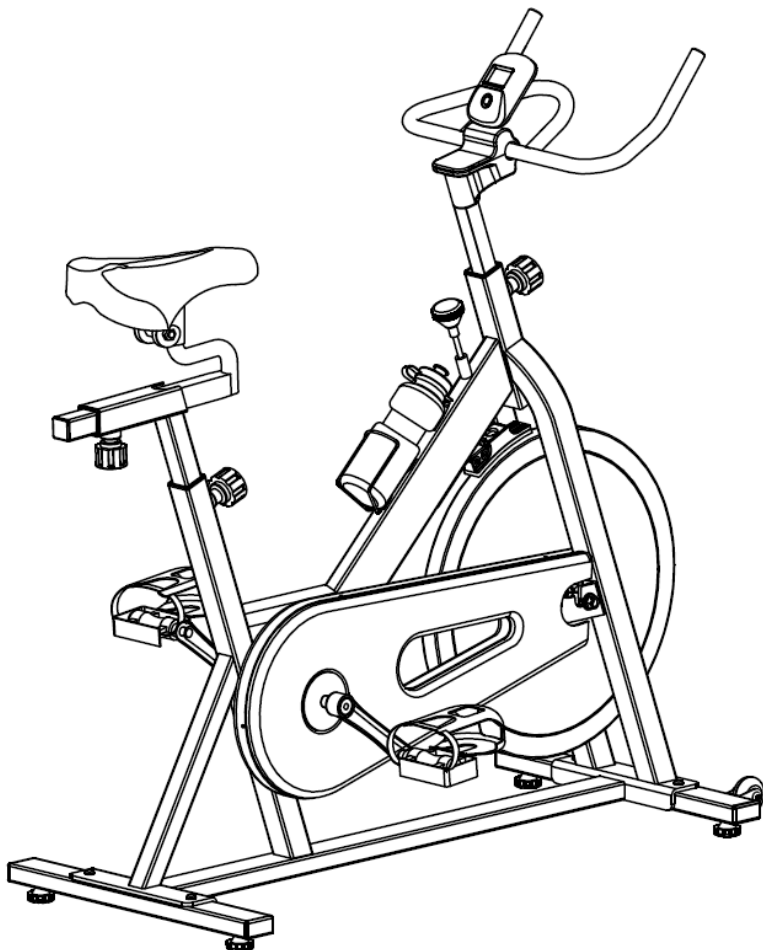


Ποδήλατο Speeding

XFIT MOUNTAIN

Εγχειρίδιο Χρήσης



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

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΕΣ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Διαβάστε τις παρακάτω προφυλάξεις πριν συναρμολογήσετε και λειτουργήσετε το μηχάνημα.

