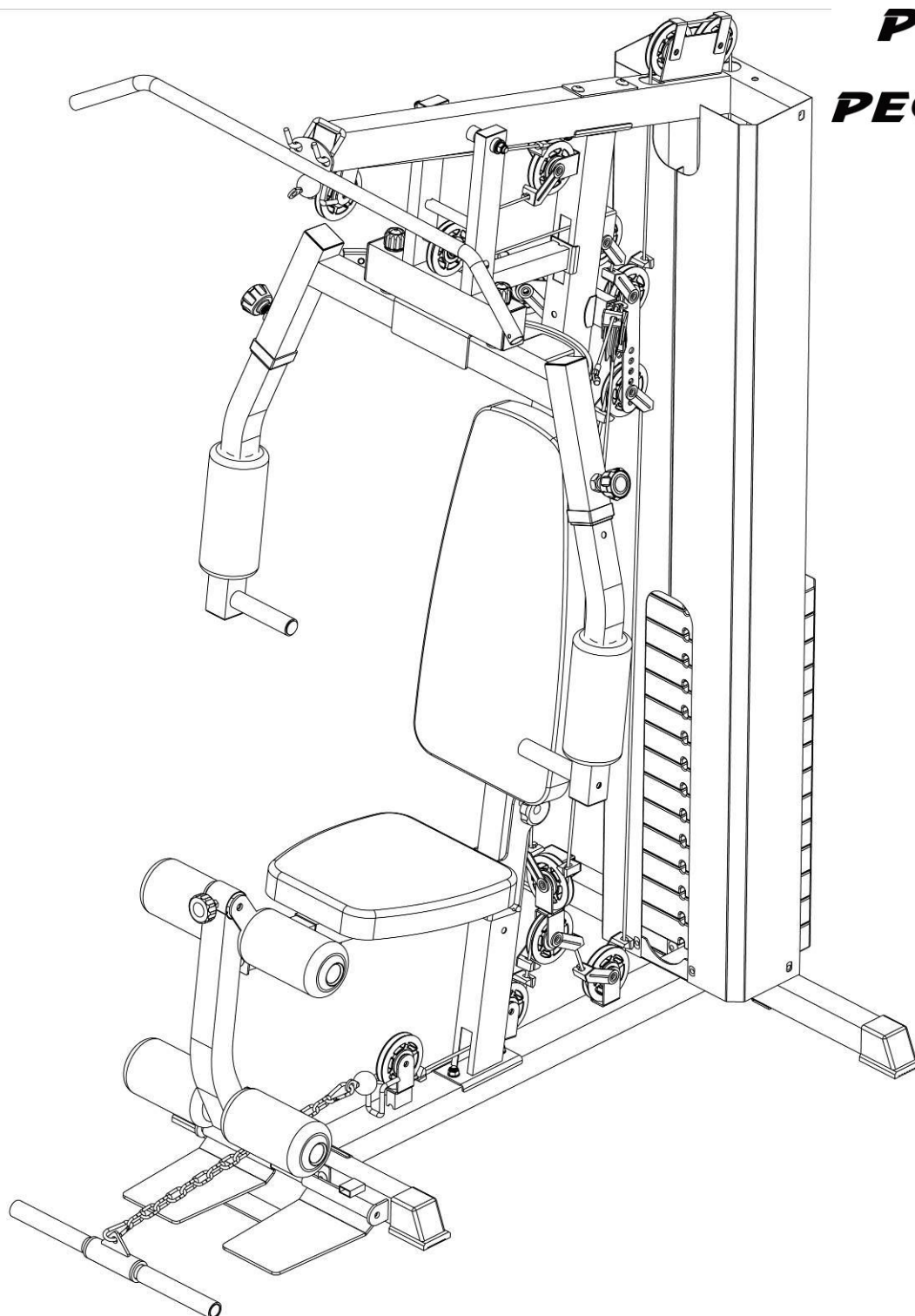


Pegasus JX-DS915 Πολυόργανο

Εγχειρίδιο Χρήσης – Φυλάξτε το για μελλοντική αναφορά

JX-DS915



PEGASUS

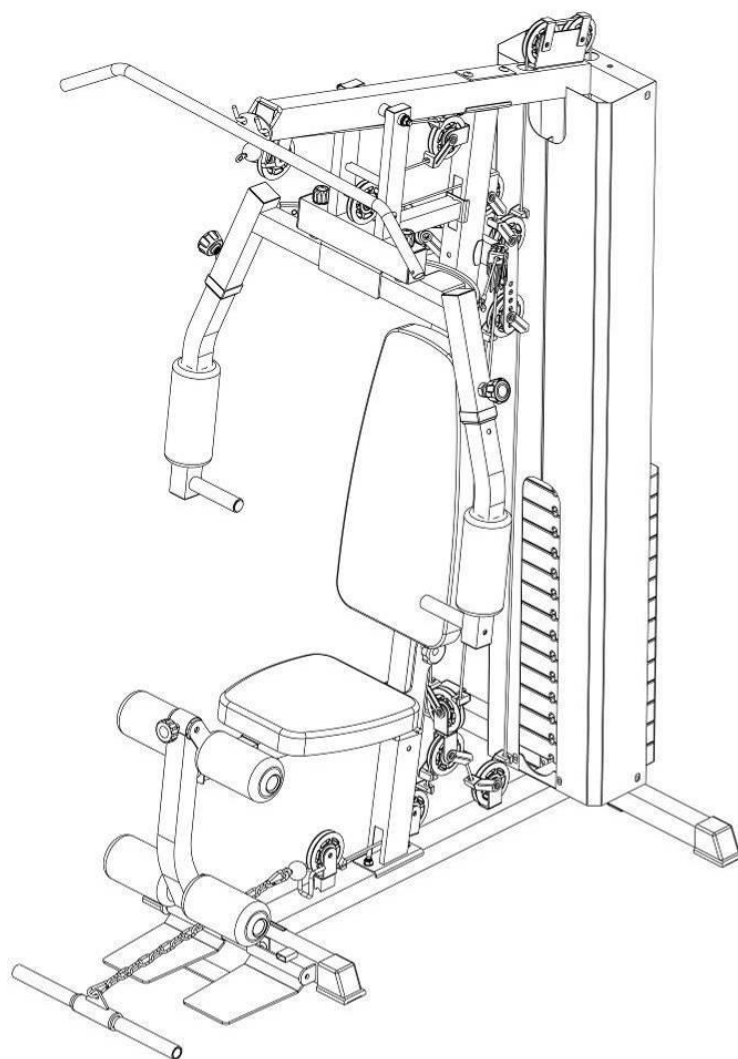
PEGASUS DYNAMIC

Σημαντικό – Παρακαλούμε διαβάστε αυτές τις οδηγίες πριν τη χρήση!

Αυτές οι οδηγίες περιέχουν σημαντικές πληροφορίες, που θα σας βοηθήσουν να πάρετε τα μέγιστα από τον εξοπλισμό σας, καθώς και να τον συναρμολογήσετε σωστά.

Περιεχόμενα

Οδηγίες Ασφαλείας	2
Κομμάτια του μηχανήματος	3-5
Κομμάτια για τη συναρμολόγηση	6-7
Οδηγίες Συναρμολόγησης	8-24
Διάγραμμα Αντίστασης	25
Οδηγός Ασκήσεων	26-28
Πληροφορίες Άσκησης	29-32
Πριν ξεκινήσετε	29
Διάγραμμα μυών	30
Ασκήσεις προθέρμανσης και αποθεραπείας	31-32
Φροντίδα και Συντήρηση	33
Χώρος Προπόνησης	34
Αναλυτικό Διάγραμμα	35-37
Εγγύηση	38





Οδηγίες Ασφαλείας

Σημαντικό – Διαβάστε προσεκτικά πριν τη συναρμολόγηση ή χρήση

Για να μειώσετε τον κίνδυνο τραυματισμού, διαβάστε ολόκληρο το εγχειρίδιο πριν τη συναρμολόγηση ή χρήση του εξοπλισμού. Συγκεκριμένα σημειώστε τα ακόλουθα.

Συναρμολόγηση

- Βεβαιωθείτε πως έχετε όλα τα απαιτούμενα κομμάτια και εργαλεία. Σημειώστε πως για χάρη ευκολίας συναρμολόγησης, ορισμένα κομμάτια είναι προ-συναρμολογημένα.
- Κρατήστε παιδιά και κατοικίδια μακριά από το χώρο άσκησης. Τα μικροαντικείμενα ίσως αποβούν επικίνδυνα αν το παιδί τα καταπιεί..
- Πριν ξεκινήσετε, βεβαιωθείτε πως έχετε αρκετό χώρο για να απλώσετε τα κομμάτια.
- Συναρμολογήστε όσο το δυνατόν πιο κοντά στο χώρο τοποθέτησης (στο ίδιο δωμάτιο αν γίνεται).
- Το προϊόν πρέπει να τοποθετηθεί σε μία σταθερή και επίπεδη επιφάνεια.
- Απορρίψτε τη συσκευασία προσεκτικά και υπεύθυνα.

Χρήση

- Μην επιτρέπετε παιδιά κοντά στον εξοπλισμό χωρίς επίβλεψη.
- Λανθασμένη ή υπερβολική προπόνηση, μπορεί να είναι επιβλαβής για την υγεία σας.
- Αν οποιαδήποτε εξαρτήματα προσαρμογής αφεθούν να προεξέχουν, μπορεί να επηρεάσουν αρνητικά την κίνησή σας.
- Είναι ευθύνη του ιδιοκτήτη να διασφαλίσει πως όλοι οι χρήστες του προϊόντος είναι σωστά ενημερωμένοι σχετικά με την ασφαλή χρήση.
- Αυτό το προϊόν προορίζεται **μόνο για οικιακή χρήση**. Μην το χρησιμοποιείτε σε επαγγελματικούς χώρους ή για ενοικίαση.
- Πριν ξεκινήσετε την προπόνηση, πάντα να εκτελείτε ασκήσεις προθέρμανσης.
- Αν νοιώσετε ζαλάδα, ναυτία, πόνο στο στήθος, ή άλλα συμπτώματα, **σταματήστε αμέσως την άσκηση και συμβουλευθείτε ένα γιατρό.**
- Μόνο ένα άτομο μπορεί να χρησιμοποιεί τον εξοπλισμό σε μία δεδομένη στιγμή.

- Κρατήστε τα χέρια σας μακριά από κινούμενα μέρη.
- Πάντα να φοράτε ρούχα κατάλληλα για άσκηση. **Μη** φοράτε χαλαρά ρούχα, καθώς μπορεί να πιαστούν στα κινούμενα μέρη. Φοράτε αθλητικά παπούτσια για να προστατέψετε τα πόδια σας.
- **Μην** τοποθετείτε αιχμηρά αντικείμενα γύρω από τον εξοπλισμό.
- Άτομα με ειδικές ανάγκες καλό είναι να μη χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό χωρίς επίβλεψη.
- Κρατήστε τον εξοπλισμό σε εσωτερικό χώρο μακριά από υγρασία. Μην τοποθετήσετε κοντά σε νερό, σε εξωτερικό χώρο ή καλυμμένη βεράντα.
- Αν επιτρέπετε σε παιδιά να χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό με επίβλεψη, θα πρέπει να τα ελέγχετε και να τα συμβουλευέτε για τη σωστή χρήση. Σε καμία περίπτωση δεν είναι ο εξοπλισμός παιχνίδι.
- Το μέγιστο βάρος χρήστη αυτού του προϊόντος είναι **120 kg. Οι πλάκες βάρους είναι 68 kg.**
- Αυτός ο εξοπλισμός είναι συμβατός με τα πρότυπα ασφαλείας: EN ISO 20957-1 και BS EN957-2 Class (H) - Home Use - Class (C). **Αυτός ο εξοπλισμός δεν είναι κατάλληλος για ιατρική χρήση.**
- Αυτό το προϊόν γυμναστικής έχει κατασκευαστεί για να είναι συμβατό με τα πρότυπα BS EN 957 British and European Safety Standards.
- Πρέπει να αφήσετε ελεύθερο χώρο όχι λιγότερο από 0.6m στην πλευρά από την οποία αποκτάτε πρόσβαση στον εξοπλισμό. Προβλέψτε επίσης χώρο για μπορείτε να αφήσετε γρήγορα τη θέση σας σε στιγμή ανάγκης. Κρατήστε παιδιά χωρίς επίβλεψη μακριά από το χώρο άσκησης.
- Προσοχή:** Όποιος είναι υπεύθυνος για τα παιδιά, θα πρέπει να γνωρίζει το ένστικτό τους για παιχνίδι και η αγάπη τους για πειραματισμό, μπορεί να οδηγήσει σε καταστάσεις για τις οποίες δεν είναι σχεδιασμένος ο εξοπλισμός.

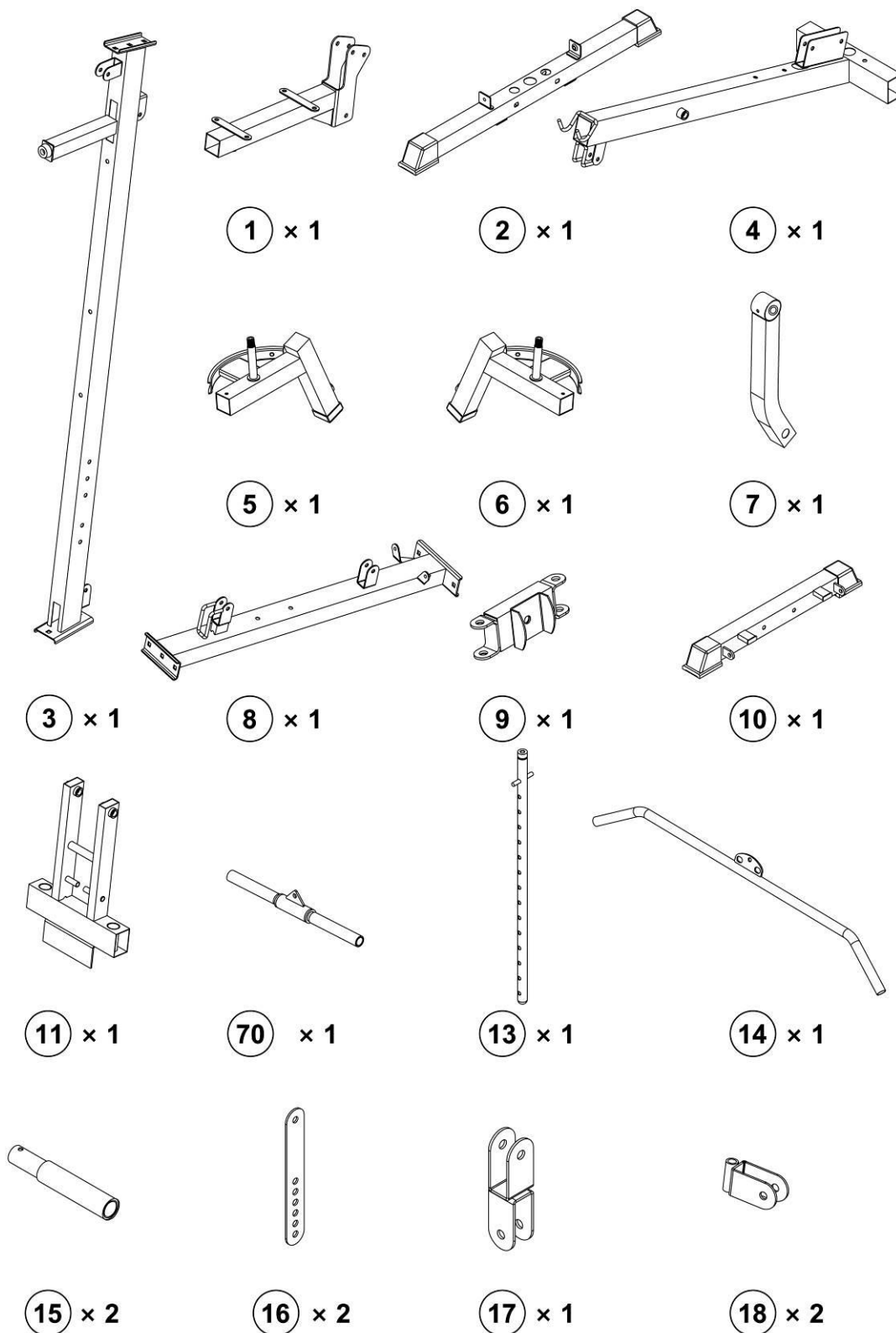


Προσοχή: Πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα προπόνησης, συμβουλευθείτε το γιατρό σας. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για άτομα με ηλικία άνω των 35 ετών ή άτομα με προϋπάρχοντα θέματα υγείας. Διαβάστε όλες τις οδηγίες πριν την άσκηση!

