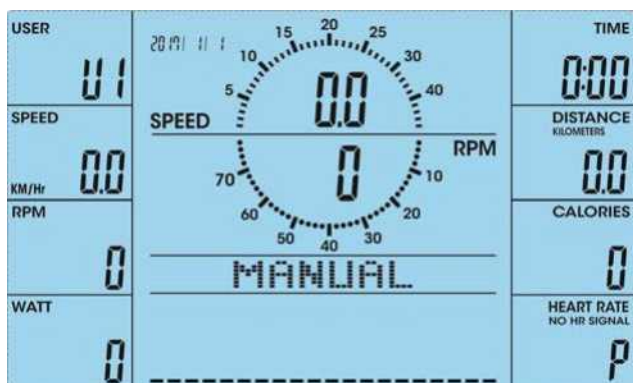
EIKONA 14



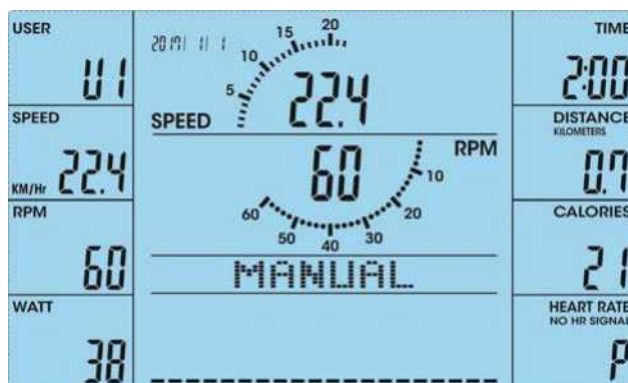
EIKONA 15

## ΓΡΗΓΟΡΗ ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΣΤΟ ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ (Manual)

1. Πατήστε ENTER στο πρόγραμμα MANUAL (ΕΙΚΟΝΑ 16).
2. Πατήστε START/STOP για να ξεκινήσετε την άσκηση (ΕΙΚΟΝΑ 17). Το επίπεδο αντίστασης είναι ρυθμιζόμενο κατά τη διάρκεια της άσκησης.
3. Ο χρήστης μπορεί να πατήσει START/STOP για να σταματήσει την άσκηση.



ΕΙΚΟΝΑ 16



ΕΙΚΟΝΑ 17

## ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ (Manual Mode)

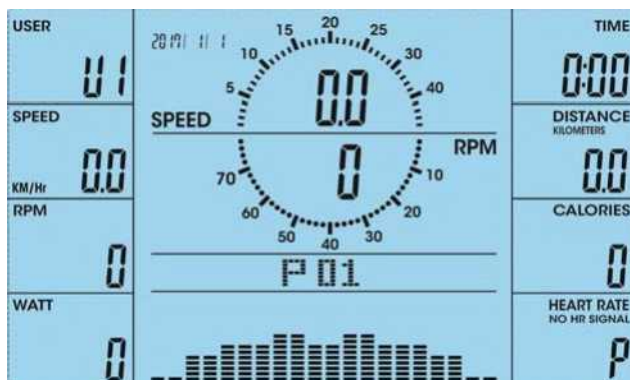
1. Αφού επιλέξετε τη λειτουργία MANUAL, πατήστε ENTER για να εισέλθετε (ΕΙΚΟΝΑ 16). Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τα πλήκτρα UP ή DOWN για να αυξήσετε ή να μειώσετε το επίπεδο φόρτωσης (από 1 έως 16). Πατήστε ENTER για επιβεβαίωση.
2. Μπορείτε να προκαθορίσετε τα δεδομένα στόχου άσκησης Χρόνου (TIME) /Απόστασης (DISTANCE) /Θερμίδων (CALORIES) και Παλμών (PULSE) και να πατήσετε START/STOP για να ξεκινήσει η άσκηση. (ΕΙΚΟΝΑ 17)
3. Μπορείτε να πατήσετε RESET για να επιστρέψετε στη ρύθμιση MANUAL.
4. Το επίπεδο είναι ρυθμιζόμενο κατά τη διάρκεια της άσκησης.

## ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ (Program Mode)

1. Αφού εισέλθετε στη λειτουργία προγράμματος (Program Mode) (ΕΙΚΟΝΑ 18), μπορείτε να πατήσετε τα πλήκτρα UP ή DOWN για να επιλέξετε πρόγραμμα από P1 έως P12 (ΕΙΚΟΝΑ 19~30) και στη συνέχεια να πατήσετε ENTER.
2. Μπορείτε να προκαθορίσετε τα δεδομένα χρόνου (TIME) και στη συνέχεια να πατήσετε START/STOP για να ξεκινήσετε την άσκηση. (ΕΙΚΟΝΑ 31).
3. Μετά την έναρξη της προπόνησης, ο χρόνος (TIME) θα μετράει αντίστροφα. Όταν ο χρόνος (TIME) φτάσει στο 0, η οθόνη θα αναβοσβήνει και θα χτυπήσει προειδοποιητικός ήχος. Μπορείτε να πατήσετε οποιοδήποτε κουμπί για να σταματήσει να χτυπά ο προειδοποιητικός ήχος.