1. Αφού συναρμολογηθεί πλήρως, ελέγξτε ότι όλα τα εξαρτήματα, όπως μπουλόνια, παξιμάδια και ροδέλες, είναι τοποθετημένα και στερεωμένα καλά.
2. Ελέγχετε τακτικά το προστατευτικό της αλυσίδας ασφαλείας που προστατεύει τα κινούμενα μέρη του μηχανήματος να είναι ασφαλισμένο και σε καλή κατάσταση.
3. Ελέγχετε πάντα τη θέση και την ρύθμιση του καθίσματος, τα πεντάλ και τις χειρολαβές να είναι πλήρως ασφαλισμένα πριν ανεβείτε στο ποδήλατο.
4. Συνιστάται να λιπαίνετε όλα τα κινούμενα μέρη ετησίως.
5. Μη φοράτε φαρδιά ρούχα για να αποφύγετε την εμπλοκή στα κινούμενα μέρη.
6. Μην αφαιρείτε τα πόδια από το πεντάλ ενώ βρίσκονται σε κίνηση.
7. Να φοράτε πάντα παπούτσια όταν χρησιμοποιείτε το μηχάνημα.
8. Σκουπίστε το ποδήλατο μετά από κάθε χρήση για να αφαιρέσετε τον ιδρώτα και την υγρασία. Σκουπίστε το μηχάνημα με ένα υγρό πανί, νερό και ήπιο σαπούνι. Μην χρησιμοποιείτε σκληρό καθαριστικό διάλυμα με βάση το πετρέλαιο για να καθαρίσετε το μηχάνημα, για να μην καταστραφεί το φινίρισμα.
9. Κρατήστε τα παιδιά μακριά από το ποδήλατο κατά την χρήση. Μην αφήνετε τα παιδιά να χρησιμοποιούν το ποδήλατο. Αυτό το ποδήλατο έχει σχεδιαστεί για ενήλικες και όχι για παιδιά.
10. Μην κατεβείτε από το ποδήλατο μέχρι τα πεντάλ να έχουν σταματήσει εντελώς.
11. Σταματήστε την άσκηση αμέσως σε περίπτωση που αισθανθείτε ναυτία, δύσπνοια, λιποθυμία, πονοκέφαλο, πόνο, σφίξιμο στο στήθος σας ή οποιαδήποτε ενόχληση.
12. Μην τοποθετείτε δάχτυλα ή άλλα αντικείμενα στα κινούμενα μέρη του ποδηλάτου.
13. Πριν από οποιαδήποτε άσκηση, συμβουλευτείτε πρώτα τον γιατρό σας για να καθορίσετε τη συχνότητα, το χρόνο και την ένταση της άσκησης που είναι κατάλληλα για την ηλικία και την φυσική σας κατάσταση.
14. Μετά την άσκηση, παρακαλούμε τραβήξτε προς τα κάτω τον μοχλό ρύθμισης αντίστασης για να αυξήσετε την αντίσταση, έτσι ώστε τα πεντάλ να μην περιστρέφονται ελεύθερα και πιθανώς να τραυματίσουν κάποιον.

ΛΙΣΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

| No. | Περιγραφή | Τεμ | No. | Περιγραφή | Τεμ |
|-------|---------------------------|-----|--------|------------------------|-----|
| 1 | Κεντρικό Πλαίσιο | 1 | 18 | Εξαγωνικό Παξιμάδι M10 | 4 |
| 2 | Μπροστινός Σταθεροποιητής | 1 | 19 | Βίδα Phillips | 2 |
| 3 | Πίσω Σταθεροποιητής | 1 | 20 | Βάση μπουκαλιού | 4 |
| 4 | Χειρολαβή | 1 | 21 | Αφρώδης Λαβή | 2 |
| 5 | Σωλήνας Καθίσματος | 1 | 22 | Καπάκι | 2 |
| 6 | Ρυθμιστικό καθίσματος | 1 | 23 | Μπουλόνι 'Allen' | 4 |
| 7 | Σέλα | 1 | 24 | Ροδέλα | 4 |
| 8 | Μοχλός | 3 | 25 A/B | Κάλυμμα Χειρολαβής | 1pr |
| 9L/R | Πεντάλ | 1pr | 26 | Βάση Χειρολαβής | 1 |
| 10L/R | Μανιβέλα | 1pr | 27 | Βίδα 'Phillips' | 4 |
| 11 | Πόδια Ρύθμισης | 4 | 28 | Μπουλόνι 'Allen' | 2 |
| 12 | Τετράγωνο Καπάκι | 4 | 29 | Ράουλο | 2 |
| 13 | Επίπεδη Ροδέλα | 10 | 30 | Παξιμάδι 'Nylon' | 2 |
| 14 | Μπουλόνι 'Allen' | 4 | 31 | Καντράν | |
| 15 | Πλαστικός Αποστάτης | 3 | 32 | Βίδα 'Phillips' | 2 |
| 16 | Τετράγωνο Καπάκι | 1 | 33 | Επίπεδη Ροδέλα | 2 |
| 17 | Καλώδιο Αισθητήρα | 1 | 34 | Μπουκάλι | 1 |

Η ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΑΥΕΙ ΝΑ ΙΣΧΥΕΙ ΕΑΝ:

Το μηχάνημα τοποθετηθεί σε εξωτερικό χώρο ή εκτεθεί σε ήλιο, σκόνη ή υγρασία

ΟΛΑ ΤΑ ΥΛΙΚΑ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΕΙΝΑΙ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΜΕΝΑ ΣΤΟ ΠΟΔΗΛΑΤΟ