Κομμάτια του μηχανήματος

Παρακαλούμε βεβαιωθείτε πως έχετε όλα τα παρακάτω μέρη.

Σημείωση: Ορισμένα μικρότερα κομμάτια ίσως έχουν προ-ενωθεί με άλλα μεγαλύτερα.



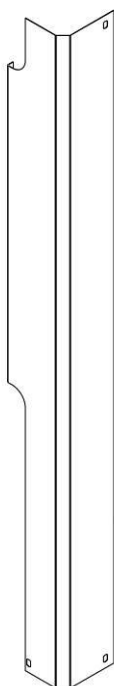
Κομμάτια του μηχανήματος

Παρακαλούμε βεβαιωθείτε πως έχετε όλα τα παρακάτω μέρη.

Σημείωση: Ορισμένα μικρότερα κομμάτια ίσως έχουν προ-ενωθεί με άλλα μεγαλύτερα. Παρακαλούμε ελέγξτε προσεκτικά πριν μας ειδοποιήσετε για κομμάτια που λείπουν.



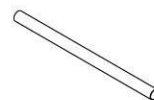
20 × 2



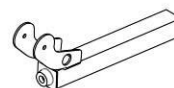
21 × 1



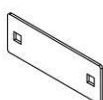
22 × 1



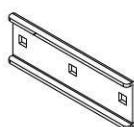
23 × 2



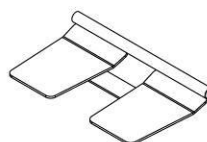
24 × 1



25 × 3



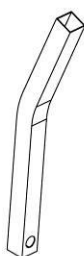
26 × 1



27 × 1



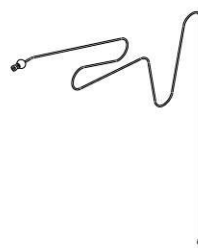
28 × 1



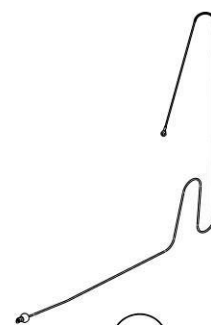
29 × 2



30 × 2



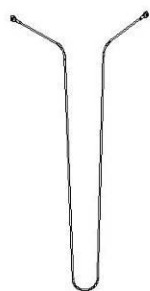
31 × 1



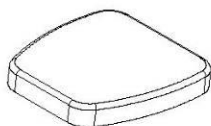
32 × 1

Κομμάτια του μηχανήματος

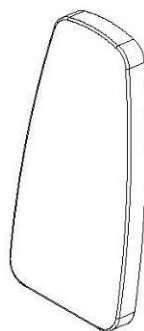
Παρακαλούμε βεβαιωθείτε πως έχετε όλα τα παρακάτω μέρη.



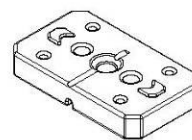
33 × 1



34 × 1



35 × 1



37 × 15



38 × 1



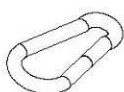
39 × 3



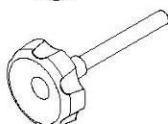
43 × 1



44 × 1



45 × 4



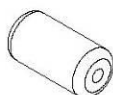
46 × 1



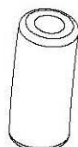
47 × 1



49 × 4



50 × 4



51 × 2



52 × 15



73 × 30



74 × 1



75 × 1



76 × 2



101 × 2



102 × 19



103 × 19

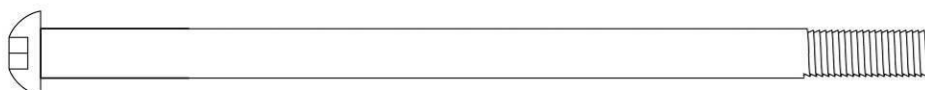
Κομμάτια για τη συναρμολόγηση

Παρακαλούμε βεβαιωθείτε πως έχετε όλα τα εργαλεία.

Σημείωση: Ορισμένα μικρότερα κομμάτια ίσως έχουν προ-ενωθεί με άλλα μεγαλύτερα. Παρακαλούμε ελέγξτε προσεκτικά πριν μας ειδοποιήσετε για κομμάτια που λείπουν. Παρακαλούμε να έχετε ένα δικό σας κλειδί πριν επιχειρήσετε τη συναρμολόγηση.



41 × 1



53 × 1



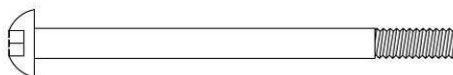
54 × 1



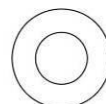
63 × 2



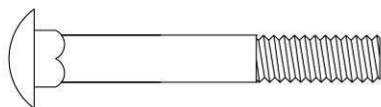
68 × 6



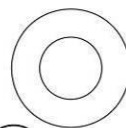
60 × 2



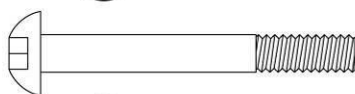
67 × 64



64 × 6



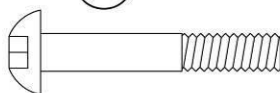
71 × 2



56 × 2



72 × 4



61 × 13



69 × 30



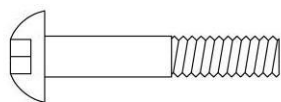
42 × 1

Ruler - Use this ruler to help correctly identify the hardware

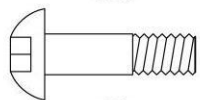


Κομμάτια για τη συναρμολόγηση

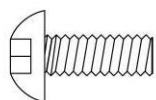
Παρακαλούμε βεβαιωθείτε πως έχετε όλα τα εργαλεία.



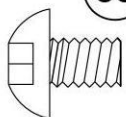
57 × 1



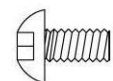
55 × 2



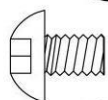
58 × 8



65 × 2



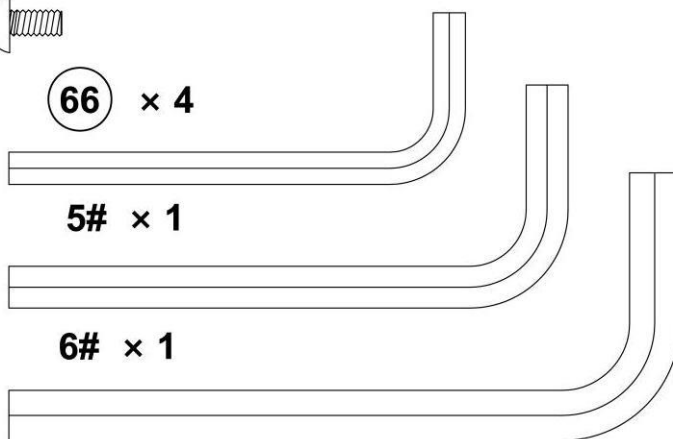
62 × 6



59 × 8



66 × 4

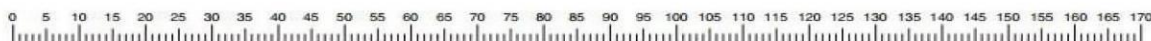


5# × 1

6# × 1

8# × 2

Ruler - Use this ruler to help correctly identify the hardware



Οδηγίες Συναρμολόγησης

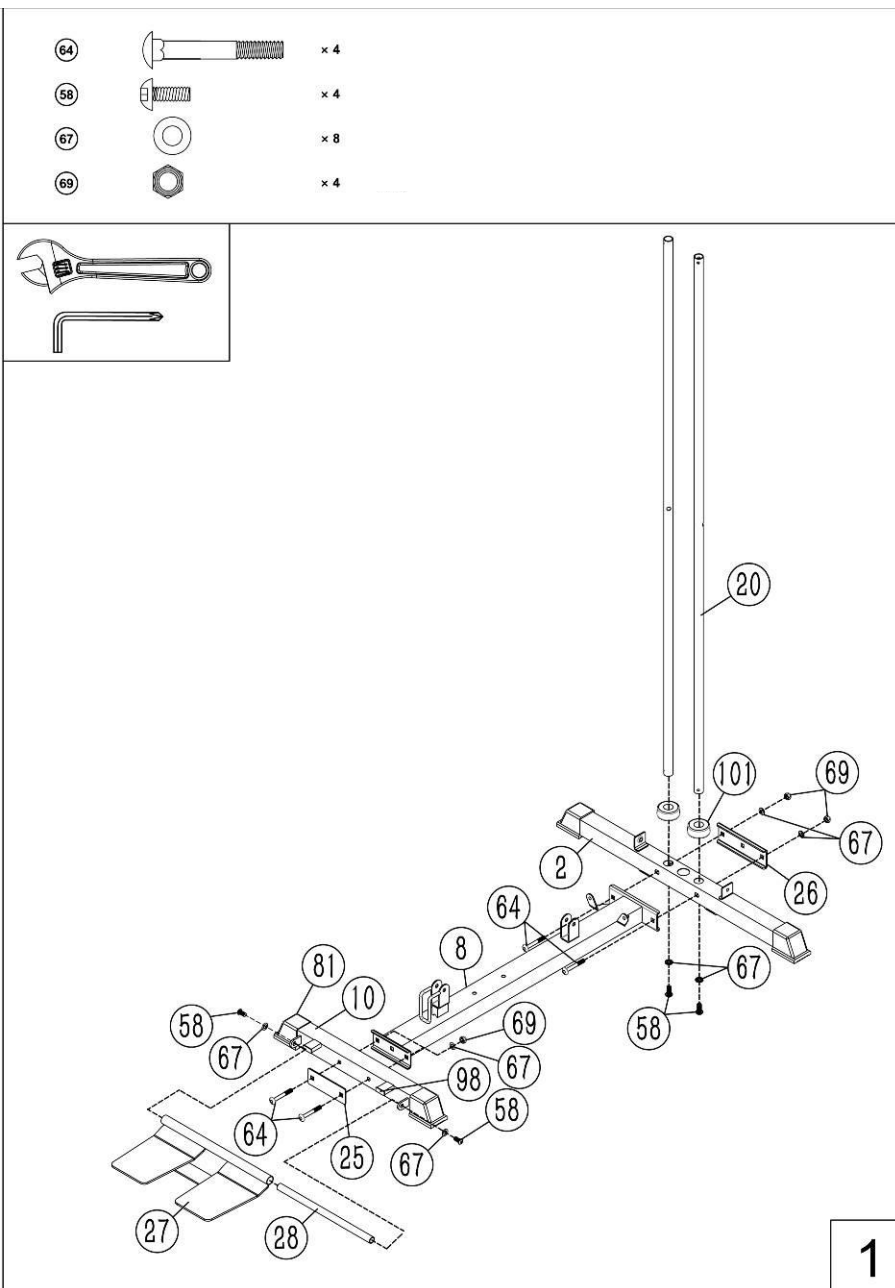
Βήμα 1

(A) Τοποθετήστε τους 2 οδηγούς (20) στις τρύπες του πίσω σταθεροποιητή (2) ξεχωριστά και ασφαλίστε με 2 x Ø10mm Ροδέλες (67) και 2 x M10 x 25mm Βίδες Allen (58). Περάστε τα 2 πλαστικά (101) στους 2 οδηγούς από πάνω προς τα κάτω.

(B) Συνδέστε το κυρίως πλαίσιο (8) με τον πίσω σταθεροποιητή (2) και ασφαλίστε με 2 x M10x70 βίδες (64), 1 σύνδεσμο (26), 2 x Ø10 ροδέλες (67) και 2 x M10 παξιμάδια (69).

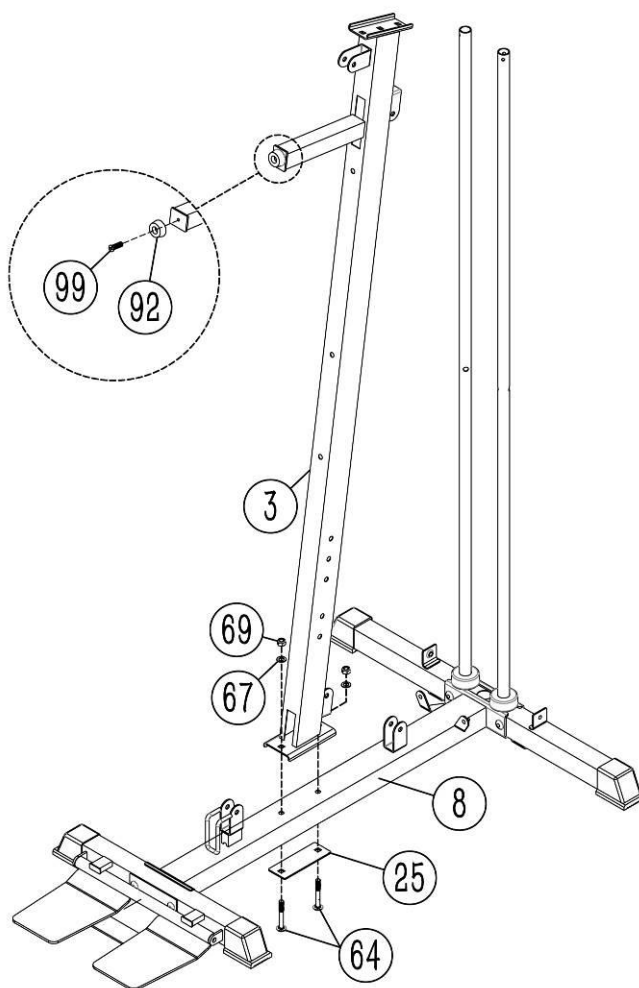
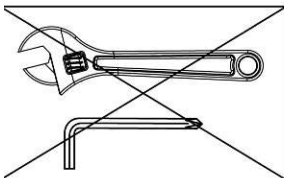
(C) Συνδέστε τον μπροστινό σταθεροποιητή (10) στο κυρίως πλαίσιο (8) και ασφαλίστε με 1 σύνδεσμο (25), 2 x M10x70 βίδες (64), 2 x Ø10 ροδέλες (67) και 2 x M10 παξιμάδια (69).

(D) Συνδέστε την επιφάνεια πελμάτων (27) στον μπροστινό σταθεροποιητή (10) και ασφαλίστε με 1 σωλήνα (28), 2 x M10x25 Βίδες Allen (58), 2 x Ø10 ροδέλες (67).