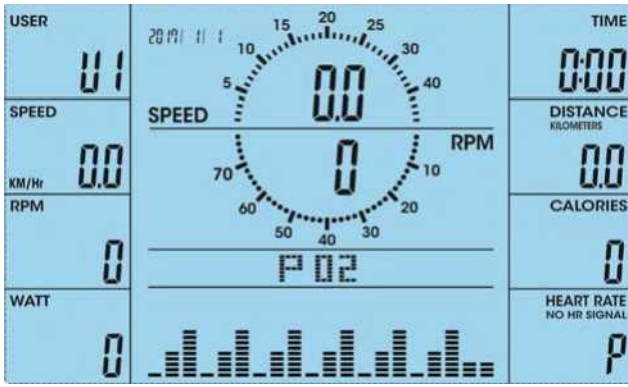


ΕΙΚΟΝΑ 18

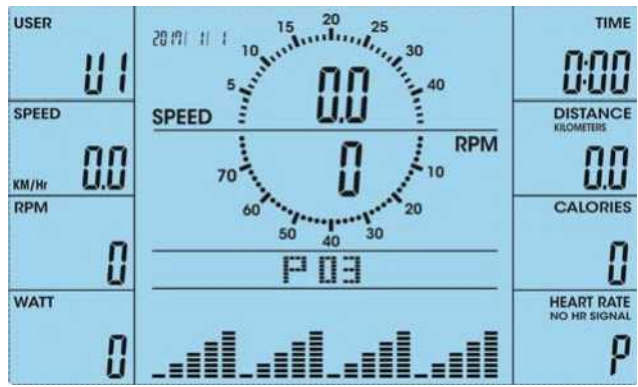


ΕΙΚΟΝΑ 19





EIKONA 20



EIKONA 21



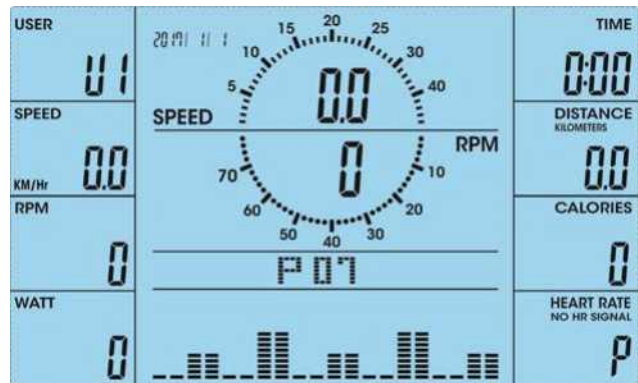
EIKONA 22



EIKONA 23



EIKONA 24



EIKONA 25



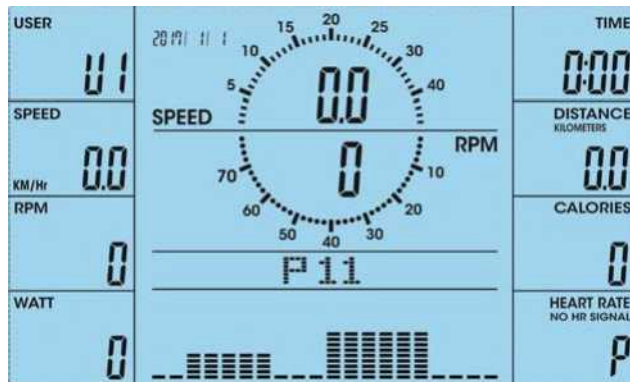
EIKONA 26



EIKONA 27



EIKONA 28



EIKONA 29



EIKONA 30



EIKONA 31

## ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΧΡΗΣΤΗ (User Program Mode)

1. Αφού εισέλθετε στη λειτουργία προγράμματος χρήστη (User Program Mode) (EIKONA 32), η πρώτη στήλη του προφίλ θα αναβοσβήνει (EIKONA 33). Μπορείτε να πατήσετε τα κουμπιά UP ή DOWN για να προσαρμόσετε το επίπεδο αντίστασης για να δημιουργήσετε το δικό σας προφίλ.
2. Μετά τη ρύθμιση (από τη στήλη 1 έως τη στήλη 20), μπορείτε να κρατήσετε πατημένο το κουμπι MODE για 2 δευτερόλεπτα για να αφήσετε την ρύθμιση αυτού του προφίλ και να εισέλθετε στη ρύθμιση χρόνου (TIME).
3. Μπορείτε να προκαθορίσετε τα δεδομένα στόχου άσκησης φόρτωσης (LOAD), Χρόνου (TIME) /Απόστασης (DISTANCE) /Θερμίδων (CALORIES) και Παλμών (PULSE) και να πατήσετε START/STOP για να ξεκινήσετε την άσκηση. (EIKONA 34).