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Τα περισσότερα από τα υλικά συναρμολόγησης έχουν συσκευαστεί χωριστά, αλλά μερικά από αυτά έχουν προεγκατασταθεί στα προσδιορισμένα εξαρτήματα συναρμολόγησης. Σε αυτές τις περιπτώσεις, απλά αφαιρέστε και επανεγκαταστήστε τα υλικά συναρμολόγησης σύμφωνα με τις οδηγίες συναρμολόγησης. Παρακαλούμε ανατρέξτε στα επιμέρους βήματα συναρμολόγησης και σημειώστε όλα τα προ-εγκατεστημένα υλικά. Πριν από τη συναρμολόγηση του προϊόντος, βγάλτε όλα τα εξαρτήματα από τη συσκευασία και βεβαιωθείτε ότι παρέχονται όλα όσα αναφέρονται. Αφού βεβαιωθείτε, ξεκινήστε με το πρώτο βήμα συναρμολόγησης.

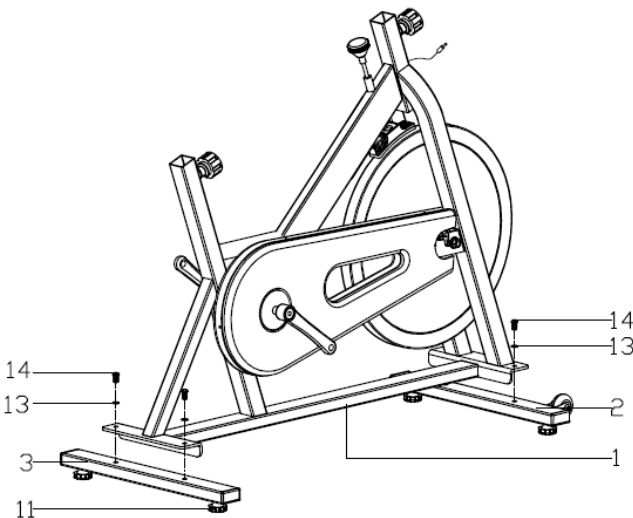
ΠΡΟΣΟΧΗ! Η εταιρία δεν φέρει καμία ευθύνη για πρόκληση βλάβης που οφείλεται σε κακή χρήση του προϊόντος και μη τήρηση των οδηγιών χρήσης.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Σημείωση: Η συναρμολόγηση απαιτεί 2 άτομα.

Βήμα Α:

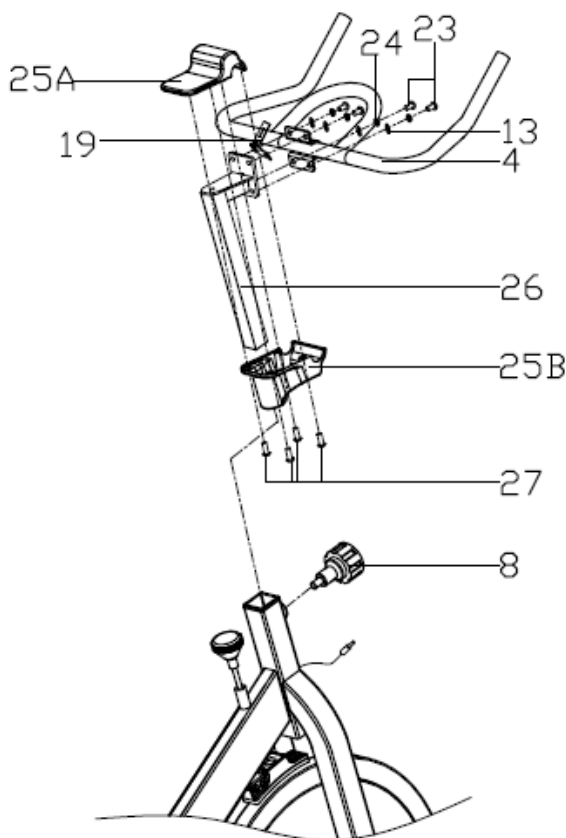
Τοποθετήστε τον Μπροστινό Σταθεροποιητή (2) και τον Πίσω Σταθεροποιητή (3) στο Κεντρικό Πλαίσιο (1) με τα Μπουλόνια (14) και τις επίπεδες Ροδέλες (13). **Σημείωση:** Τα Πόδια Ρύθμισης (11) κάτω από τους Σταθεροποιητές μπορούν να ρυθμιστούν για να διατηρούν το ποδήλατο σταθερό.