Οδηγίες Συναρμολόγησης

- | | | |
|----|---|-----|
| 64 |  | × 2 |
| 67 |  | × 2 |
| 69 |  | × 2 |

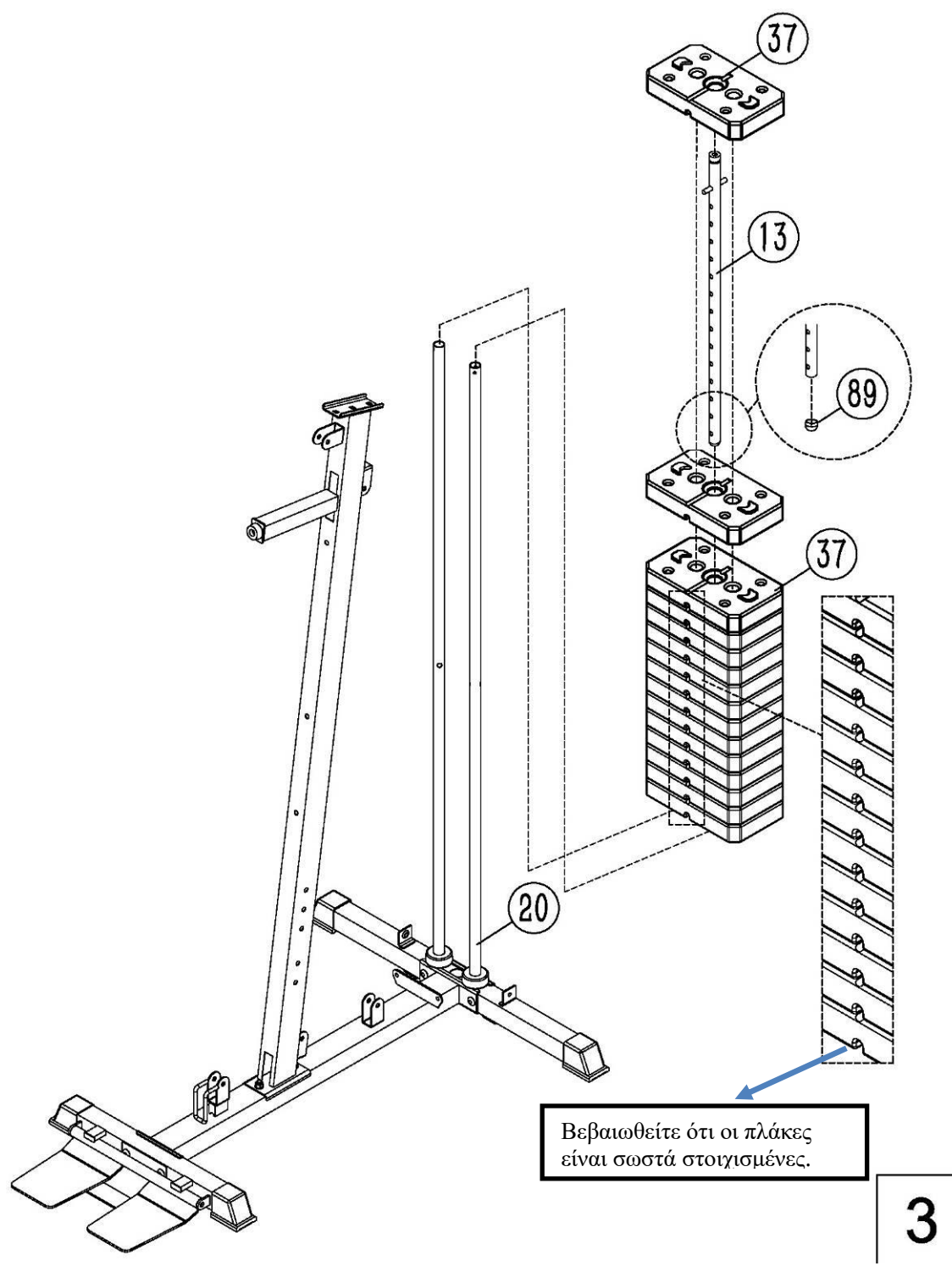


2

Βήμα 2

Συνδέστε το μπροστινό κάθετο πλαίσιο **(3)** στο κυρίως πλαίσιο **(8)**. Ευθυγραμμίστε προσεκτικά τις τρύπες και ασφαλίστε με 2 x M10×70 βίδες **(64)**, 1 x σύνδεσμο **(25)**, 2 x Ø10 ροδέλες **(67)** και 2 x M10 παξιμάδια **(69)**.

Οδηγίες Συναρμολόγησης



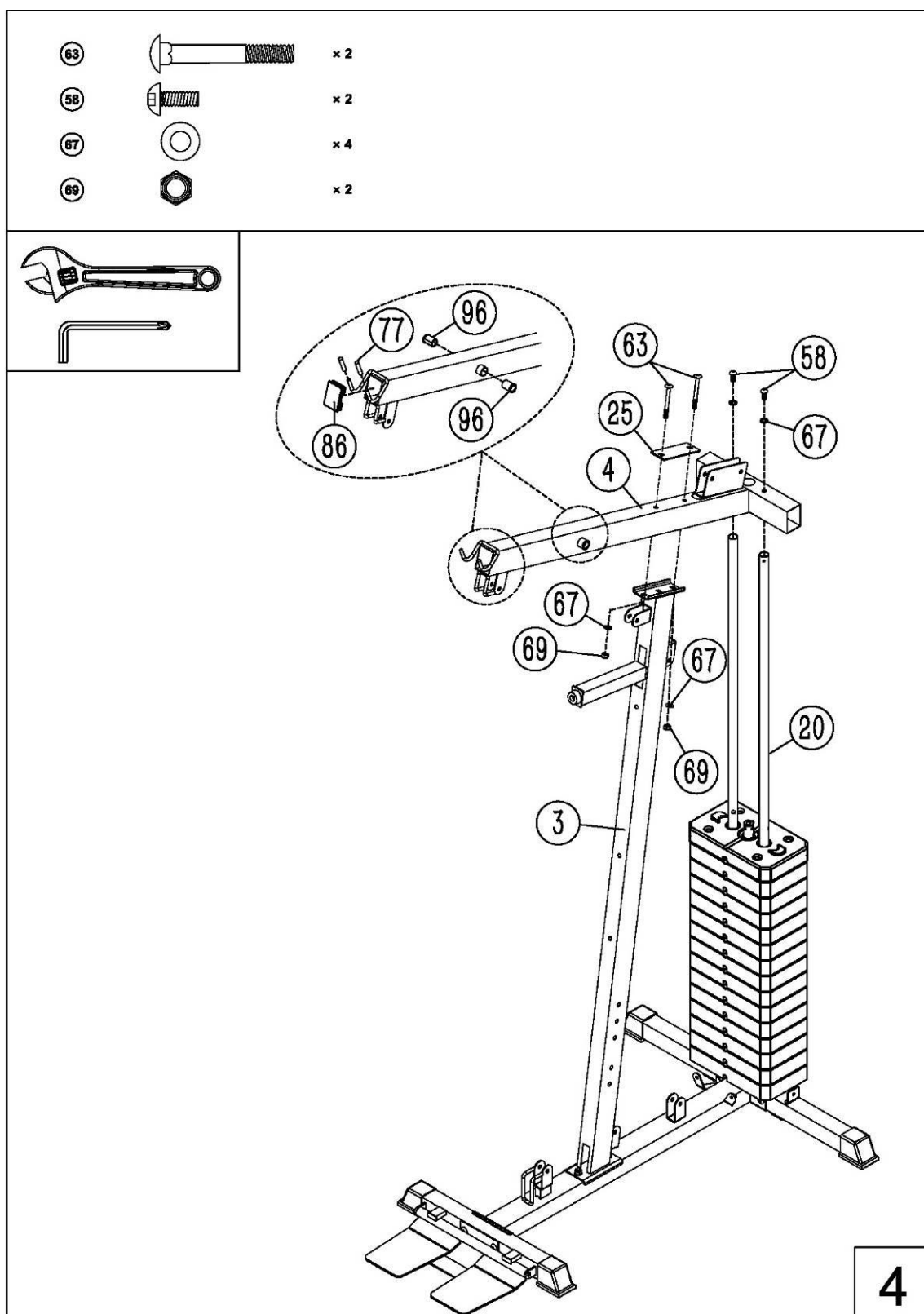
Βήμα 3

Περάστε τις 14 πλάκες βάρους (37) στους οδηγούς (20) από πάνω προς τα κάτω. Τοποθετήστε τον επιλογέα (13) στην τρύπα των πλακών βάρους.

Περάστε τον πύρο επιλογής (38) στην τρύπα και στη συνέχεια τοποθετήστε την άνω πλάκα βάρους στον επιλογέα (19). Μπορείτε να επιλέξετε το επιθυμητό βάρος με τον πύρο (38) κατά τη διάρκεια της προπόνησής σας.

Βεβαιωθείτε ότι οι πλάκες είναι σωστά στοιχισμένες.

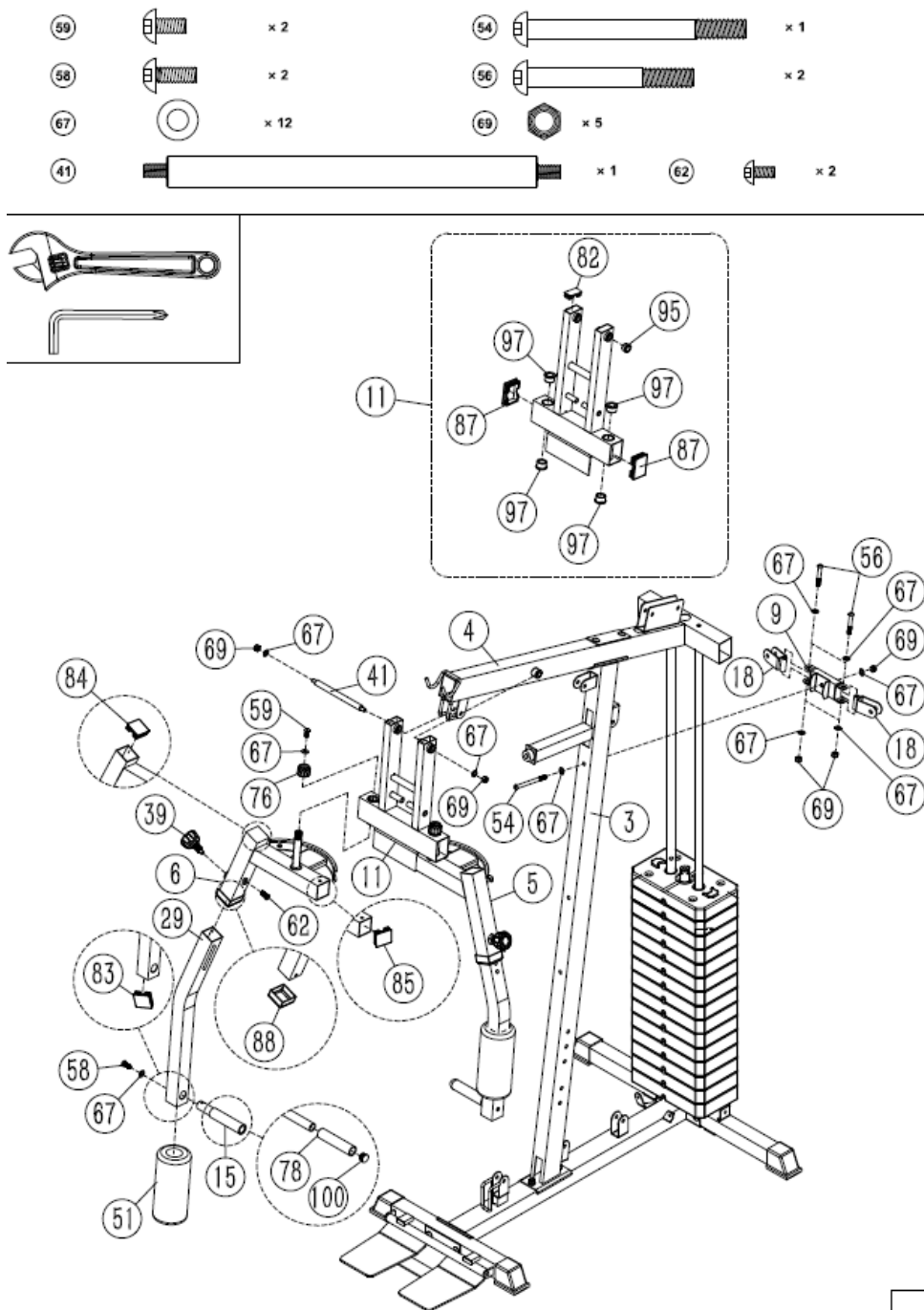
Οδηγίες Συναρμολόγησης



Βήμα 4

Τοποθετήστε το άνω πλαίσιο (4) στο κάθετο πλαίσιο (3) και στους 2 οδηγούς. Ευθυγραμμίστε σωστά και ασφαλίστε με 2 x M10*25 Βίδες Allen (58), 2 x Ø10 ροδέλες (67). 2 x M10*90 Βίδες (63), 1 x σύνδεσμο (25), 2 x Ø10 ροδέλες (67) και 2 x M10 παξιμάδια (69).

Οδηγίες Συναρμολόγησης



5

Βήμα 5

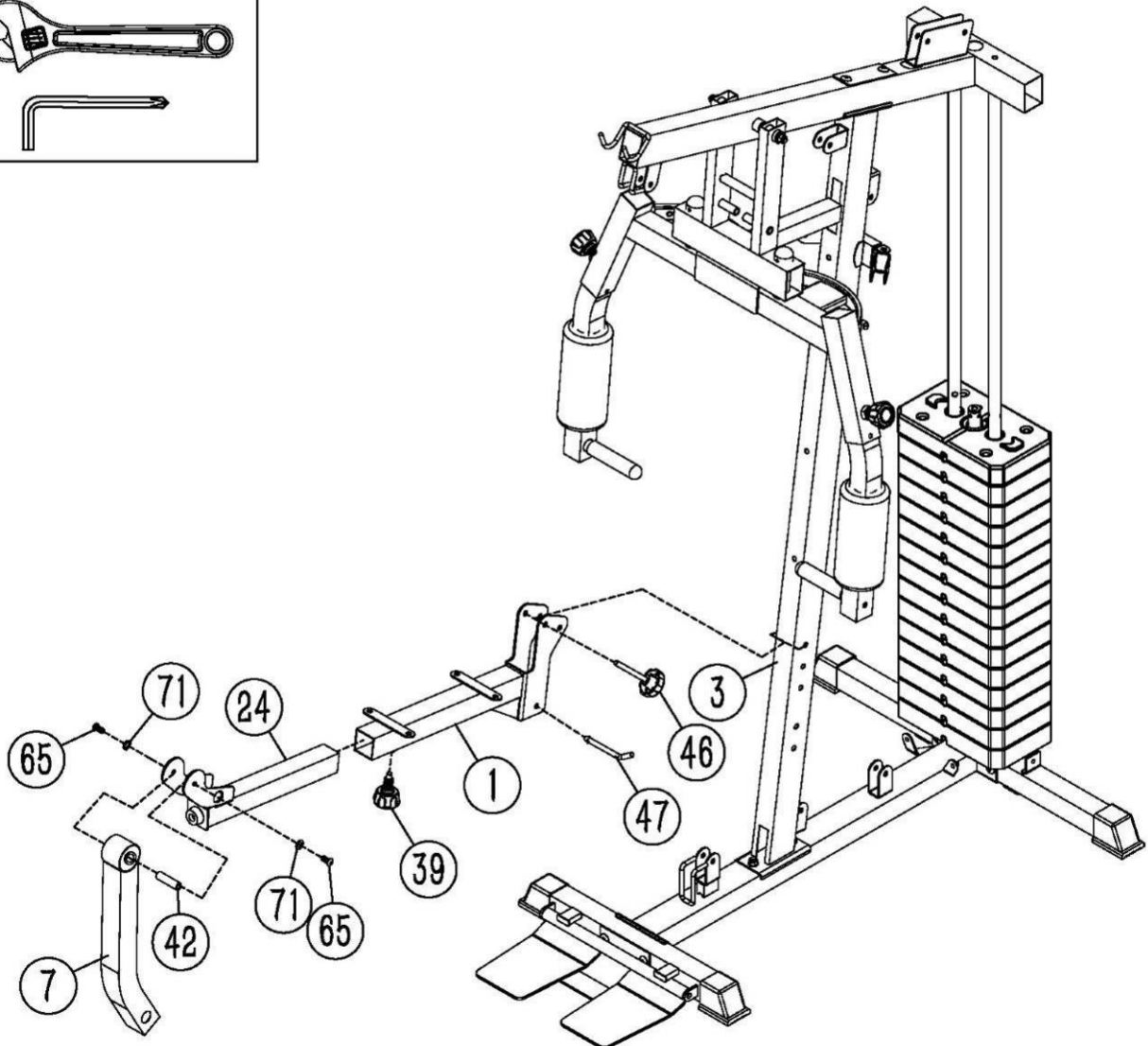
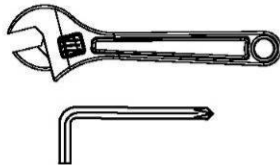
- (Α). Συνδέστε το βραχίονα στήριξης (11) με το άνω οριζόντιο δοκάρι (4) και ασφαλίστε με 1 x Ø16*M10*206 άξονα (41), 2 x Ø10 ροδέλες **(67)** και 2 x M10 παξιμάδια **(69)**.
- (Β) Τοποθετήστε το σύστημα περιστροφής του δεξιού βραχίονα (6) στη δεξιά οπή του κεντρικού βραχίονα (11) όπως δείχνει το διάγραμμα και ασφαλίστε με Ροδέλα M18 (76), 1 Ροδέλα Ø10 **(67)**, 1 Βίδα Allen M10 X16 **(59)**. Εισάγετε το κάτω μέρος του δεξιού βραχίονα (29) στο άνοιγμα του άνω δεξιού βραχίονα (6) και ρυθμίστε το με ένα μοχλό κλειδώματος (39) και μία Βίδα Allen M10*18 (62). Σπρώξτε ένα κυλινδρικό αφρώδες (51) από το κάτω μέρος του δεξιού βραχίονα μετά ασφαλίστε τη Λαβή Βραχίονα **(15)** με 1 Ροδέλα Ø10 **(67)**, 1 Βίδα Allen M10 X25 **(58)**. Εγκαταστήστε ολόκληρο τον αριστερό βραχίονα με τον ίδιο τρόπο.
- (C) Στερεώστε το άκρο του στηρίγματος για τις τροχαλίες (9) με μία Βίδα Allen M10*110 (54), 2 Ροδέλες Ø 10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69). Εγκαταστήστε τα δεξιά και αριστερά περιστρεφόμενα υποστηρίγματα (18) με 2 Βίδες Allen M10X65 (56), 4 Ροδέλες Ø 10 (67) και 2 παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).