EIKONA 32



EIKONA 33



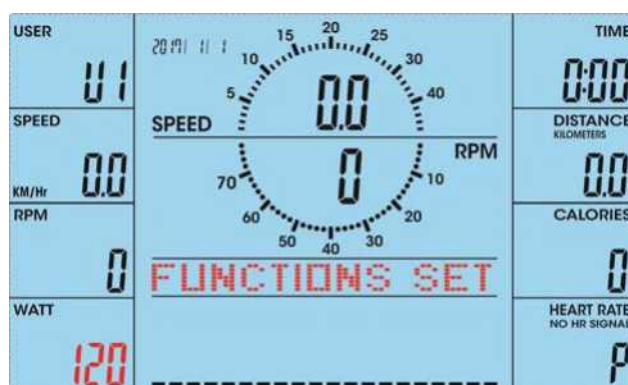
EIKONA 34

## WATT MODE

1. Αφού εισέλθετε στη λειτουργία WATT (EIKONA 35), η προκαθορισμένη τιμή watt 120 αναβοσβήνει στην οθόνη. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα UP ή DOWN μπορείτε να ορίσετε την τιμή στόχο από 10 έως 350 (EIKONA 36). Πατώντας το κουμπί START μπορείτε να ξεκινήσετε την προπόνηση.
2. Μπορείτε να προκαθορίσετε τα δεδομένα φόρτωσης (LOAD), Χρόνου (TIME) /Απόστασης (DISTANCE) /Θερμίδων (CALORIES) και Παλμών (PULSE) και στη συνέχεια να πατήσετε START για να ξεκινήσει η άσκηση (EIKONA 37).



EIKONA 35



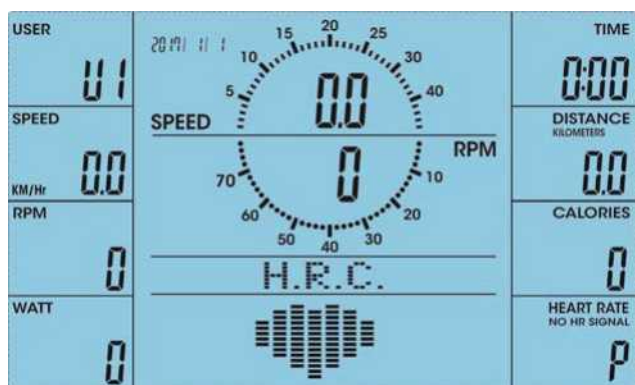
EIKONA 36



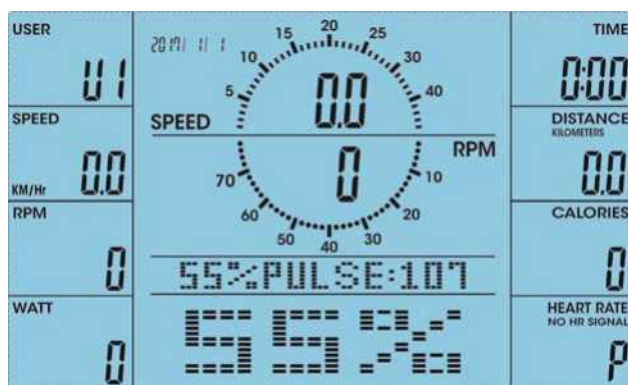
EIKONA 37

## ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΡΔΙΑΚΗΣ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ (Heart Rate Control Mode)

1. Αφού εισέλθετε στη λειτουργία ελέγχου καρδιακής συχνότητας(Heart Rate Control Mode) (ΕΙΚΟΝΑ 38), η οθόνη θα εμφανίσει το ποσοστό καρδιακών παλμών 55%, 75%, 90% και τον στόχο TARGET (ΕΙΚΟΝΑ 39~42). Μπορείτε να επιλέξετε το ποσοστό καρδιακών παλμών πατώντας τα πλήκτρα UP ή DOWN για να ξεκινήσετε την προπόνηση.
2. Μπορείτε να προκαθορίσετε τα δεδομένα χρόνου (TIME) και στη συνέχεια να πατήσετε START/STOP για να ξεκινήσει η άσκηση.
3. Μετά την έναρξη της προπόνησης, ο χρόνος (TIME) θα μετράει αντίστροφα. Όταν ο χρόνος (TIME) φτάσει στο 0, η οθόνη θα αρχίσει να αναβοσβήνει θα αρχίσει να χτυπάει προειδοποιητικός ήχος. Μπορείτε να πατήσετε οποιοδήποτε κουμπί για να σταματήσει να χτυπάει ο προειδοποιητικός ήχος. Εάν δεν υπάρχει είσοδος καρδιακού παλμού HR για 6 δευτερόλεπτα, η οθόνη LCD θα εμφανίσει την ένδειξη "PULSE INPUT" για υπενθύμιση μέχρι την είσοδο σήματος HR. (ΕΙΚΟΝΑ 43).