Βήμα Β:

Συνδέστε την Χειρολαβή (4) στην Βάση Χειρολαβής (26), ασφαλίστε με τα Μπουλόνια 'Allen' (23), τις Επίπεδες Ροδέλες (24), την Βάση καντράν και τις επίπεδες Ροδέλες (13).

Εισάγετε το Κάτω Κάλυμμα (25B) στην Βάση Χειρολαβής (26), χρησιμοποιώντας τη Βίδα Phillips (27) για να εφαρμόσετε το Πάνω Κάλυμμα (25A) ανάμεσα στην Χειρολαβή (4) και στην Βάση Χειρολαβής (26). Περιστρέψτε και χαλαρώστε τον Μοχλό (8), τραβήξτε τον πείρο, και ταυτόχρονα εισάγετε την Χειρολαβή στο Κεντρικό Πλαίσιο. Βεβαιωθείτε ότι ο πείρος κούμπωσε στην επιθυμητή οπή και ασφαλίστε τον Μοχλό.

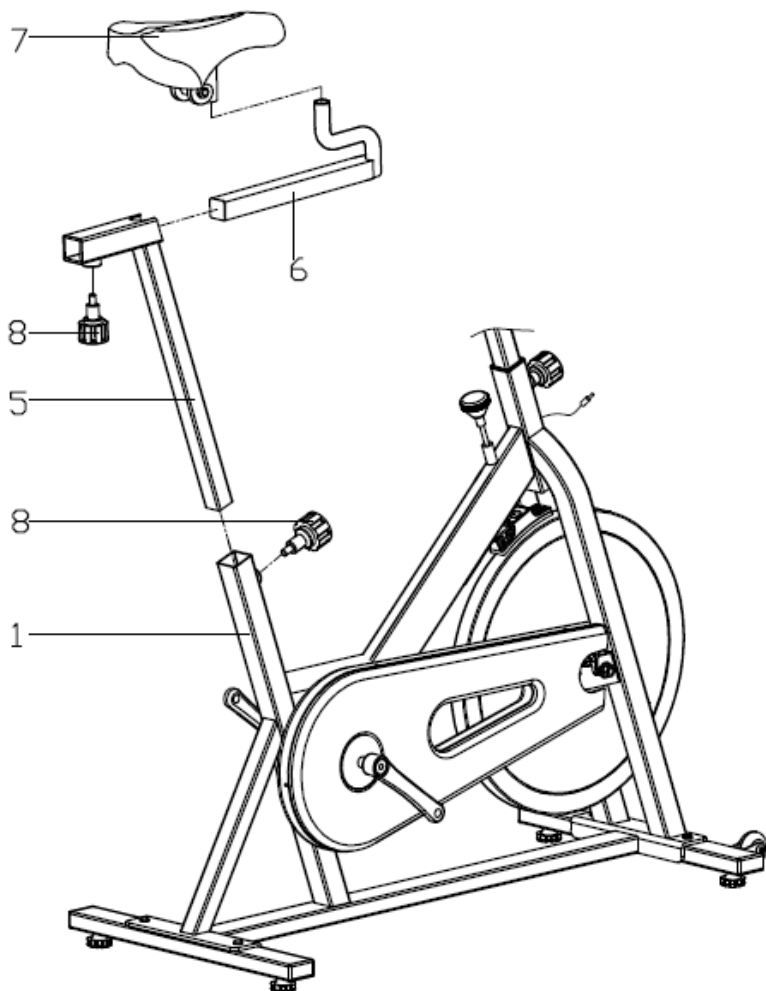


Βήμα Γ:

Στερεώστε σφιχτά τη σέλα (7), στο ρυθμιστικό καθίσματος (6) με Γαλλικό κλειδί.