Οδηγίες Συναρμολόγησης

65  x 2

71  x 2

42  x 1

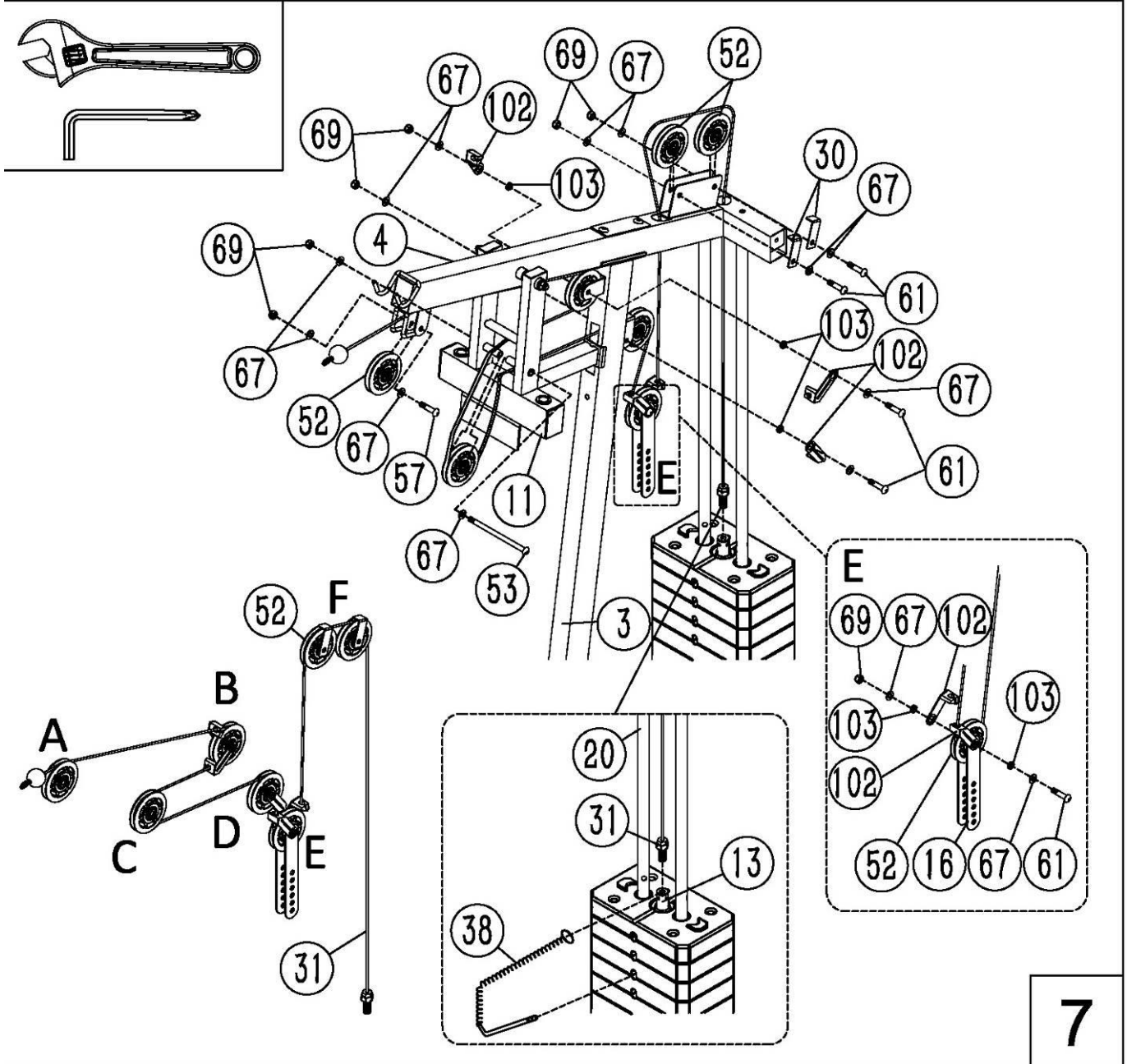
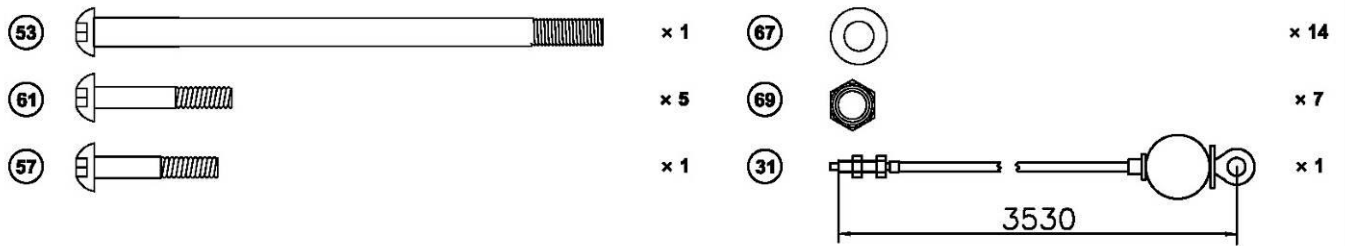


6

Βήμα 6

- (A) Προσαρμόστε τη Βάση του Καθίσματος (1) στο μπροστινό μέρος της κάθετης κολώνας (3) με μία Ροδέλα σχήματος L (47) και ένα Μοχλό κλειδώματος M10X85 (46).
- (B) Εισάγετε το Βραχίονα Ποδιών (24) στο μπροστινό άνοιγμα της Βάσης του Καθίσματος (1). Θα επιλέγετε την επιθυμητή θέση με ένα Μοχλό κλειδώματος (39).
- (C) Προσαρμόστε το Εξάρτημα Ποδιών (7) στο υποστήριγμα όπως δείχνει το διάγραμμα. Ασφαλίστε με έναν Άξονα Ø16*M12*57 (42), 2 Βίδες Allen M12*20 (65) και 2 Ροδέλες Ø12 (71).

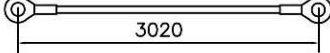
Οδηγίες Συναρμολόγησης

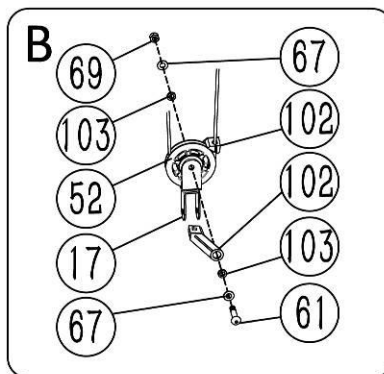
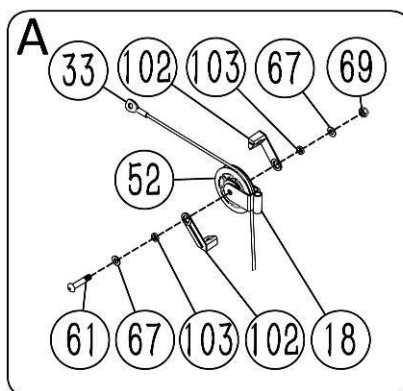
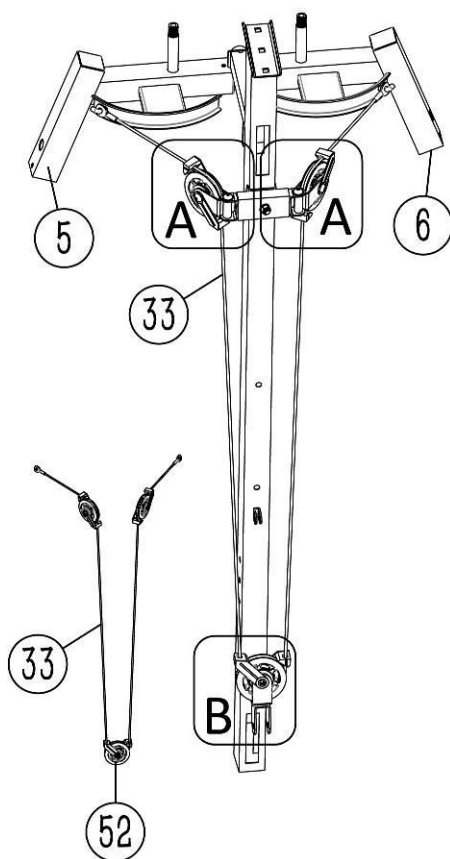
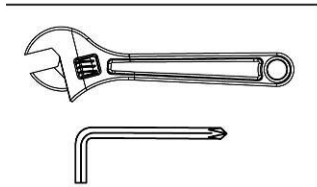


Βήμα 7

- (A) Περάστε το συρματόσχοινο (31) μέσα από το πρώτο υποστηρίγμα και βεβαιωθείτε πως το σφαιρικό στοπ είναι κάτω από το πάνω οριζόντιο δοκάρι (4). Τοποθετήστε μία τροχαλία (52) κάτω από το συρματόσχοινο και ασφαλίστε την με μία Βίδα Allen M10*45 (57), 2 Ροδέλες Ø 10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).
- (B) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα πίσω και τοποθετήστε μία τροχαλία όπως δείχνει το διάγραμμα, ασφαλίστε την τροχαλία με 2 κρατήματα συρματόσχοινου (102) , 2 Ροδέλες (103) με μία Βίδα Allen M10*50 (61), 2 Ροδέλες Ø 10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).
- (C) Τραβήξτε το συρματόσχοινο γύρω από την τροχαλία και προς τα εμπρός και ύστερα τοποθετήστε μία τροχαλία όπως δείχνει το διάγραμμα, ασφαλίστε με μία Βίδα Allen M10*180 (53), 2 Ροδέλες Ø10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).
- (D) Τραβήξτε το συρματόσχοινο γύρω από την τροχαλία και προς τα πίσω και περάστε το από το άνοιγμα του μπροστινού κάθετου δοκαριού. Ασφαλίστε την τροχαλία, 2 κρατήματα συρματόσχοινου (102), 2 Ροδέλες (103) με μία Βίδα Allen M10*50 (61), 2 Ροδέλες Ø 10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου (69).
- (E) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα κάτω. Τοποθετήστε μία τροχαλία στο συρματόσχοινο και ασφαλίστε την με 2x αιωρούμενα υποστηρίγματα τροχαλίας (16), 2 κρατήματα συρματόσχοινου (102), 2 Ροδέλες (103) με μία Βίδα Allen M10*50 (61), 2 Ροδέλες Ø 10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).
- (F) Τραβήξτε το συρματόσχοινο γύρω από την τροχαλία και προς τα πάνω και περάστε μέσα από το τελευταίο άνοιγμα του άνω μέρους του σκελετού. Στερεώστε δύο τροχαλίες όπως δείχνει το διάγραμμα με 2 Βίδες Allen M10X50 (61), 2 κρατήματα συρματόσχοινου (30), 4 Ροδέλες Ø 10 (67) και 2 παξιμάδια αεροπορικού τύπου M10 (69). Τραβήξτε το συρματόσχοινο στις 2 τροχαλίες και συνεχίστε μέσα από την κεντρική οπή προς τα κάτω.
- (G) Εισάγετε τον πύρρο επιλογής (38) στην οπή που προτιμάτε για να επιλέξετε το επιθυμητό βάρος άσκησης. Τοποθετήστε το δαχτυλίδι στον πύρρο μέσα από το πάνω μέρος της ράβδου επιλογής.
- (H) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα κάτω. Προσαρμόστε την ακριανή βίδα στην κορυφή της ράβδου επιλογής. Περιστρέψτε τουλάχιστον 5 φορές για ασφάλεια.

Οδηγίες Συναρμολόγησης

61		× 3
67		× 6
69		× 3
33		× 1

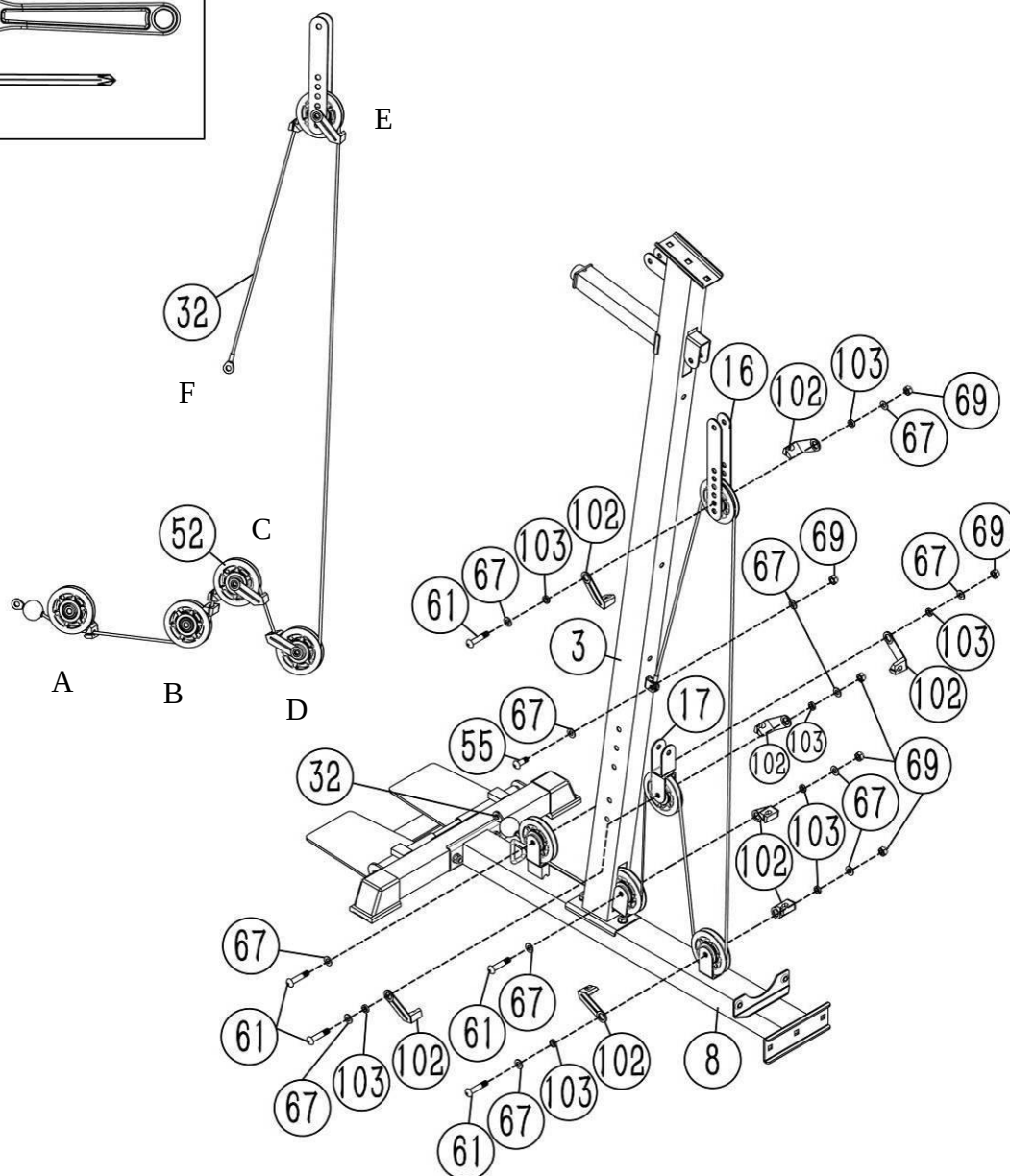
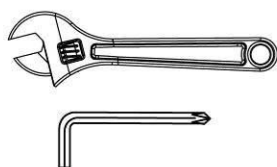
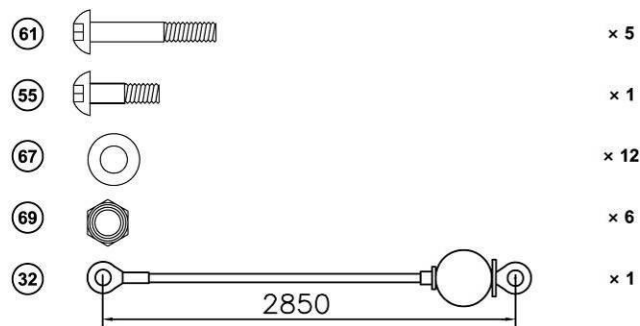


Οδηγίες Συναρμολόγησης

Βήμα 8

- (A) Προσαρμόστε τη μία άκρη του συρματόσχοινου (33) στο δεξιό βραχίονα (6). Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα πίσω και τοποθετήστε μία τροχαλία κάτω από το συρματόσχοινο. Ασφαλίστε την τροχαλία, 2 κρατήματα συρματόσχοινου (102), 2 παξιμάδια (103) με το περιστρεφόμενο υποστήριγμα (18) μαζί με μία Βίδα allen M10*50 (61), 2 Ροδέλες Ø 10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).
- (B) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα κάτω και τοποθετήστε μία τροχαλία πάνω του. Ασφαλίστε την τροχαλία, 2 κρατήματα συρματόσχοινου (102) και το αιωρούμενο υποστήριγμα (17) όπως στο βήμα A.
- (C) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα πάνω και επαναλάβετε τη διαδικασία B και A για να πιάσετε το άλλο άκρο του συρματόσχοινου στο αριστερό μέρος του βραχίονα (5).