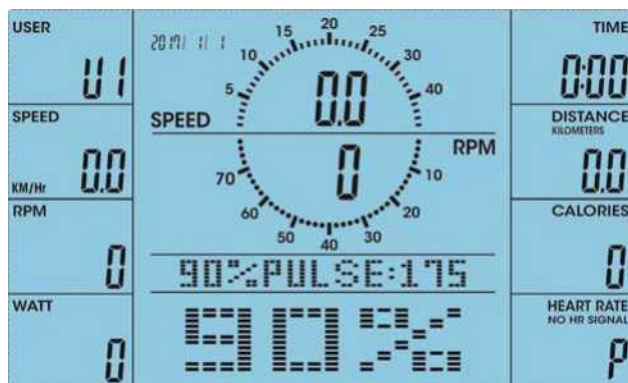
ΕΙΚΟΝΑ 38



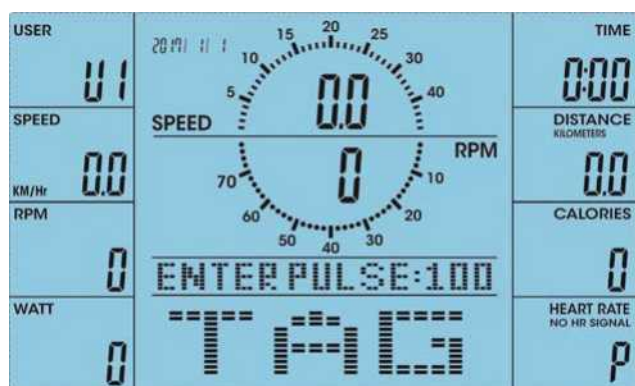
ΕΙΚΟΝΑ 39



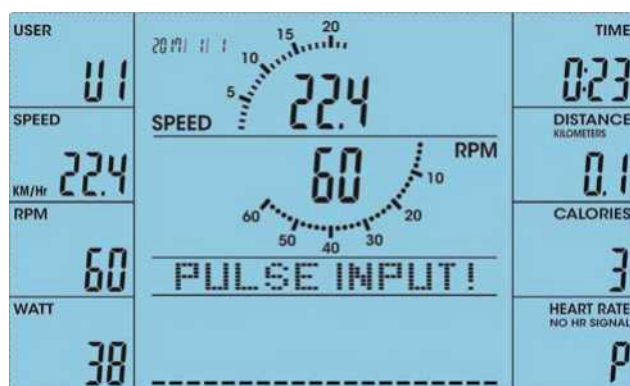
ΕΙΚΟΝΑ 40



ΕΙΚΟΝΑ 41



ΕΙΚΟΝΑ 42

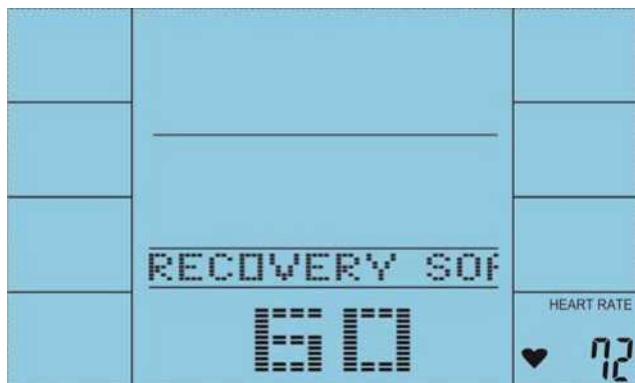


ΕΙΚΟΝΑ 43

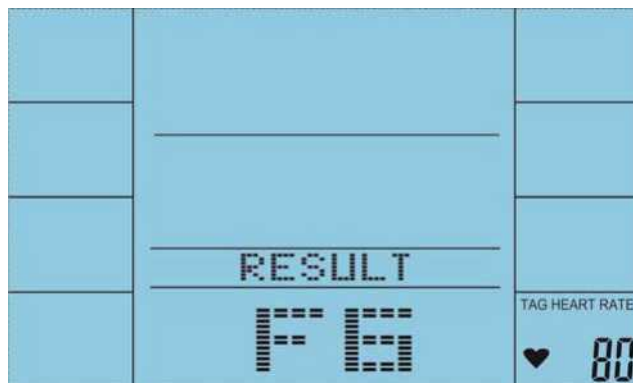
**ΠΡΟΣΟΧΗ!** Ο αισθητήρας καρδιακών παλμών, η μέτρηση σωματικού λίπους καθώς και ο μετρητής θερμίδων δεν είναι ιατρικές συσκευές. Διάφοροι παράγοντες μπορεί να επηρεάσουν την ακρίβεια των ενδείξεων. Προορίζονται μόνο ως βοηθήματα κατά την διάρκεια της άσκησης.

## ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ (Recovery)

Αφού ασκηθείτε για κάποιο χρονικό διάστημα, κρατήστε τις χειρολαβές και πατήστε το κουμπί «RECOVERY». Όλες οι εμφανίσεις λειτουργιών θα σταματήσουν εκτός από τον χρόνο «TIME» που θα αρχίζει να μετράει αντίστροφα από τις 00:60 έως τις 00:00 (EIKONA 44). Όταν η κονσόλα ανιχνεύσει σήμα παλμού, η οθόνη LCD θα εμφανίσει την ένδειξη "RECOVERY SCANNING". Ενώ αν δεν υπάρχει είσοδος παλμού, η οθόνη LCD θα υπενθυμίζει με την εμφάνιση "PULSE INPUT!" Η οθόνη θα εμφανίσει την κατάσταση αποκατάστασης του καρδιακού σας παλμού με τα F1, F2.... έως F6 (EIKONA 45). Η F1 είναι η καλύτερη, η F6 είναι η χειρότερη. Ο χρήστης μπορεί να συνεχίσει να ασκείται για να βελτιώσει την κατάσταση αποκατάστασης του καρδιακού ρυθμού. (Πατήστε ξανά το κουμπί RECOVERY για να επιστρέψετε στην κύρια οθόνη.)



EIKONA 44

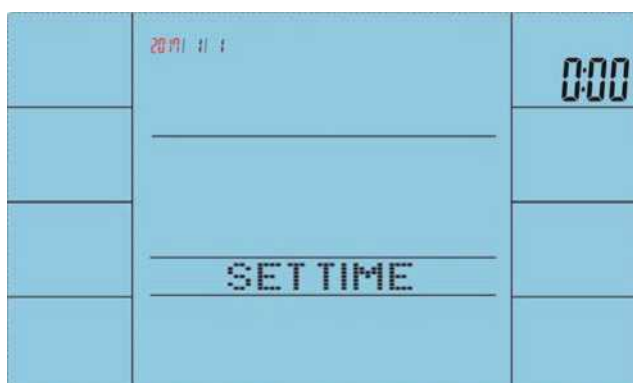


EIKONA 45

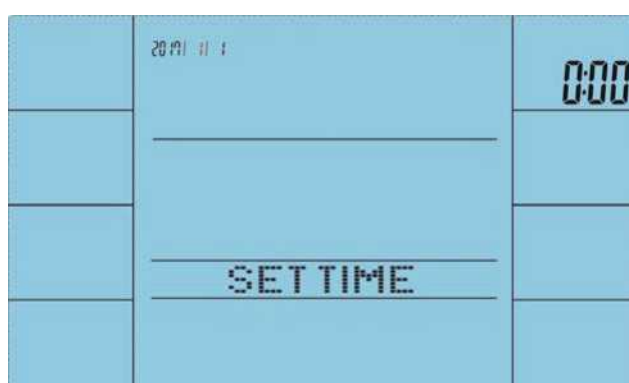
## Αποκτήστε πρόσβαση για έλεγχο ή διαγραφή αποθηκευμένων δεδομένων

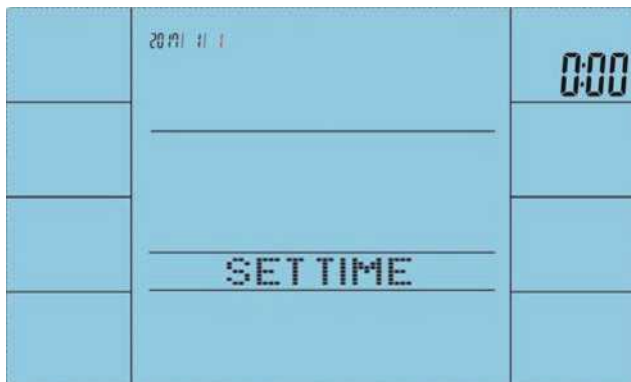
1. Μετά την ενεργοποίηση, πρέπει να ρυθμίσετε το Ημερολόγιο (Calender) και τα δεδομένα χρήστη U1~U4 (EIKONA 46~55). (Το ημερολόγιο πρέπει να ρυθμιστεί με ακρίβεια).
2. Πατήστε START/STOP κατά τη διάρκεια της προπόνησης και η οθόνη θα σταματήσει. Πατήστε το κουμπί SAVE.DELETE. Θα εμφανιστεί η ένδειξη SAVE FINISH (EIKONA 56) και τα δεδομένα προπόνησης έχουν αποθηκευτεί.
3. Εάν θέλετε να ελέγξετε τα δεδομένα, πρέπει να βρίσκεστε στη λειτουργία επιλογής του κύριου προγράμματος. Πατήστε το κουμπί RECORDED και πατήστε τα πλήκτρα UP ή DOWN για να ελέγξετε τα προηγούμενα αποθηκευμένα δεδομένα (EIKONA 57).
4. Στον έλεγχο εγγεγραμμένων δεδομένων, πατήστε το κουμπί SAVE. DELETE και πατήστε ENTER για να επιβεβαιώσετε τη διαγραφή της εγγραφής (EIKONA 58).
5. **Διαγραφή όλων των δεδομένων:** Κατά την ρύθμιση ημερολογίου (Calender) ή Έλεγχου εγγεγραμμένων δεδομένων, πατήστε το κουμπί SAVE. DELETE και κρατήστε το πατημένο για 6 δευτερόλεπτα. Θα εμφανιστεί η ένδειξη «DELETE ALL!!» διαγραφή όλων (EIKONA 59). Στη συνέχεια, πατήστε Enter για επιβεβαίωση, όλα τα δεδομένα θα διαγραφούν (EIKONA 60). Μετά από 15 δευτερόλεπτα, ο υπολογιστής θα επανεκκινηθεί και θα επιστρέψει το προεπιλεγμένο ημερολόγιο 20170101.