Προσαρμόστε το ρυθμιστικό καθίσματος (6) στην επιθυμητή θέση και, στη συνέχεια, ασφαλίστε το στη θέση καθίσματος (5) με τον μοχλό (8). Εισαγάγετε τη θέση του καθίσματος (5) στο κεντρικό πλαίσιο (1) στο κατάλληλο ύψος για εσάς και στη συνέχεια σφίξτε με το μοχλό (8).

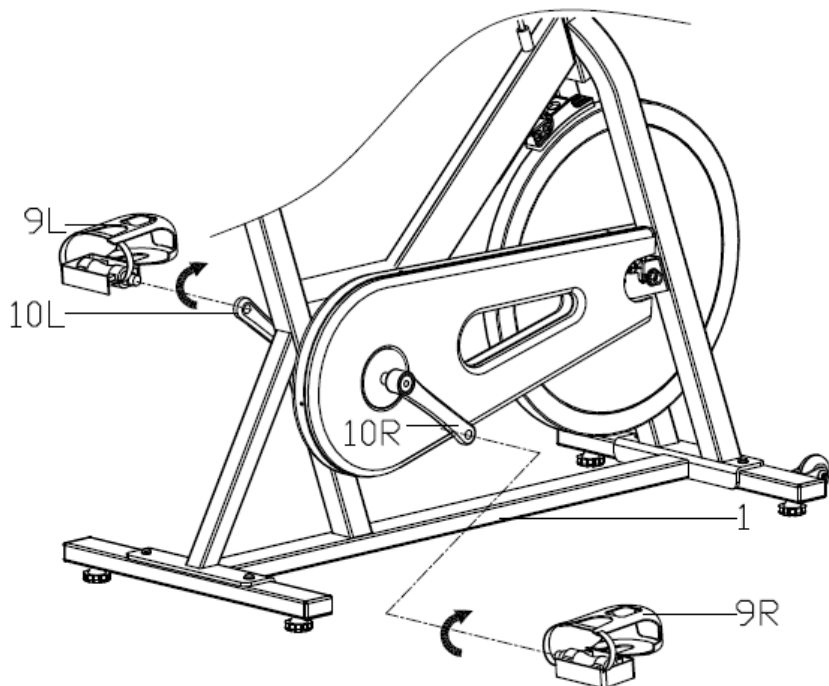
Σημείωση: Η θέση της σέλας είναι οριζόντια & κάθετα ρυθμιζόμενη και με τους δύο Μοχλούς (8).



Βήμα Δ:

Συνδέστε τα Πεντάλ (9L/R) στις Μανιβέλες (10L/R) αντίστοιχα, από την θέση του αναβάτη.

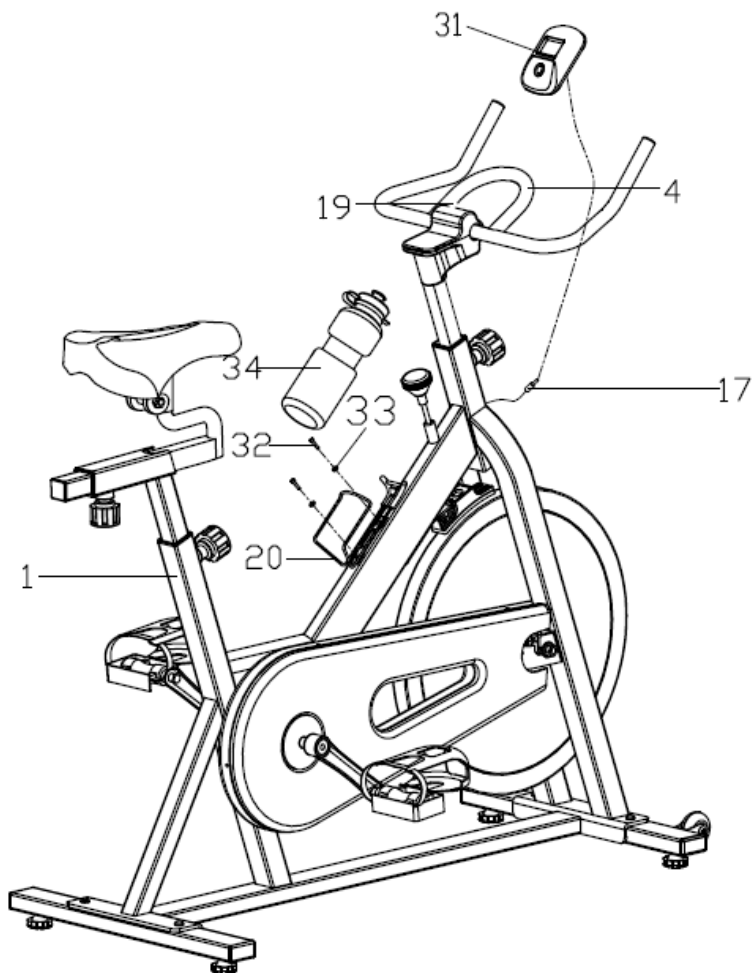
Σημείωση: Και τα δύο Πεντάλ φέρουν την ένδειξη 'L' → (LEFT) για το αριστερό and 'R' → (RIGHT) για το Δεξί. Περιστρέψτε το αριστερό πεντάλ ΑΡΙΣΤΕΡΟΣΤΡΟΦΑ και το δεξί πεντάλ ΔΕΞΙΟΣΤΡΟΦΑ. Πριν ξεκινήσετε την άσκηση, τα πεντάλ θα πρέπει να είναι σφιγμένα και ασφαλισμένα σωστά για αποφυγή τυχόν ζημιάς.