Οδηγίες Συναρμολόγησης



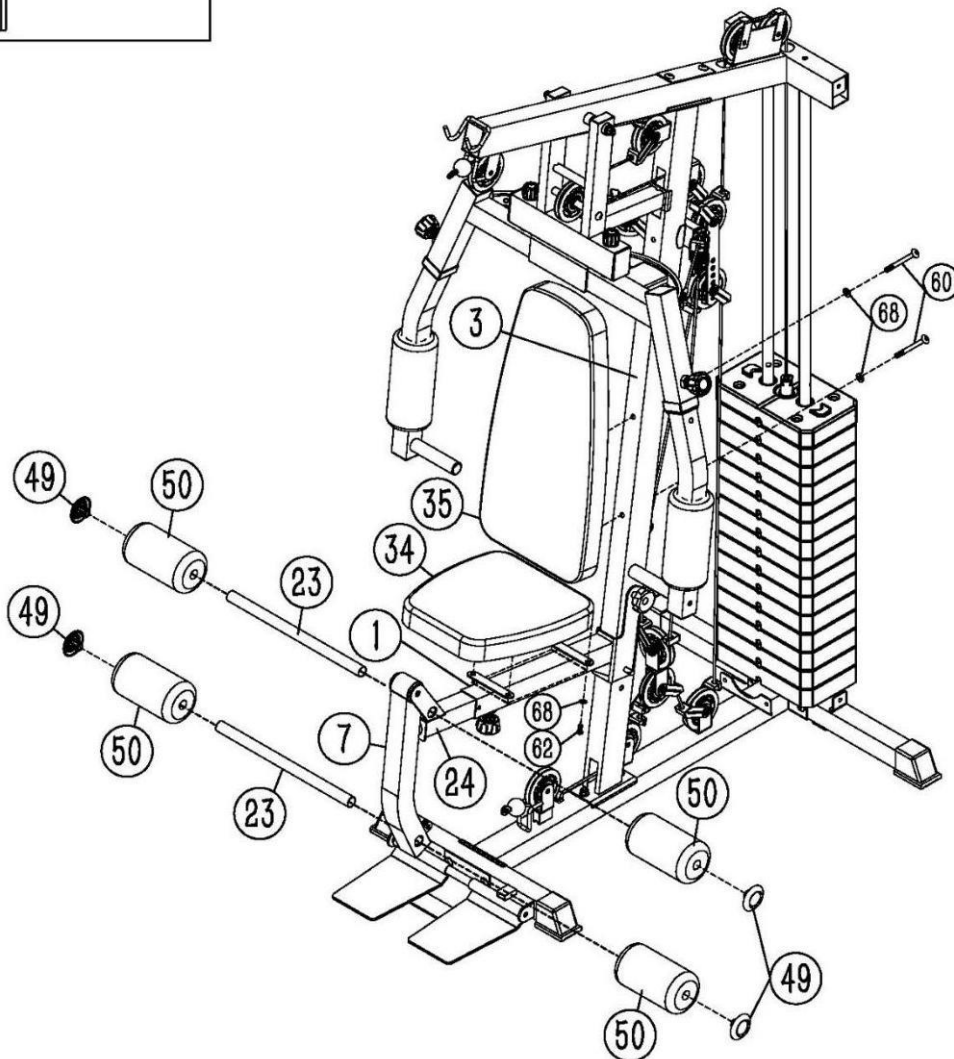
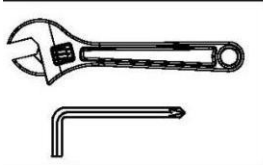
9

Βήμα 9

- (A) Τραβήξτε το Κάτω Συρματόσχοινο (32) μέσα από το υποστήριγμα, βεβαιωθείτε ότι το σφαιρικό στοπ είναι μπροστά από το υποστήριγμα. Τοποθετήστε μία τροχαλία στο Κάτω Συρματόσχοινο, κατόπιν ασφαλίστε την τροχαλία, ένα κράτημα συρματόσχοινου (102), ένα παξιμάδι (103) με μία M10*50 Βίδα allen(61), 2x Ροδέλες Ø10 (67) και ένα παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69) .
- (B) Τραβήξτε το συρματόσχοινο και περάστε μέσα από το άνοιγμα της μπροστινής κάθετης κολώνας. Τοποθετήστε μία τροχαλία στο συρματόσχοινο και ασφαλίστε την τροχαλία με τον ίδιο τρόπο όπως στο Α.
- (C) Τραβήξτε το συρματόσχοινο γύρω από την τροχαλία και προς τα πάνω και τοποθετήστε μία τροχαλία κάτω από το συρματόσχοινο. Ασφαλίστε το συρματόσχοινο, 2 κρατήματα συρματόσχοινου (102), 2 παξιμάδια (103) με τον ίδιο τρόπο όπως στο Α.
- (D) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα κάτω και τοποθετήστε μία τροχαλία στο συρματόσχοινο. Ασφαλίστε την τροχαλία με τον ίδιο τρόπο όπως στο C.
- (E) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα πάνω και τοποθετήστε μία τροχαλία κάτω από το συρματόσχοινο. Ασφαλίστε την τροχαλία με το διπλό πιάσιμο τροχαλίας όπως στο C.
- (F) Τραβήξτε το συρματόσχοινο προς τα κάτω και πιάστε την άκρη του όπως δείχνει το διάγραμμα, με μία Βίδα allen M10*28 (55), 2 Ροδέλες Ø10 (67) και παξιμάδι αεροπορικού τύπου M10 (69).

Οδηγίες Συναρμολόγησης

62		x 4
60		x 2
68		x 6

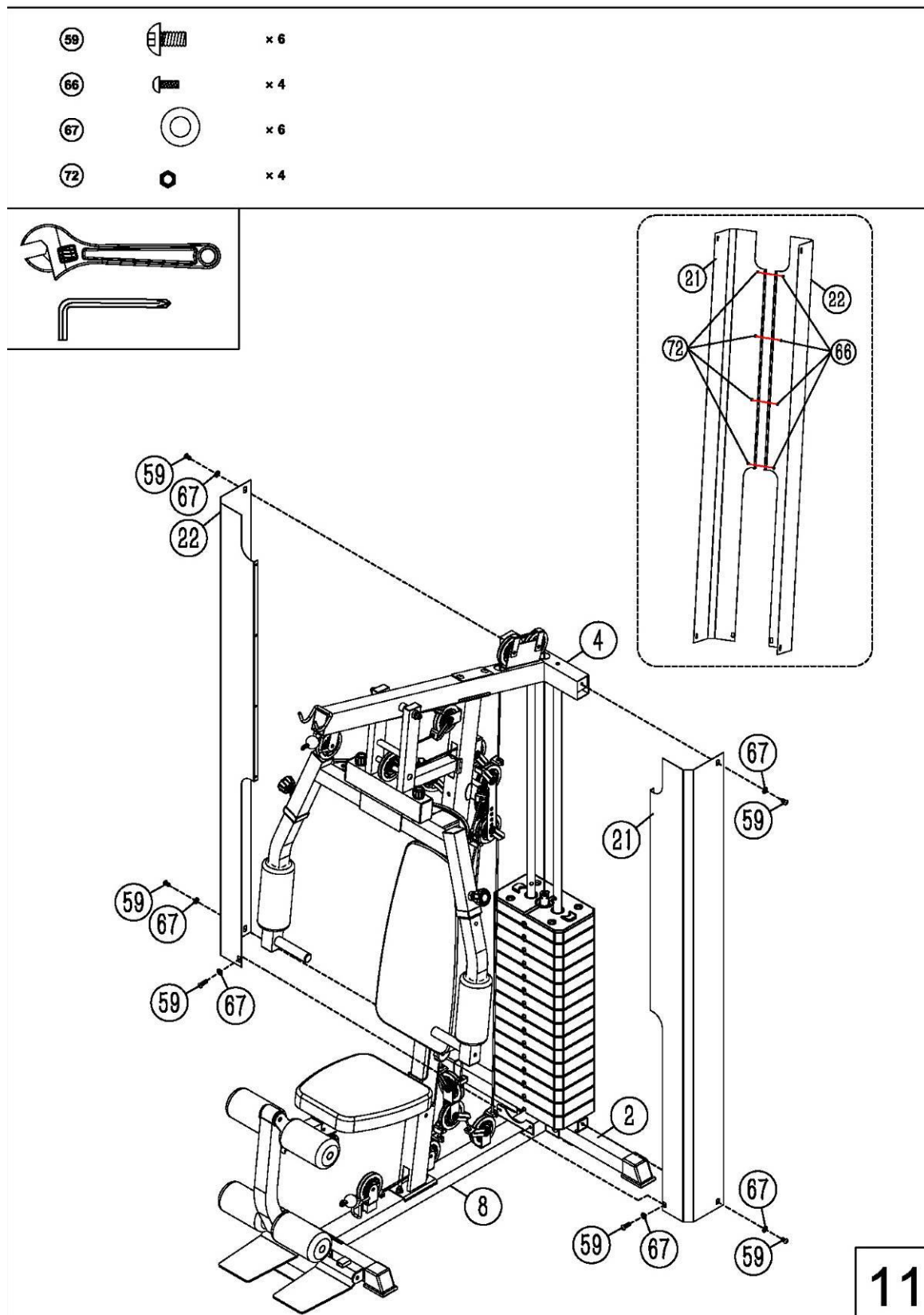


10

Βήμα 10

- (A) Συνδέστε το μαξιλάρι πλάτης (35) στο μπροστινό κάθετο πλαίσιο (3). Ευθυγραμμίστε προσεκτικά τις τρύπες και ασφαλίστε με 2x M8*85 βίδες allen(60) και 2x Ροδέλες Ø8 (68) .
- (B) Τοποθετήστε το Κάθισμα (34) στην Υποστήριξη Καθίσματος (1), ασφαλίστε με 4x Ροδέλες Ø8 (68) και 4x M8*18 Βίδες allen (62).
- (C) Εισάγετε τα 2 x κυλινδρικά αφρώδη (23) στις τρύπες ως το μέσο της διαδρομής όπως δείχνει το διάγραμμα και ακολούθως σπρώξτε τα 4 x Αφρώδη (50) από τις δύο πλευρές χωριστά. Τέλος τοποθετήστε τα Καπάκια (49) στα αφρώδη.

Οδηγίες Συναρμολόγησης

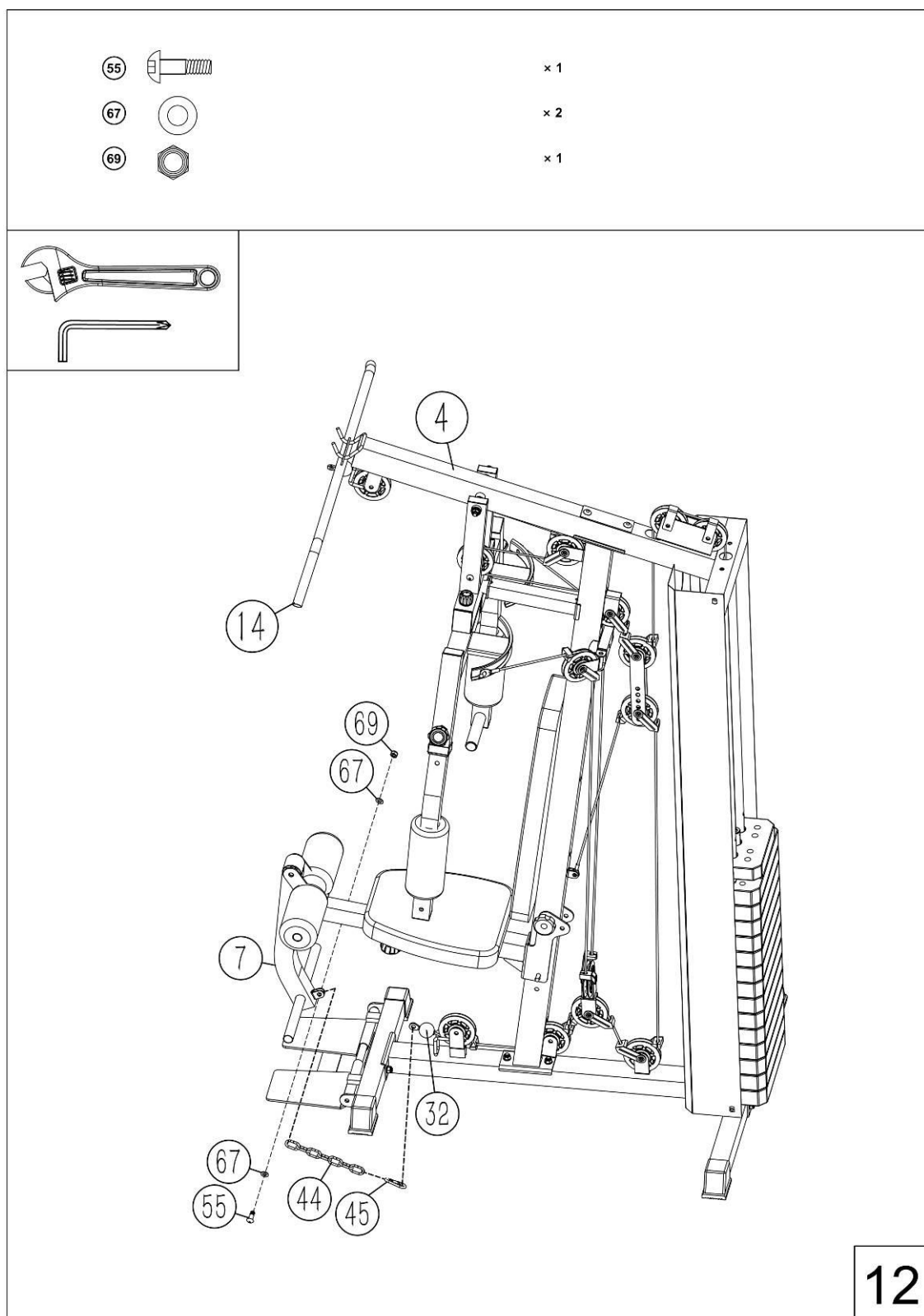


11

Βήμα 11

- (A) Συνδέστε τα 2 καλύμματα (21,22) στον πίσω σταθεροποιητή και ασφαλίστε τα με 6 x M10X16 Βίδες Allen (59) και 6 x Ø10 ροδέλες (67).
- (B) Ενώστε τα 2 καλύμματα με 4 x M5*10 Βίδες Allen (66) και 4 x M5 παξιμάδια (72) όπως φαίνεται στο διάγραμμα.