EIKONA 46

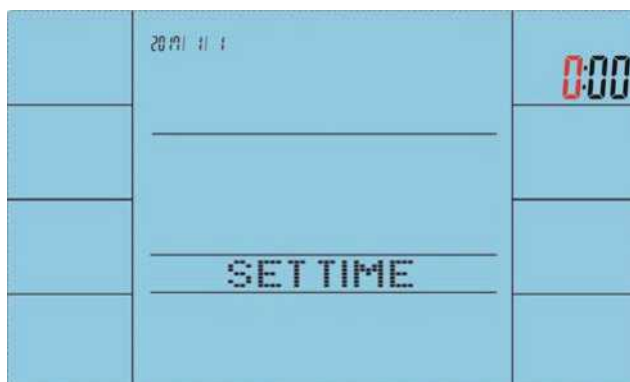


EIKONA 47





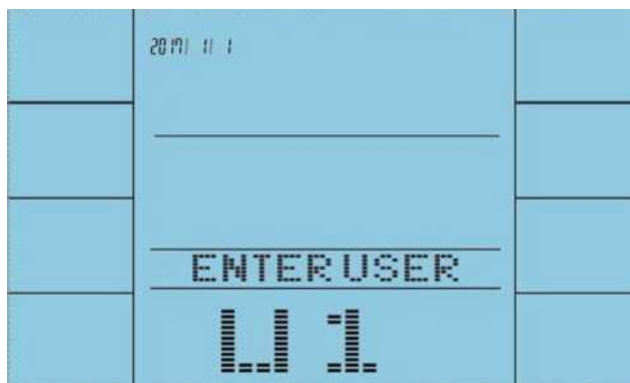
EIKONA 48



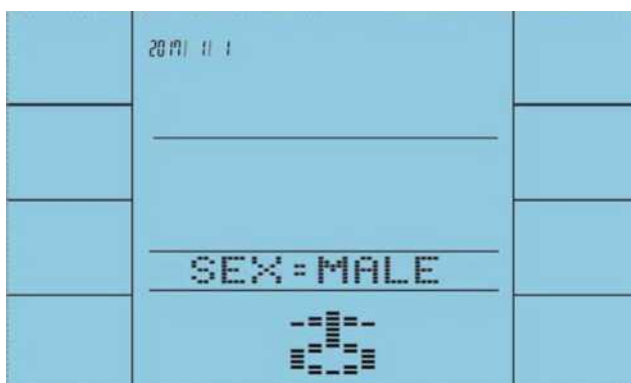
EIKONA 49



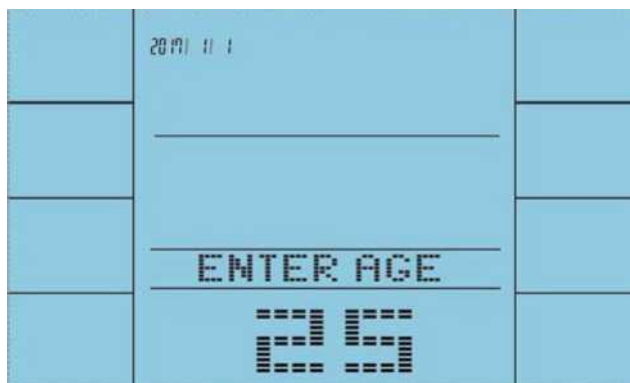
EIKONA 50



EIKONA 51



EIKONA 52



EIKONA 53



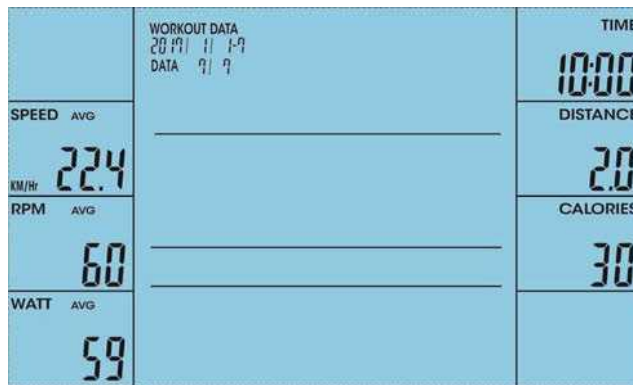
EIKONA 54



EIKONA 55



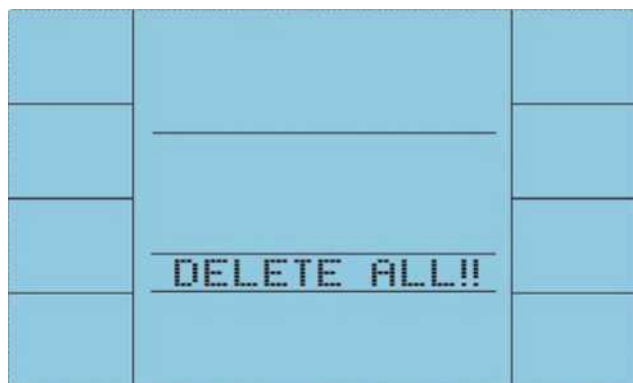
EIKONA 56



EIKONA 57



EIKONA 58



EIKONA 59

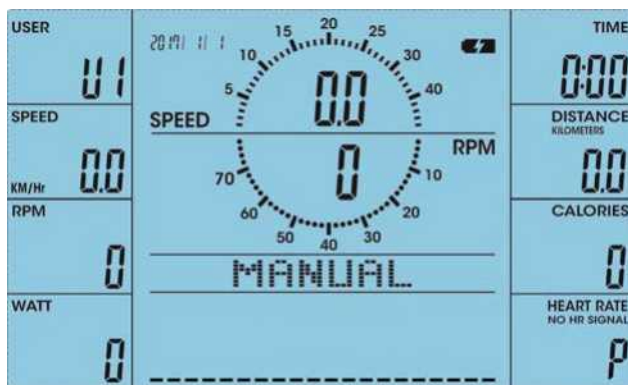


EIKONA 60

Σύνδεση Bluetooth και σχέδιο εικονιδίου φορτιστή USB (EIKONA 61 & EIKONA 62).



EIKONA 61