Βήμα Ε:

Εισάγετε το καλώδιο του αισθητήρα (17) στο καντράν (31) και στην συνέχεια τοποθετήστε το καντράν (31) στη βάση καντράν.

Συνδέστε τη θήκη για μπουκάλι νερού (20) στο κεντρικό πλαίσιο (1) με τις βίδες (32) και την επίπεδη ροδέλα (33) και στη συνέχεια τοποθετήστε το μπουκάλι νερού (34).



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.

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Σταθεροποιήστε το Ποδήλατο

Αυτό το ποδήλατο μπορεί να ρυθμιστεί για να αντισταθμιστεί σε άνισες επιφάνειες. Για να ισοσταθμίσετε το ποδήλατο, παρακαλούμε ανεβάστε ή κατεβάστε τα πόδια ρύθμισης που βρίσκονται στο κάτω μέρος του Μπροστινού και Πίσω Σταθεροποιητή. (εικ.1)



Fig.1

Ρύθμιση Αντίστασης

Η αντίσταση άσκησης ελέγχεται από τον Μοχλό ρύθμισης αντίστασης (εικ.2). Για να αυξήσετε την ένταση, περιστρέψτε τον Μοχλό έντασης δεξιόστροφα (+). Για να μειώσετε την ένταση, περιστρέψτε τον Μοχλό ελέγχου έντασης αριστερόστροφα (-). Η ρύθμιση αντίστασης μπορεί να αλλάξει οποιαδήποτε στιγμή. Το ποδήλατο είναι επίσης εξοπλισμένο με φρένο έκτακτης ανάγκης, όπου απλώς τραβώντας πάνω τον ρυθμιστή, μπορείτε να σταματήσετε την μετάδοση άμεσα. (εικ.2)



Fig.2

Ρύθμιση Καθίσματος

Το κατάλληλο ύψος καθίσματος σας βοηθάει να αναβαθμίσετε την εκγύμνασή σας αποτελεσματικά & να μειώσετε τον κίνδυνο τραυματισμού, και θα σας κάνει να νιώσετε άνετα. Ρυθμίζοντας το κάθισμα μπρος ή πίσω σας βοηθάει να δουλέψετε διαφορετικές ομάδες μυών του κάτω τμήματος του σώματος.

1. Τοποθετήστε ένα πεντάλ στην πάνω θέση. Βάλτε το πόδι σας στην βάση ποδιών, και ανεβείτε στο ποδήλατο.
2. Εάν το πόδι σας είναι πολύ λυγισμένο, θα πρέπει να ανεβάσετε λίγο την σέλα. Εάν το πόδι σας δεν μπορεί να φτάσει το πετάλι και είναι πολύ τεντωμένο, θα πρέπει να κατεβάσετε το κάθισμα πιο κάτω.
3. Κατεβείτε από το ποδήλατο. Χαλαρώστε και τραβήξτε τον Μοχλό ρύθμισης (εικ.3), κατόπιν ανεβάστε ή κατεβάστε την βάση καθίσματος στην επιθυμητή θέση. Βεβαιωθείτε ότι ο μοχλός έχει εφαρμόσει στην κατάλληλη τρύπα και έχει ασφαλίσει πλήρως.
4. Χαλαρώστε και τραβήξτε τον Μοχλό ρύθμισης (εικ.4), και μετά σύρετε τον ρυθμιστή καθίσματος πίσω ή μπρος στην επιθυμητή θέση. Όταν το συρόμενο κάθισμα είναι στην επιθυμητή θέση, ασφαλίστε τον Μοχλό.