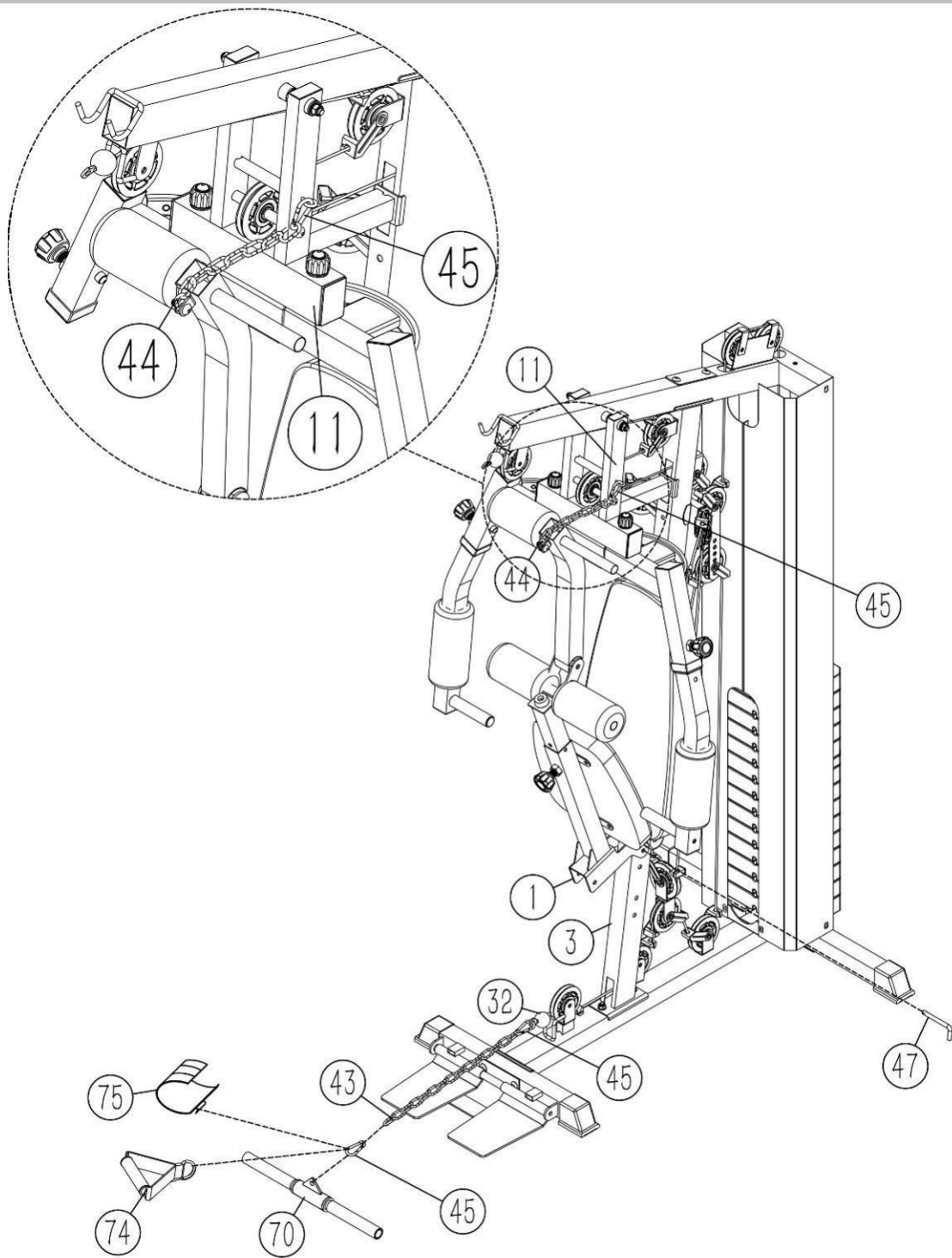
Οδηγίες Συναρμολόγησης



Βήμα 12

Συνδέστε το εξάρτημα πρέσας (7#) στο άκρο του κάτω συρματοσχοινο με 1 x άγκιστρο (45), 1 x αλυσίδα (44), 1 x M10*28 Βίδα Allen (55), 2 x Ø10 ροδέλες (67) και 1 x M10 παξιμάδι (69).

Οδηγίες Συναρμολόγησης



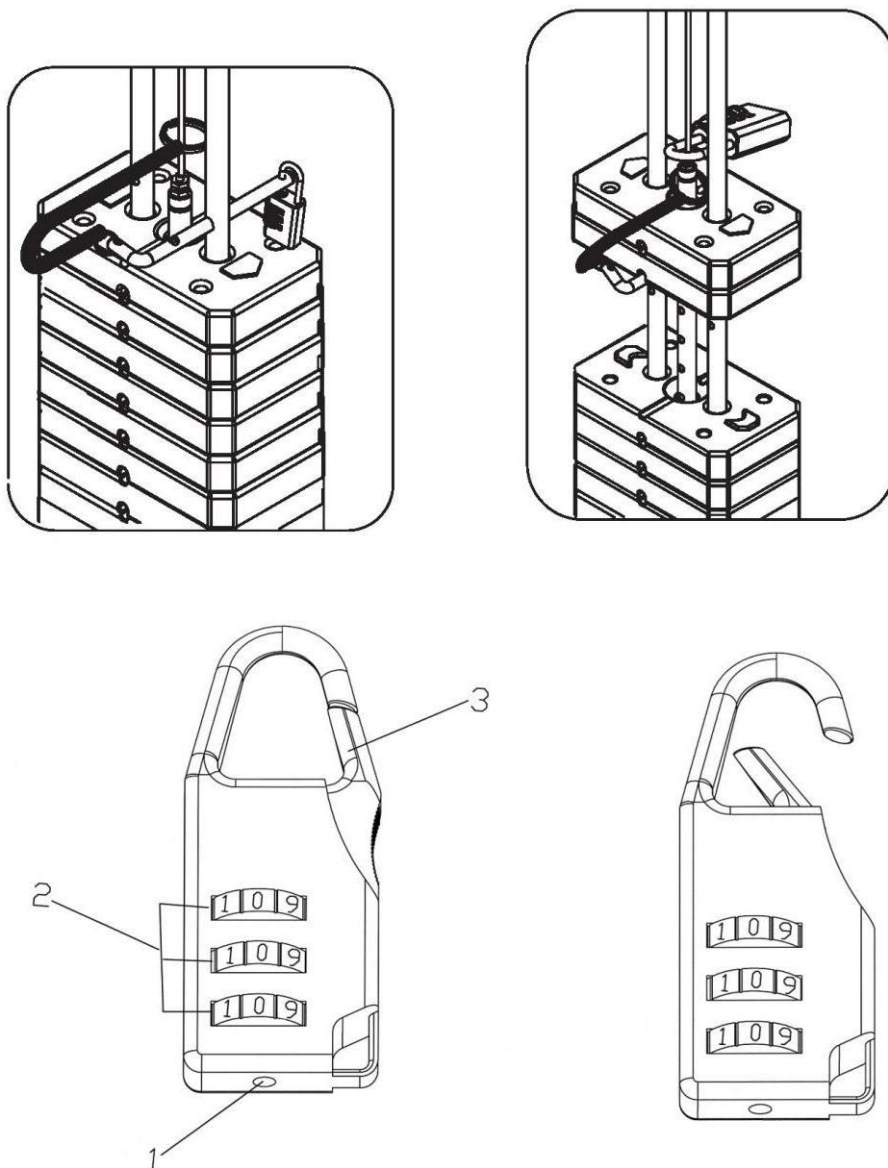
13

Βήμα 13

Διπλώστε το κάθισμα όπως φαίνεται στο διάγραμμα. Για να συνδέσετε το εξάρτημα πρέσας ποδιών θα χρειαστείτε 2 x άγκιστρα (45) και 1 αλυσίδα (44) για ασφάλεια. Συνδέστε την μπάρα (70) ή τον ιμάντα (74) ή τον ιμάντα αστραγάλου (75) στο κάτω συρματόσχοινο για να κάνετε την επιθυμητή άσκηση.

Οδηγίες Συναρμολόγησης

Βήμα 14



Το λουκέτο είναι ρυθμισμένο από τον κατασκευαστή να ανοίγει με τον κωδικό 0-0-0 (τα μηδενικά πρέπει να βρίσκονται στο κέντρο). Συνιστάται να αλλάξετε τον κωδικό για επιπλέον ασφάλεια.

Παρακαλούμε ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα για να αλλάξετε τον συνδυασμό:

1. Πιέστε και κρατήστε το πλήκτρο ρύθμισης (#1) και γυρίστε τις ροδέλες (#2) για να εισάγετε τον επιθυμητό συνδυασμό στο κέντρο. Αφήστε το πλήκτρο (#1). Ρυθμίστε τις άλλες 2 ροδέλες με τον ίδιο τρόπο. Αυτή η διαδικασία χρειάζεται να γίνει μόνο μία φορά.
2. Για να ασφαλίσετε, γυρίστε τις ροδέλες έτσι ώστε να δείχνουν τυχαίους αριθμούς.
3. Για να ξεκλειδώσετε το λουκέτο, γυρίστε τις ροδέλες ώστε να εμφανίζεται ο κωδικός και πιέστε στο σημείο (#3).

Διάγραμμα Αντίστασης

JX-DS915 WEIGHT RESISTANCE CHART				
Weight Plate	Front Press	Butterfly	Lat Pull	Low Pulley
1	36	20	35	35
2	49	25	45	45
3	62	30	55	55
4	75	35	65	65
5	88	40	75	75
6	101	45	85	85
7	114	50	95	95
8	127	55	105	105
9	140	60	115	115
10	153	65	125	125
11	166	70	135	135
12	179	75	145	145
13	192	80	155	155
14	205	85	165	165

Note: Each plate weights : 10 lbs.

Numbers are approximate. Actual weights may vary.

Values for Butterfly are for each arm.

Οδηγός Ασκήσεων

Χρησιμοποιώντας το Πολυόργανο

Σημαντικό:

Κατά την προπόνηση, κάντε το εξής για κάθε άσκηση: αποπνεύστε όταν σηκώνετε βάρος και εισπνεύστε όταν επιστρέφετε στην αρχική θέση με ελεγχόμενη κίνηση.

- Διαβάστε όλες τις οδηγίες ασφαλείας πριν χρησιμοποιήσετε τον εξοπλισμό.
- Πριν τη χρήση, επιθεωρήστε τον εξοπλισμό για χαλαρές βίδες ή φθορά. Αν έχετε αμφιβολίες, μη χρησιμοποιείτε τον εξοπλισμό και επικοινωνήστε με ένα τεχνικό.
- Τα παιδιά να μη χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό χωρίς επίβλεψη.
- Πριν ξεκινήσετε ένα οποιοδήποτε πρόγραμμα, καλό θα ήταν να περάσετε μία πλήρη ιατρική εξέταση και να πάρετε την έγκριση του γιατρού σας πριν την προπόνηση.
- Συστήνουμε πάντα να προπονεύστε με παρέα, ώστε κάποιος να μπορεί να σας βοηθήσει σε περίπτωση ανάγκης ή σε περίπτωση που προσπαθείτε να σηκώσετε ένα πολύ βαρύ φορτίο.

Πάντα να προθερμαίνετε τους μύες σας πριν την άσκηση. Προετοιμάστε το σώμα σας με χαλαρές διατάσεις και ήρεμες αερόβιες ασκήσεις για λίγα λεπτά.

Καθιστές πιέσεις στήθους

Αναπτύσσοντας τους θωρακικούς μύες

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Καθήστε κανονικά στη θέση με πλάτη στο κάθισμα και πιάστε τις χειρολαβές. Σπρώξτε τις λαβές μακριά από το σώμα σας σε πλήρη έκταση. Επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 10 επαναλήψεις / 3 σετ

Προχωρημένοι: 10 επαναλήψεις / 4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Ρεκ deck

Αναπτύσσοντας τους θωρακικούς μύες

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Καθήστε κανονικά στη θέση με πλάτη στο κάθισμα και βάλτε τους πήχεις σας στα κάθετα μαξιλάρια. Στρέψτε τα χέρια σας μπροστά όσο μπορείτε, δίνοντας την πίεση από το στήθος σας. Επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 10 επαναλήψεις / 3 σετ

Προχωρημένοι: 10 επαναλήψεις / 4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Οδηγός Ασκήσεων

Κάμψεις δикеφάλων

Αναπτύσσοντας τους δикеφάλους

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Προσαρμόστε το ύψος του μαξιλαριού δикеφάλων. Φέρτε τη μικρή ίσια μπάρα στο σημείο που θέλετε. Βάλτε τα μπράτσα σας στο μαξιλάρι και τραβήξτε τη μπάρα με τις παλάμες προς τα πάνω. Επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 10 επαναλήψεις / 3 σετ

Προχωρημένοι: 10 επαναλήψεις / 4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Καθιστή Κωπηλατική

Αναπτύσσοντας τους τρικεφάλους

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Φέρτε τη μικρή ίσια μπάρα στο σημείο που θέλετε. Καθήστε στο έδαφος προς τον εξοπλισμό με τα πόδια κόντρα στην ειδική βάση και τραβήξτε τη μπάρα με τις παλάμες προς τα κάτω. Με τα χέρια σας σε πλήρη έκταση, τραβήξτε την μπάρα. Επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 20 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Προχωρημένοι: 20 επαναλήψεις / 2-4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Απαγωγοί

Αναπτύσσοντας τους μηρούς

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Περάστε τον ειδικό ιμάντα στον αστράγαλό σας και προσαρμόστε τον στην κάτω τροχαλία. Σταθείτε δίπλα της, βάζοντας το εξωτερικό πόδι λίγο πιο μπροστά από το άλλο. Εκτείνετε το πόδι προς τα έξω, δίνοντας την κίνηση από τους γοφούς. Επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 20 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Προχωρημένοι: 20 επαναλήψεις / 2-4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Οδηγός Ασκήσεων

Τροχαλία πλάτης

Αναπτύσσοντας τον κορμό

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Προσαρμόστε την ίσια μπάρα στην τροχαλία πλάτης. Καθήστε με πρόσωπο προς το μαξιλάρι πλάτης και τα πόδια στο έδαφος. Πιάστε την μπάρα με στενή λαβή. Συσπάστε τους κοιλιακούς σας για να σταθεροποιηθείτε. Τραβήξτε τα χέρια σας προς τα κάτω, επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 10 επαναλήψεις / 3 σετ

Προχωρημένοι: 10 επαναλήψεις / 4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Εκτάσεις ποδιών

Αναπτύσσοντας τους τετρακεφάλους

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Τοποθετήστε το πίσω μέρος των γονάτων στα στρογγυλά αφρώδη και τους αστραγάλους πίσω από τα μαξιλάρια αστραγάλων. Εκτείνετε τα πόδια πλήρως μπροστά, δίνοντας κίνηση από τα γόνατα. Επιστρέψτε στην αρχική θέση με ελεγχόμενο τρόπο και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 10 επαναλήψεις / 3 σετ

Προχωρημένοι: 10 επαναλήψεις / 4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Προσαγωί

Αναπτύσσοντας τους μηρούς

Επιλέξτε το επιθυμητό βάρος. Περάστε τον ειδικό ιμάντα στον αστράγαλό σας και προσαρμόστε τον στην κάτω τροχαλία. Σταθείτε με τα πόδια σε πλάτος σαν των ώμων. Τεντώστε το πόδι μπροστά από το σώμα, προσέχοντας να παραμένει τεντωμένο. Επιστρέψτε στην αρχική θέση και επαναλάβετε την άσκηση.