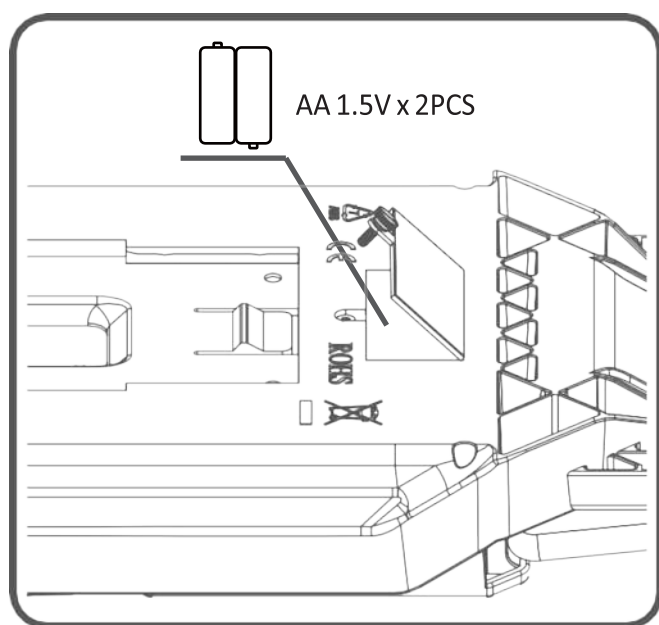
EIKONA 62

## ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ

Η μπαταρία τοποθετείται για να διατηρείται σε λειτουργία το ημερολόγιο. Εάν ο χρήστης θέλει να προσαρμόσει το ημερολόγιο, πρέπει να αφαιρέσει την μπαταρία και να τροφοδοτήσει ξανά την κονσόλα πριν επαναφέρει το ημερολόγιο (ΕΙΚΟΝΑ 63).



ΕΙΚΟΝΑ 63



1. Χαλαρώστε το κουμπί του καλύμματος της μπαταρίας.
2. Αφαιρέστε το κάλυμμα της μπαταρίας.
3. Τοποθετήστε την μπαταρία και τοποθετήστε το κάλυμμα της μπαταρίας και, στη συνέχεια, σφίξτε το **κουμπί**. ?

### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

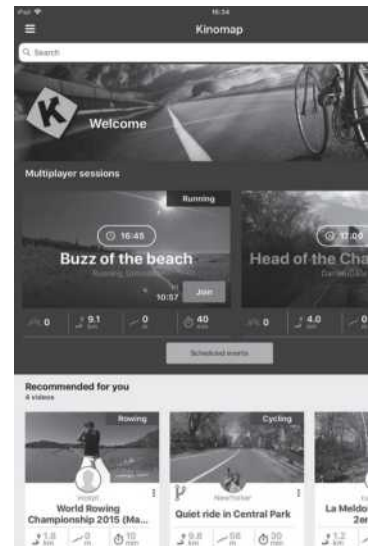
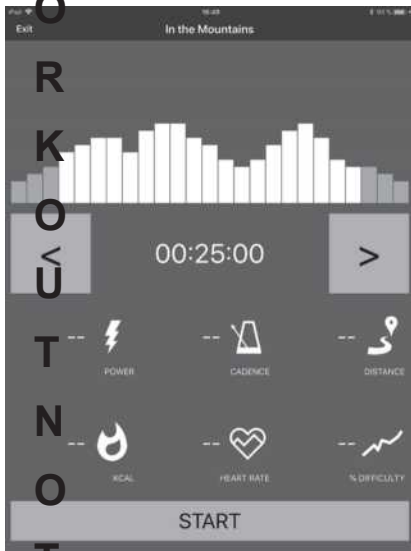
1. Όταν ο χρήστης σταματήσει να κάνει πετάλι για 4 λεπτά, η κονσόλα θα μπει σε λειτουργία εξοικονόμησης ενέργειας και όλα τα δεδομένα ρυθμίσεων και άσκησης θα αποθηκευτούν μέχρι ο χρήστης να ξεκινήσει ξανά την άσκηση.
2. Όταν το καντράν δεν λειτουργεί φυσιολογικά, αποσυνδέστε τον αντάπτορα και συνδέστε ξανά.



# ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ ΚΙΝΗΣΗΣ

Αυτή η κονσόλα είναι εξοπλισμένη με διεπαφή bluetooth. Λάβετε υπόψη ότι η κινητή συσκευή σας πρέπει να είναι συμβατή με τη διεπαφή bluetooth (bluetooth 4.0). Για να χρησιμοποιήσετε εφαρμογές προπόνησης θα πρέπει να ενεργοποιήσετε τη λειτουργία bluetooth στην κινητή συσκευή σας (tablet ή smart phone) και να ξεκινήσετε την εφαρμογή fitnsee. Επιλέξτε τον εξοπλισμό γυμναστικής σας. Ακολουθήστε τις οδηγίες που δίνονται στην εφαρμογή. Θα βρείτε το όνομα του γιur fitness euairment σε ένα μικρό αυτοκόλλητο στο πίσω μέρος της κονσόλας. Θα βρείτε τις εφαρμογές γυμναστικής στα καταστήματα εφαρμογών της Google ή της Apple. Εκεί θα βρείτε τις εφαρμογές "Kinomap" ή "Zwift". Λάβετε υπόψη ότι αυτές οι εφαρμογές παράγονται από εξωτερικό κατασκευαστή.

M  
T  
H  
E  
Z  
W  
O  
R  
K  
O  
U  
T  
T  
N  
O  
T



Παράδειγμα: Kinomap

Ενός η κονσόλα συνδέεται με επιτυχία με την έξυπνη συσκευή μέσω Bluetooth, η οθόνη της κονσόλας θα γίνει όπως στις Εικ. 64.

E



ΕΙΚΟΝΑ 64

### **Η ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΑΥΕΙ ΝΑ ΙΣΧΥΕΙ ΕΑΝ:**

Το μηχάνημα τοποθετηθεί σε εξωτερικό χώρο ή εκτεθεί σε ήλιο και σκόνη. (Η σκόνη και τα χνούδια που εισέρχονται στα εσωτερικά μηχανικά μέρη του μηχανήματος προκαλούν σοβαρές βλάβες.) Διατηρείτε καθαρό το μηχάνημα 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.**

**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 κάποιας ανεπιθύμητης βλάβης.

## ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

- Ο χρόνος της εγγύησης είναι: 1 χρόνος για τα μηχανικά, ηλεκτρικά/ηλεκτρονικά μέρη και 2 ρόνια για το μεταλλικό σκελετό.
- Η X-TREME STORES A.E. αναλαμβάνει να επισκευάσει το μηχανήμα 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 μηχανήμα χρησιμοποιείται για οποιαδήποτε άλλη χρήση εκτός από οικιακή (γυμναστήρια, σύλλογοι, ινστιτούτα, ξενοδοχεία, studio κ.α.).
- Όταν η βλάβη είναι αποτέλεσμα κακής χρήσης, μετατροπών, κακής σύνδεσης, κακής συντήρησης.
- 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 τα πλευρικά πατήματα και τα προστατευτικά-μαξιλάρια θεωρούνται αναλώσιμα και καλύπτονται από εγγύηση 6 μηνών.
- Όταν το μηχανήμα ανοιχτεί ή επισκευαστεί από τρίτους.
- Όταν η βλάβη προέρχεται από αμέλεια του αγοραστή & δεν έχουν ακολουθηθεί οι υποδείξεις των οδηγιών χρήσης.
- Όταν το μηχανήμα 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 μηχανήμα!).
- 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.

# 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)**