Fig.3



Fig.4

Ρύθμιση Χειρολαβής

Χαλαρώστε και τραβήξτε τον μοχλό (**εικ.5**), κατόπιν σηκώστε ή χαμηλώστε την χειρολαβή στην επιθυμητή θέση για μία πιο αποτελεσματική και άνετη θέση εκγύμνασης. Βεβαιωθείτε ο μοχλός να εφαρμόσει στην κατάλληλη οπή και κατόπιν να ασφαλίσει πλήρως.



Ρύθμιση Ιμάντα Πεντάλ

Τοποθετήστε το μπροστινό μέρος του ποδιού στον ιμάντα πεντάλ έως ότου το μπροστινό τμήμα του παπουτσιού να εφαρμόσει μέσα. Περιστρέψτε λίγο το πόδι σας και τραβήξτε προς τα πάνω την ζώνη ώστε το παπούτσι να εφαρμόσει βολικά και με ασφάλεια. Επαναλάβετε για το άλλο πόδι.



Άσκηση

Όταν καθίσετε αναπαυτικά, ξεκινήστε να κάνετε πετάλι αργά, με τα δυο σας χέρια στις χειρολαβές. Όταν αισθανθείτε ασφάλεια, μπορείτε να αλλάξετε θέση καθίσματος, χεριών και επίπεδα αντίστασης για να προσθέσετε ποικιλία και ευχαρίστηση κατά την διάρκεια εκγύμνασής σας.

Πως να κατέβετε από το Ποδήλατο

Αυξήστε την αντίσταση περιστρέφοντας τον μοχλό ελέγχου έντασης δεξιόστροφα έως ότου σταματήσει ο τροχός κίνησης ή κάντε πετάλι όλο και πιο αργά έως ότου σταματήσετε πλήρως.

Προειδοποίηση!

Μην κατεβείτε από το ποδήλατο ή βγάλετε τα πόδια σας από τα πεντάλ έως ότου έχουν σταματήσει πλήρως.



Μετακίνηση Ποδηλάτου

Προσεκτικά ανασηκώστε τον πίσω σταθεροποιητή για να μετακινήσετε το ποδήλατο σε άλλη τοποθεσία (**εικ.7**). Παρακαλούμε μετακινήστε με πολύ προσοχή το ποδήλατο καθώς οποιαδήποτε πρόσκρουση μπορεί να επηρεάσει την λειτουργία του μηχανήματος.

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 σκουπίσμα του μηχανήματος μετά από κάθε χρήση για αποφυγή κάποιας ανεπιθύμητης βλάβης.



ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

- Ο χρόνος της εγγύησης είναι: 2 χρόνια για τα μηχανικά, 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 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 ελλιπής λίπανση, φθορές κατά την μετακίνηση του μηχανήματος.
- 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.
- Όταν έχει προκληθεί βλάβη σε ηλεκτρονικά εξαρτήματα (κονσόλα) από έντονη επιδρωση ή άλλη υγρή ουσία η οποία έχει έρθει σε επαφή ή έχει εισχωρήσει στο εσωτερικό τους.

ΤΗΛ.: 210 66 20 921 -2 – FAX: 210 66 20 923 - e-mail: service@xtr.gr



TERMS OF WARRANTY

- Warranty period is 2 years for mechanical, 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 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.
- 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.
- When electronic components (console) are damaged by intense sweating or other liquid that has come into contact with or penetrated inside them.

Tel.: 210 66 20 921 -2 – **Fax:** 210 66 20 923 –**e-mail:** service@xtr.gr

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 • [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