Αρχάριοι: 10 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Μέσοι: 20 επαναλήψεις με ελαφρύ βάρος

Προχωρημένοι: 20 επαναλήψεις / 2-4 σετ με σταδιακά αυξανόμενο βάρος



Πληροφορίες Άσκησης

Πριν ξεκινήσετε

Το ξεκίνημα του προγράμματός σας εξαρτάται από τη φυσική σας κατάσταση. Αν υπήρξατε ανενεργός για αρκετά χρόνια ή είστε υπέρβαρος, πρέπει να ξεκινήσετε ήρεμα και να αυξάνετε σταδιακά επαναλήψεις.

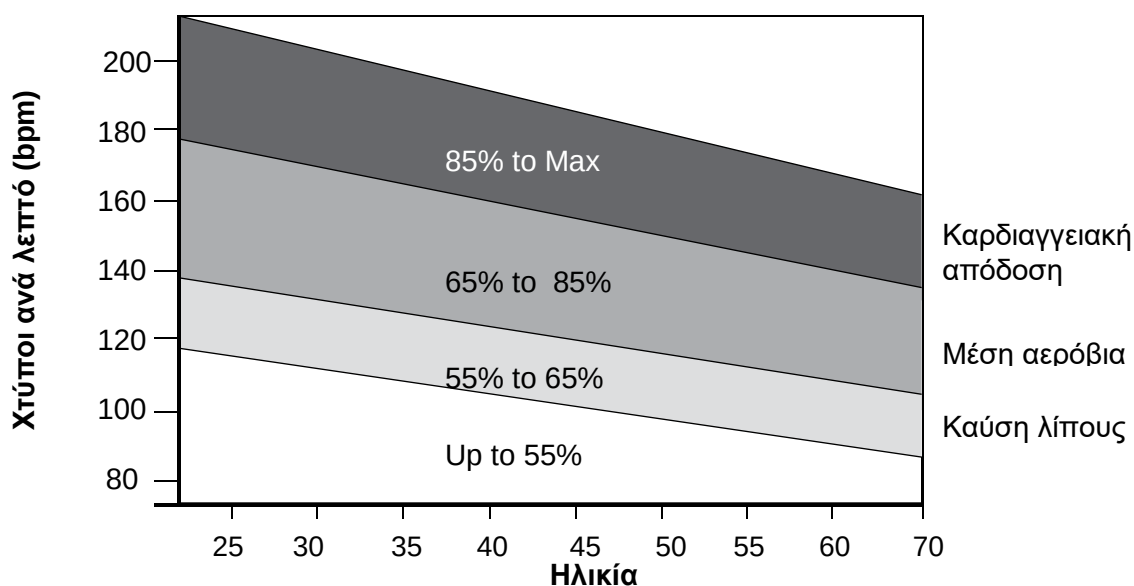
Η φυσική σας κατάσταση θα πρέπει να παρουσιάσει βελτίωση σε 6 ως 8 εβδομάδες. Μην απογοητευθείτε αν πάρει περισσότερο. Είναι σημαντικό να προπονηθείτε με το ρυθμό σας. Σταδιακά θα φτάσετε σε άσκηση 30 λεπτών. Όσο καλύτερα η φυσική σας κατάσταση, τόσο πιο έντονα θα ασκήστε για να τη διατηρήσετε.

Παρακαλούμε θυμηθείτε τα εξής απαραίτητα:

- Ζητήστε από το γιατρό σας να ελέγξει το πρόγραμμα προπόνησής σας και να σας δώσει σχετικές προσωποποιημένες συμβουλές.
- Ξεκινήστε τις προπονήσεις από χαμηλή ένταση, με ρεαλιστικούς στόχους.
- Παρακολουθήστε το σφυγμό σας. Θέστε ένα στόχο σφυγμού ανάλογα με την ηλικία σας.
- Τοποθετήστε τον εξοπλισμό σε επίπεδη επιφάνεια τουλάχιστον 1 μέτρο από τοίχους και έπιπλα.

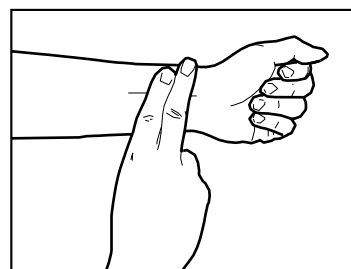
Ένταση της άσκησης

Για να μεγιστοποιήσετε τα οφέλη της άσκησης, είναι σημαντικό να έχετε σωστή ένταση. Μπορείτε να τη βρείτε με οδηγό τον καρδιακό παλμό σας. Για αποτελεσματική άσκηση, ο παλμός σας θα πρέπει να είναι μεταξύ 65% και 85% του μέγιστου παλμού σας κατά την άσκηση. Αυτό είναι γνωστό ως ζώνη στόχου. Μπορείτε να βρείτε τη ζώνη στόχου σας στον παρακάτω πίνακα.



Κατά τους πρώτους μήνες του προγράμματός σας, κρατήστε τον καρδιακό παλμό σας στα χαμηλά της ζώνης στόχου σας. Ύστερα από λίγους μήνες, ο παλμός σας μπορεί να ανέβει σταδιακά στο μέσο της ζώνης στόχου σας κατά την άσκηση.

Για να μετρήσετε τον καρδιακό παλμό σας, σταματήστε την άσκηση αλλά συνεχίστε να κινείτε τα πόδια ή να περπατάτε, κρατώντας δύο δάχτυλα στον καρπό σας. Πάρτε μία μέτρηση 6 δευτερολέπτων και πολλαπλασιάστε το αποτέλεσμα με το 10 για να βρείτε τον παλμό σας ανά λεπτό. (Η μέτρηση 6 δευτερολέπτων χρησιμοποιείται γιατί ο σφυγμός πέφτει απότομα αν σταματήσετε απότομα την άσκηση.) Προσαρμόστε την ένταση της άσκησης μέχρι ο σφυγμός σας να έρθει στο σωστό επίπεδο.



Πληροφορίες Άσκησης

Διάγραμμα μυών

Αερόβια Άσκηση

Η αερόβια άσκηση βελτιώνει την κατάσταση των πνευμόνων και της καρδιάς, του πιο σημαντικού μυ του σώματός μας. Η αερόβια άσκηση προέρχεται από κάθε δραστηριότητα που ενεργοποιεί μεγάλους μύες (χέρια, πόδια, γλουτούς, για παράδειγμα). Η καρδιά χτυπάει πιο γρήγορα και αναπνέουμε πιο βαθιά. Η αερόβια άσκηση θα πρέπει να είναι κομμάτι της συνολικής σας προπόνησης.

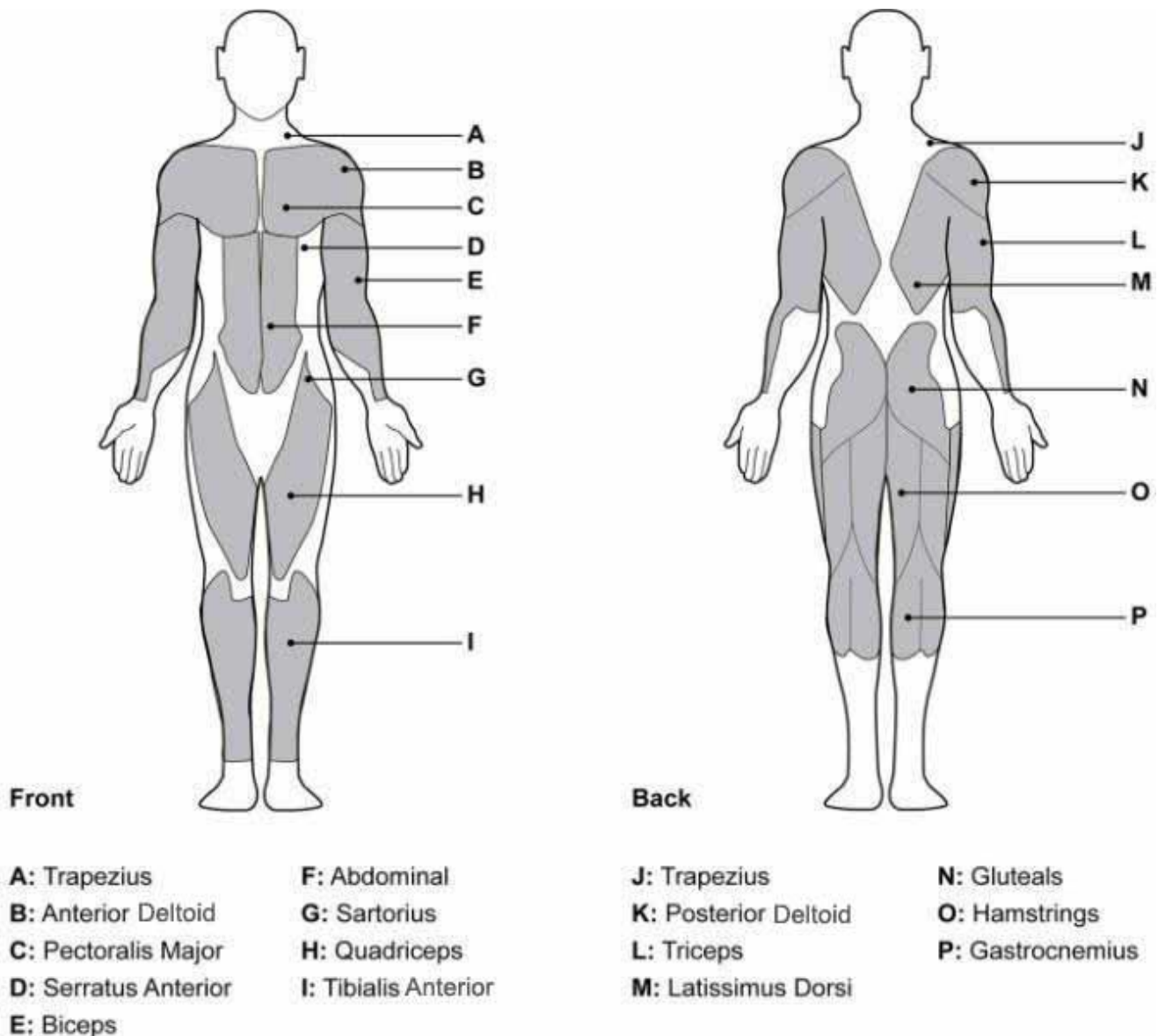
Άσκηση Βαρών

Μαζί με την αερόβια άσκηση, η οποία βοηθά να μειώσετε το περιττό λίπος που αποθηκεύει το σώμα, οι ασκήσεις με βάρη είναι απαραίτητο μέρος της συνολικής σας προπόνησης. Βοηθά στη γράμμωση, καθώς και στην ενδυνάμωση των μυών.

Πάντα να συμβουλευέστε το γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα προπόνησης.

Στοχευμένες μυϊκές ομάδες

Μπορείτε να ακολουθήσετε προγράμματα που στοχεύουν συγκεκριμένα το άνω μέρος και το κάτω μέρος του σώματος, ή συνολικά ολόκληρο το σώμα. Το παρακάτω διάγραμμα απεικονίζει όλες αυτές τις μυϊκές ομάδες.



Πληροφορίες Άσκησης

Ασκήσεις προθέρμανσης και αποθεραπείας

Κάθε πρόγραμμα προπόνησης θα πρέπει να περιλαμβάνει τα ακόλουθα τρία μέρη:

1. Την προθέρμανση, που αποτελείται από 5 ως 10 λεπτά διατάσεων. Μία σωστή προθέρμανση αυξάνει τη θερμοκρασία του σώματος, τον παλμό και την κυκλοφορία του αίματος πριν την άσκηση.
2. Τη ζώνη προπόνησης, που αποτελείται από 20 ως 30 λεπτά άσκησης, με τον καρδιακό παλμό σας ανεβασμένο. (**Σημείωση:** Κατά τις πρώτες εβδομάδες του προγράμματός σας, μην κρατάτε τον καρδιακό παλμό σας σε πολύ υψηλά επίπεδα για περισσότερο από 20 λεπτά.)
3. Την αποθεραπεία, που αποτελείται από 5 ως 10 λεπτά διατάσεων. Αυτό θα αυξήσει την ελαστικότητα των μυών και θα σας βοηθήσει να αποφύγετε τραυματισμούς μετά την άσκηση.

Συχνότητα άσκησης

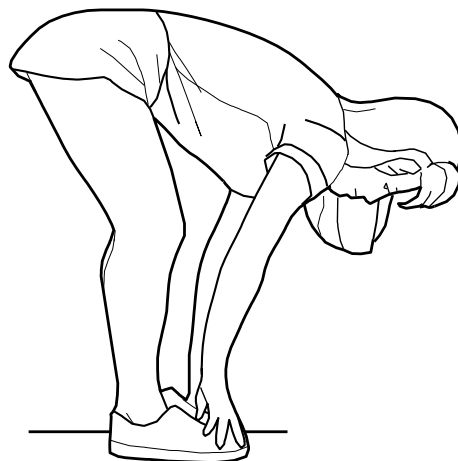
Για να διατηρήσετε ή να βελτιώσετε τη φυσική σας κατάσταση, προγραμματίστε τρεις προπονήσεις κάθε εβδομάδα με τουλάχιστον μία μέρα ξεκούρασης ανάμεσά τους. Μετά από μερικούς μήνες τακτικής άσκησης, μπορείτε να δοκιμάσετε και πέντε προπονήσεις την εβδομάδα. Θυμηθείτε, το κλειδί για την επιτυχία είναι να κάνετε την άσκηση ένα ευχάριστο κομμάτι της καθημερινότητάς σας.

Επικύψεις

Στεκούμενοι με τα γόνατά σας σε ελαφριά κάμψη, σκύψτε αργά προς εμπρός. Επιτρέψτε στην πλάτη και τους ώμους σας να χαλαρώσουν.

Κρατήστε για 15" και χαλαρώστε. Επαναλάβετε 3 φορές.

Εστιάζει: Τένοντες, γόνατα και πλάτη.



Διατάσεις τετρακεφάλων

Καθίστε με το ένα πόδι σε πλήρη έκταση. Φέρτε το πέλμα του άλλου ποδιού μπροστά στο εσωτερικό του μηρού του εκτεινόμενου ποδιού. Τεντώστε τα δάκτυλά σας όσο πιο μακριά μπορείτε.

Κρατήστε για 15" και χαλαρώστε. Επαναλάβετε 3 φορές για κάθε πόδι.

Εστιάζει: Τένοντες, χαμηλή πλάτη, βουβωνική.



Πληροφορίες Άσκησης

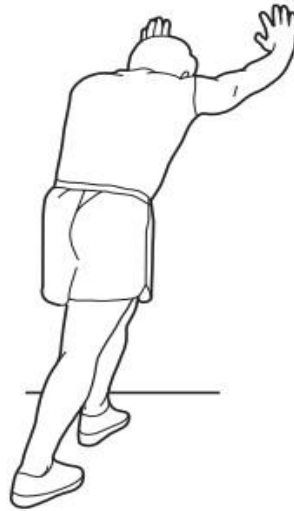
Κνήμη – Αχίλλειος πτέρνα

Με τα χέρια σας ακουμπισμένα στον τοίχο σας να σπρώχνετε, κρατήστε το ένα πόδι μπροστά, το άλλο πίσω και πιέστε.

Κρατήστε για 15" και χαλαρώστε.

Επαναλάβετε 3 φορές για κάθε πόδι. Για μεγαλύτερη διάταση του Αχίλλειου τένοντα, γείρετε την πλάτη σας.

Εστιάζει: Γάμπες, αχίλλειος τένοντας, αστράγαλοι.



Διατάσεις τετρακεφάλων

Με το ένα χέρι στον τοίχο για ισορροπία, πιάστε το δεξί σας πόδι και τραβήξτε το προς τα επάνω. Φέρτε τη φτέρνα σας όσο πιο κοντά στους γλουτούς σας μπορείτε για 10-15 επαναλήψεις.

Κρατήστε για 15" και χαλαρώστε. Επαναλάβετε 3 φορές για κάθε πόδι.

Εστιάζει: Τετρακέφαλοι και μύες γοφών.



Διατάσεις μηρών

Καθίστε με τα πέλματα των ποδιών σας να ακουμπάνε μεταξύ τους και τα γόνατα να είναι προς τα έξω. Τραβήξτε τα πόδια σας όσο πιο κοντά γίνεται για 15 φορές.

Κρατήστε για 15" και χαλαρώστε. Επαναλάβετε 3 φορές.

Εστιάζει: Τετρακέφαλοι και μύες γοφών.



Φροντίδα και Συντήρηση

1. Τα επίπεδα ασφαλείας του εξοπλισμού μπορούν να διατηρηθούν μόνο με τακτική επιθεώρηση όλων των μερών.

2. Λιπάνετε τα κινούμενα μέρη περιστασιακά ώστε να αποφύγετε τη γρήγορη φθορά.

3. Επιθεωρήστε και σφίξτε όλα τα κινούμενα μέρη πριν τη χρήση. Αντικαταστήστε τυχόν ελαττωματικά μέρη αμέσως και μη χρησιμοποιήσετε τον

εξοπλισμό μέχρις ότου να είναι πάλι σε τέλεια κατάσταση.

4. Χρησιμοποιήστε ένα υγρό πανί χωρίς διαβρωτικά ή διαλυτικά.

5. Μην επιχειρήσετε μόνοι σας επισκευή στον εξοπλισμό. Αν αντιμετωπίσετε τεχνικό πρόβλημα, πιστεύετε πως σας λείπει κάποιο κομμάτι ή δυσκολεύεστε στη συναρμολόγηση ή στη

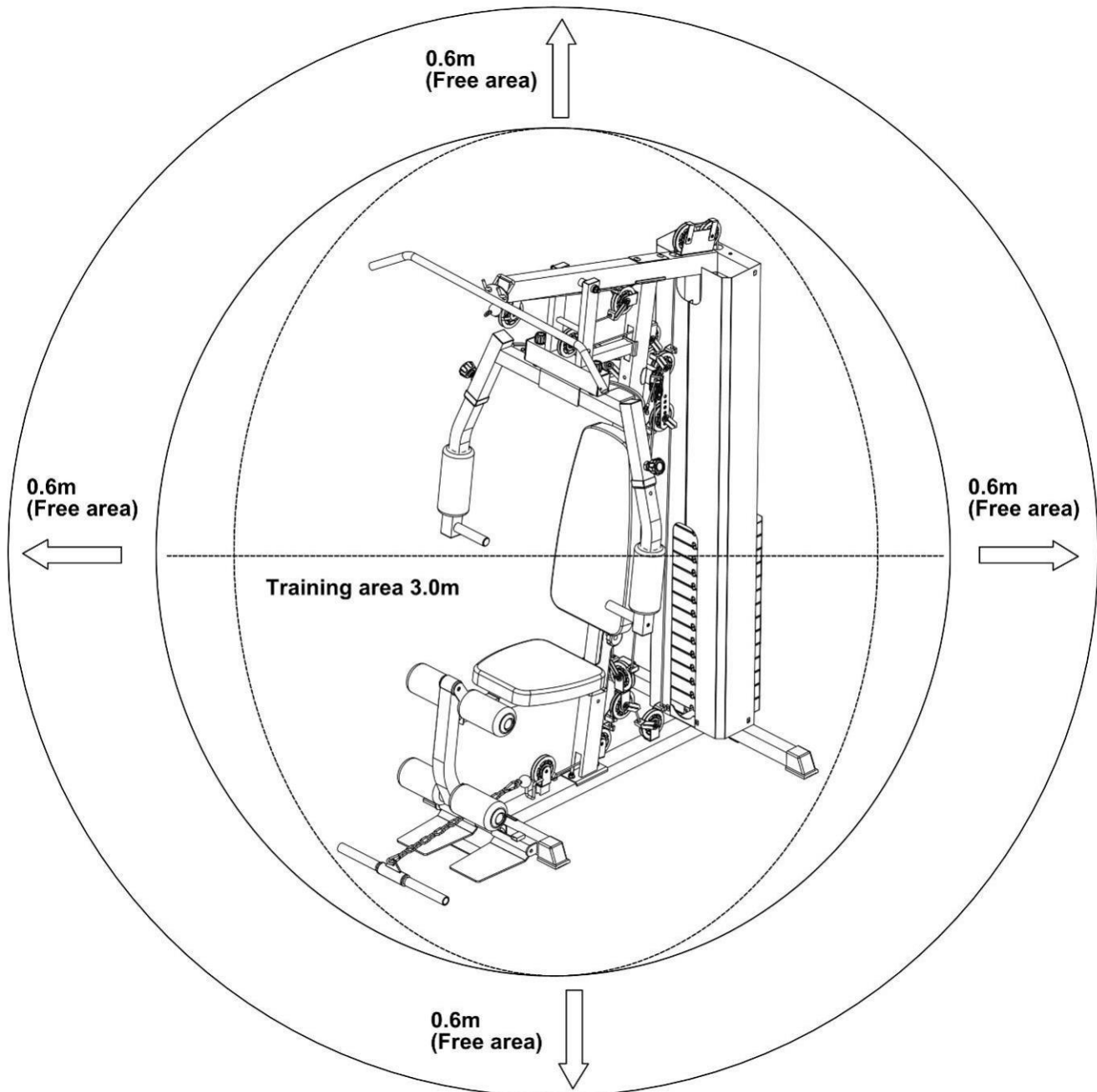
λειτουργία, επικοινωνήστε αμέσως με το Τμήμα Τεχνικής Υποστήριξης:
MEKMA A.E.
210-2758228
service@mekma.gr

Εγγύηση

Για τους σκοπούς της εγγύησης, παρακαλούμε φυλάξτε το παραστατικό αγοράς. Αυτό είναι που θα σας ζητηθεί.

Χώρος Προπόνησης

Ο ελεύθερος χώρος θα πρέπει να μην είναι μικρότερος από 0.6m στην πλευρά από την οποία αποκτάτε πρόσβαση στον εξοπλισμό. Προβλέψτε επίσης χώρο για μπορείτε να αφήσετε γρήγορα τη θέση σας σε στιγμή ανάγκης. Κρατήστε παιδιά χωρίς επίβλεψη μακριά από το χώρο άσκησης.



Αναλυτικό Διάγραμμα

Part	Description	Qty.	Part	Description	Qty.
1	Seat pad support	1	22	Right weight cover	1
2	Rear stabilizer	1	23	Foam roll tube	1
3	Front vertical frame	1	24	Leg developer holder	1
4	Upper frame	1	25	140X50 bracket	3
5	Upper left butterfly frame	1	26	bracket	1
6	upper right butterfly frame	1	27	Foot plate	1
7	Leg developer	1	28	Foot plate tube	1
8	Main base frame	1	29	Right & left lower butterfly frame	2
9	Swivel Pulley bracket support	1	30	Cable retainer	2
10	Front stabilizer	1	31	Upper cable	1
11	Front press frame	1	32	Lower cable	1
12	Pull bar tube	2	33	Butterfly cable	1
13	Selector rod	1	34	Seat pad	1
14	Lat bar	1	35	Backrest pad	1
15	Butterfly handle	2	36		0
16	Pulley bracket support	2	37	10 LBS Weight plate	15
17	angled floating pulley bracket	1	38	Selector pin	1
18	Swivel pulley bracket	2	39	Lock knob	3
19	Handle bracket	1	40	Combination lock	1
20	Guide rod	2	41	Ø16X206*M10 axle	1
21	Left weight cover	1	42	Ø16X57*M12 axle	1

Αναλυτικό Διάγραμμα

43	15 Joint chain	1	66	M5*10 Philips screw	4
44	8 Joint chain	1	67	Ø10 washer	64
45	7# gourd hook	4	68	Ø8 washer	6
46	M10*85 lock knob	1	69	M10 Aircraft nut	30
47	L shape pin	1	70	Pull bar	1
48	□ 50 rubber bumper	1	71	Ø12 washer	2
49	Foam roll end cap	4	72	M5 Aircraft nut	4
50	Foam roll	4	73	M10 Aircraft nut cover	30
51	Butterfly foam roll	2	74	Single strap	1
52	pulley	15	75	Angle strap	1
53	M10*180 Allen bolt	1	76	M18 Lock ring	2
54	M10*110 Allen bolt	1	77	Handle grip	2
55	M10*28 Allen bolt	2	78	Ø25*130 handle grip	2
56	M10*65 Allen bolt	2	79	Ø25*170 handle grip	2
57	M10*45 Allen bolt	1	80	Ø25*500 handle grip	2
58	M10*25 Allen bolt	8	81	□ 50 foot	4
59	M10*16 Allen bolt	8	82	50*20*1.5 End cap	2
60	M8*85 Allen bolt	2	83	□ 45*1.5 End cap	4
61	M10*50 Allen bolt	13	84	□ 50*1.5 End cap	3
62	M8*18 Allen bolt	6	85	□ 50*2 End cap	2
63	M10*90 Carriage bolt	2	86	50*70*1.5 End cap	1
64	M10*70 Carriage bolt	6	87	50*70*2 End cap	2
65	M12*20 Allen bolt	2	88	□ 50*□ 45 sleeve	3

Αναλυτικό Διάγραμμα

89	Ø25 end cap	1
90	Ø38* Ø27*26 bushing	2
91	Ø50* Ø16*25 Plastic bushing	2
92	Rubber bumper	2
93	Ø29*20*81 bushing	2
94	50*170 anti slip	1
95	Ø25* Ø22* Ø16*10 bushing	4
96	Ø25* Ø22* Ø16*10 bushing	2
97	Ø32* Ø20 *25 bushing	4
98	13*26*1.5 End cap	2
99	M6X16 philips screw	2
100	Ø25*1.5 end cap	6
101	Rubber bumper	2
102	Cable retainer	19
103	Cable retainer bushing	19

Εγγύηση

Η ΜΕΚΜΑ Α.Ε. εγγυάται όλα τα μέρη του εξοπλισμού, για μια χρονική περίοδο που αναφέρεται κατωτέρω, από την ημερομηνία αγοράς, όπως καθορίζεται από το παραστατικό πώλησης. Η ΜΕΚΜΑ Α.Ε. αναλαμβάνει να επισκευάσει τον εξοπλισμό δωρεάν σε περίπτωση βλάβης που οφείλεται αποκλειστικά σε σφάλμα κατασκευής. Η συναρμολόγηση, ο έλεγχος και η ρύθμιση του εξοπλισμού βαρύνει τον πελάτη. Η ευθύνη της ΜΕΚΜΑ Α.Ε. περιλαμβάνει νέα ή ανακατασκευασμένα μέρη, στην επιλογή της, και τεχνική υποστήριξη στην αντιπροσωπεία και στους εμπόρους της για τη συντήρηση του μηχανήματος. Εν τη απουσία ενός εμπόρου, της αντιπροσωπείας ή της παροχής υπηρεσιών επισκευής, αυτές οι εγγυήσεις θα αντιμετωπιστούν άμεσα από την ΜΕΚΜΑ Α.Ε.. Η περίοδος εξουσιοδότησης ισχύει ως ακολούθως:

Η χρονική διάρκεια της ΕΓΓΥΗΣΗΣ για οικιακή χρήση είναι:

Πλαίσιο: 2 έτη, Τροχαλίες & Συρματόσχοινα: 2 έτη, Ταπετσαρία: 6 μήνες.

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η παρούσα εγγύηση ισχύει μόνο εφ' όσον:

1. Επιδειχθεί από τον αγοραστή η νόμιμη απόδειξη αγοράς του εξοπλισμού (Τιμολόγιο, Δελτίο Αποστολής ή Δελτίο Λιανικής Πώλησης) που αναφέρει την ημερομηνία αγοράς, τον τύπο του μηχανήματος και τον αριθμό κατασκευής (serial number) αν υπάρχει. Η εγγύηση ισχύει μόνο για τον πρώτο αγοραστή και οπωσδήποτε αποκλείεται η μεταβίβαση της εγγύησης σε τρίτο.
2. Γίνεται κατάλληλη χρήση του εξοπλισμού σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται σε αυτό το εγχειρίδιο.
3. Η εταιρεία διατηρεί το δικαίωμα να καθορίζει αυτή και κατά την κρίση της, την αντικατάσταση ή την επισκευή των ανταλλακτικών, καθώς επίσης, τον τόπο, τον χρόνο και τον τρόπο επισκευής. Ρητώς αναφέρεται ότι αποκλείεται κάθε είδους απαίτηση για αποζημίωση, λόγω προσωρινής έλλειψης ανταλλακτικών και καθυστέρησης αποκατάστασης της βλάβης.
4. Οι ζημιές του εξοπλισμού τελειώνουν κατά τη διάρκεια της μεταφοράς και της εγκατάστασης.

ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η επισκευή του μηχανήματος μπορεί να πραγματοποιηθεί:

1. Στο τμήμα service της εταιρείας μας. Η μεταφορά του μηχανήματος από και προς το τμήμα επισκευών, γίνεται με ευθύνη και έξοδα του πελάτη, ο οποίος είναι υπεύθυνος για την σωστή συσκευασία κατά την μεταφορά στην αντιπροσωπεία. Η εταιρεία δεν ευθύνεται για τυχόν ζημιές κατά την μεταφορά από τρίτο.
2. Με μετάβαση του τεχνικού της εταιρείας στο χώρο του πελάτη. Ο χρόνος μετάβασης και τα έξοδα κίνησής του τεχνικού βαρύνουν τον πελάτη και καθορίζονται από τον ισχύοντα τιμοκατάλογο επισκευών της εταιρείας μας.

ΕΞΑΙΡΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η παρούσα εγγύηση δεν καλύπτει:

1. Επακόλουθες, παράλληλες ή τυχαίες ζημιές όπως ζημιές ιδιοκτησίας.
2. Αποζημίωση υπηρεσιών στον καταναλωτή για όσο χρόνο δεν λειτουργεί το μηχάνημα.

ΔΕΝ ισχύει οπωσδήποτε η παρούσα εγγύηση, στις παρακάτω περιπτώσεις:

1. Όταν η βλάβη είναι αποτέλεσμα μετατροπών, κακής χρήσης, κακής συντήρησης.
2. Όταν το μηχάνημα ανοιχτεί ή επισκευαστεί από τρίτους.
3. Όταν η βλάβη προέρχεται από αμέλεια του χρήστη.
4. Όταν γενικώς δεν έχουν ακολουθηθεί οι οδηγίες χρήσης που αναγράφονται στο εγχειρίδιο.

ΕΠΙΣΚΕΥΗ

Κρατήστε την απόδειξη αγοράς σας (ή αντίγραφο της). Αν η υπηρεσία επισκευής εκτελείται, είναι στο συμφέρον σας να λάβετε και να κρατάτε όλες τις αποδείξεις. Αυτή η γραπτή εγγύηση σας δίνει τα συγκεκριμένα νόμιμα δικαιώματα. Μπορείτε επίσης να έχετε άλλα δικαιώματα που ποικίλλουν από κράτος σε κράτος. Η υπηρεσία επισκευής κάτω από αυτήν την εγγύηση πρέπει να ληφθεί με την ακολουθία αυτών των βημάτων, σε εντολή:

1. Επικοινωνήστε με τον εξουσιοδοτημένο έμπορο, ή
2. Ελάτε σε επαφή με το τμήμα service (210) 2758228.

ΜΗ ΣΤΕΙΛΕΤΕ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗ ΕΓΚΡΙΣΗ. Όλα τα προϊόντα που φθάνουν χωρίς έγκριση θα απορρίπτονται.

Για περισσότερες πληροφορίες, ή για να έρθει σε επαφή μαζί σας με το τμήμα service, επικοινωνήστε στο:

ΜΕΚΜΑ Α.Ε.

Γρ. Λαμπράκη 21 Λυκόβρυση

T.K. 14123

Τηλ. (210) 2758228 – Fax (210)2774798

e-mail: service@mekma.gr

Τα χαρακτηριστικά γνωρίσματα ή οι προδιαγραφές προϊόντων όπως περιγράφονται ή επεξηγούνται υπόκεινται σε αλλαγή από τον κατασκευαστή χωρίς ειδοποίηση.

Προϊόν: ...Πολυόργανο Pegasus JX-DS915

Ημερομηνία αγοράς:

