

SCHWINN™

510T



Αυτό το προϊόν είναι συμβατό με τις
ισχύουσες απαιτήσεις CE.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ / ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΗΣ

Σημαντικές Οδηγίες Ασφαλείας	3	Άνοιγμα / Κατάσταση Αναμονής	31
Ετικέτες προειδοποιήσεων / Σειριακός Αριθμός	6	Πρόγραμμα Άμεσης Εκκίνησης	31
Οδηγίες Γείωσης	7	Προφίλ Χρηστών	32
Επείγουσα Διαδικασία Διακοπής	8	Προφίλ Προγραμμάτων	33
Συμμόρφωση της FCC	8	Παύση ή Διακοπή	36
Προδιαγραφές	9	Αποτελέσματα / Λειτουργία Cool Down	36
Πριν τη Συναρμολόγηση	9	Συντήρηση	38
Μέρη	10	Καθαρισμός	38
Υλικό	11	Ρύθμιση του Ταπέτου	39
Εργαλεία	11	Ευθυγράμμιση του Ταπέτου	39
Συναρμολόγηση	11	Λίπανση του Ταπέτου	39
Μετακίνηση του Μηχανήματος	20	Μέρη Συντήρησης	41
Αναδίπλωση του Μηχανήματος	22	Επίλυση Προβλημάτων	43
Ευθυγράμμιση του Μηχανήματος	23	Εγγύηση (Για Ελλάδα/Κύπρο μόνο)	47
Χαρακτηριστικά	24		
Χαρακτηριστικά Κονσόλας	25		
Λειτουργίες	30		
Ξεκινώντας	30		

Για την επικύρωση της εγγύησης υποστήριξης, κρατήστε την αρχική απόδειξη αγοράς και καταγράψτε τις ακόλουθες πληροφορίες:

Σειριακός Αριθμός _____

Ημερομηνία Αγοράς _____

Για να καταχωρήσετε την εγγύηση του προϊόντος, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία.

Για λεπτομέρειες σχετικά με την εγγύηση του προϊόντος ή αν έχετε ερωτήσεις ή προβλήματα με το προϊόν σας, παρακαλούμε επικοινωνήστε με τον αντιπρόσωπο της Nautilus. Για να βρείτε τον αντιπρόσωπο σας πηγαίνετε στο: www.nautilusinternational.com ή www.nautilus.cn

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, www.NautilusInc.com - Customer Service: North America (800) 605-3369, csnls@nautilus.com | Nautilus (Shanghai) Fitness Equipments Co, Ltd, Room 1701 & 1702, 1018 Changning Road, Changning District, Shanghai, China 200042, www.nautilus.cn - 86 21 6115 9668 | outside U.S. or Canada: www.nautilusinternational.com | Printed in China | © 2019 Nautilus, Inc. Schwinn, the Schwinn Quality logo, Schwinn 810, Schwinn 510T, Schwinn Toolbox, Bowflex, and Nautilus are trademarks owned or licensed by Nautilus, Inc., registered or otherwise protected by common law in the United States and other nations. Google Play is a trademark of Google Inc. App Store is a service mark of Apple Inc. The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc., and any use of such marks by Nautilus, Inc. is under license.

Όταν χρησιμοποιείτε μία ηλεκτρική συσκευή, βασικές προφυλάξεις πρέπει να ακολουθούνται πάντα, συμπεριλαμβανομένων των εξής:

 Αυτό το εικονίδιο σημαίνει μία δυνητικά επικίνδυνη κατάσταση η οποία, αν δεν αποφευχθεί, θα μπορούσε να οδηγήσει σε θάνατο ή σοβαρό τραυματισμό.

Υπακούστε στις ακόλουθες προειδοποιήσεις:

 Διαβάστε και κατανοήστε όλες τις προειδοποιήσεις για αυτό το μηχάνημα.

 **ΚΙΝΔΥΝΟΣ** Διαβάστε προσεκτικά και κατανοήστε τις Οδηγίες Συναρμολόγησης. Διαβάστε και κατανοήστε ολόκληρο το εγχειρίδιο. Φυλάξτε το εγχειρίδιο για μελλοντική αναφορά.

 **ΚΙΝΔΥΝΟΣ** Για να μειώσετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας ή χρήση του εξοπλισμού χωρίς επίβλεψη, αποσυνδέετε πάντοτε το μηχάνημα από την πρίζα αμέσως μετά τη χρήση και πριν τον καθαρισμό.

 **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ** Για να μειώσετε τον κίνδυνο εγκαυμάτων, ηλεκτροπληξίας ή τραυματισμού ατόμων, διαβάστε και κατανοήστε ολόκληρο το Εγχειρίδιο Κατασκευαστή. Αν δεν ακολουθήσετε αυτές τις οδηγίες, μπορεί να προκληθεί σοβαρή ή πιθανώς θανατηφόρα ηλεκτροπληξία ή άλλος σοβαρός τραυματισμός.

- Κρατήστε τους παρευρισκόμενους και τα παιδιά μακριά από το προϊόν που συναρμολογείτε ανά πάσα στιγμή.
- Μη συνδέετε το μηχάνημα με το ρεύμα έως ότου σας ζητηθεί να το πράξετε.
- Το μηχάνημα δεν πρέπει ποτέ να μείνει χωρίς επίβλεψη όταν είναι στην πρίζα. Βγάλτε το από την πρίζα όταν δεν είναι σε χρήση, και πριν τοποθετήσετε ή αφαιρέσετε εξαρτήματα.
- Πριν από κάθε χρήση, να εξετάζετε το μηχάνημα για τυχόν ζημιές στο καλώδιο τροφοδοσίας, για χαλαρά μέρη ή σημάδια φθοράς. Μην το χρησιμοποιήσετε αν βρεθεί σε αυτή την κατάσταση. Επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για πληροφορίες επισκευής.
- Δεν προορίζεται για χρήση από άτομα με προβλήματα υγείας, των οποίων η κατάσταση μπορεί να επηρεάσει την ασφαλή λειτουργία του διαδρόμου ή να προκαλέσει κίνδυνο τραυματισμού του χρήστη.
- Μην ρίχνετε ή εισάγετε αντικείμενα σε οποιοδήποτε άνοιγμα του μηχανήματος.
- Ποτέ μην λειτουργείτε αυτό τον διάδρομο με τους αεραγωγούς μπλοκαρισμένους. Διατηρείτε τους αεραγωγούς χωρίςχνούδια, τρίχες και άλλα παρόμοια.
- Μη συναρμολογείτε το μηχάνημα σε εξωτερικούς χώρους ή σε υγρό και νωτισμένο περιβάλλον.
- Βεβαιωθείτε ότι η συναρμολόγηση γίνεται σε κατάλληλο χώρο μακριά από παιδιά και παρευρισκόμενους.
- Ορισμένα εξαρτήματα του μηχανήματος μπορεί να είναι βαριά ή δύσχρηστα. Χρησιμοποιήστε ένα δεύτερο άτομο όταν κάνετε τα βήματα συναρμολόγησης που αφορούν αυτά τα μέρη. Μην κάνετε βήματα που αφορούν βαριά ανύψωση χωρίς βοήθεια και μην κάνετε αδέξιες κινήσεις.
- Ρυθμίστε το μηχάνημα σε μία σταθερή, επίπεδη, οριζόντια επιφάνεια.
- Μην προσπαθήσετε να αλλάξετε το σχεδιασμό ή τη λειτουργικότητα αυτού του μηχανήματος. Αυτό θα μπορούσε να θέσει σε κίνδυνο την ασφάλεια αυτού του μηχανήματος και να ακυρώσει την εγγύηση.
- Αν τα ανταλλακτικά είναι απαραίτητα, χρησιμοποιήστε μόνο γνήσια ανταλλακτικά και υλικά Nautilus. Η χρήση μη γνήσιων ανταλλακτικών μπορεί να προκαλέσει κίνδυνο στους χρήστες, κακή λειτουργία του μηχανήματος και ακύρωση της εγγύησης.
- Μην χρησιμοποιήσετε τον εξοπλισμό έως ότου συναρμολογηθεί πλήρως και ελεγχθεί ως προς τη σωστή απόδοση, σύμφωνα με το Εγχειρίδιο.
- Χρησιμοποιήστε αυτό το μηχάνημα μόνο για την προβλεπόμενη χρήση του, όπως περιγράφεται σε αυτό το εγχειρίδιο. Μην χρησιμοποιείτε εξαρτήματα που δεν συνιστώνται από τον κατασκευαστή.
- Κάντε όλα τα στάδια συναρμολόγησης στην αλληλουχία που δίδεται. Λανθασμένη συναρμολόγηση μπορεί να οδηγήσει σε τραυματισμό ή εσφαλμένη λειτουργία.
- Συνδέστε αυτό το μηχάνημα σε μία κατάλληλα γειωμένη πρίζα (βλέπε Οδηγίες Γείωσης).
- Κρατήστε το καλώδιο παροχής μακριά από πηγές θερμότητας και θερμές επιφάνειες.
- Μην λειτουργείτε το μηχάνημα όπου χρησιμοποιούνται προϊόντα αεροζόλ.
- Για να αποσυνδέσετε, γυρίστε το διακόπτη στη θέση "off", και αφαιρέστε το φις από την πρίζα.
- Το λιπαντικό σιλικόνης δεν προορίζεται για ανθρώπινη κατανάλωση. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. Αποθηκεύστε σε ασφαλές μέρος.

Πριν από τη χρήση αυτού του εξοπλισμού, να τηρείτε τις ακόλουθες προειδοποιήσεις:



Διαβάστε και κατανοήστε ολόκληρο το εγχειρίδιο. Κρατήστε το εγχειρίδιο για μελλοντική αναφορά.

Διαβάστε και κατανοήστε όλες τις προειδοποιήσεις σε αυτό το μηχάνημα. Αν σε οποιαδήποτε στιγμή οι ετικέτες προειδοποίησης χαλαρώσουν, είναι δυσανάγνωστες ή έχουν αφαιρεθεί, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για τις ετικέτες αντικατάστασης.



Για να μειώσετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας ή τη χρήση του εξοπλισμού χωρίς επιτήρηση, αποσυνδέετε πάντα το καλώδιο παροχής από την πρίζα και το μηχάνημα και περιμένετε 5 λεπτά πριν τον καθαρισμό, τη συντήρηση ή την επισκευή του μηχανήματος. Τοποθετήστε το καλώδιο παροχής σε μία ασφαλή θέση.

- Τα παιδιά δεν πρέπει να τα αφήνουμε πάνω ή κοντά σε αυτό το μηχάνημα. Κινούμενα μέρη και άλλα χαρακτηριστικά του μηχανήματος μπορεί να είναι επικίνδυνα για τα παιδιά.
- Δεν προορίζεται για χρήση από άτομα κάτω των 14 ετών.
- Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Σταματήστε την άσκηση αν αισθανθείτε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος σας, αν έχετε δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθημα λιποθυμίας. Επικοινωνήστε με το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε ξανά το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται από την κονσόλα του μηχανήματος, για λόγους αναφοράς και μόνο.
- Πριν από κάθε χρήση, να εξετάζετε το μηχάνημα για τυχόν ζημιές στο καλώδιο παροχής, την υποδοχή τροφοδοσίας, για χαλαρά μέρη ή σημάδια φθοράς. Μην το χρησιμοποιήσετε αν βρεθεί σε αυτή την κατάσταση. Επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για πληροφορίες επισκευής.
- Αυτή η συσκευή πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο με την παρεχόμενη μονάδα τροφοδοσίας ή με μια τροφοδοτική μονάδα αντικατάστασης που παρέχεται από τη Nautilus, Inc.
- Το μέγιστο βάρος του χρήστη είναι: 125 kg (275 lbs.). Μην το χρησιμοποιήσετε αν είστε πάνω από αυτό το βάρος.
- Αυτό το μηχάνημα προορίζεται μόνο για οικιακή χρήση. Μην τοποθετείτε ή χρησιμοποιείτε το μηχάνημα σε εμπορική ή θεσμική χρήση. Αυτό περιλαμβάνει γυμναστήρια, εταιρίες, χώρους εργασίας, κλαμπ, γυμναστήρια και οποιαδήποτε δημόσια ή ιδιωτική οντότητα που διαθέτει μηχανές για χρήση από τα μέλη, τους πελάτες, τους υπαλλήλους ή τις θυγατρικές της.
- Μη φοράτε φαρδιά ρούχα ή κοσμήματα. Αυτό το μηχάνημα περιέχει κινούμενα μέρη. Μη βάζετε τα δάκτυλά ή άλλα αντικείμενα σε κινούμενα μέρη του εξοπλισμού άσκησης.
- Πάντα να φοράτε αθλητικά παπούτσια με λαστιχένια σόλα, όταν χρησιμοποιείτε το μηχάνημα. Μη χρησιμοποιείτε το μηχάνημα με γυμνά πόδια ή φορώντας μόνο κάλτσες.
- Ρυθμίστε και λειτουργήστε το μηχάνημα σε σταθερή, επίπεδη, οριζόντια επιφάνεια.
- Να είστε προσεκτικοί όταν κατεβαίνετε από το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις πλαϊνές ράγες για σταθερότητα πριν ανεβείτε στο ταπέτο.
- Για να αποφύγετε τραυματισμούς, σταθείτε στις πλαϊνές ράγες πριν ξεκινήσετε το μηχάνημα ή όταν ολοκληρώσετε μια προπόνηση. Μην σταματάτε το μηχάνημα ενώ στέκεστε στο ταπέτο και να εξέρχεστε πάντα από το πίσω μέρος της συσκευής (ή του μηχανήματος).
- Αποσυνδέστε όλα τα καλώδια τροφοδοσίας πριν από τη συντήρηση αυτού του μηχανήματος.
- Μη λειτουργείτε το μηχάνημα σε εξωτερικούς χώρους ή σε περιβάλλον με υγρασία. Κρατήστε τα πεντάλ καθαρά και στεγνά.
- Διατηρήστε τουλάχιστον 0.6 m (24") απόσταση σε κάθε πλευρά του μηχανήματος καθαρή. Αυτή είναι η συνιστώμενη απόσταση ασφαλείας για πρόσβαση σε περίπτωση εκτάκτου ανάγκης. Κρατήστε τρίτα άτομα εκτός του χώρου αυτού όταν το μηχάνημα είναι σε χρήση.
- Μην ασκείτε υπερβολικά. Λειτουργήστε το μηχάνημα με τον τρόπο που περιγράφεται σε αυτό το εγχειρίδιο.
- Εκτελέστε όλες τις τακτικές και περιοδικές διαδικασίες συντήρησης που συνιστώνται στο Εγχειρίδιο Κατασκευαστή.
- Διαβάστε, κατανοήστε και ελέγξτε τη διαδικασία διακοπής έκτακτης ανάγκης πριν από την χρήση
- Κρατήστε το ταπέτο καθαρό και στεγνό.
- Μη ρίχνετε ή τοποθετείτε αντικείμενα σε οποιοδήποτε άνοιγμα του μηχανήματος.
- Μη στέκεστε πάνω στο κάλυμμα του κινητήρα ή στα εμπρός καλύμματα άκρων.
- Κρατήστε το καλώδιο παροχής μακριά από πηγές θερμότητας και θερμές επιφάνειες.
- Το μηχάνημα πρέπει να είναι συνδεδεμένο με ένα κατάλληλα γειωμένο κύκλωμα. Τίποτα άλλο δεν πρέπει να συνδέεται

σε αυτό το κύκλωμα.

- Πάντα να συνδέετε το καλώδιο παροχής σε ένα κύκλωμα ικανό με ασφάλεια 10 A για 220-240V AC χωρίς άλλα εφαρμοζόμενα φορτία.
- Συνδέστε αυτό το μηχάνημα σε μία σωστά γειωμένη πρίζα. Συμβουλευθείτε έναν ηλεκτρολόγο για βοήθεια.
- Μην το λειτουργείτε όπου χρησιμοποιούνται προϊόντα αεροζόλ.
- Μην αφήνετε υγρά να αγγίζουν το τροφοδοτικό. Αν συμβεί αυτό, το τροφοδοτικό θα πρέπει να επιθεωρηθεί και να δοκιμαστεί για την ασφάλειά σας από εγκεκριμένο τεχνικό πριν χρησιμοποιηθεί ξανά.
- Μην αφαιρείτε το κάλυμμα κινητήρα του μηχανήματος ή τα καλύμματα του πίσω κυλίνδρου. Υπάρχουν επικίνδυνες τάσεις και κινούμενα μέρη. Τα μέρη επισκευάζονται μόνο από εξουσιοδοτημένο τεχνικό.
- Η ηλεκτρική καλωδίωση στο σπίτι στο οποίο το μηχάνημα θα χρησιμοποιηθεί, πρέπει να υπακούει στις ισχύουσες τοπικές απαιτήσεις.
- Η άσκηση σε αυτό το μηχάνημα απαιτεί συντονισμό και ισορροπία. Να είστε προετοιμασμένοι για αλλαγές στην ταχύτητα και το επίπεδο αντίστασης που μπορεί να συμβούν κατά την διάρκεια της προπόνησης, και να είστε προσεκτικοί, ώστε να αποφευχθεί η απώλεια της ισορροπίας με πιθανότητα τραυματισμού.
- Το μηχάνημα δεν πρέπει να μείνει ποτέ χωρίς επίβλεψη όταν είναι στην πρίζα. Βγάλτε το από την πρίζα όταν δεν είναι σε χρήση, και πριν τοποθετήσετε ή αφαιρέσετε εξαρτήματα.
- Χρησιμοποιήστε αυτό το μηχάνημα μόνο για την προβλεπόμενη χρήση του, όπως περιγράφεται σε αυτό το εγχειρίδιο. Μην χρησιμοποιείτε εξαρτήματα που δεν συνιστώνται από τον κατασκευαστή.
- Αυτή η συσκευή δεν προορίζεται για χρήση από άτομα (συμπεριλαμβανομένων των παιδιών) με μειωμένες σωματικές, αισθητηριακές ή διανοητικές ικανότητες, ή έλλειψη εμπειρίας και γνώσης, εκτός αν έχουν επίβλεψη ή οδηγίες σχετικά με τη χρήση της συσκευής από άτομο υπεύθυνο για την ασφάλειά τους.
- Τα παιδιά θα πρέπει να επιβλέπονται για να βεβαιωθείτε ότι δεν παίζουν με τη συσκευή.
- ΦΥΛΑΞΤΕ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ.



ΠΡΟΣΟΧΗ

Κίνδυνος ανθρώπινου τραυματισμού - Για να αποφύγετε τραυματισμούς, πρέπει να προσέχετε ιδιαίτερα κατά την εκκίνηση ή την διακοπή του ταπέτου. Διαβάστε το εγχειρίδιο οδηγιών πριν από την χρήση.

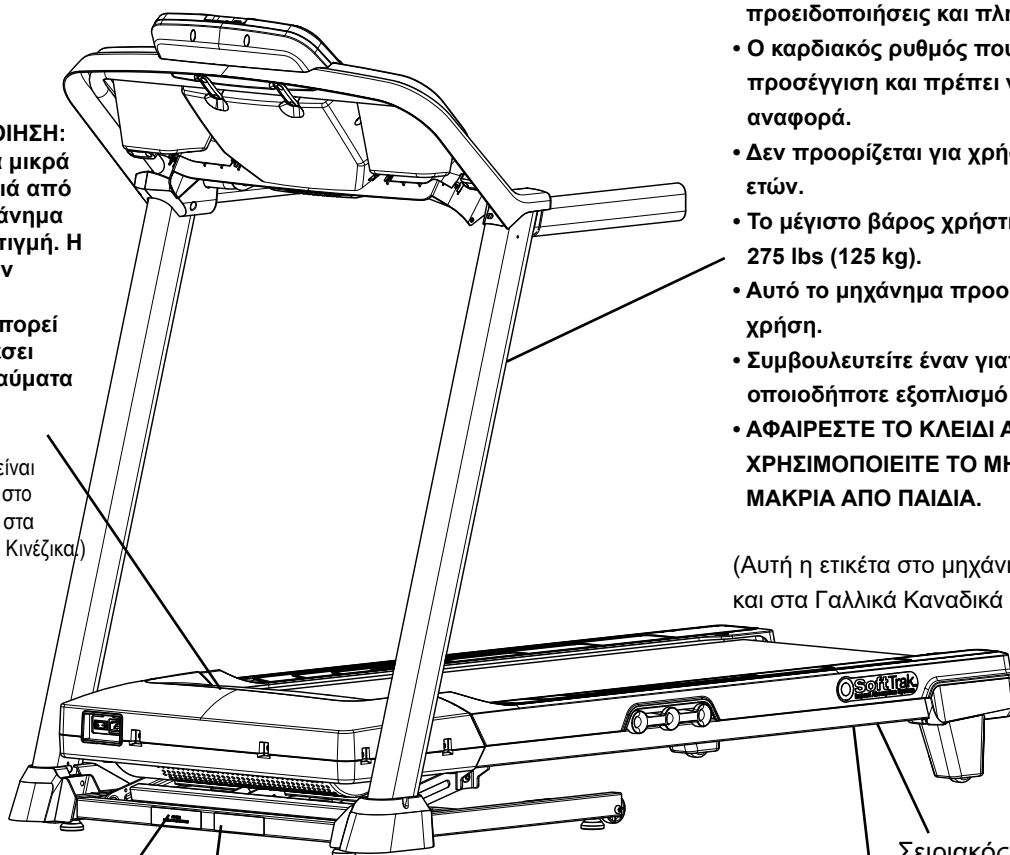
ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

- Τραυματισμός ή θάνατος μπορεί να συμβεί αν δεν δώσετε προσοχή κατά την χρήση του μηχανήματος.
- Κρατήστε τα παιδιά και τα κατοικίδια ζώα μακριά.
- Διαβάστε και ακολουθήστε όλες τις προειδοποιήσεις σε αυτό το μηχάνημα.
- Ανατρέξτε στο εγχειρίδιο χρήσης για πρόσθετες προειδοποιήσεις και πληροφορίες ασφαλείας.
- Ο καρδιακός ρυθμός που εμφανίζεται είναι μια προσέγγιση και πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο για αναφορά.
- Δεν προορίζεται για χρήση από άτομα κάτω των 14 ετών.
- Το μέγιστο βάρος χρήστη για αυτό το μηχάνημα είναι 275 lbs (125 kg).
- Αυτό το μηχάνημα προορίζεται μόνο για οικιακή χρήση.
- Συμβουλευτείτε έναν γιατρό πριν χρησιμοποιήσετε οποιοδήποτε εξοπλισμό άσκησης.
- **ΑΦΑΙΡΕΣΤΕ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΟΤΑΝ ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΤΟ ΜΗΧΑΝΗΜΑ, ΚΑΙ ΦΥΛΑΞΤΕ ΤΟ ΜΑΚΡΙΑ ΑΠΟ ΠΑΙΔΙΑ.**

(Αυτή η ετικέτα στο μηχάνημα είναι διαθέσιμη στα Αγγλικά και στα Γαλλικά Καναδικά μόνο.)

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:
Κρατήστε τα μικρά παιδιά μακριά από αυτό το μηχάνημα ανά πάσα στιγμή. Η επαφή με την κινούμενη επιφάνεια μπορεί να προκαλέσει σοβαρά εγκαύματα τριβής.

(Αυτή η ετικέτα είναι διαθέσιμη μόνο στο μηχάνημα 510T στα Αγγλικά και στα Κινέζικα.)



Σειριακός αριθμός

Προδιαγραφές Προϊόντος

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΗ ΤΑΣΗ.

- Η επαφή μπορεί να προκαλέσει ηλεκτροπληξία ή εγκαύματα.
- Απενεργοποιήστε την παροχή ρεύματος πριν την συντήρηση.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

- Τα κινούμενα μέρη μπορεί να σπάζουν ή να κοπούν.
- Κρατήστε την ασφάλεια στη θέση της.
- Κλείστε την παροχή ρεύματος πριν την συντήρηση

(Αυτή η ετικέτα στο μηχάνημα είναι διαθέσιμη στα Αγγλικά και στα Γαλλικά Καναδικά στο μηχάνημα 810, και στα Αγγλικά και Γαλλικά Καναδικά και Κινέζικα στο μηχάνημα 510T.)

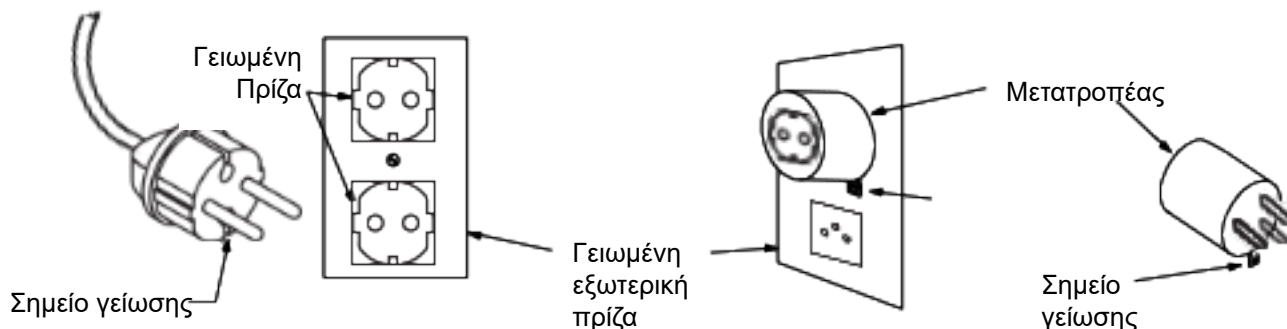
Οδηγίες Γείωσης (για το σύστημα των 120V AC)

Αυτό το προϊόν πρέπει να είναι γειωμένο. Αν παρουσιαστεί δυσλειτουργία, η σωστή γείωση μειώνει τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Το καλώδιο παροχής είναι εξοπλισμένο με ένα αγωγό γείωσης του εξοπλισμού και πρέπει να συνδεθεί σε πρίζα που έχει εγκατασταθεί και γειωθεί σωστά σύμφωνα με όλους τους τοπικούς κανονισμούς και κανονισμούς.

⚠ ΚΙΝΔΥΝΟΣ Η ακατάλληλη σύνδεση του αγωγού γείωσης του εξοπλισμού μπορεί να προκαλέσει κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Συμβουλευθείτε έναν ηλεκτρολόγο αν δεν είστε σίγουροι ότι το μηχάνημα είναι σωστά γειωμένο. Μην αλλάξετε το φισ στο μηχάνημα, εγκαταστήστε τη σωστή πρίζα με ένα ηλεκτρολόγο.

Εάν συνδέσετε το μηχάνημα σε μια πρίζα με GFI (διακοπή σφάλματος γείωσης) ή AFI (διακοπή σφάλματος τόξου), η λειτουργία του μηχανήματος μπορεί να προκαλέσει διακοπή του κυκλώματος. Αυτό το μηχάνημα προορίζεται για χρήση σε ονομαστικό κύκλωμα 120 V και διαθέτει βύσμα γείωσης. Ένας προσωρινός προσαρμογέας μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να συνδέσει αυτό το φισ σε μια 2-πολική υποδοχή, στην περίπτωση που δεν υπάρχει διαθέσιμη σωστά γειωμένη έξοδος.

Ο προσωρινός προσαρμογέας πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο μέχρι να εγκατασταθεί μια κατάλληλα γειωμένη πρίζα από έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο. Η γλωττίδα για τη βίδα γείωσης πρέπει να συνδεθεί σε μια μόνιμη γείωση, όπως ένα σωστά γειωμένο κάλυμμα κουτιού εξόδου. Κάθε φορά που χρησιμοποιείται ο προσαρμογέας, πρέπει να συγκρατείται με μεταλλική βίδα.



Οδηγίες Γείωσης (για το σύστημα των 220-240V AC)

Αυτό το προϊόν πρέπει να γειωθεί ηλεκτρικά. Αν παρουσιαστεί δυσλειτουργία, η σωστή γείωση μειώνει τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Το καλώδιο παροχής είναι εξοπλισμένο με ένα αγωγό γείωσης του εξοπλισμού και πρέπει να συνδεθεί σε πρίζα που έχει εγκατασταθεί και γειωθεί σωστά.

⚠ ΚΙΝΔΥΝΟΣ Η ηλεκτρική καλωδίωση πρέπει να συμμορφώνεται σε όλα τα ισχύοντα τοπικά και κρατικά πρότυπα και απαιτήσεις. Λανθασμένη σύνδεση του αγωγού γείωσης μπορεί να οδηγήσει σε κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Συμβουλευθείτε έναν ηλεκτρολόγο αν δεν είστε σίγουροι ότι το μηχάνημα είναι σωστά γειωμένο. Μην αλλάξετε το φισ στο μηχάνημα, εγκαταστήστε τη σωστή πρίζα με ένα ηλεκτρολόγο.

Αν συνδέσετε το μηχάνημα σε μια πρίζα με RCBO (Διακόπτης Κυκλώματος Ρεύματος με προστασία Υπερφόρτωσης), η λειτουργία του μηχανήματος μπορεί να προκαλέσει διακοπή στο κύκλωμα. Ένας σταθεροποιητής τάσης συνιστάται για την προστασία του μηχανήματος.

⚠ Αν ένας σταθεροποιητής τάσης (SPD) χρησιμοποιείται με αυτό το μηχάνημα, να είστε βέβαιοι ότι ταιριάζει με την ονομαστική ισχύ του εξοπλισμού αυτού (220-240V AC). Μην συνδέετε άλλες συσκευές στο σταθεροποιητή σε συνδυασμό με αυτό το μηχάνημα.

Βεβαιωθείτε ότι το προϊόν είναι συνδεδεμένο σε μία πρίζα που έχει την ίδια διαμόρφωση όπως το φισ. Μην χρησιμοποιήσετε προσαρμογέα με αυτό το προϊόν.

Επείγουσα Διαδικασία Διακοπής

Ο Διάδρομος είναι εφοδιασμένος με ένα Κλειδί Ασφαλείας που μπορεί να αποτρέψει σοβαρό τραυματισμό, καθώς εμποδίζει τα παιδιά να παίξουν με αυτόν ή/ και τον τραυματισμό πάνω στο μηχάνημα. Αν δεν έχει τοποθετηθεί σωστά το Κλειδί Ασφαλείας στην Θέση Κλειδιού Ασφαλείας, το ταπέτο δεν θα λειτουργήσει.

⚠ Πάντα να συνδέετε το Κλειδί Ασφαλείας στα ρούχα σας κατά την διάρκεια της άσκησης.

Όταν χρησιμοποιείτε το μηχάνημα, αφαιρέστε το Κλειδί Ασφαλείας μόνο σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης. Όταν το Κλειδί Ασφαλείας αφαιρείται ενώ το μηχάνημα βρίσκεται σε λειτουργία, θα σταματήσει γρήγορα, πράγμα που μπορεί να προκαλέσει απώλεια της ισορροπίας και πιθανό τραυματισμό.

Για την ασφαλή φύλαξη του μηχανήματος, καθώς και για την πρόληψη της χωρίς επίβλεψης λειτουργία του μηχανήματος, πάντα να αφαιρείτε το Κλειδί Ασφαλείας και να αποσυνδέετε το καλώδιο παροχής από την πρίζα. Τοποθετήστε το καλώδιο παροχής σε μία ασφαλή θέση.

Η Κονσόλα θα δείξει “+ SAFETY KEY”, ή “add Safety Key”, για σφάλμα με το Κλειδί Ασφαλείας. Ο Διάδρομος δε θα ξεκινήσει ή θα τερματίσει και θα τελειώσει μία ενεργή προπόνηση, όταν το Κλειδί Ασφαλείας αφαιρεθεί. Επιθεωρήστε το Κλειδί Ασφαλείας και να είστε σίγουροι ότι είναι συνδεδεμένο με την Κονσόλα σωστά.

Συμμόρφωση της FCC

⚠ Αλλαγές ή τροποποιήσεις αυτής της μονάδας που δεν έχουν εγκριθεί ρητά από τον υπεύθυνο για τη συμμόρφωση ποτέ ενδέχεται να ακυρώσουν την εγγύηση του εξοπλισμού.

Η συσκευή και η τροφοδοσία ρεύματος συμμορφώνονται με το μέρος 15 των κανόνων της FCC. Η λειτουργία υπόκειται στις ακόλουθες δύο προϋποθέσεις:

- (1) Αυτή η συσκευή μπορεί να μην προκαλεί επιβλαβείς παρεμβολές και
- (2) Αυτή η συσκευή πρέπει να δέχεται τυχόν παρεμβολές που λαμβάνονται, συμπεριλαμβανομένων των παρεμβολών που μπορεί να προκαλέσουν ανεπιθύμητη λειτουργία.

Σημείωση: Αυτό το μηχάνημα και το τροφοδοτικό έχουν ελεγχθεί και διαπιστώθηκε ότι συμμορφώνονται με τα όρια για μια ψηφιακή συσκευή Class B, σύμφωνα με το Μέρος 15 των Κανόνων FCC. Αυτά τα όρια έχουν σχεδιαστεί για να παρέχουν λογική προστασία από επιβλαβείς παρεμβολές σε οικιακή εγκατάσταση. Αυτός ο εξοπλισμός παράγει, χρησιμοποιεί και μπορεί να εκπέμψει ενέργεια ραδιοσυχνότητας και, εάν δεν έχει εγκατασταθεί και χρησιμοποιηθεί σύμφωνα με τις οδηγίες, μπορεί να προκαλέσει επιβλαβείς παρεμβολές στις ραδιοεπικοινωνίες.

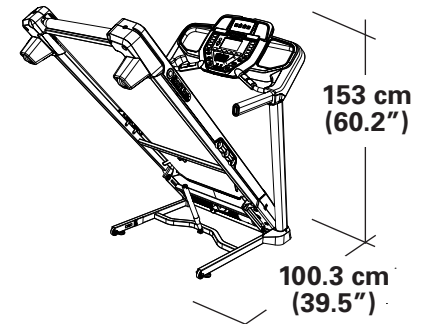
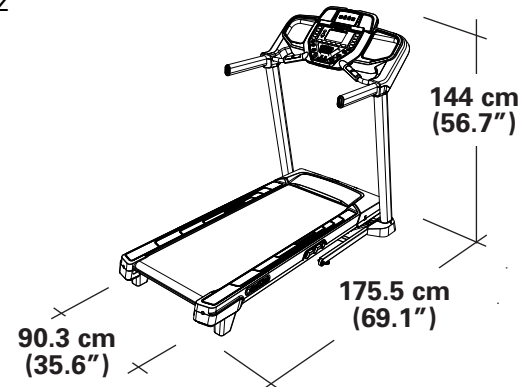
Ωστόσο, δεν υπάρχει εγγύηση ότι δεν θα υπάρξουν παρεμβολές σε μια συγκεκριμένη εγκατάσταση. Εάν ο εξοπλισμός αυτός προκαλεί επιβλαβείς παρεμβολές στη ραδιοφωνική ή τηλεοπτική λήψη, η οποία μπορεί να προσδιοριστεί απενεργοποιώντας και ενεργοποιώντας τον εξοπλισμό, ο χρήστης ενθαρρύνεται να προσπαθήσει να διορθώσει τις παρεμβολές με ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα μέτρα:

- Αλλάξτε τον προσανατολισμό ή τη μετατοπίστε της κεραίας λήψης.
- Αυξήστε την απόσταση μεταξύ του εξοπλισμού και του δέκτη.
- Συνδέστε τη συσκευή σε μια πρίζα διαφορετικού κυκλώματος από εκείνο στο οποίο είναι συνδεδεμένο ο δέκτης.
- Συμβουλευτείτε τον αντιπρόσωπο ή έναν έμπειρο τεχνικό ραδιοφώνου / τηλεόρασης για βοήθεια.

Απαιτήσεις ισχύος:	120V	220V
Τάση Λειτουργίας:	120V AC, 60Hz	220V - 240V AC, 50/60Hz
Ρεύμα Λειτουργίας:	15 A	8 A

Μέγιστο Βάρος Χρήστη:	125 kg (275 lbs)
Συνολική Επιφάνεια του εξοπλισμού:	15,848 cm ²
Μέγιστο Ύψος Κλίσης Δαπέδου:	40 cm (15.8 inches)
Βάρος Μηχανήματος:	70.3 kg (155 lbs)

Εκπομπή Ήχου: Κατά μέσο όρο, λιγότερο από 70 db χωρίς φορτίο. Η εκπομπή ήχου με φορτίο είναι μεγαλύτερη απ' ό,τι χωρίς.



ΜΗΝ αποσύρετε αυτό το προϊόν σαν σκουπίδια. Αυτό το προϊόν μπορεί να ανακυκλωθεί. Για τη σωστή απόσυρση αυτού του προϊόντος, παρακαλούμε ακολουθήστε τις οδηγίες ενός εγκεκριμένου τοπικού φορέα ανακύκλωσης.

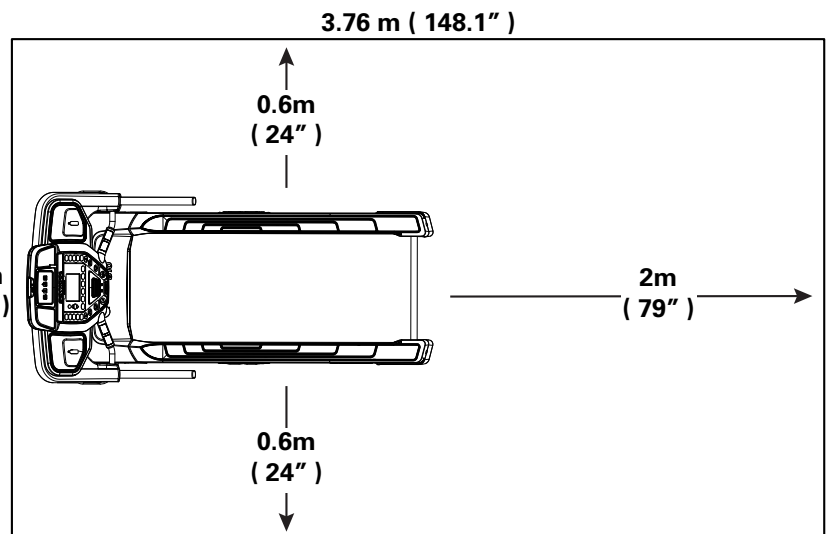
Πριν την Συναρμολόγηση

Επιλέξτε την περιοχή όπου θα συναρμολογήσετε και θα λειτουργήσετε το μηχάνημα. Για ασφαλή λειτουργία, η τοποθεσία πρέπει να είναι μία σκληρή και επίπεδη επιφάνεια. Προνοήστε για μία επιφάνεια διαστάσεων 212.3 cm x 376.2 cm (83.6" x 148.1"). Να είστε βέβαιοι ότι ο χώρος προπόνησης έχει επαρκή ελεύθερο ύψος, λαμβάνοντας υπ' όψη το ύψος του χρήστη και τη μέγιστη κλίση του μηχανήματος.

Βασικές Συμβουλές Συναρμολόγησης

Ακολουθήστε τις παρακάτω βασικές συμβουλές όταν συναρμολογείτε το μηχάνημα:

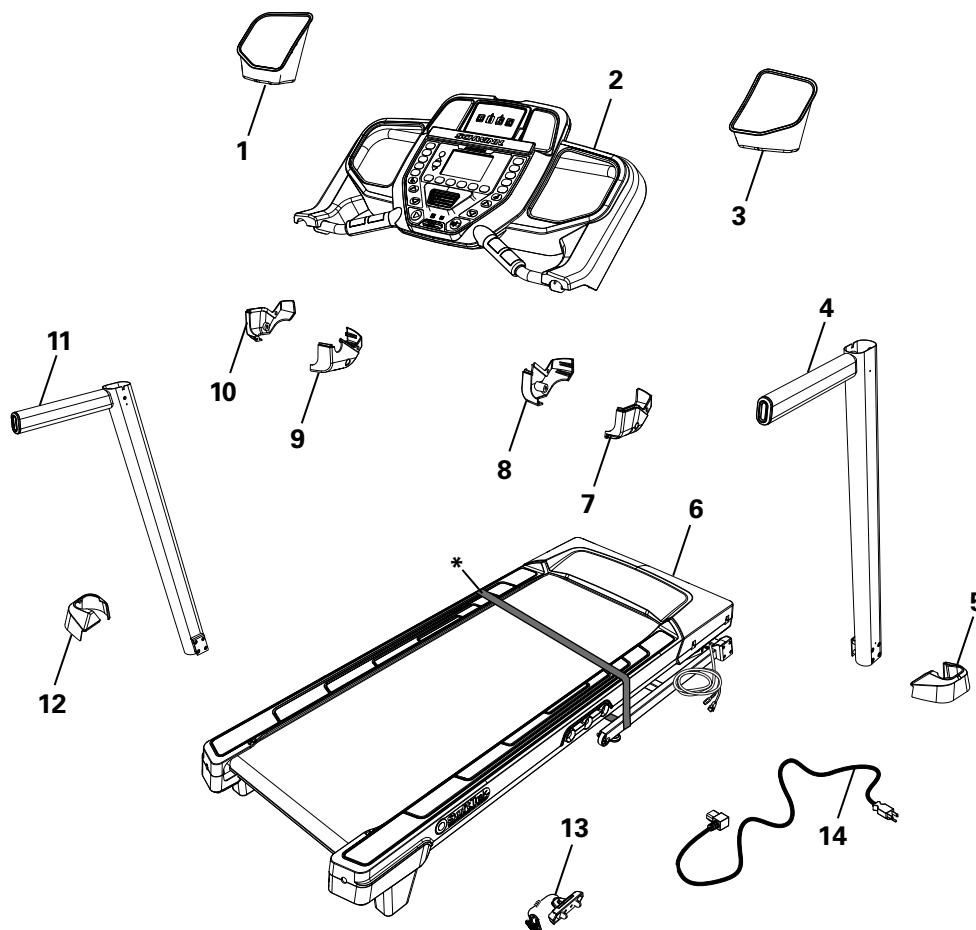
- Διαβάστε και κατανοήστε τις "Απαραίτητες Οδηγίες Ασφαλείας" πριν τη συναρμολόγηση.
- Μαζέψτε όλα τα απαιτούμενα εξαρτήματα σε κάθε βήμα της συναρμολόγησης.
- Χρησιμοποιώντας τα προτεινόμενα εργαλεία, στρίψτε δεξιόστροφα τις βίδες για να τις σφίξετε και αριστερόστροφα για να τις χαλαρώσετε, εκτός αν οι οδηγίες αναφέρουν κάτι διαφορετικό.
- Όταν προσαρμόζετε δύο κομμάτια, ανασηκώστε απαλά και κοιτάξτε μέσα από τις τρύπες για να περάσετε τις βίδες.
- Η συναρμολόγηση χρειάζεται 2 άτομα.
- Μην χρησιμοποιείτε ηλεκτρικά εργαλεία για την συναρμολόγηση.



Ταπέτο Διαδρόμου

Το ταπέτο διαδρόμου είναι ένα προαιρετικό εξάρτημα που σας βοηθά να διατηρήσετε την περιοχή της προπόνησής σας καθαρή και προσθέτει ένα στρώμα προστασίας στο πάτωμά σας. Το ελαστικό ταπέτο παρέχει μια μη ολισθηρή επιφάνεια από καουτσούκ που περιορίζει τη στατική εκκένωση και μειώνει την πιθανότητα εμφάνισης σφαλμάτων στην οθόνη. Αν είναι δυνατόν, τοποθετήστε το ταπέτο διαδρόμου στην επιλεγμένη περιοχή προπόνησης πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση.

Για να παραγγείλετε το προαιρετικό ταπέτο διαδρόμου, επικοινωνήστε με το Κατάστημα Πώλησης ή την Αντιπροσωπεία.

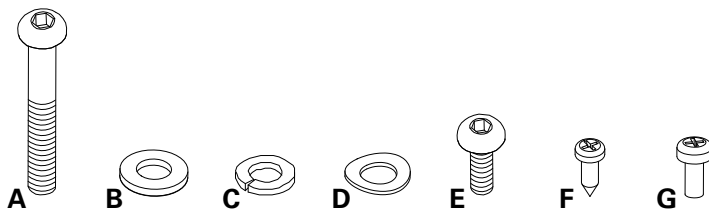


Είδος	Τεμ.	Περιγραφή	Είδος	Τεμ.	Περιγραφή
1	1	Ποτηροθήκη, Αριστερή	9	1	Handlebar Shroud, Left Inner (L-R)
2	1	Κονσόλα (συναρμολογημένη)	10	1	Handlebar Shroud, Left Outer (L-L)
3	1	Ποτηροθήκη, Δεξιά	11	1	Ορθοστάτης Αριστερός
4	1	Ορθοστάτης, Δεξιός	12	1	Κάλυμμα Βάσης, Αριστερό
5	1	Κάλυμμα Χειρολαβής, Δεξί	13	1	Κλειδί Ασφαλείας
6	1	Βάση Συναρμολογημένη (*)	14	1	Καλώδιο Παροχής
7	1	Κάλυμμα Χειρολαβής, Δεξί έξω (R-R)	15	1	Καλώδιο Ήχου (δεν απεικονίζεται)
8	1	Κάλυμμα Χειρολαβής, Δεξί έσω (R-L)			



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

ΜΗΝ ΚΟΒΕΤΕ τον Ιμάντα Συγκράτησης στη Συναρμολογημένη Βάση μέχρι να τοποθετηθεί όπως φαίνεται στον κατάλληλο χώρο εργασίας (*).



Είδος	Τεμ.	Περιγραφή	Είδος	Τεμ.	Περιγραφή
A	8	Βίδα Εξάγωνης Υποδοχής, M8x1.25x85	E	4	Βίδα Εξάγωνης Υποδοχής, M8x1.25x16
B	10	Επίπεδη Ροδέλα, M8	F	2	Αυτοδιάτρητη Βίδα, M3.9x13
C	12	Ροδέλα Ασφαλείας, M8	G	6	Βίδα Σταυρωτής Κεφαλής, M4x0.7x12
D	2	Κυρτή Ροδέλα, M8			

Σημείωση: Επιλέξτε τα κομμάτια υλικού που έχουν παρασχεθεί ως ανταλλακτικά στην Κάρτα Υλικού. Λάβετε υπόψη ότι ενδέχεται να υπάρχει υπόλοιπο υλικό μετά την σωστή συναρμολόγηση του μηχανήματός σας.

Εργαλεία

Περιλαμβάνονται



#2
6 mm



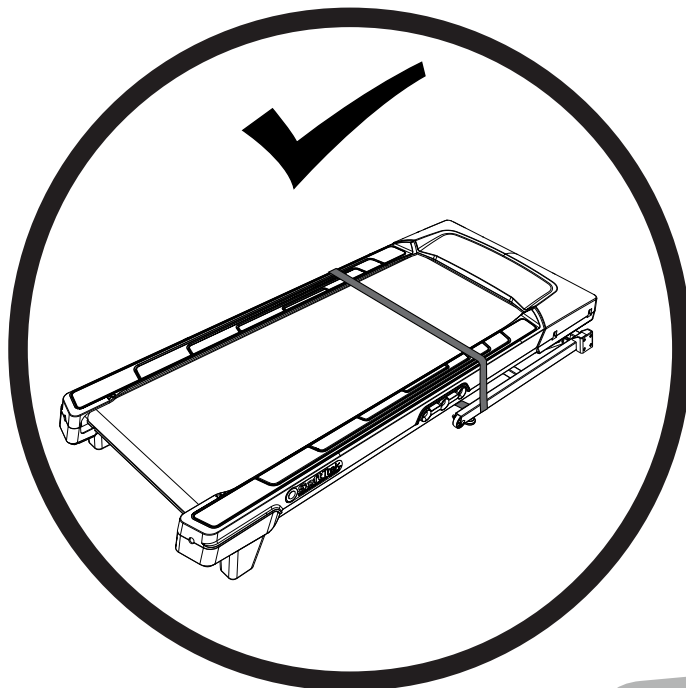
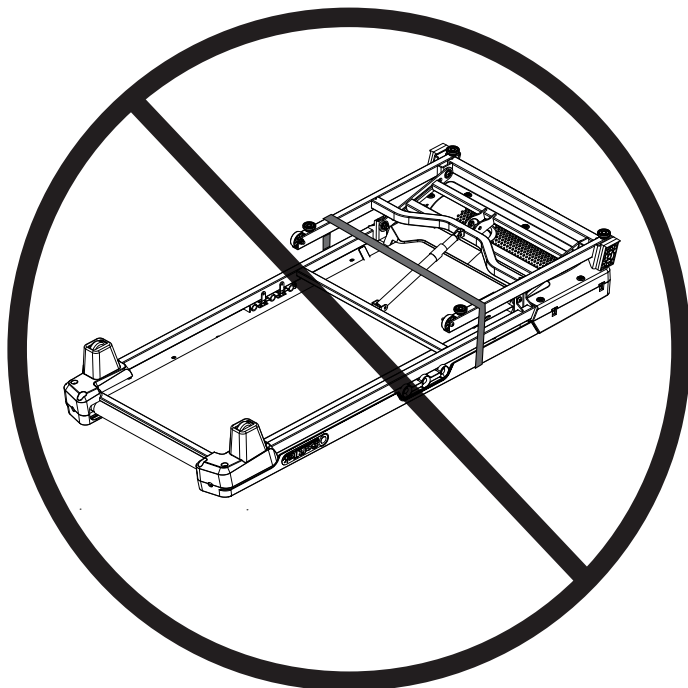
6 mm

ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

ΜΗΝ ΚΟΒΕΤΕ τον Ιμάντα Συγκράτησης στη Συναρμολογημένη Βάση μέχρι να τοποθετηθεί, όπως φαίνεται στον κατάλληλο χώρο εργασίας.



1. Διπλώστε το Δάπεδο στη Συναρμολογημένη Βάση

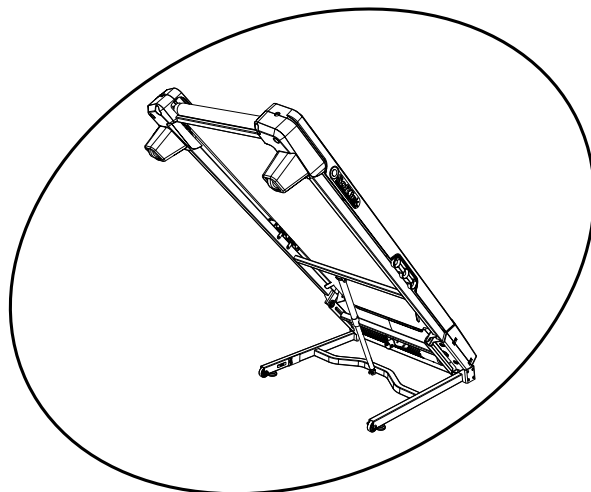
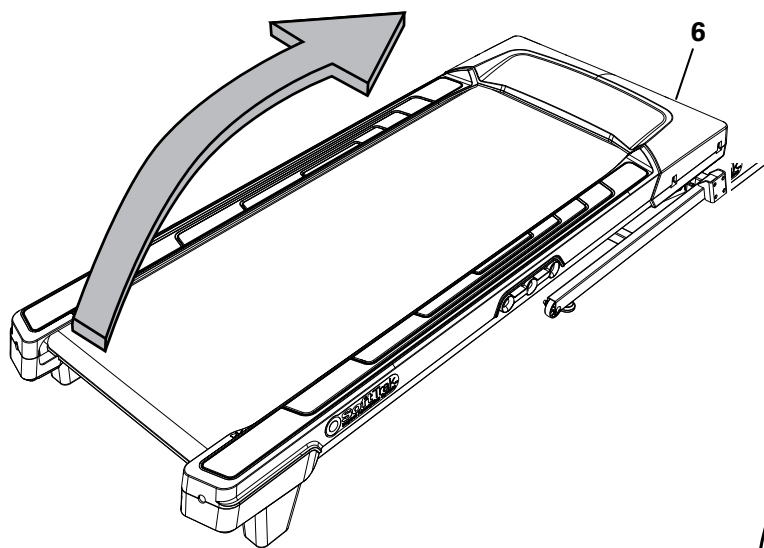
Μόλις η Συναρμολογημένη Βάση τοποθετηθεί σωστά στην περιοχή συναρμολόγησης, κόψτε τον Ιμάντα Συγκράτησης. Πιέστε και κρατήστε με το χέρι, το πλαστικό κάλυμμα του δαπέδου (5a) στο τέλος της δεξιάς πλευρικής ράγας. Χρησιμοποιώντας την μπάρα υποστήριξης (5b) που βρίσκεται κάτω από το πίσω μέρος του ταπέτου, ανασηκώστε το δάπεδο και συνεχίστε να κρατάτε το πλαστικό κάλυμμα του δαπέδου για το πρώτο μέρος της διαδικασίας αναδίπλωσης (0-15 μοίρες). Απελευθερώστε τη λαβή και ανασηκώστε πλήρως το δάπεδο για να ενεργοποιήσετε την υδραυλική υποστήριξη ανύψωσης. Βεβαιωθείτε ότι το υδραυλικό αμορτισέρ είναι σωστά ασφαλισμένο στη θέση του.

⚠ Χρησιμοποιήστε κατάλληλες προφυλάξεις ασφαλείας και τεχνικές ανύψωσης. Λυγίστε τα γόνατα και τους αγκώνες, κρατήστε την πλάτη σας ευθεία και τραβήξτε προς τα πάνω με τα δύο σας χέρια. Βεβαιωθείτε ότι η σωματική σας δύναμη είναι ικανή να ανυψώσει το δάπεδο μέχρι να εμπλακεί στον μηχανισμό κλειδώματος. Χρησιμοποιήστε ένα δεύτερο άτομο αν είναι απαραίτητο.

Μην χρησιμοποιείτε το ταπέτο ή τον πίσω κύλινδρο για να σηκώσετε τον διάδρομο. Αυτά τα εξαρτήματα δεν κλειδώνουν στη θέση τους και μπορεί να μετακινηθούν απότομα. Μπορεί να προκληθεί τραυματισμός σε εσάς ή ζημιά στο μηχάνημα.

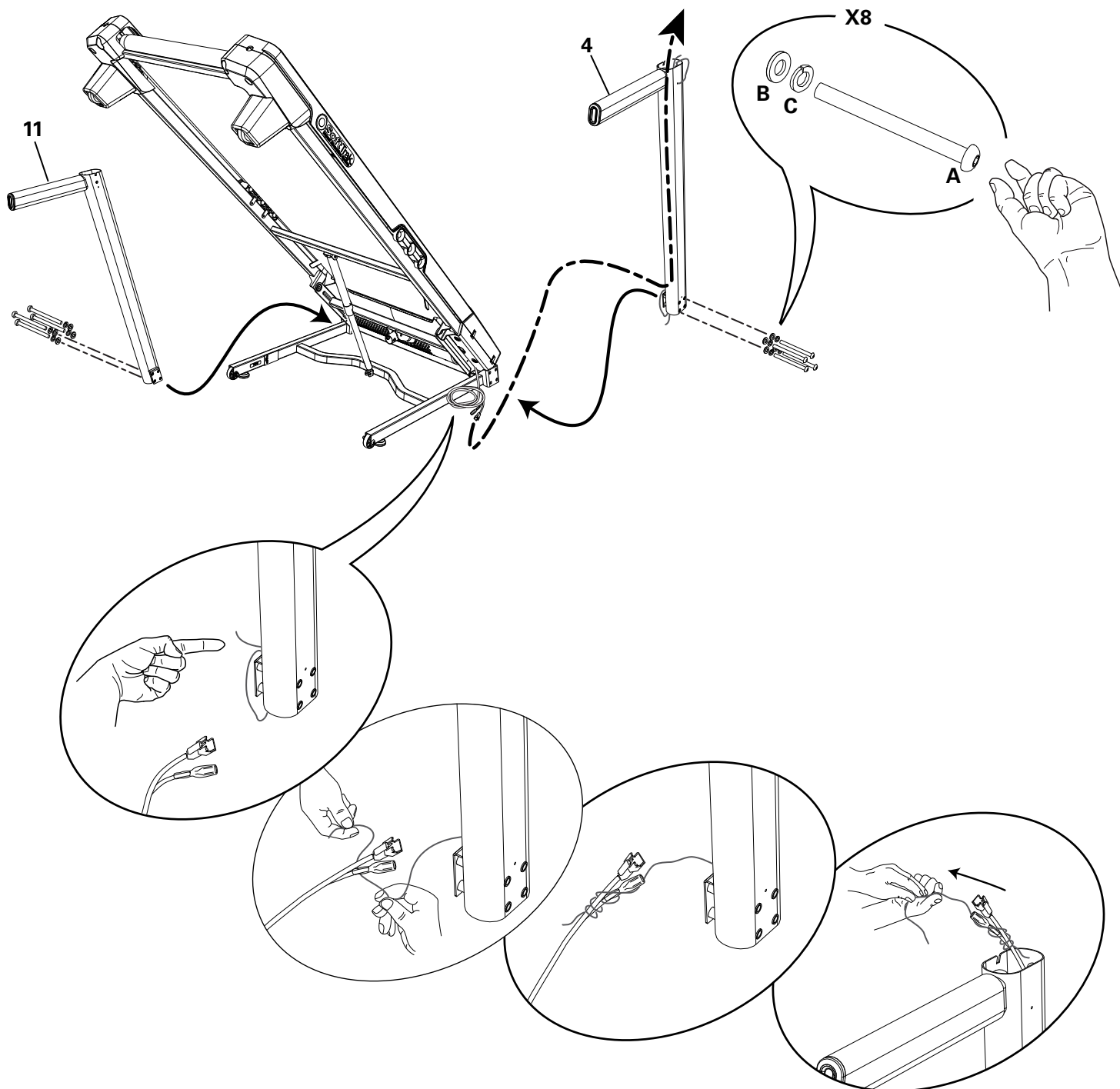
Βεβαιωθείτε ότι ο μηχανισμός ασφάλισης είναι ενεργοποιημένος. Τραβήξτε προσεκτικά το Δάπεδο και βεβαιωθείτε ότι δεν κινείται. Όταν το κάνετε αυτό, κρατήστε καθαρό το χώρο συναρμολόγησης σε περίπτωση που το κλειδωμά δεν είναι ενεργοποιημένο.

⚠ Μην ακουμπάτε τον διάδρομο όταν διπλώνει. Μην βάζετε αντικείμενα που θα τον κάνουν ασταθή ή που θα προκαλέσουν πτώση.



2. Συνδέστε τα Καλώδια Εισόδου/Εξόδου και Συνδέστε τους Ορθοστάτες στο Πλαίσιο

Σημείωση: Μη γδάρετε τα καλώδια. Μη σφίγγετε πλήρως το υλικό έως ότου σας ζητηθεί.

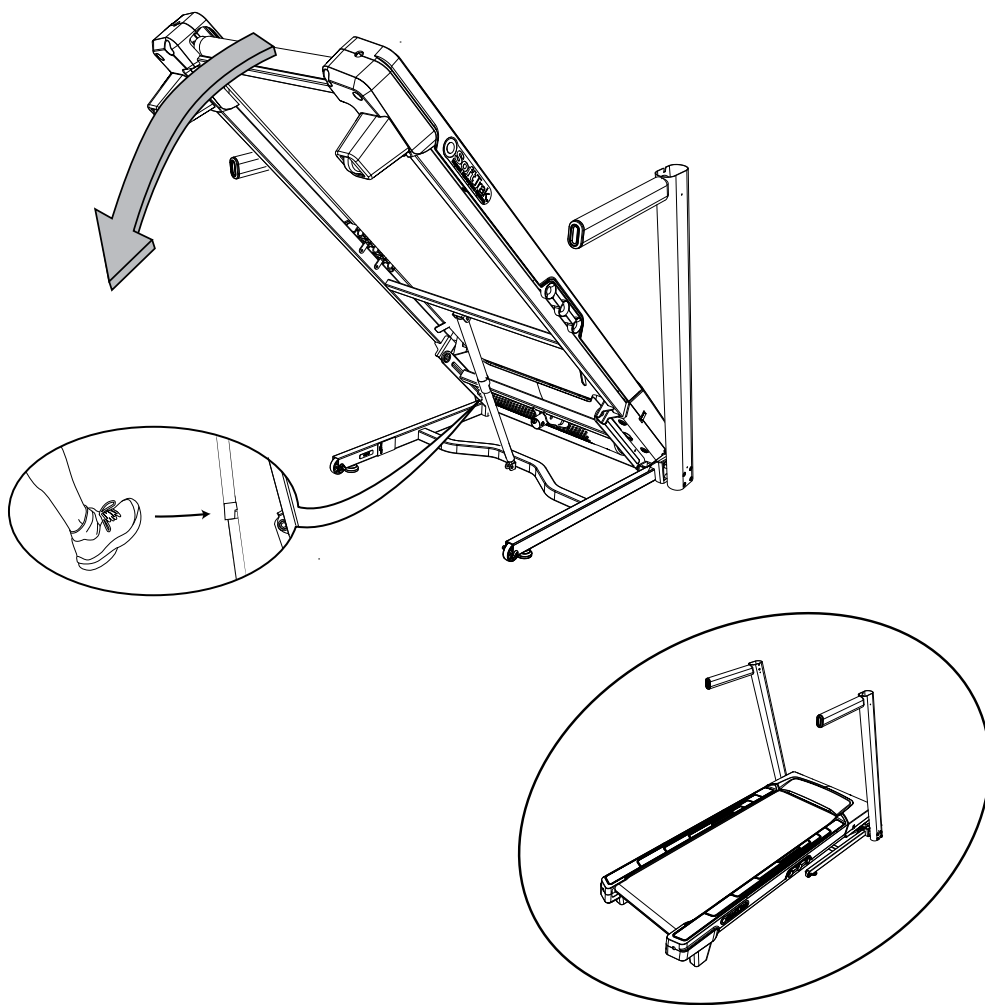


3. Ξεδιπλώστε το Δάπεδο

Πιέστε ελαφρά το δάπεδο προς την εμπρός πλευρά του μηχανήματος. Με το αριστερό πόδι σας πιέστε ελαφρά το επάνω μέρος του υδραυλικού αμορτισέρ προς τα εμπρός έως ότου απελευθερωθεί ο σωλήνας ασφάλισης και μπορείτε να τραβήξετε ελαφρώς το δάπεδο προς το πίσω μέρος του μηχανήματος. Κρατήστε το πίσω μέρος του δαπέδου και μετακινηθείτε στο πλάι του μηχανήματος.

! Κρατήστε καθαρό το τμήμα που θα μετακινηθεί το δάπεδο.

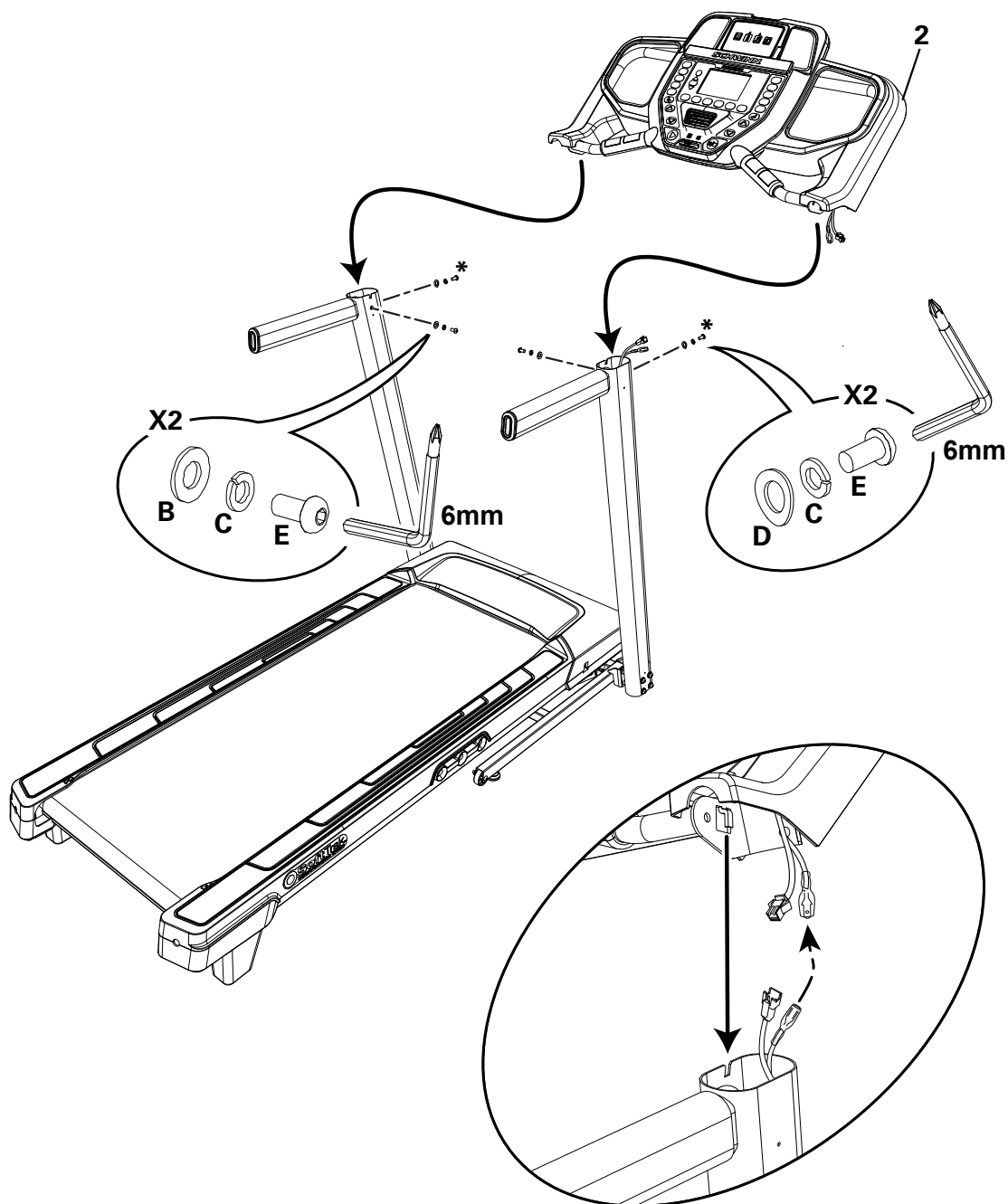
Το υδραυλικό αμορτισέρ έχει κατασκευαστεί για να πέφτει αργά. Κρατήστε το δάπεδο περίπου στα 2/3 της προς τα κάτω κίνησής του. Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε τη σωστή τεχνική άρσης. Λυγίστε τα γόνατα και κρατήστε την πλάτη σας ίσια. Το δάπεδο μπορεί ενδεχομένως να κατέβει γρηγορότερα στο τελευταίο κομμάτι της κίνησης.



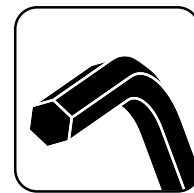
4. Συνδέστε τα Καλώδια και Τοποθετήστε την Κονσόλα στη Βάση Συναρμολόγησης

Σημείωση: Μην σφίγγετε τα Καλώδια. Βεβαιωθείτε ότι τα άγκιστρα στην Κονσόλα έχουν ταιριάξει στις εγχοπές των Ορθοστατών.

*Εγκαταστήστε αρχικά το εμπρόσθιο υλικό.

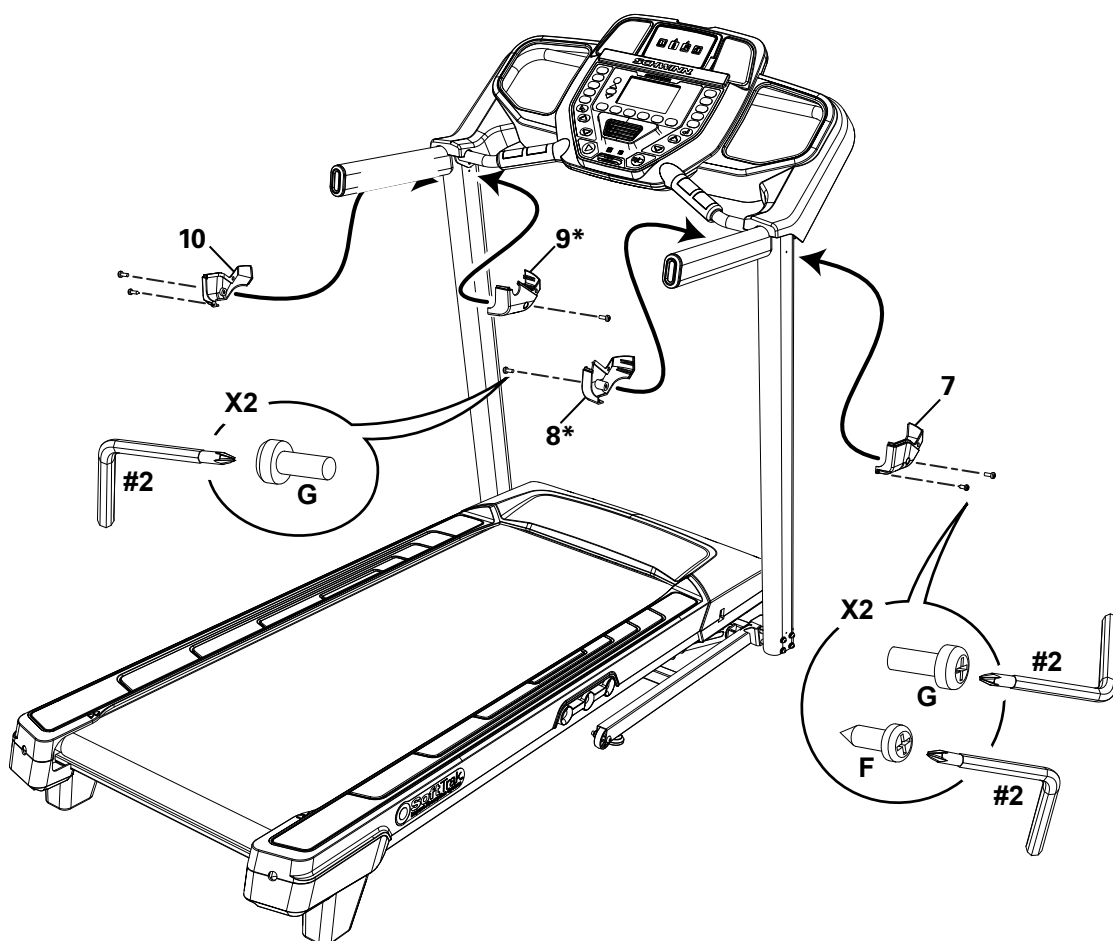


5. Σφίξτε πλήρως όλο το υλικό από τα προηγούμενα βήματα



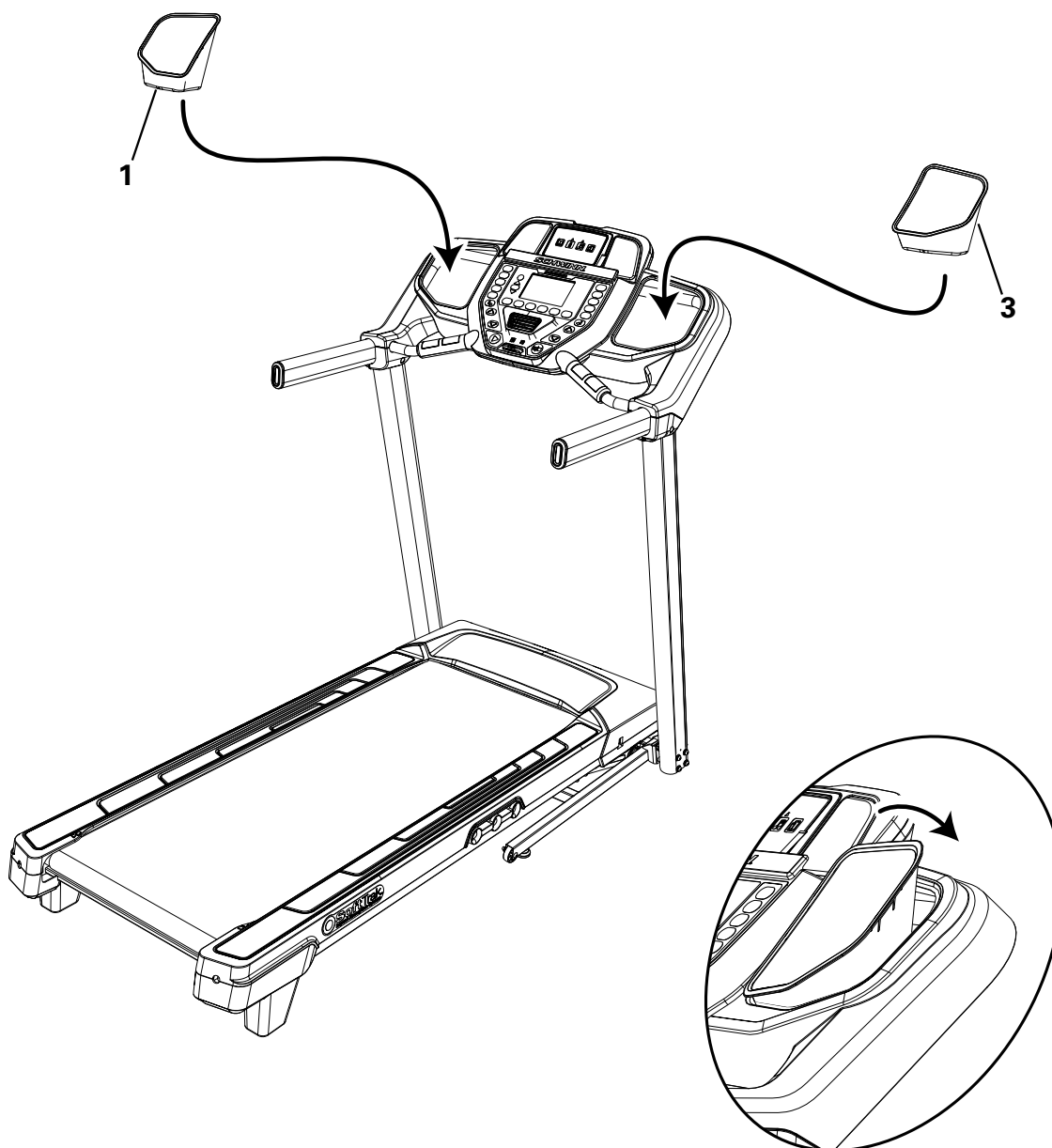
6. Τοποθετήστε τα Καλύμματα Χειρολαβών στο Συναρμολογημένο Πλαίσιο

ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: *Εγκαταστήστε πρώτα τα εσωτερικά καλύμματα χειρολαβής. Τα μέρη επισημαίνονται για να βοηθήσουν στη συναρμολόγηση.

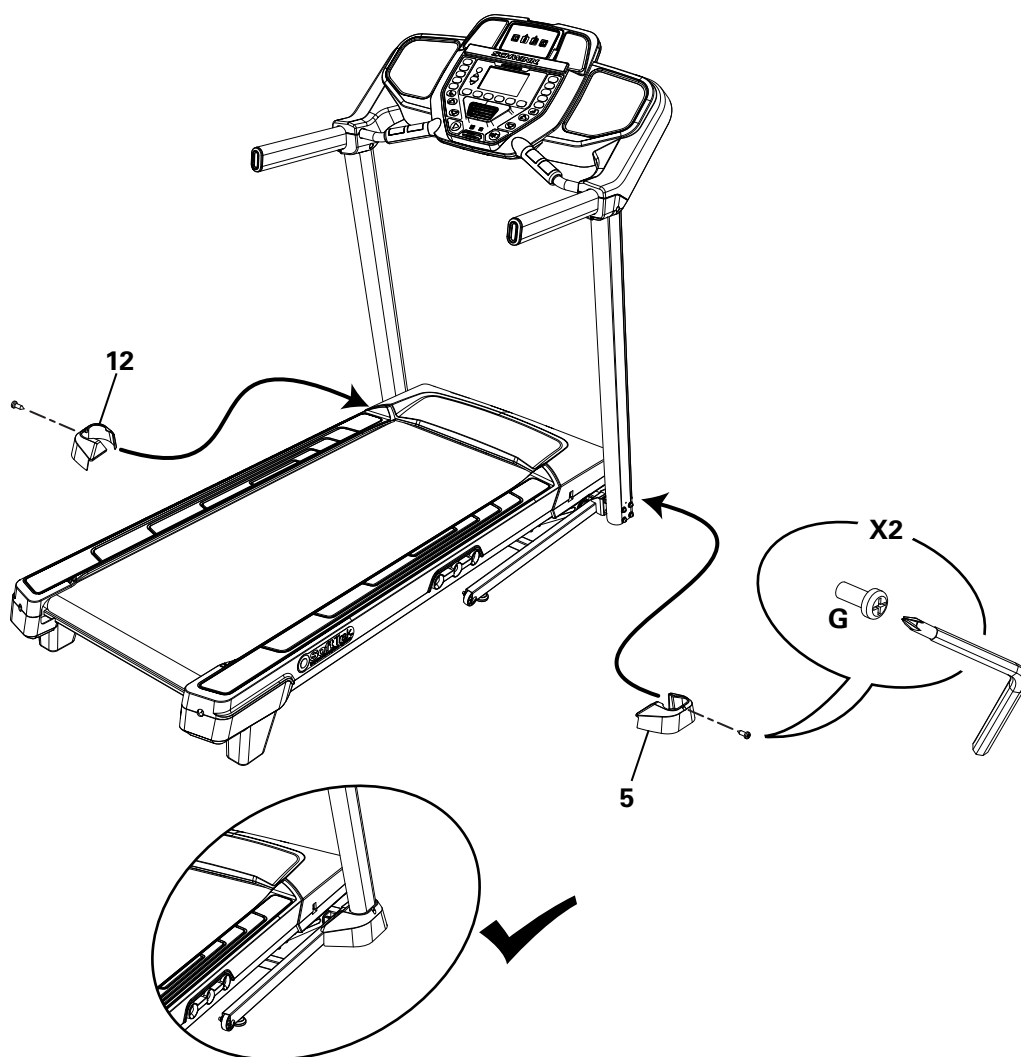


7. Τοποθετήστε τις Ποτηροθήκες στην Συναρμολογημένη Κονσόλα

ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Οι άκρες από τις ποτηροθήκες πρέπει να ταιριάζουν ομοιόμορφα με την επιφάνεια της Κονσόλας.

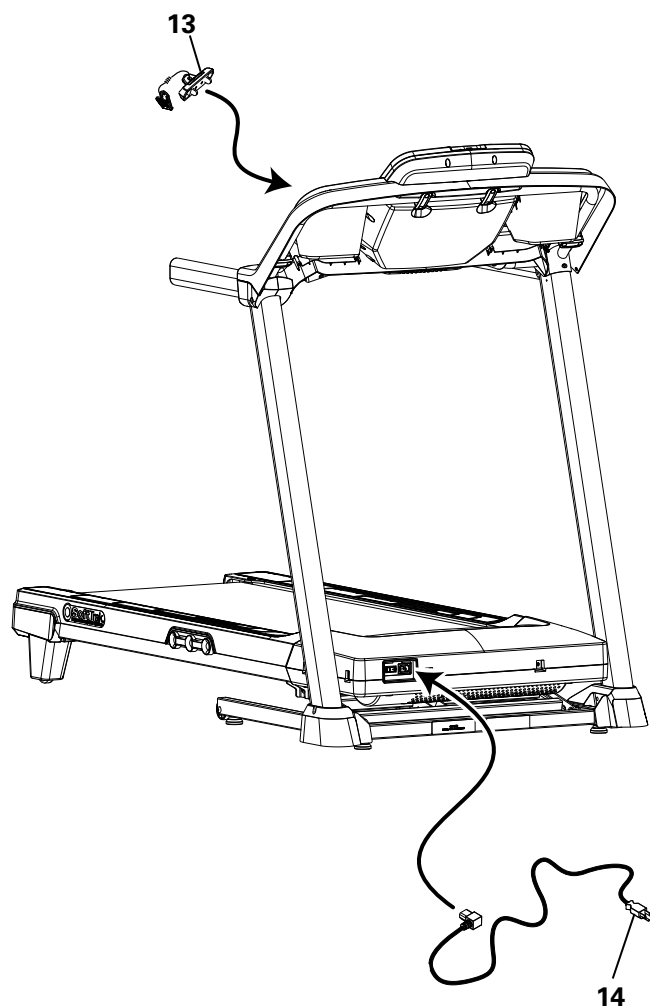


8. Συνδέστε τα Καλύμματα Βάσης στο Συναρμολογημένο Πλαίσιο



9. Συνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας και το κλειδί ασφαλείας στο Συναρμολογημένο Πλαίσιο

! Συνδέστε αυτό το μηχάνημα σε μια κατάλληλα γειωμένη πρίζα (βλ. Οδηγίες γείωσης ή γείωση).



10. Τελική Επιθεώρηση

Επιθεωρήστε το μηχάνημα για να βεβαιωθείτε ότι όλο το υλικό είναι βιδωμένο και τα εξαρτήματα σωστά συναρμολογημένα.

Μην ξεχάσετε να καταγράψετε τον σειριακό αριθμό στο πεδίο που παρέχεται στο εμπρός μέρος του εγχειριδίου.

! Μη χρησιμοποιείτε το μηχάνημα μέχρι την πλήρη συναρμολόγησή του και μετά από έλεγχο ως προς τη σωστή απόδοση, σύμφωνα με το Εγχειρίδιο του Κατασκευαστή.

Μετακίνηση και Αποθήκευση του Μηχανήματος

! Το μηχάνημα μπορεί να μετακινηθεί από ένα ή περισσότερα άτομα. Να είστε προσεκτικοί όταν μετακινείτε το μηχάνημα. Ο διάδρομος είναι βαρύς και δύσκολος στη μετακίνηση. Βεβαιωθείτε ότι η δική σας σωματική δύναμη είναι ικανή να μετακινήσει το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε ένα δεύτερο άτομο αν είναι απαραίτητο.

1. Πριν την μετακίνηση του μηχανήματος, επιθεωρήστε το Δάπεδο και βεβαιωθείτε ότι είναι στο επίπεδο Κλίσης "1". Αν είναι απαραίτητο, ρυθμίστε την κλίση στο επίπεδο "1".

! Βεβαιωθείτε ότι η περιοχή κάτω από το μηχάνημα είναι καθαρή πριν ρυθμίσετε την κλίση του δαπέδου. Κατεβάστε πλήρως την κλίση του δαπέδου μετά από κάθε προπόνηση.

2. Αφαιρέστε το Κλειδί Ασφαλείας και τοποθετήστε το σε ασφαλές μέρος.

! Όταν αυτό το μηχάνημα δε λειτουργεί, αφαιρέστε το κλειδί ασφαλείας και φυλάξτε το μακριά από παιδιά.

3. Βεβαιωθείτε ότι ο διακόπτης λειτουργίας είναι απενεργοποιημένος και ότι το καλώδιο τροφοδοσίας είναι αποσυνδεδεμένο.

4. Πρέπει να διπλώσετε το διάδρομο πριν τον μετακινήσετε. Ποτέ μην κινείτε τον διάδρομο αν δεν είναι διπλωμένος.

! Ποτέ μην μετακινείτε το μηχάνημα χωρίς να έχετε διπλώσει το Δάπεδο. Τα περιστρεφόμενα ή κινούμενα μέρη μπορούν να προκαλέσουν τραυματισμό.

5. Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει ασφαλής απόσταση γύρω, επάνω και πέρα από τον διάδρομο. Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχει αντικείμενο που θα πέσει επάνω ή να προκαλέσει εμπλοκή στην πλήρως διπλωμένη θέση.

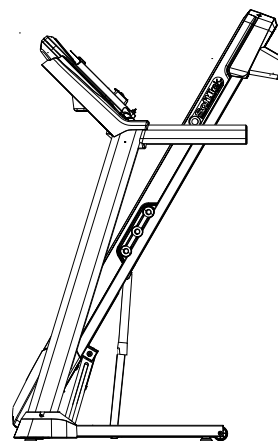
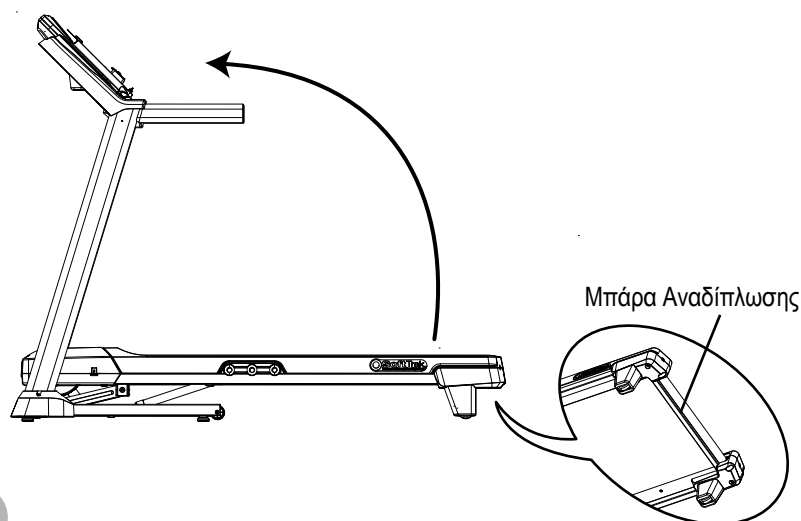
! Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει επαρκές ύψος για το υπερυψωμένο δάπεδο.

6. Χρησιμοποιώντας τη Μπάρα Αναδίπλωσης που βρίσκεται κάτω από το πίσω μέρος του δαπέδου, σηκώστε πλήρως το δάπεδο μέχρι να κλειδώσει το υδραυλικό σύστημα ανύψωσης. Βεβαιωθείτε ότι το υδραυλικό αμορτισέρ είναι σωστά ασφαλισμένο στη θέση του. Θα ακούσετε ένα κλικ όταν το αμορτισέρ βρεθεί στη θέση κλειδώματος.

! Χρησιμοποιήστε κατάλληλες προφυλάξεις ασφαλείας και τεχνικές ανύψωσης. Λυγίστε τα γόνατα και τους αγκώνες, κρατήστε την πλάτη σας ευθεία και τραβήξτε προς τα πάνω με τα δύο σας χέρια. Βεβαιωθείτε ότι η φυσική σας δύναμη είναι ικανή να ανυψώσει το δάπεδο μέχρι να εμπλακεί στον μηχανισμό κλειδώματος. Χρησιμοποιήστε ένα δεύτερο άτομο αν είναι απαραίτητο.

Μην χρησιμοποιείτε το ταπέτο ή τον πίσω κύλινδρο για να σηκώσετε τον διάδρομο. Αυτά τα εξαρτήματα δεν κλειδώνουν στη θέση τους και μπορεί να μετακινηθούν απότομα. Μπορεί να προκληθεί τραυματισμός σε εσάς ή ζημιά στο μηχάνημα.

7. Βεβαιωθείτε ότι ο μηχανισμός ασφάλισης είναι ενεργοποιημένος. Τραβήξτε προσεκτικά το Δάπεδο και βεβαιωθείτε ότι δεν κινείται. Όταν το κάνετε αυτό, κρατήστε καθαρό το χώρο συναρμολόγησης σε περίπτωση που το κλείδωμα δεν είναι ενεργοποιημένο.



! Μην ακουμπάτε στο διάδρομο όταν διπλώνεται. Μην βάζετε αντικείμενα που τον καθιστούν ασταθή ή μπορεί να πέσει.

Μην συνδέετε το καλώδιο τροφοδοσίας ή προσπαθείτε να χειρίζεστε τον διάδρομο στην διπλωμένη θέση.

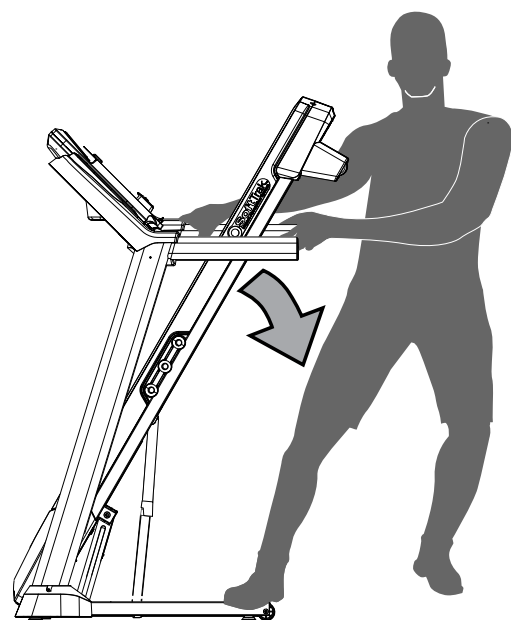
8. Σταθείτε στη μία πλευρά του διάδρομου. Τοποθετήστε το ένα σας πόδι έτσι ώστε να ακουμπά την βάση. Κρατώντας τις Χειρολαβές, γύρτε προσεκτικά τον διάδρομο προς τα πίσω μέχρι να εξισορροπηθεί πλήρως στους τροχούς μεταφοράς. Βεβαιωθείτε ότι δεν γέρνετε το μηχάνημα πολύ. Κρατήστε τον διάδρομο σε ισορροπημένη θέση.

! Αυτό το βήμα μπορεί να απαιτεί δύο άτομα σε κάθε πλευρά του διάδρομου. Ο διάδρομος είναι βαρύς και δυσκίνητος. Βεβαιωθείτε ότι η δική σας φυσική δύναμη είναι ικανή να μετακινήσετε το μηχάνημα.

Πάντα να φοράτε κατάλληλα παπούτσια κατά την μετακίνηση αυτού του μηχανήματος. Μην μετακινείτε το μηχάνημα με γυμνά πόδια ή να φοράτε μόνο κάλτσες.

Μην χρησιμοποιείτε την Κονσόλα ή το Δάπεδο για να γύρετε ή να μετακινήσετε τον διάδρομο. Μπορεί να προκληθεί τραυματισμός ή ζημιά στο μηχάνημα.

Κρατήστε την περιοχή γύρω από το μηχάνημα καθαρή κατά την διάρκεια της αναδίπλωσης του Δαπέδου.



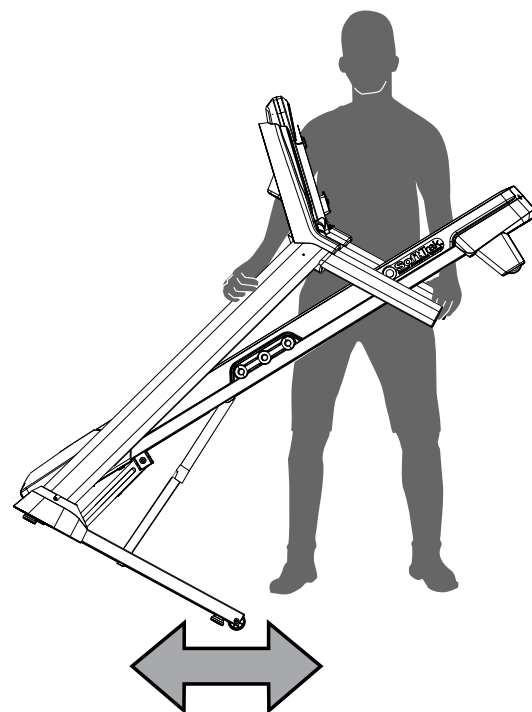
9. Κρατήστε την Χειρολαβή και τον Ορθοστάτη. Με ασφάλεια μετακινήστε τον διάδρομο στην επιθυμητή θέση.

! Ο διάδρομος είναι βαρύς και δυσκίνητος. Βεβαιωθείτε ότι η δική σας φυσική δύναμη είναι ικανή να μετακινήσετε το μηχάνημα.

Τοποθετήστε το μηχάνημα σε καθαρή, σκληρή, επίπεδη επιφάνεια, απαλλαγμένη από ανεπιθύμητα υλικά ή άλλα αντικείμενα που μπορεί να εμποδίσουν την ικανότητά σας να κινηθείτε ελεύθερα, με επαρκή ελεύθερη περιοχή προπόνησης. Ένα δάπεδο από καουτσούκ κάτω από το μηχάνημα, αποτρέπει την ηλεκτροστατική εκφόρτωση και προστατεύει το πάτωμά σας.

Μην τοποθετείτε αντικείμενα στην διαδρομή του Δαπέδου όταν τον αναδιπλώνετε.

ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Μετακινήστε προσεκτικά το μηχάνημα ώστε να μην χτυπήσει άλλα αντικείμενα. Αυτό μπορεί να καταστρέψει την κονσόλα, τον διάδρομο ή την περιοχή γύρω από το μηχάνημα.



10. Ασφαλίστε το διάδρομο στην επιθυμητή θέση. Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει επαρκής χώρος για τη μηχανή πριν το χαμηλώσετε

11. Πριν από τη χρήση, ανατρέξτε στη διαδικασία “Αναδίπλωση του μηχανήματος” σε αυτό το εγχειρίδιο.

Ξεδιπλώνοντας το Μηχάνημα

1. Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει αρκετός χώρος για να ξεδιπλώσετε το δάπεδο.

! Κρατήστε ένα ελάχιστο διάκενο πίσω από το μηχάνημα των 2m (79") και 0.6m (24") σε κάθε πλευρά. Αυτή είναι η συνιστώμενη απόσταση ασφαλείας για την πρόσβαση, την κυκλοφορία και την απόσταση έκτακτης ανάγκης από το μηχάνημα.

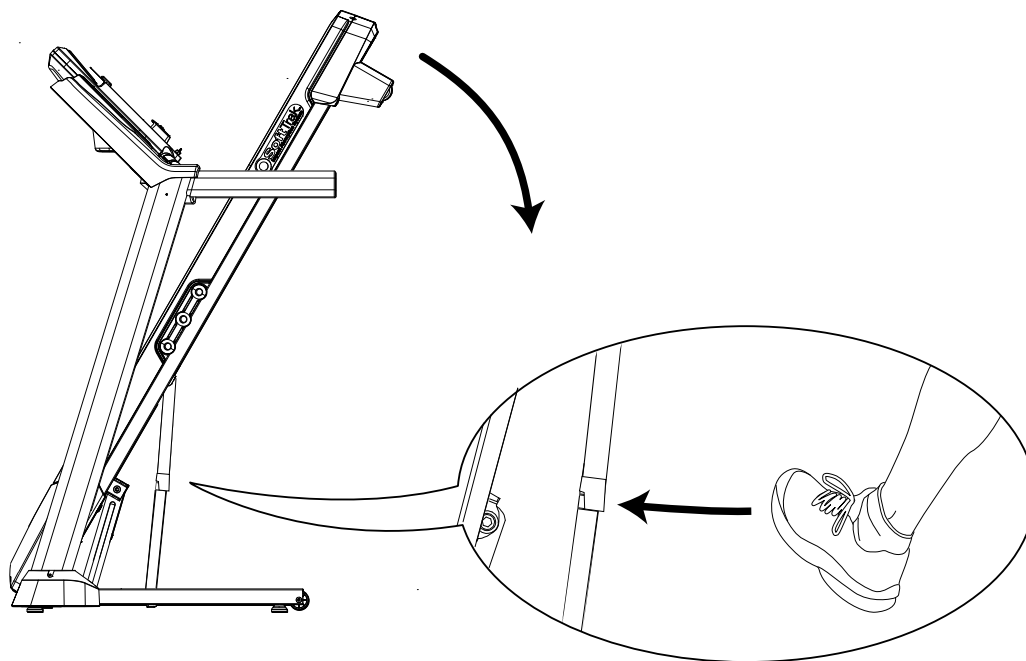
Τοποθετήστε το μηχάνημα σε καθαρή, σκληρή, επίπεδη επιφάνεια, απαλλαγμένη από ανεπιθύμητα υλικά ή άλλα αντικείμενα που μπορεί να εμποδίσουν την ικανότητά σας να κινηθείτε ελεύθερα, με επαρκή ελεύθερη περιοχή προπόνησης. Ένα δάπεδο από καουτσούκ κάτω από το μηχάνημα, αποτρέπει την ηλεκτροστατική εκφόρτωση και προστατεύει το πάτωμά σας.

Να είστε βέβαιοι ότι ο χώρος προπόνησης που έχετε ορίσει έχει επαρκή ελεύθερο ύψος, λαμβάνοντας υπ' όψιν το ύψος του χρήστη και τη μέγιστη κλίση του δαπέδου.

2. Βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχει κανένα αντικείμενο πάνω ή γύρω από το διάδρομο για να ανατρέψει ή να προκαλέσει απόφραξη από την πλήρως ανεπτυγμένη θέση.
3. Πιέστε ελαφρά το δάπεδο προς τα εμπρός προς την κονσόλα. Με το πόδι σας πιέστε το επάνω μέρος του υδραυλικού αμορτισέρ μέχρι να απασφαλίσει και να μπορείτε να κατεβάσετε το δάπεδο μακριά από την κονσόλα. Κρατήστε το πίσω μέρος του δαπέδου, και κινηθείτε προς το πλαϊνό μέρος του μηχανήματος.

! Κρατήστε καθαρή την πορεία κίνησης του ανασηκωμένου δαπέδου.

4. Το υδραυλικό αμορτισέρ έχει κατασκευαστεί για να πέφτει αργά. Κρατήστε το δάπεδο περίπου στα 2/3 της προς τα κάτω κίνησής του. Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείτε τη σωστή τεχνική άρσης. Λυγίστε τα γόνατα και κρατήστε την πλάτη σας ίσια. Το δάπεδο μπορεί ενδεχομένως να πέσει γρηγορότερα στο τελευταίο κομμάτι της κίνησης.



Ευθυγράμμιση του Μηχήματος

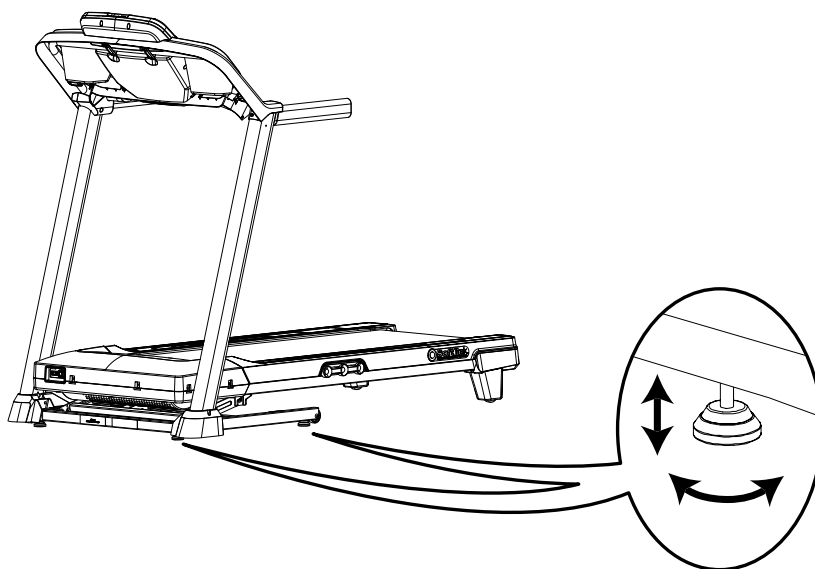
Το μηχάνημα πρέπει να εξομαλυνθεί αν η περιοχή προπόνησής σας είναι άνιση. Για να ρυθμίσετε:

1. Τοποθετήστε το μηχάνημα στην περιοχή προπόνησής σας.
2. Προσαρμόστε τους ευθυγραμμιστές μέχρι όλοι να αγγίζουν το πάτωμα.

! Μην προσαρμόζετε τους ευθυγραμμιστές σε τέτοιο ύψος που να αποσπαστούν ή να ξεβιδωθούν από το μηχάνημα. Μπορεί να συμβεί τραυματισμός σε σας ή ζημιά στο μηχάνημα.

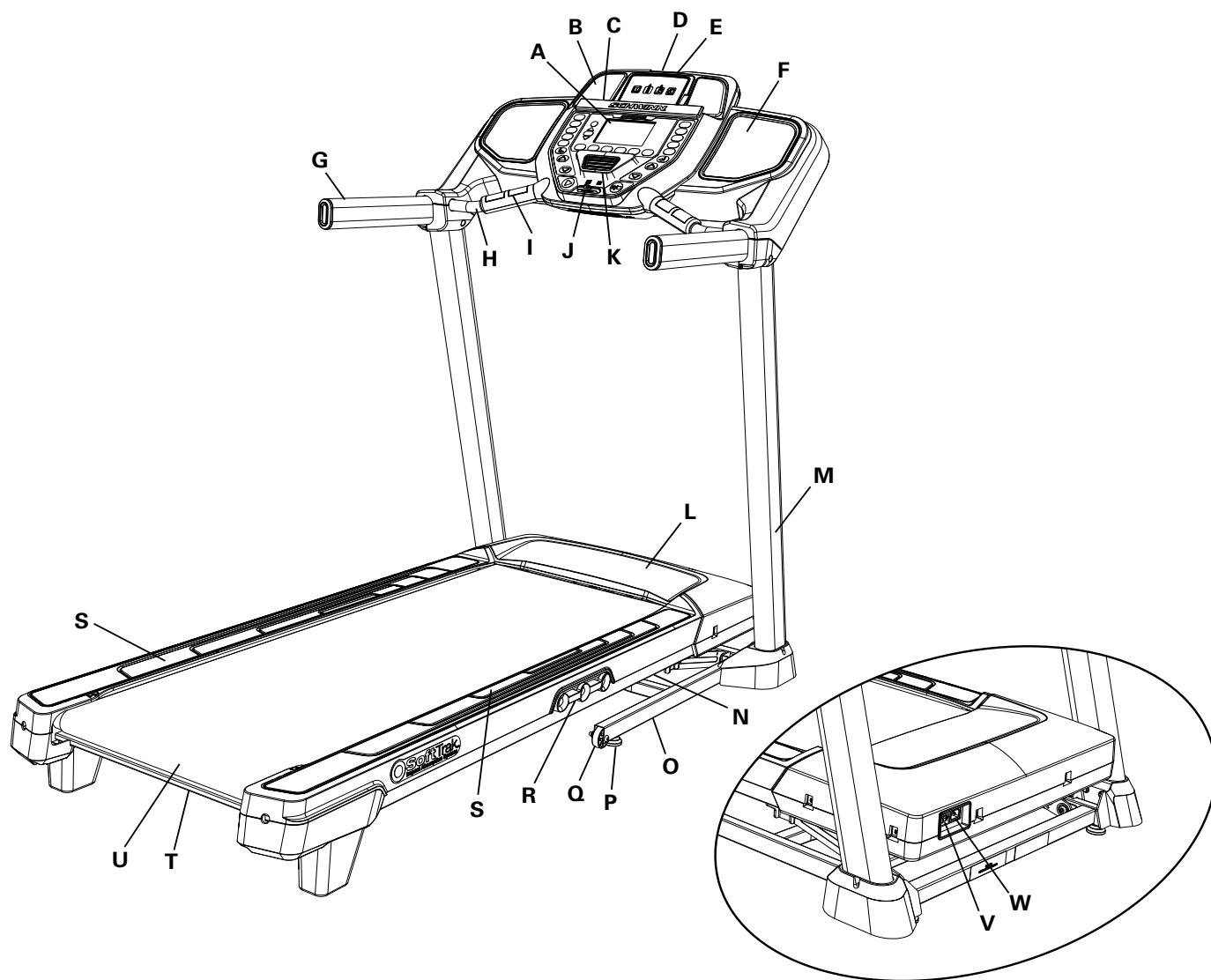
3. Ρυθμίστε μέχρι το μηχάνημα να βρεθεί σε ευθεία με το επίπεδο έδαφος.

Βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα είναι επίπεδο και σταθερό πριν την άσκησή σας.



Ταπέτο

Ο διάδρομός σας είναι εξοπλισμένος με ένα ανθεκτικό, υψηλής ποιότητας ταπέτο που έχει σχεδιαστεί για να παρέχει πολλές ώρες αξιόπιστης υπηρεσίας. Το ταπέτο σε διάδρομο που δεν έχει λειτουργήσει για ένα χρονικό διάστημα, είτε στην εργοστασιακή συσκευασία ή μετά την συναρμολόγηση, μπορεί να εμφανίσει ένα “έντονο” θόρυβο όταν ξεκινήσει. Αυτό οφείλεται στις καμπύλες του εμπρός και του πίσω κυλίνδρου. Αυτό είναι ένα σύνηθες φαινόμενο και δεν αποτελεί ένδειξη προβλήματος με το μηχάνημά σας. Αφού χρησιμοποιηθεί ο διάδρομος για ένα χρονικό διάστημα, ο “έντονος” θόρυβος θα διακοπεί. Ο χρόνος ποικίλει ανάλογα με την θερμοκρασία και την υγρασία του περιβάλλοντος στο οποίο ο διάδρομος έχει τοποθετηθεί.



A	Κονσόλα	N	Υδραυλικό Αμορτισέρ
B	Ηχείο	O	Βάση
C	Θέση για Tablet	P	Ευθυγραμμιστής Εδάφους
D	Είσοδος MP3	Q	Ρόδα Μεταφοράς
E	Θύρα USB	R	Αποσβεστήρας (Αντικραδασμικό)
F	Θέση Αποθήκευσης	S	Πλευρική Ράγα Υποστήριξης Πέλματος
G	Χειρολαβή	T	Μπάρα Αναδίπλωσης
H	Εργονομική Μπάρα	U	Ταπέτο και Δάπεδο
I	Αισθητήρες Καρδιακού Παλμού (CHR) Επαφής	V	Διακόπτης Ρεύματος
J	Θέση Κλειδιού Ασφαλείας Έκτακτης Ανάγκης	W	Είσοδος AC
K	Ανεμιστήρας	X	Καλώδιο MP3 (δεν απεικονίζεται)
L	Κάλυμμα Κινητήρα	Y	Συνδεσιμότητα Bluetooth® (δεν απεικονίζεται)
M	Ορθοστάτες	Z	Τηλεμετρικός Δέκτης Καρδιακού Παλμού (HR) (δεν απεικονίζεται)



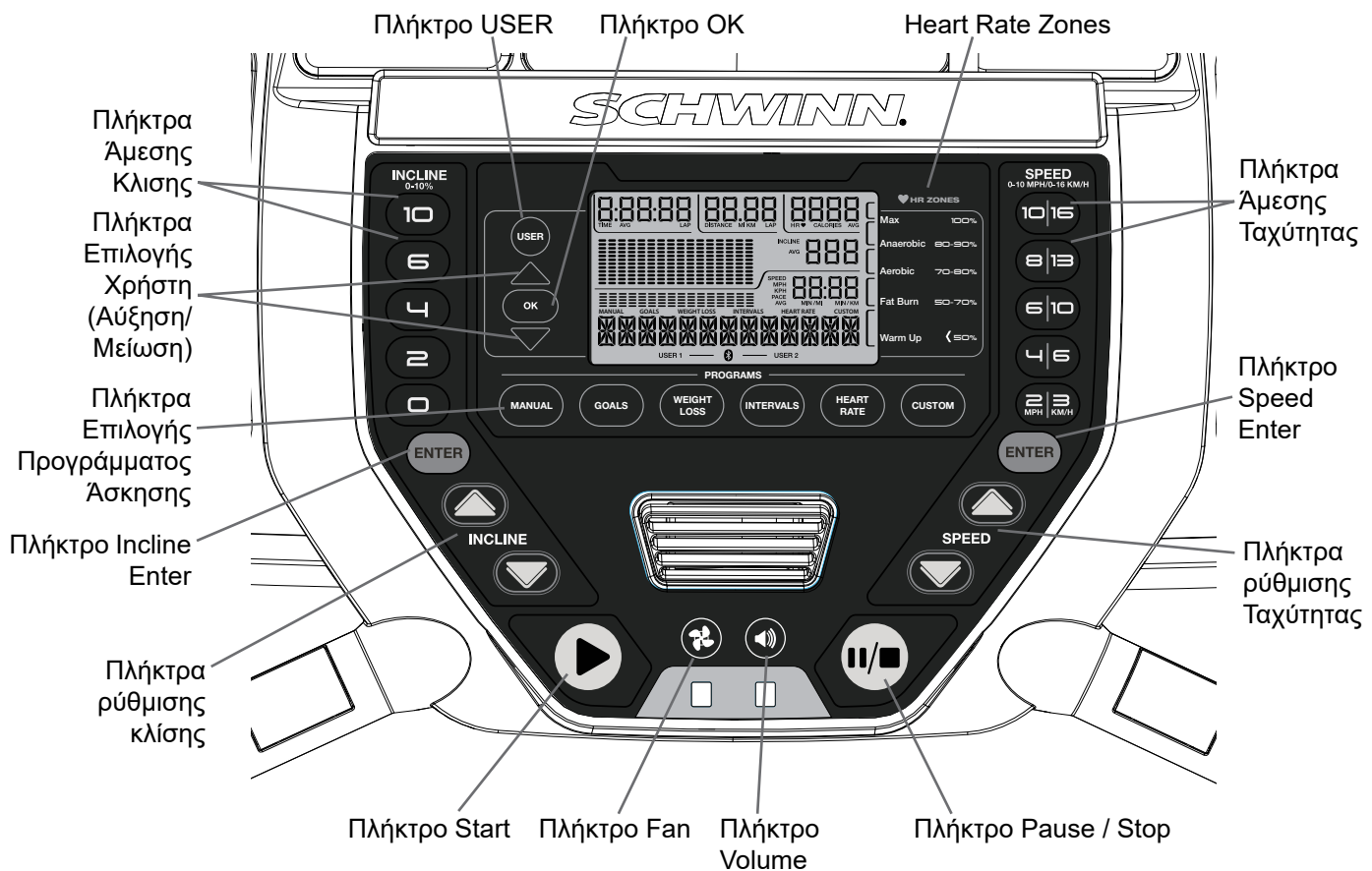
ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται ή μετρούνται από την κονσόλα μόνο για λόγους αναφοράς. Το σύστημα παρακολούθησης Καρδιακού Παλμού μπορεί να είναι ανακριβές. Η υπερβολική άσκηση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο. Αν αισθάνεστε τάση λιποθυμίας σταματήστε αμέσως την άσκηση.

Χαρακτηριστικά Κονσόλας

Η Κονσόλα παρέχει σημαντικές πληροφορίες σχετικά με την προπόνησή σας και σας επιτρέπει να ελέγχετε τις παραμέτρους κατά την διάρκεια της προπόνησης. Η κονσόλα διαθέτει πλήκτρα αφής για να περιηγηθείτε μέσα στα προγράμματα άσκησης.

Σημείωση: Αν και το μηχανήμά σας είναι ενεργοποιημένο με Bluetooth®, δεν είναι δυνατή η λήψη σήματος (ενδεχομένως από μία ζώνη στήθους με δυνατότητα Bluetooth®) ή η αναπαραγωγή ήχου μέσω σύνδεσης Bluetooth®. Η Κονσόλα χρησιμοποιεί τη συνδεσιμότητα Bluetooth® για να εξάγει τα δεδομένα της προπόνησής σας μόνο σε εφαρμογές γυμναστικής.



Οθόνη Κονσόλας

Πλήκτρο USER- Πιέστε για να επιλέξετε το προφίλ χρήστη που θέλετε. Η οθόνη ενεργού χρήστη θα προσαρμοστεί

Πλήκτρο Επιλογής Χρήστη (User) (▲)- Αυξάνει την τρέχουσα τιμή ή μετακινείται μέσω των διαθέσιμων επιλογών

Πλήκτρο OK button- Επιβεβαιώνει πληροφορίες ή επιλογή

Πλήκτρο Επιλογής Χρήστη (User) (▼) button- Μειώνει την τρέχουσα τιμή ή μετακινείται μέσω των διαθέσιμων επιλογών

Πλήκτρα Επιλογής Προγράμματος Άσκησης- Επιλέγει μια κατηγορία προγραμμάτων προπόνησης και μετακινείται μέσω των διαθέσιμων προγραμμάτων άσκησης.

Πλήκτρα Άμεσης Κλίσης- Επιλέγει μια τιμή κλίσης για το Δάπεδο. Μετά το πάτημα του πλήκτρου άμεσης κλίσης, πιέστε το πλήκτρο Incline Enter μέσα σε 5 δευτερόλεπτα για να ρυθμίσετε το Δάπεδο στην επιθυμητή κλίση.

Πλήκτρο Incline Enter- Ενεργοποιεί τον κινητήρα κλίσης για να ρυθμίσει το Δάπεδο στην επιλεγμένη τιμή κλίσης.

Πλήκτρο START- Ξεκινάει ένα Γρήγορο Πρόγραμμα Άσκησης, ξεκινάει ένα Πρόγραμμα Άσκησης μετά από προσαρμογή από τον Χρήστη, ή συνεχίζει ένα Πρόγραμμα Άσκησης σε παύση.

Πλήκτρο FAN- Ελέγχει τον 3 ταχυτήτων ανεμιστήρα

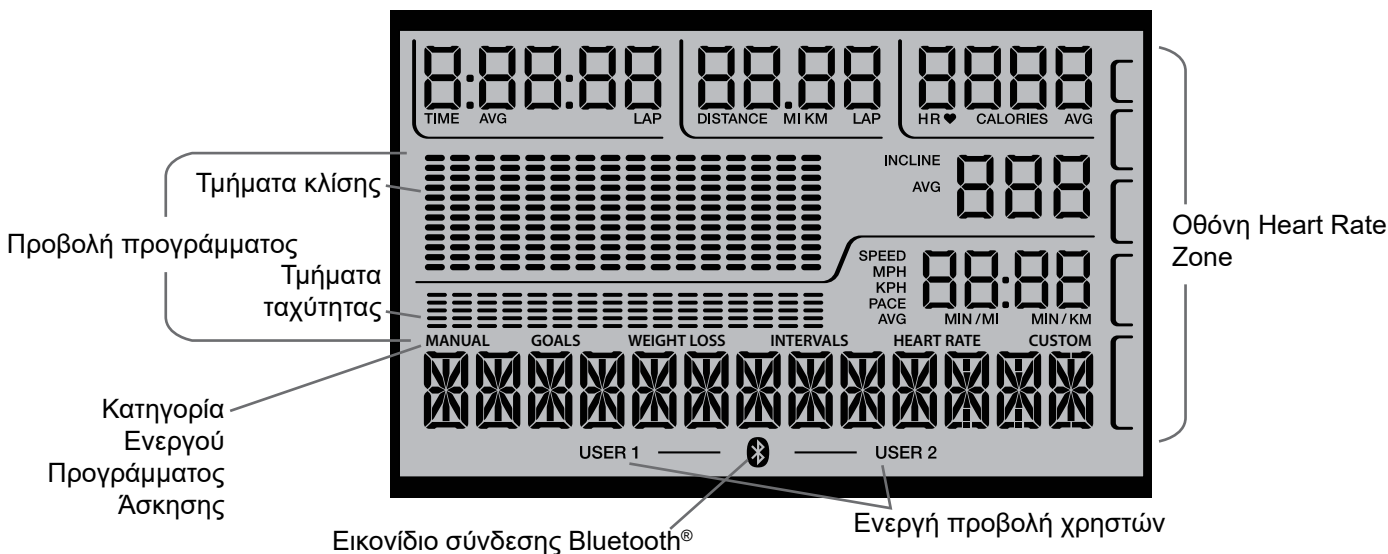
Πλήκτρο PAUSE / STOP- Παύει μια ενεργή προπόνηση, τερματίζει μια προπόνηση σε παύση ή εξέρχεται στο προηγούμενο μενού

Πλήκτρα Άμεσης Ταχύτητας- Επιλέγει μια τιμή ταχύτητας για το Ταπέτο. Μετά το πάτημα ενός πλήκτρου Άμεσης Ταχύτητας, πιάστε το πλήκτρο Speed Enter μέσα σε 5 δευτερόλεπτα για να ρυθμίσετε το Ταπέτο στην επιθυμητή ταχύτητα.

Πλήκτρο Speed Enter- Ρυθμίζει την ταχύτητα του Ταπέτου στην επιλεγμένη τιμή της Άμεσης Ταχύτητας.

LCD Οθόνη Δεδομένων

Οθόνη Προγραμμάτων



Η οθόνη Program Profile δείχνει το προφίλ της πορείας για το πρόγραμμα προπόνησης. Μία διαδρομή προφίλ έχει 16 στήλες, ή τμήματα. Η διαδρομή προφίλ έχει δύο μεταβλητές για κάθε τμήμα: Κλίσης (επάνω) και Ταχύτητας (κάτω).

Όσο πιο έντονη η κλίση ή η ρυθμισμένη ταχύτητα, τόσο υψηλότερο το επίπεδο για το συγκεκριμένο τμήμα. Το τμήμα που αναβοσβήνει δείχνει το τρέχον διάστημά.

Οθόνη Heart Rate Zone

Η οθόνη Heart Rate Zone δείχνει σε ποια ζώνη είναι η τρέχουσα τιμή καρδιακού παλμού για τον τρέχοντα χρήστη. Αυτό το πεδίο καρδιακού παλμού μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως οδηγός προπόνησης για μια συγκεκριμένη ζώνη στόχου (μέγιστη, αναερόβια, αερόβια, κάψιμο λίπους, και προθέρμανσης).

! Συμβουλευθείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Σταματήστε την άσκηση αν αισθάνεστε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος σας, δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθημα λιποθυμίας. Επικοινωνήστε με το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε ξανά το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται ή μετρούνται από την κονσόλα του μηχανήματος για λόγους αναφοράς μόνο. Ο καρδιακός παλμός που εμφανίζεται στην κονσόλα είναι κατά προσέγγιση και πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο για αναφορά.

Σημείωση: Αν δεν ανιχνεύεται καρδιακός παλμός, η οθόνη Heart Rate Zone θα είναι κενή.

Οθόνη Time / Lap (Time)

Η οθόνη TIME δείχνει το συνολικό χρόνο της άσκησης, το μέσο χρόνο για το Προφίλ Χρήστη, ή το συνολικό χρόνο λειτουργίας του μηχανήματος.

Σημείωση: Ο μέγιστος χρόνος για την προπόνηση Γρήγορης Εκκίνησης (Quick Start) είναι 9 ώρες, 59 λεπτά και 59 δευτερόλεπτα (9:59:59).

Η οθόνη Lap (Time) δείχνει τη μέτρηση του χρόνου για τον μόλις ολοκληρωμένο Γύρο (Lap). Κατά τη διάρκεια της άσκησης, η τιμή άσκησης εμφανίζεται μόνο όταν ένας Γύρος ολοκληρωθεί.

Οθόνη Distance / Lap (Count)

Η οθόνη Distance δείχνει την μέτρηση της απόστασης (μίλια ή χιλιόμετρα) στην προπόνηση.

Η οθόνη Lap (Count) δείχνει το συνολικό αριθμό των γύρων που ολοκληρώνονται κατά την διάρκεια της προπόνησης. Κατά τη διάρκεια της άσκησης, η τιμή άσκησης εμφανίζεται μόνο όταν ένας Γύρος ολοκληρωθεί, ή κατά τη διάρκεια λειτουργίας των Αποτελεσμάτων Άσκησης (Workout Results), (συμπληρωμένων Γύρων μόνο, χωρίς δεκαδικά ψηφία).

Σημείωση: Η απόσταση ενός Γύρου μπορεί να προσαρμοστεί για κάθε Χρήστη στη λειτουργία Επεξεργασία Προφίλ Χρήστη. Η προεπιλογή είναι 0.4 km (0.25 miles).

Οθόνη Heart Rate (HR) / Calories

Η οθόνη Heart Rate δείχνει τον παλμό ανά λεπτό (beats per minute (BPM)) από την οθόνη heart rate. Μόλις ένα σήμα καρδιακού παλμού ανιχνεύεται από την Κονσόλα, το εικονίδιο αναβοσβήνει.

 **Συμβουλευθείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Σταματήστε την άσκηση αν αισθάνεστε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος σας, δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθημα λιποθυμίας. Επικοινωνήστε με το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε ξανά το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται ή μετρούνται από την κονσόλα του μηχανήματος για λόγους αναφοράς μόνο.**

Η οθόνη Calories δείχνει τις εκτιμώμενες θερμίδες που έχουν καεί κατά τη διάρκεια της προπόνησης.

Οθόνη Incline

Η οθόνη Incline δείχνει το τρέχον επίπεδο της κλίσης για το Δάπεδο.

Σημείωση: Το Δάπεδο πρέπει να βρίσκεται στο "0" για να ξεκινήσει μία προπόνηση.

Οθόνη Speed / Pace

Η οθόνη Speed δείχνει την ταχύτητα του Ταπέτου σε μίλια ανά ώρα (mph) ή χιλιόμετρα ανά ώρα (km/h).

Η οθόνη Pace δείχνει τον τρέχοντα χρόνο για να ολοκληρωθεί ένα μίλι (ή ένα χιλιόμετρο) στην τρέχουσα τιμή Ταχύτητας.

Σημείωση: Η μέγιστη τιμή για το πεδίο Pace είναι 99:59.

Οθόνη Active Workout Category

The Active Workout Category display shows the currently selected Category of Workouts.

Οθόνη Active User

The Active User Display shows which User Profile is currently selected.

Οθόνη Συνδεσμικότητας εφαρμογής Bluetooth® App

Η οθόνη Bluetooth® App Connected εμφανίζει την αντιστοιχία της κονσόλας με την εφαρμογή.

Προπόνηση με άλλες εφαρμογές Γυμναστικής

Αυτό το μηχάνημα γυμναστικής έχει ενσωματωμένη δυνατότητα σύνδεσης Bluetooth® που του επιτρέπει να συνεργάζεται με διάφορους ψηφιακούς συνεργάτες. Για την τελευταία λίστα των υποστηριζόμενων συνεργατών μας, επισκεφθείτε τη διεύθυνση: www.nautilus.com/partners

Ενημερώστε το Μηχάνημά Σας χρησιμοποιώντας την Εφαρμογή "Schwinn Toolbox™"

Αυτό το μηχάνημα γυμναστικής είναι εξοπλισμένο με συνδεσμικότητα Bluetooth® και μπορεί να ενημερωθεί ασύρματα με την εφαρμογή "Schwinn Toolbox™". Μόλις εγκατασταθεί η εφαρμογή στη συσκευή σας, η Εφαρμογή θα σας ενημερώσει

για το πότε υπάρχει ενημέρωση για το μηχάνημά σας.

1. Κατεβάστε την δωρεάν εφαρμογή, που ονομάζεται **SchwinnToolbox™**. Η εφαρμογή είναι διαθέσιμη στο AppStore και στο Google Play™.

Σημείωση: Για μια πλήρη λίστα υποστηριζόμενων συσκευών, ελέγξτε την εφαρμογή στο AppStore ή στο Google Play™.

2. Εγκαταστήστε την εφαρμογή.

Όταν ειδοποιηθείτε ότι υπάρχει μια ενημέρωση στο μηχάνημα γυμναστικής σας, ακολουθήστε τις υποδείξεις στην εφαρμογή. Τοποθετήστε τη συσκευή που εκτελεί την εφαρμογή στη Θέση Αποθήκευσης. Η εφαρμογή θα ενημερώσει το λογισμικό στο μηχάνημα με την τελευταία έκδοση. Μην αφαιρείτε τη συσκευή σας από τη Θέση Αποθήκευσης έως ότου ολοκληρωθεί η ενημέρωση. Το μηχάνημα θα επιστρέψει στην Αρχική Οθόνη όταν η ενημέρωση ολοκληρωθεί.

Φόρτιση USB

Το μηχάνημα σας είναι εξοπλισμένο με Θύρα USB για να επιτρέπεται η φόρτιση ορισμένων συσκευών. Απλά συνδέστε ένα καλώδιο USB (δεν περιλαμβάνεται)

στη Θύρα USB, και συνδέστε τη συσκευή στο άλλο άκρο του Καλωδίου USB. Η τροφοδοσία ρεύματος που παρέχεται από τη Θύρα USB μπορεί να μην είναι αρκετή για να λειτουργήσει η Συσκευή και να την φορτίσετε την ίδια στιγμή

Σημείωση: Η Θύρα USB είναι μόνο για τη φόρτιση και δεν μπορεί να αναπαράγει ήχο από τα ηχεία της Κονσόλας.

Απομακρυσμένος Έλεγχος Καρδιακών Παλμών

Η παρακολούθηση του Καρδιακού Παλμού είναι μια από τις καλύτερες διαδικασίες για ελέγξετε την έντασης της άσκησης σας. Αισθητήρες επαφής για τον Καρδιακό Παλμό (Contact Heart Rate (CHR)) είναι εγκατεστημένοι για να στείλουν τα σήματα του Καρδιακού Παλμού στην Κονσόλα. Η Κονσόλα μπορεί επίσης να λάβει τηλεμετρικό σήμα Καρδιακού Παλμού (HR) από Ζώνη Μέτρησης Καρδιακού Παλμού Στήθους που λειτουργεί στην εμβέλεια των 4.5kHz - 5.5kHz.

Σημείωση: Η Ζώνη Μέτρησης Καρδιακού Παλμού Στήθους πρέπει να είναι μία μη κωδικοποιημένη Ζώνη Μέτρησης Καρδιακού Παλμού Στήθους από την Polar Electro ή ένα μη κωδικοποιημένο, συμβατό μοντέλο POLAR®. (Οι κωδικοποιημένες Ζώνες Καρδιακού Παλμού Στήθους POLAR® όπως και οι Ζώνες Καρδιακού Παλμού Στήθους POLAR® OwnCode® δεν θα λειτουργούν με αυτόν τον εξοπλισμό.)

 **Εάν έχετε βηματοδότη ή άλλη εμφυτευμένη ηλεκτρονική συσκευή, συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε μία ασύρματη Ζώνη Μέτρησης Καρδιακού Παλμού ή άλλη τηλεμετρική συσκευή μέτρησης του Καρδιακού Παλμού.**

Αισθητήρες Επαφής Καρδιακού Παλμού

Οι Αισθητήρες Επαφής Καρδιακού Παλμού (Contact Heart Rate (CHR)) στέλνουν τα σήματα καρδιακού ρυθμού στην Κονσόλα. Οι CHR αισθητήρες είναι τα ανοξείδωτα χαλύβδινα τμήματα των Χειρολαβών. Για να τους χρησιμοποιήσετε, τοποθετήστε τις παλάμες σας γύρω από τους αισθητήρες. Βεβαιωθείτε ότι οι παλάμες σας καλύπτουν ολόκληρους τους αισθητήρες. Κρατήστε σταθερά, όχι πολύ σφιχτά ή χαλαρά. Και οι δύο παλάμες σας πρέπει να είναι σε επαφή με τους αισθητήρες ώστε η Κονσόλα να ανιχνεύσει τον Καρδιακό Παλμό. Αφού η Κονσόλα ανιχνεύσει τέσσερα σταθερά σήματα Καρδιακού Παλμού, θα εμφανιστεί ο αρχικός Καρδιακός Παλμός σας.

Μόλις η Κονσόλα έχει τον αρχικό Καρδιακό Παλμό σας, μην μετακινήσετε τις παλάμες σας για 10 έως 15 δευτερόλεπτα. Η Κονσόλα θα επικυρώσει τον Καρδιακό Παλμό. Πολλοί παράγοντες επηρεάζουν την ικανότητα των αισθητήρων να ανιχνεύουν το σήμα καρδιακού ρυθμού σας:

- Η κίνηση των μυών του άνω σώματος (συμπεριλαμβανομένων των χεριών) παράγει ένα ηλεκτρικό σήμα (μυϊκό τεχνούργημα) που μπορεί να επηρεάσει την ανίχνευση παλμών. Μια ελαφριά κίνηση του χεριού ενώ βρίσκεστε σε επαφή με τους αισθητήρες μπορεί επίσης να προκαλέσει παρεμβολές.
- Κάλοι και λοσιόν χεριός μπορεί να λειτουργήσουν ως μονωτικό στρώμα για τη μείωση της έντασης του σήματος.
- Ορισμένα σήματα Ηλεκτροκαρδιογραφήματος (Electrocardiogram (EKG)) που παράγονται από άτομα δεν είναι αρκετά

ισχυρά για να ανιχνευθούν από τους αισθητήρες.

- Η εγγύτητα άλλων ηλεκτρονικών μηχανών μπορεί να προκαλέσει παρεμβολές.

Αν το σήμα καρδιακού ρυθμού σας φαίνεται ασταθές μετά την επικύρωση, σκουπίστε τα χέρια σας και τους αισθητήρες και δοκιμάστε ξανά.

Υπολογισμός Καρδιακού Παλμού

Ο μέγιστος καρδιακός παλμός σας μειώνεται συνήθως από τους 220 Παλμούς Ανά Λεπτό (Beats Per Minute (BPM)) στην παιδική ηλικία στους περίπου 160 BPM στην ηλικία των 60. Αυτή η πτώση στο ρυθμό της καρδιάς είναι συνήθως γραμμική, η μείωση είναι περίπου ένα BPM για κάθε έτος. Δεν υπάρχει καμία ένδειξη ότι η προπόνηση επηρεάζει την μείωση της μέγιστης καρδιακής συχνότητας. Άτομα της ίδιας ηλικίας μπορεί να έχουν διαφορετικές μέγιστες τιμές καρδιακού παλμού. Είναι πιο ακριβές να βρείτε την τιμή αυτή με την ολοκλήρωση ενός τεστ κοπώσεως απ' ό,τι χρησιμοποιώντας ένα τύπο που σχετίζεται με την ηλικία.

Ο καρδιακός παλμός στη χαλάρωση επηρεάζεται από την προπόνησή σας. Ο τυπικός παλμός ενήλικα σε χαλάρωση είναι περίπου 72 BPM, ενώ για άρτια εκπαιδευμένους δρομείς μπορεί να είναι 40 BPM ή και λιγότερο.

Ο πίνακας Καρδιακού Παλμού είναι μία εκτίμηση του πόσο αποτελεσματική είναι η Ζώνη Καρδιακού Παλμού (Heart Rate Zone (HRZ)) για να κάψετε λίπος και να βελτιώσετε το καρδιαγγειακό σας σύστημα. Οι φυσικές συνθήκες μπορεί να διαφέρουν, επομένως, η ατομική HRZ θα μπορούσε να είναι αρκετά υψηλότερη ή χαμηλότερη από ό,τι φαίνεται.

Η πιο αποτελεσματική διαδικασία για να κάψετε λίπος κατά τη διάρκεια της άσκησης είναι να ξεκινήσετε με αργό ρυθμό και σταδιακά να αυξήσετε την ένταση σας μέχρι ο ρυθμός της καρδιάς σας να φτάνει περίπου το 50 – 70% του μέγιστου καρδιακού παλμού. Συνεχίστε με αυτόν τον ρυθμό, κρατώντας τον καρδιακό παλμό σας σε αυτή τη ζώνη στόχου για πάνω από 20 λεπτά. Όσο περισσότερο διατηρείτε τον καρδιακό παλμό στόχο, τόσο περισσότερο λίπος θα κάψει το σώμα σας.

Το γράφημα είναι μία σύντομη κατευθυντήρια γραμμή, περιγράφοντας το γενικά προτεινόμενο ποσοστό καρδιακού στόχου με βάση την ηλικία. Όπως προαναφέρθηκε, το βέλτιστο ποσοστό στόχου σας μπορεί να είναι υψηλότερο ή χαμηλότερο. Συμβουλευθείτε το γιατρό σας για μεμονωμένη ζώνη στόχου καρδιακού παλμού.

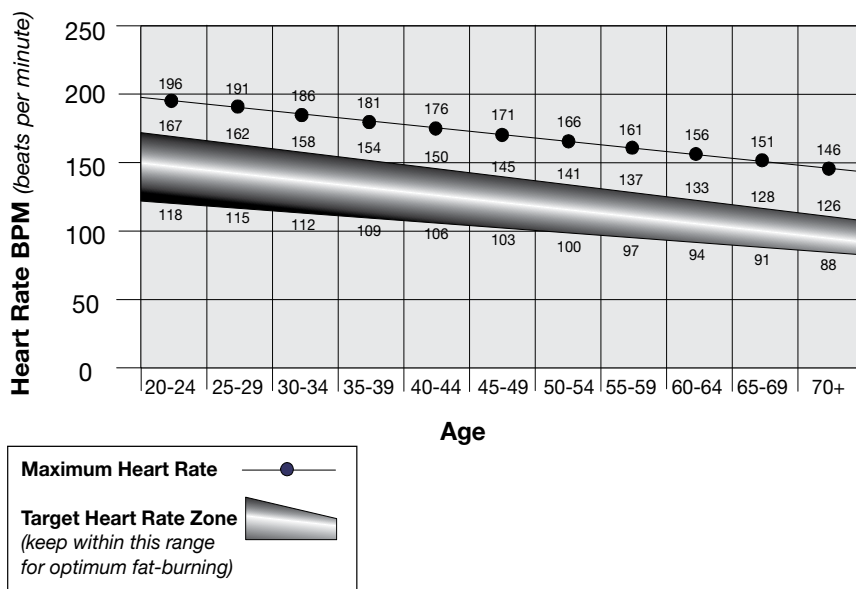
Σημείωση: Όπως συμβαίνει με όλες τις ασκήσεις και τα προγράμματα προπόνησης, χρησιμοποιείτε πάντα την κρίση σας, όταν πρόκειται να αυξήσετε το χρόνο ή την ένταση σας.

Ηχεία και Καλώδιο Ήχου

Για να αναπαράγετε ήχο μέσω των ηχείων του μηχανήματός σας, συνδέστε το καλώδιο ήχου στη συσκευή σας και τη Θύρα Καλωδίου Ήχου στην Κονσόλα. Με την Κονσόλα σε λειτουργία, μπορείτε να αναπαράγετε ήχο από τη συσκευή σας μέσω των ηχείων. Η ένταση του ήχου ελέγχεται από τη συσκευή σας.

Σημείωση: Αν και το μηχανήμα σας έχει την δυνατότητα σύνδεσης με Bluetooth®, δεν είναι σε θέση να λαμβάνει και να αναπαράγει ήχο μέσω μιας Bluetooth® σύνδεσης.

FAT-BURNING TARGET HEART RATE



Τι να Φορέσετε

Φορέστε αθλητικά παπούτσια με λαστιχένια σόλα. Θα χρειαστείτε κατάλληλα αθλητικά ρούχα που σας επιτρέπουν να κινείστε ελεύθερα.

Πόσο Συχνά Πρέπει να Ασκείστε

! Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Σταματήστε την άσκηση αν αισθανθείτε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος σας, αν έχετε δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθημα λιποθυμίας. Επικοινωνήστε με τον γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε ξανά το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται από την κονσόλα για λόγους αναφοράς και μόνο.

- 3 φορές την εβδομάδα για 30 λεπτά κάθε μέρα.
- Προγραμματίστε τις προπονήσεις σας εκ των προτέρων και προσπαθήστε να ακολουθήσετε το πρόγραμμα.
- Εξετάστε το ενδεχόμενο να κάνετε διατάσεις προθέρμανσης, οι οποίες θα βοηθήσουν να προετοιμάσετε το σώμα σας, πριν από την προπόνηση.

Ξεκινώντας

! Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Σταματήστε την άσκηση αν αισθανθείτε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος σας, αν έχετε δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθημα λιποθυμίας. Επικοινωνήστε με τον γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε ξανά το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται από την κονσόλα για λόγους αναφοράς και μόνο.

Τοποθετήστε το μηχάνημα σε καθαρή, σκληρή, επίπεδη επιφάνεια, απαλλαγμένη από ανεπιθύμητα υλικά ή άλλα αντικείμενα που μπορεί να εμποδίσουν την ικανότητά σας να κινείστε ελεύθερα, με επαρκή ελεύθερη περιοχή προπόνησης. Ένα ταπέτο από καουτσούκ κάτω από το μηχάνημα, θα αποτρέψει την ηλεκτροστατική εκφόρτιση και θα προστατεύσει το πάτωμά σας.

Να είστε βέβαιοι ότι ο χώρος προπόνησης που χρησιμοποιείτε έχει επαρκές ελεύθερο ύψος, λαμβάνοντας υπ' όψιν το ύψος του χρήστη και τη μέγιστη κλίση του δαπέδου.

1. Με το μηχάνημα στη θέση προπόνησης, επιθεωρήστε το ταπέτο για να βεβαιωθείτε ότι είναι στο κέντρο και ευθυγραμμισμένο. Αν είναι απαραίτητο, ανατρέξτε στην ενότητα “Προσαρμογή Ταπέτου”. Δείτε τη διαδικασία στην ενότητα “Συντήρηση” αυτού του εγχειριδίου.

! Οι άκρες του Ταπέτου πρέπει να είναι κάτω από τις Πλαϊνές Ράγες Στήριξης Πέλματος. Αν μία άκρη του Ταπέτου είναι ορατή, μη λειτουργείτε το μηχάνημα. Ρυθμίστε το Ταπέτο μέχρι οι άκρες να μην είναι ορατές και κάτω από τις Πλαϊνές Ράγες Στήριξης Πέλματος. Ανατρέξτε στην ενότητα “Ευθυγράμμιση Ταπέτου”.

Σημείωση: Αυτό το μηχάνημα είναι για οικιακή χρήση και μόνο.

2. Εξετάστε κάτω από το Ταπέτο για οποιοδήποτε αντικείμενο. Βεβαιωθείτε ότι είναι καθαρό το μηχάνημα από κάτω.
3. Συνδέστε το Καλώδιο Παροχής σε μία AC πρίζα τοίχου.

! Μην πατάτε επάνω στο καλώδιο παροχής και το βύσμα.

Σημείωση: Το μηχάνημα έχει σχεδιαστεί για να συνδέεται απευθείας σε μία σωστά καλωδιωμένη και γειωμένη πρίζα 220V.

4. Αν χρησιμοποιείτε την Απομακρυσμένη Λήψη Καρδιακού Παλμού, ακολουθήστε τις οδηγίες Ζώνης Στήθους.
5. Ανοίξτε τον διακόπτη. Το ρεύμα τροφοδοτεί τώρα το μηχάνημα.
6. Σταθείτε στο πλάι του Ταπέτου στις Πλαϊνές Ράγες Υποστήριξης Πέλματος. Τοποθετήστε το Κλειδί Ασφαλείας στη Θέση Κλειδιού Ασφαλείας και βάλτε το κλιπ του Κλειδιού Ασφαλείας στα ρούχα σας.

! Φροντίστε να το χρησιμοποιείτε όταν ανεβαίνετε ή κατεβαίνετε από το μηχάνημα.

Για να αποφύγετε τραυματισμούς, σταθείτε στις Πλαϊνές Ράγες Υποστήριξης Πέλματος πριν ξεκινήσετε το μηχάνημα ή όταν ολοκληρώσετε μία προπόνηση. Μην ξεκινάτε το μηχάνημα ενώ στέκεστε πάνω στο Ταπέτο,

και να εξέρχεστε πάντα από το πίσω μέρος της συσκευής (ή του μηχανήματος).

- Εξετάστε το Κλειδί Ασφαλείας και βεβαιωθείτε ότι είναι συνδεδεμένο στην Κονσόλα κατάλληλα.

Σημείωση: Αν το Κλειδί Ασφαλείας δεν εγκατασταθεί, το μηχάνημα δε θα επιτρέψει στο Χρήστη να εκτελέσει όλες τις δραστηριότητες εκτός από το να ενεργοποιήσει το Ταπέτο. Η Κονσόλα θα εμφανίσει την υπενθύμιση για να εισάγετε το Κλειδί Ασφαλείας (“SAFETY KEY”).

- Πάντα να πιάνετε το Κλειδί Ασφαλείας στα ρούχα σας κατά τη διάρκεια της προπόνησης.
 - Αν υπάρχει μία κατάσταση έκτακτης ανάγκης, αφαιρέστε το Κλειδί Ασφαλείας για να κλείσετε την τροφοδοσία προς το Ταπέτο και του Κινητήρα Κλίσης. Αυτό σταματάει το Ταπέτο γρήγορα (κρατηθείτε- αυτό είναι μία απότομη κίνηση) και καταργεί την προπόνηση. Πιέστε το πλήκτρο PAUSE/STOP για να σταματήσετε το ταπέτο και να παύσετε το πρόγραμμα.
7. Πιέστε το πλήκτρο USER για να επιλέξετε τον επιθυμητό Χρήστη για την προπόνηση.
 8. Πιέστε το πλήκτρο της Κατηγορίας Άσκησης μέχρι να εμφανιστεί το δικό σας Πρόγραμμα Άσκησης.
 9. Πιέστε το πλήκτρο OK για να επιλέξετε την προπόνηση.
 10. Η Κονσόλα θα κάνει μία σειρά από ερωτήσεις για να προσαρμόσετε την προπόνηση. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Αύξησης (▲) ή Μείωσης (▼) για να ρυθμίσετε τις τιμές προπόνησης και πατήστε το πλήκτρο OK για να αποδεχθείτε κάθε μία από αυτές.
 11. Με την επιθυμητή προπόνηση που εμφανίζεται στην Κονσόλα, πιέστε το πλήκτρο START.
 12. Όταν στην Κονσόλα εμφανιστεί η εντολή “READY ?”, πιέστε το πλήκτρο START. Η Κονσόλα θα δείξει “RAMPING UP” όσο το Ταπέτο αυξάνει ταχύτητα. Βεβαιωθείτε ότι θα ανεβείτε προσεκτικά επάνω στο Ταπέτο.



Το Ταπέτο θα κινηθεί μετά από 3 δευτερόλεπτα, με ηχητικό σήμα αντίστροφης μέτρησης.

Πάντα να κρατάτε τις χειρολαβές όταν ανεβαίνετε ή κατεβαίνετε από το διάδρομο, ή όταν αλλάζετε την κλίση ή την ταχύτητα.

Για να εκτελέσετε μία έκτακτη αποσύνδεση, πιαστείτε από την εμπρός ή τις πλευρικές χειρολαβές και σταθείτε στις Πλαϊνές Ράγες Υποστήριξης Πέλματος. Φέρτε το Ταπέτο σε στάση και βγείτε προσεκτικά από το μηχάνημα.

Σημείωση: Ο διάδρομός σας είναι εξοπλισμένος με ένα ανθεκτικό, υψηλής ποιότητας ταπέτο που έχει σχεδιαστεί για να παρέχει πολλές ώρες αξιόπιστης υπηρεσίας. Το ταπέτο σε διάδρομο που δεν έχει λειτουργήσει για ένα χρονικό διάστημα, είτε στην εργοστασιακή συσκευασία ή μετά τη συναρμολόγηση, μπορεί να εμφανίσει έναν “έντονο” θόρυβο όταν ξεκινήσει. Αυτό οφείλεται στις καμπύλες του εμπρός και του πίσω κυλίνδρου. Αυτό είναι ένα σύνηθες φαινόμενο και δεν αποτελεί ένδειξη προβλήματος με το μηχάνημά σας. Αφού χρησιμοποιηθεί ο διάδρομος για ένα χρονικό διάστημα, ο “έντονος” θόρυβος θα διακοπεί. Ο χρόνος ποικίλει ανάλογα με την θερμοκρασία και την υγρασία του περιβάλλοντος στο οποίο ο διάδρομος έχει τοποθετηθεί.

Λειτουργία Ενεργοποίησης / Κατάσταση Αδράνειας

Η Κονσόλα θα τεθεί στην Λειτουργία Ενεργοποίησης / Κατάσταση Αδράνειας αν είναι συνδεδεμένη στο ρεύμα, ο Διακόπτης έχει ενεργοποιηθεί, και το Κλειδί Ασφαλείας έχει εγκατασταθεί σωστά.

Σημείωση: Αν το Κλειδί Ασφαλείας δεν εγκατασταθεί, το μηχάνημα δε θα επιτρέψει στον Χρήστη να εκτελέσει όλες τις δραστηριότητες εκτός από το να ενεργοποιήσει το Ταπέτο. Η Κονσόλα θα εμφανίσει την υπενθύμιση για να εισάγετε το Κλειδί Ασφαλείας (“ + SAFETY KEY”). Μόλις εγκατασταθεί το Κλειδί Ασφαλείας, το πλήκτρο START θα πρέπει να πατηθεί και πάλι για να ξεκινήσει το επιλεγμένο πρόγραμμα άσκησης.

Αυτόματο Κλείσιμο (Λειτουργία Αδράνειας)

Αν η Κονσόλα δε λαμβάνει κανένα σήμα για περίπου 5 λεπτά, θα σβήσει αυτόματα. Η οθόνη LCD θα είναι κλειστή, ενώ είναι σε Κατάσταση Αδράνειας.



Για να αποσυνδέσετε, γυρίστε όλους τους διακόπτες στη θέση “off”, και στη συνέχεια αφαιρέστε το φισ από την πρίζα.

Γρήγορη Εκκίνηση (Χειροκίνητο (Manual)) Πρόγραμμα

Το Γρήγορη Εκκίνηση (Χειροκίνητο (Manual)) πρόγραμμα σας επιτρέπει να ξεκινήσετε μία προπόνηση χωρίς να εισέλθετε σε πληροφορίες.

Κατά την διάρκεια μίας Χειροκίνητης Προπόνησης, κάθε στήλη αντιπροσωπεύει ένα χρονικό διάστημα 1 λεπτό και 52 δευτερόλεπτα. Η δραστική στήλη θα προχωρήσει σε ολόκληρη την οθόνη κάθε 1 λεπτό και 52 δευτερόλεπτα. Αν η προπόνηση διαρκέσει για περισσότερο από 30 λεπτά, η ενεργή στήλη παραμένει στα δεξιά και ωθεί τις προηγούμενες στήλες εκτός οθόνης.

1. Σταθείτε στις Πλαϊνές Ράγες Υποστήριξης Πέλματος.
2. Πιέστε το πλήκτρο User για να επιλέξετε το σωστό Προφίλ Χρήστη. Αν δεν έχετε ρυθμίσει ένα Προφίλ Χρήστη, μπορείτε να επιλέξετε ένα Προφίλ Χρήστη που δεν έχει προσαρμοζόμενα δεδομένα (μόνο για προεπιλεγμένες τιμές).
3. Πιέστε το πλήκτρο Manual Category.
4. Πιέστε το πλήκτρο START για να ξεκινήσετε το Χειροκίνητο (Manual) πρόγραμμα.

Σημείωση: Το Κλειδί Ασφαλείας πρέπει να εγκατασταθεί για να ξεκινήσει μία προπόνηση. Αν δεν εγκατασταθεί, η Κονσόλα θα δείξει, “+ SAFETY KEY”. Η κονσόλα θα δείξει “RAMPING UP” όσο το Ταπέτο αυξάνει ταχύτητα.

5. Για να αλλάξετε το επίπεδο της Κλίσης ή της Ταχύτητας, πιέστε τα κατάλληλα πλήκτρα Αύξηση/Μείωση. Ο χρόνος θα μετρήσει προς τα επάνω από το 00:00.

Σημείωση: Ο μέγιστος χρόνος για μία Γρήγορη Εκκίνηση είναι 9 ώρες, 59 λεπτά και 59 δευτερόλεπτα (9:59:59).

6. Όταν ολοκληρώσετε με την προπόνησή σας, πιέστε το πλήκτρο PAUSE/STOP για να παύσετε την προπόνηση. Πιέστε το πλήκτρο PAUSE/STOP ξανά για να τερματίσετε την προπόνηση.

Σημείωση: Τα αποτελέσματα προπόνησης καταγράφονται στο τρέχον Προφίλ Χρήστη.

Προφίλ Χρηστών

Η Κονσόλα σας επιτρέπει να αποθηκεύσετε και να χρησιμοποιήσετε 4 Προφίλ Χρηστών. Τα Προφίλ Χρηστών καταγράφουν αυτόματα τα αποτελέσματα προπόνησης για κάθε προπόνηση, και σας επιτρέπει να αναθεωρήσετε τα δεδομένα.

Το Προφίλ Χρήστη αποθηκεύει τα ακόλουθα δεδομένα:

- Μονάδες (Units)
- Ηλικία (Age)
- Βάρος (Weight)
- Γύροι Απόστασης (Distance of)

Επιλέξτε ένα Προφίλ Χρήστη

Κάθε προπόνηση αποθηκεύεται σε ένα Προφίλ Χρήστη. Βεβαιωθείτε ότι επιλέξατε το κατάλληλο Προφίλ Χρήστη πριν από την έναρξη μίας προπόνησης. Ο τελευταίος χρήστης που ολοκλήρωσε την προπόνηση, θα είναι η προεπιλογή χρήστη.

Στα Προφίλ Χρηστών αποδίδονται οι προεπιλεγμένες τιμές μέχρι να προσαρμοστούν από την επεξεργασία. Βεβαιωθείτε ότι επεξεργαστήκατε το Προφίλ Χρήστη για πιο ακριβείς θερμίδες και πληροφορίες καρδιακού παλμού.

Επεξεργασία Προφίλ Χρήστη

1. Από την Οθόνη Λειτουργίας Ενεργοποίησης, πιέστε το πλήκτρο User για να επιλέξετε ένα από τα Προφίλ Χρηστών.
2. Πιέστε και κρατήστε πατημένα τα πλήκτρα USER και OK για 3 δευτερόλεπτα για να μεταβείτε στη λειτουργία Επεξεργασίας Προφίλ Χρήστη (Edit User).

Σημείωση: Για να βγείτε από τις επιλογές προφίλ χρήστη, πιέστε το πλήκτρο PAUSE / STOP και η Κονσόλα θα επιστρέψει στην Οθόνη Λειτουργίας Ενεργοποίησης.

3. Αν αυτή είναι η αρχική ρύθμιση χρήστη, η Κονσόλα εμφανίζει την ερώτηση UNITS και την τρέχουσα τιμή.

Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να αλλάξετε την τιμή. Πιέστε το πλήκτρο OK για να αποδεχθείτε την εμφανιζόμενη τιμή.

4. Η Κονσόλα εμφανίζει την τιμή της ΗΛΙΚΙΑ (AGE) και την τρέχουσα τιμή.

Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να αλλάξετε την τιμή. Πατήστε και κρατήστε πατημένα τα πλήκτρα Αύξησης (▲) ή Μείωσης (▼) για να αλλάξετε την τιμή γρηγορότερα. Πιέστε το πλήκτρο OK για να αποδεχθείτε την εμφανιζόμενη τιμή.

5. Η Κονσόλα εμφανίζει την τιμή του ΒΑΡΟΥΣ (WEIGHT) και την τρέχουσα τιμή.

Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να αλλάξετε την τιμή. Πατήστε και κρατήστε πατημένα τα πλήκτρα Αύξησης (▲) ή Μείωσης (▼) για να αλλάξετε την τιμή γρηγορότερα. Πιέστε το πλήκτρο OK για να αποδεχθείτε την εμφανιζόμενη τιμή.

6. Η Κονσόλα εμφανίζει την τιμή των ΓΥΡΩΝ ΑΠΟΣΤΑΣΗΣ. Αυτή η επιλογή ελέγχει το μήκος της απόστασης για ένα ΓΥΡΟ (LAP) κατά τη διάρκεια μιας προπόνησης. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την τιμή της απόστασης του ΓΥΡΟΥ (LAP). Η προεπιλογή είναι "0.25" μίλια ή χιλιόμετρα. Πιέστε το πλήκτρο OK για να ρυθμίσετε την τιμή της απόστασης του ΓΥΡΟΥ (LAP).

7. Η κονσόλα θα μεταβεί στην Οθόνη Λειτουργίας Ενεργοποίησης με τον επιλεγμένο χρήστη.

Μεταβαλλόμενα Επίπεδα Κλίσης

Πιέστε τα πλήκτρα Μεταβολής Κλίσης, Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να αλλάξετε την γωνία κλίσης του Δαπέδου οποιαδήποτε στιγμή όταν έχετε τοποθετήσει το Κλειδί Ασφαλείας. Για να αλλάξετε γρήγορα το επιθυμητό επίπεδο κλίσης πιέστε τα Πλήκτρα Άμεσης Κλίσης, και στη συνέχεια το πλήκτρο Incline Enter. Το Δάπεδο θα ρυθμιστεί στο επιλεγμένο επίπεδο κλίσης.

Σημείωση: Μετά το πάτημα ενός πλήκτρου Άμεσης Κλίσης, θα πρέπει να πιέσετε το πλήκτρο Incline Enter σε 5 δευτερόλεπτα.

! Βεβαιωθείτε ότι η περιοχή κάτω από το μηχάνημα είναι καθαρή πριν από την μείωση κλίσης του Δαπέδου. Κατεβάστε εντελώς το Δάπεδο μετά από κάθε προπόνηση.

Η άσκηση σε αυτό το μηχάνημα απαιτεί συντονισμό και ισορροπία. Να περιμένετε ότι οι αλλαγές στην ταχύτητα του Ταπέτου και τη γωνία κλίσης του Δαπέδου μπορεί να συμβούν κατά την διάρκεια της προπόνησης, και να είστε προσεκτικοί, ώστε να αποφευχθεί η απώλεια ισορροπίας με πιθανό τραυματισμό.

Να είστε βέβαιοι ότι ο χώρος που χρησιμοποιείτε έχει επαρκή ελεύθερο ύψος, λαμβάνοντας υπ' όψη το ύψος του χρήστη και το μέγιστο ύψος κλίσης του Δαπέδου.



Αλλαγή Επιπέδων Ταχύτητας

Πιέστε τα πλήκτρα Μεταβολής Ταχύτητας, Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να αλλάξετε την ταχύτητα του Ταπέτου οποιαδήποτε στιγμή κατά την διάρκεια ενός προγράμματος προπόνησης. Για να αλλάξετε γρήγορα το Επίπεδο Ταχύτητας πιέστε τα Πλήκτρα Άμεσης Ταχύτητας, και στη συνέχεια το πλήκτρο Speed Enter. Το Ταπέτο θα ρυθμιστεί στην επιθυμητή ταχύτητα.

Σημείωση: Μετά το πάτημα ενός πλήκτρου Άμεσης Κλίσης, θα πρέπει να πιέσετε το πλήκτρο Incline Enter σε 5 δευτερόλεπτα.

Προφίλ Προγραμμάτων

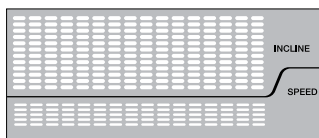
Αυτά τα προγράμματα διαθέτουν διαφορετικές γωνίες κλίσης για το Δάπεδο και Ταχύτητες για το ταπέτο με βάση την μέγιστη και την ελάχιστη ταχύτητα που παρέχεται στον χρήστη. Ο χρήστης μπορεί επίσης να ρυθμίσει χειροκίνητα τις τιμές κλίσης και ταχύτητας οποιαδήποτε στιγμή κατά την διάρκεια της άσκησης. Τα Προφίλ Προγραμμάτων είναι οργανωμένα σε Πλήκτρα Κατηγορίας (Manual, Goals, Weight Loss, Intervals, Heart Rate, and Custom). Κάθε Προφίλ Προγράμματος έχει

16 τμήματα που επιτρέπουν μία ποικιλία προπόνησης.

! Κατά την διάρκεια ενός Προφίλ Προγράμματος, η Κονσόλα θα ηχήσει αν το επόμενο τμήμα της προπόνησης έχει μία αλλαγή στην Κλίση ή την Ταχύτητα. Να είστε προετοιμασμένοι για τις αλλαγές στην Κλίση ή την Ταχύτητα με κάθε αλλαγή τμήματος.

Επιλέξτε έναν τύπο προπόνησης πατώντας το κατάλληλο πλήκτρο στην Επιλογή Προγράμματος Άσκησης. Η Κονσόλα θα εμφανίσει την πρώτη προπόνηση ενός Προφίλ Προγράμματος σε αυτή την κατηγορία. Πιέστε το πλήκτρο στην Επιλογή Προγράμματος Άσκησης για να επιλέξετε την επιθυμητή προπόνηση ενός Προφίλ Προγράμματος από την κατηγορία των Προπονήσεων.

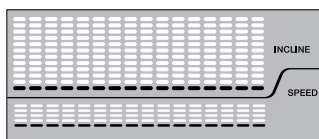
ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟ (MANUAL) Πρόγραμμα Άσκησης



1. Πιέστε το πλήκτρο MANUAL της Κατηγορίας.
2. Πιέστε το πλήκτρο OK.
3. Η Κονσόλα θα δείξει την ένδειξη της ερώτησης “READY ?”.
4. Πιέστε το πλήκτρο START για να ξεκινήσετε την προπόνηση που έχετε θέσει ως στόχο.

ΣΤΟΧΟΙ (GOALS) Προγράμματα Άσκησης

ΧΡΟΝΟΣ (TIME) (Πρόγραμμα Ταχύτητας), ΘΕΡΜΙΔΕΣ (CALORIE) (Πρόγραμμα Κλίσης), ΑΠΟΣΤΑΣΗ (DISTANCE) (Πρόγραμμα Κλίσης), 1 MILE/1K (Πρόγραμμα Κλίσης), 5 MILE/5K (Πρόγραμμα Κλίσης), 10 MILE/10K (Πρόγραμμα Κλίσης)



1. Πιέστε το πλήκτρο GOALS της Κατηγορίας.
2. Πιέστε το πλήκτρο GOALS της Κατηγορίας για να επιλέξετε το επιθυμητό Προφίλ Προγράμματος Άσκησης: ΧΡΟΝΟΥ (TIME), ΘΕΡΜΙΔΩΝ (CALORIE), ΑΠΟΣΤΑΣΗΣ (DISTANCE), 1 MILE/1K, 5 MILES/5K, 10 MILE/10K.
3. Πιέστε το πλήκτρο OK.
4. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Μέγιστη Ταχύτητα του Ταπέτου, και πιέστε το πλήκτρο OK. Το Προφίλ Προγράμματος θα ρυθμιστεί έτσι ώστε η τιμή της Μέγιστης Ταχύτητας να είναι η υψηλότερη Ταχύτητα του Προφίλ Προγράμματος όταν είναι αποδεκτό.

! Κατά τη διάρκεια μιας Προπόνησης, ο Χρήστης μπορεί να ρυθμίσει άμεσα την Ταχύτητα του Ταπέτου πάνω από τη ρύθμιση της Μέγιστης Ταχύτητας αν επιθυμεί.

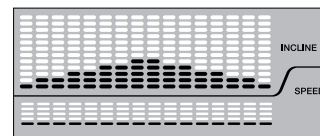
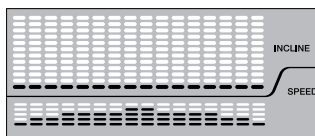
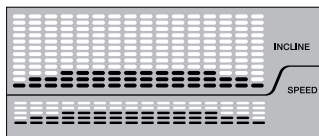
5. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την τιμή του στόχου προπόνησης, και πιέστε το πλήκτρο OK.
6. Η Κονσόλα θα δείξει την ένδειξη της ερώτησης “READY ?”.
7. Πιέστε το πλήκτρο START για να ξεκινήσετε την προπόνηση που έχετε θέσει ως στόχο σας.

ΑΠΩΛΕΙΑ ΒΑΡΟΥΣ (WEIGHT LOSS) Πρόγραμμα Άσκησης

FAT BURN 1 (Speed)

SPEED BURN (Speed)

INCLINE BURN (Incline)



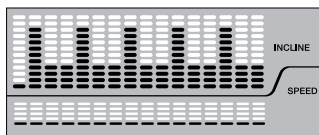
1. Πιέστε το πλήκτρο WEIGHT LOSS ης Κατηγορίας.
2. Πιέστε το πλήκτρο WEIGHT LOSS ης Κατηγορίας για να επιλέξετε το επιθυμητό Προφίλ Προγράμματος Άσκησης: ΚΑΥΣΗ ΛΙΠΟΥΣ (FAT BURN 1), ΚΑΥΣΗ ΤΑΧΥΤΗΤΑΣ (SPEED BURN), ΚΑΥΣΗ ΚΛΙΣΗΣ (INCLINE BURN).
3. Πιέστε το πλήκτρο OK.
4. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Μέγιστη Ταχύτητα του Ταπέτου, και πιέστε το πλήκτρο OK. Το Προφίλ Προγράμματος θα ρυθμιστεί έτσι ώστε η τιμή της Ελάχιστης Ταχύτητας να είναι η μικρότερη Ταχύτητα του Προφίλ Προγράμματος όταν είναι αποδεκτό.
5. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Μέγιστη Ταχύτητα του Ταπέτου, και πιέστε το πλήκτρο OK. Το Προφίλ Προγράμματος θα ρυθμιστεί έτσι ώστε η τιμή της Μέγιστης Ταχύτητας να είναι η υψηλότερη Ταχύτητα του Προφίλ Προγράμματος όταν είναι αποδεκτό.

⚠ Κατά τη διάρκεια μιας Προπόνησης, ο Χρήστης μπορεί να ρυθμίσει άμεσα την Ταχύτητα του Ταπέτου πάνω από τη ρύθμιση της Μέγιστης Ταχύτητας αν επιθυμεί.

6. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να επιλέξετε τον τύπο του Στόχου (Απόσταση (Distance), Χρόνος (Time) ή Θερμίδες (Calories)), και πιέστε το πλήκτρο OK.
7. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την τιμή της προπόνησης, και πιέστε το πλήκτρο OK.
8. Η Κονσόλα θα δείξει την ένδειξη της ερώτησης "READY ?".
9. Πιέστε το πλήκτρο START για να ξεκινήσετε την προπόνηση που έχετε θέσει ως στόχο σας.

ΔΙΑΣΤΗΜΑΤΑ (INTERVALS) Προγράμματα Άσκησης

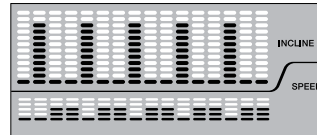
INTERVAL--INC (Incline)



INTERVAL--SPD (Speed)



INTERVAL--DUAL (Speed + Incline)



1. Πιέστε το πλήκτρο INTERVALS της Κατηγορίας.
2. Πιέστε το πλήκτρο INTERVALS της Κατηγορίας για να επιλέξετε το επιθυμητό Προφίλ Προγράμματος Άσκησης: INTERVAL--INC, INTERVAL--SPD, INTERVAL--DUAL.
3. Πιέστε το πλήκτρο OK.
4. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Μέγιστη Ταχύτητα του Ταπέτου, και πιέστε το πλήκτρο OK. Το Προφίλ Προγράμματος θα ρυθμιστεί έτσι ώστε η τιμή της Ελάχιστης Ταχύτητας να είναι η μικρότερη Ταχύτητα του Προφίλ Προγράμματος όταν είναι αποδεκτό.

Σημείωση: Το Προφίλ του INTERVAL--INC Προγράμματος Προπόνησης δεν έχει επιλογή Ελάχιστης Ταχύτητας για το Ταπέτο.

5. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Μέγιστη Ταχύτητα του Ταπέτου, και πιέστε το πλήκτρο OK. Το Προφίλ Προγράμματος θα ρυθμιστεί έτσι ώστε η τιμή της Μέγιστης Ταχύτητας να είναι η υψηλότερη Ταχύτητα του Προφίλ Προγράμματος όταν είναι αποδεκτό.

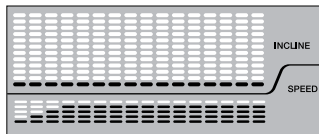
⚠ Κατά τη διάρκεια μιας Προπόνησης, ο Χρήστης μπορεί να ρυθμίσει άμεσα την Ταχύτητα του Ταπέτου πάνω από τη ρύθμιση της Μέγιστης Ταχύτητας αν επιθυμεί.

6. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να επιλέξετε τον Χρόνο Στόχου, και πιέστε το πλήκτρο OK.

7. Η Κονσόλα θα δείξει την ένδειξη της ερώτησης “READY ?”.
8. Πιέστε το πλήκτρο START για να ξεκινήσετε την προπόνηση που έχετε θέσει ως στόχο σας.

ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ (HEART RATE) Προγράμματα Άσκησης

FAT BURN 65% (Speed), AEROBIC 75% (Speed)



Τα προγράμματα Καρδιακού Παλμού σας επιτρέπουν να ορίσετε έναν στόχο καρδιακού παλμού για την προπόνηση σας. Το πρόγραμμα παρακολουθεί την καρδιακή σας συχνότητα σε κτύπους ανά λεπτό (beats per minute (BPM)) από τους Αισθητήρες Καρδιακού Παλμού (Contact Heart Rate (CHR)) του μηχανήματος ή από την Ζώνη Μέτρησης Καρδιακού Παλμού (Heart Rate Monitor (HRM)), και ρυθμίζει την ταχύτητα ή / και την κλίση κατά τη διάρκεια μιας προπόνησης για να διατηρήσετε τον καρδιακό σας ρυθμό στην επιλεγμένη ζώνη.

Σημείωση: Η Κονσόλα πρέπει να μπορεί να λαμβάνει τις πληροφορίες Καρδιακού Παλμού από τους Αισθητήρες Καρδιακού Παλμού ή από την Ζώνη Μέτρησης Καρδιακού Παλμού έτσι ώστε το Πρόγραμμα Καρδιακού Παλμού να λειτουργεί σωστά.

Τα προγράμματα Target Heart Rate χρησιμοποιούν την ηλικία και άλλες πληροφορίες του Χρήστη για να ρυθμίσουν την Ζώνη Καρδιακού Παλμού για την άσκησή σας. Η Κονσόλα σας δίνει συνέχεια προτροπές για να αυξήσετε την προπόνησή σας:

1. Πιέστε το πλήκτρο HEART RATE της Κατηγορίας.
2. Πιέστε το πλήκτρο HEART RATE της Κατηγορίας για να επιλέξετε το επιθυμητό Προφίλ Προγράμματος Άσκησης: FAT BURN 65% ή AEROBIC 75%.

⚠ Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Σταματήστε την άσκηση αν αισθάνεστε πόνο ή σφίξιμο στο στήθος, δυσκολία στην αναπνοή ή αίσθημα λιποθυμίας. Επικοινωνήστε με τον γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε ξανά το μηχάνημα. Χρησιμοποιήστε τις τιμές που υπολογίζονται ή μετριοούνται από την κονσόλα του μηχανήματος για λόγους αναφοράς μόνο. Ο καρδιακός παλμός που εμφανίζεται στην κονσόλα είναι μία προσέγγιση και πρέπει να χρησιμοποιούνται μόνο για αναφορά.

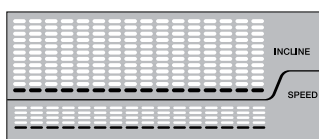
3. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Ελάχιστη Ταχύτητα, και πιέστε το πλήκτρο OK.
4. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την Μέγιστη Ταχύτητα, και πιέστε το πλήκτρο OK.
5. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να επιλέξετε τον τύπο του Στόχου, και πιέστε το πλήκτρο OK.
6. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα Επιλογής Χρήστη Αύξηση (▲) ή Μείωση (▼) για να ρυθμίσετε την τιμή του στόχου προπόνησης, και πιέστε το πλήκτρο OK.

Σημείωση: Αφήστε να δοθεί χρόνος στον καρδιακό παλμό σας για να φτάσετε στην επιθυμητή ζώνη καρδιακού ρυθμού κατά τον καθορισμό του στόχου. Η Κονσόλα θα δείξει την τιμή του καρδιακού παλμού με βάση τις τρέχουσες ρυθμίσεις Χρήστη.

7. Πιέστε το START για να ξεκινήσετε την προπόνηση.

ΠΡΟΣΑΡΜΟΖΟΜΕΝΟ (CUSTOM) Πρόγραμμα Άσκησης

CUSTOMIZE



Το Προσαρμοσμένο πρόγραμμα προπόνησης επιτρέπει σε ένα χρήστη να “σχεδιάσει στην πορεία”, προσαρμόζοντας το

ενεργό τμήμα κλίσης κάθε στήλης. Όταν τελειώσει η προπόνηση, η προπόνηση θα αντιστοιχιστεί στο Προσαρμοσμένο πρόγραμμα.

Εκτός από την επιλογή “Σχεδιασμός στην πορεία”, μια ολοκληρωμένη προπόνηση που τροποποιήθηκε ελαφρώς μπορεί να αποθηκευτεί ως Προσαρμοσμένο πρόγραμμα. Στο τέλος της προπόνησης, η Κονσόλα θα σας ρωτήσει “SAVE WORKOUT” (Θέλετε να το αποθηκεύσετε) ως Προσαρμοσμένο πρόγραμμα. Πιέστε το πλήκτρο OK, και η προπόνηση αποθηκεύεται και ανατίθεται στο Προσαρμοσμένο πρόγραμμα. Όλες οι τροποποιήσεις στα τμήματα προπόνησης αποθηκεύονται, επιτρέποντας την επανάληψη της ίδιας άσκησης επιλέγοντας το Προσαρμοσμένο πρόγραμμα.

Παύση ή Διακοπή

Η Κονσόλα θα περάσει σε κατάσταση παύσης αν ο χρήστης πιέσει το πλήκτρο PAUSE/STOP κατά τη διάρκεια μιας προπόνησης.

1. Πιέστε το πλήκτρο PAUSE/STOP για να παύσετε την προπόνησή σας. Η Κονσόλα θα δείξει “PAUSED”.
2. Για να συνεχίσετε την προπόνησή σας, πιέστε το πλήκτρο START.

Για να σταματήσετε την προπόνησή, πιέστε το πλήκτρο PAUSE/STOP.

Όταν μία προπόνηση τερματιστεί ή ολοκληρωθεί, η Κονσόλα θα εμφανίσει “SAVE WORKOUT?”. Πιέστε το πλήκτρο OK για να αποθηκεύσετε την προπόνησή σας στο Προσαρμοσμένο πρόγραμμα, ή πιέστε το πλήκτρο PAUSE/STOP για να μην αποθηκεύσετε την προπόνησή σας. Η Κονσόλα θα εμφανίσει την ένδειξη “COMPLETED” (ολοκληρώθηκε) και θα προχωρήσει στην λειτουργία Αποτελέσματα / Χαλάρωση (Cool Down).

Αποτελέσματα / Χαλάρωση (Cool Down)

Όλες οι προπονήσεις εκτός από τα προγράμματα Γρήγορης Εκκίνησης και Ελέγχου Καρδιακού Παλμού έχουν 3 λεπτών περίοδο Χαλάρωσης (Cool Down). Κατά την διάρκεια της περιόδου Χαλάρωσης, η Κονσόλα θα δείξει τα Αποτελέσματα Άσκησης, κάθε 2 δευτερόλεπτα ενώ μετράει αντίστροφα τον υπόλοιπο χρόνο της περιόδου λειτουργίας Χαλάρωσης.

Σημείωση: Οι τιμές της Χαλάρωσης (Cool Down) δεν προστίθενται στις τιμές Αποτελεσμάτων Προπόνησης.

Κατά την περίοδο Χαλάρωσης (Cool Down), η ρύθμιση κλίσης του δαπέδου θα ρυθμιστεί στο μηδέν. Πιέστε το PAUSE/STOP για να τερματίσετε την περίοδο Χαλάρωσης (Cool Down). Μετά την περίοδο Χαλάρωσης, η Κονσόλα θα σας δείξει τα Αποτελέσματα Προπόνησης για επιπλέον 5 λεπτά. Πιέστε το PAUSE/STOP για να τερματίσετε την Λειτουργία Αποτελεσμάτων και να επιστρέψετε στην Οθόνη Λειτουργίας Ενεργοποίησης. Αν δεν υπάρχει εισερχόμενο σήμα στην Κονσόλα για 5 λεπτά, η Κονσόλα θα περάσει σε Λειτουργία Κατάστασης Αδράνειας.

Διαβάστε όλες τις οδηγίες συντήρησης προσεκτικά πριν ξεκινήσετε οποιαδήποτε εργασία συντήρησης. Σε ορισμένες συνθήκες, ένας βοηθός υποχρεούται να κάνει τις απαραίτητες εργασίες.

⚠ Ο εξοπλισμός πρέπει να εξετάζεται τακτικά για ζημιές και επισκευές. Ο ιδιοκτήτης είναι υπεύθυνος για να βεβαιωθεί ότι γίνεται τακτική συντήρηση. Φθαρμένα ή χαλασμένα εξαρτήματα πρέπει να επισκευάζονται ή να αντικαθιστώνται αμέσως. Μόνο ο κατασκευαστής παρέχει στοιχεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την συντήρηση και την επισκευή του εξοπλισμού.

Αν σε οποιαδήποτε στιγμή οι ετικέτες προειδοποίησης χαλαρώσουν, είναι δυσανάγνωστες ή έχουν αφαιρεθεί, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για τις ετικέτες αντικατάστασης.

⚠ ΚΙΝΔΥΝΟΣ Για να αποφύγετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας και την χρήση του εξοπλισμού χωρίς επιτήρηση, αποσυνδέετε πάντα το καλώδιο παροχής από την πρίζα και το μηχάνημα και περιμένετε 5 λεπτά πριν τον καθαρισμό, τη συντήρηση ή την επισκευή του μηχανήματος. Τοποθετήστε το καλώδιο παροχής σε μία ασφαλή θέση.

Ημερήσια: Πριν από κάθε χρήση, να εξετάζετε το μηχάνημα για χαλαρά, σπασμένα, κατεστραμμένα ή φθαρμένα εξαρτήματα. Μην το χρησιμοποιείτε αν βρεθεί σε αυτή την κατάσταση. Επισκευάστε ή αντικαταστήστε όλα τα εξαρτήματα με την πρώτη ένδειξη φθοράς ή βλάβης, εκτός από το Δάπεδο. Το Δάπεδο είναι σχεδιασμένο για φθορά και στις δύο πλευρές του. Αν μόνο η μία πλευρά του Δαπέδου έχει φθορά, η αντικατάσταση του Δαπέδου δεν είναι απαραίτητη. Συνιστάται ότι ένας εξειδικευμένος τεχνικός χρησιμοποιείται για να αντικαταστήσει το Δάπεδο. Μετά από κάθε προπόνηση, χρησιμοποιήστε ένα νωπό πανί για να σκουπίσετε το μηχάνημα και την Κονσόλα.

⚠ Με το Δάπεδο κατεβασμένο, αν η μία άκρη του Ταπέτου είναι ορατή, το ρυθμίζετε μέχρι η άκρη να μην είναι ορατή.

Σημείωση: Αποφύγετε την υπερβολική υγρασία στην Κονσόλα.

Εβδομαδιαία: Ελέγξτε την ομαλή λειτουργία των κυλίνδρων. Σκουπίστε το μηχάνημα για να απομακρύνετε τη σκόνη, τη βρωμιά, ή τους ρύπους.

⚠ Μην αφαιρείτε το Κάλυμμα Κινητήρα, υπάρχουν επικίνδυνες τάσεις και κινούμενα μέρη. Τα μέρη να επισκευαστούν από εξουσιοδοτημένο τεχνικό τμήμα.

Σημείωση: Μην χρησιμοποιείτε προϊόντα με βάση το πετρέλαιο για τον καθαρισμό.

Μηνιαία ή μετά από 20 ώρες: Βεβαιωθείτε ότι όλες οι βίδες και τα παξιμάδια είναι σφιγμένα. Σφίξτε όπως απαιτείται.

Τριμηνιαία: Ή μετά από 25 ώρες—Λιπάνετε το ταπέτο με λιπαντικό με βάση τη σιλικόνη (δεν περιλαμβάνεται με το μηχάνημα).

⚠ Το λιπαντικό σιλικόνης δεν προορίζεται για ανθρώπινη κατανάλωση. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. Αποθηκεύστε το σε ασφαλές μέρος.

ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Μην καθαρίζετε με προϊόντα με βάση το διαλύτη πετρελαίου ή καθαριστικό για αυτοκίνητα. Βεβαιωθείτε ότι κρατάτε την Κονσόλα χωρίς υγρασία.

Καθαρισμός

⚠ ΚΙΝΔΥΝΟΣ Για να μειώσετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας, αποσυνδέετε πάντα το καλώδιο παροχής και περιμένετε 5 λεπτά πριν τον καθαρισμό, την συντήρηση ή την επισκευή του μηχανήματος.

Σκουπίστε τον διάδρομο από κάτω μετά από κάθε χρήση για να κρατήσετε τον διάδρομο καθαρό και στεγνό. Μπορεί να είναι απαραίτητο να χρησιμοποιηθεί ένα ήπιο απορρυπαντικό κατά καιρούς για να απομακρυνθεί όλη η βρωμιά και το αλάτι από το Ταπέτο, τα βαμμένα τμήματα και την οθόνη.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:: Για να αποφύγετε βλάβη στο φινίρισμα του μηχανήματος ή της κονσόλας, μην καθαρίζετε με διαλυτή που έχει βάση το πετρέλαιο. Μην εφαρμόζετε υπερβολική υγρασία στην Κονσόλα.

Ρύθμιση Έντασης Ταπέτου

Αν το ταπέτο αρχίσει να γλιστράει κατά την χρήση, είναι απαραίτητο να ρυθμίσετε την ένταση. Ο διάδρομος έχει βίδες ρύθμισης στο πίσω μέρος του διαδρόμου..

1. Πριν ρυθμίσετε την ένταση του ταπέτου, ξεκινήστε τον διάδρομο πιέζοντας το πλήκτρο START.

⚠ **Να είστε βέβαιοι ότι δεν αγγίζετε το ταπέτο με τα πόδια ή να μην πατήσετε το καλώδιο παροχής. Κρατήστε τους παρευρισκόμενους και τα παιδιά μακριά από το προϊόν που επισκευάζετε ανά πάσα στιγμή.**

2. Χρησιμοποιήστε το 6 mm εξάγωνο κλειδί για να περιστρέψετε την δεξιά και την αριστερή βίδα ρύθμισης δεξιόστροφα κατά 1/2 στροφή, πρώτα την μία βίδα και μετά την άλλη μέχρι το ταπέτο να μη γλιστράει.

3. Αφού ρυθμίσετε κάθε βίδα κατά 1/2 στροφή, κάντε μία δοκιμή για να δείτε αν το ταπέτο σταμάτησε να ολισθαίνει. Αν το ταπέτο εξακολουθεί να γλιστράει, επαναλάβετε τα βήματα 2 και 3.

Αν ενεργοποιήσετε την μία πλευρά περισσότερο από την άλλη, το ταπέτο θα κινηθεί μακριά από εκείνη την πλευρά του διαδρόμου και μπορεί να χρειαστεί αναπροσαρμογή.

ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Υπερβολική ένταση στο ταπέτο προκαλεί τριβές και φθορά στο ταπέτο, τον κινητήρα και τα ηλεκτρονικά.

4. Πιέστε το PAUSE/STOP δύο φορές για να σταματήσει το ταπέτο και να τερματίσετε την Γρήγορη Εκκίνηση προπόνησης.

Ευθυγραμμίζοντας το Ταπέτο

Το ταπέτο πρέπει να επικεντρώνεται στον διάδρομό σας ανά πάσα στιγμή. Το στυλ τρεξίματος και μία μη επίπεδη επιφάνεια μπορεί να προκαλέσει μετατόπιση του ταπέτου εκτός κέντρου. Μικρές προσαρμογές στις δύο βίδες στο πίσω μέρος του διαδρόμου είναι απαραίτητες όταν το ταπέτο είναι εκτός κέντρου

1. Πιέστε το πλήκτρο START για να ξεκινήσετε το ταπέτο.

⚠ **Να είστε βέβαιοι ότι δεν αγγίζετε το ταπέτο με τα πόδια ή να μην πατήσετε το καλώδιο παροχής. Κρατήστε τους παρευρισκόμενους και τα παιδιά μακριά από το προϊόν που επισκευάζετε ανά πάσα στιγμή.**

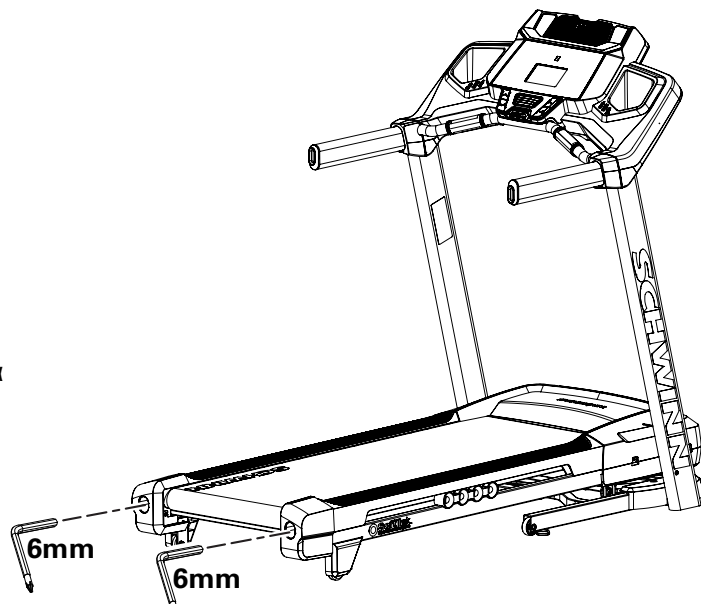
2. Σταθείτε στο πίσω μέρος του διαδρόμου και δείτε την κατεύθυνση της κίνησης του ταπέτου.

3. Αν το ταπέτο κινείται προς τα αριστερά, γυρίστε την αριστερή βίδα ρύθμισης κατά 1/4 στροφής δεξιόστροφα και την δεξιά βίδα ρύθμισης κατά 1/4 στροφής αριστερόστροφα.

Αν το ταπέτο κινείται προς τα δεξιά, γυρίστε την δεξιά βίδα ρύθμισης κατά 1/4 στροφής δεξιόστροφα και την αριστερή βίδα ρύθμισης κατά 1/4 στροφής αριστερόστροφα.

4. Παρακολουθήστε την πορεία του ταπέτου για περίπου 2 λεπτά. Συνεχίστε να προσαρμόζετε τις βίδες μέχρι να επικεντρώσετε το ταπέτο.

5. Πιέστε το PAUSE/STOP δύο φορές για να σταματήσει το ταπέτο και να τερματίσετε την Γρήγορη Εκκίνηση προπόνησης.



Λίπανση του Ταπέτου

Ο διάδρομός σας είναι εξοπλισμένος με ένα χαμηλής συντήρησης σύστημα δαπέδου και ταπέτου. Η τριβή του ταπέτου μπορεί να επηρεάσει την λειτουργία και την ζωή του μηχανήματος. Λιπάνετε το ταπέτο κάθε 3 μήνες ή κάθε 25 ώρες χρήσης, όποιο από τα δύο συμβεί πρώτο. Ακόμη κι αν ο διάδρομος δεν είναι σε χρήση, η σιλικόνη θα διαλυθεί και το ταπέτο θα στεγνώσει. Για καλύτερα αποτελέσματα λιπάνετε το δάπεδο περιοδικά με λιπαντικό σιλικόνης που παρέχεται μαζί με το μηχανήμα, χρησιμοποιώντας τις ακόλουθες οδηγίες:

1. Κλείστε την παροχή ρεύματος στο μηχανήμα με τον διακόπτη λειτουργίας.
2. Αποσυνδέστε το διάδρομο πλήρως από την πρίζα και αφαιρέστε το καλώδιο παροχής από το μηχανήμα.

⚠ ΚΙΝΔΥΝΟΣ Για να αποφύγετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας και την χωρίς επιτήρηση χρήση του εξοπλισμού, αποσυνδέετε πάντα το καλώδιο παροχής από την πρίζα και το μηχανήμα και περιμένετε 5 λεπτά πριν τον καθαρισμό, τη συντήρηση ή την επισκευή του μηχανήματος. Τοποθετήστε το καλώδιο παροχής σε μία ασφαλή θέση.

Σημείωση: Βεβαιωθείτε ότι ο διάδρομος βρίσκεται σε μία επιφάνεια που είναι εύκολο να καθαριστεί.

3. Διπλώστε τον διάδρομο. Ανατρέξτε στη διαδικασία “Μετακίνηση του Μηχανήματος” σε αυτό το εγχειρίδιο. βεβαιωθείτε ότι το υδραυλικό αμορτισέρ έχει ασφαλίσει σωστά στη θέση του.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Πάντα να χρησιμοποιείτε ένα 100% καθαρό λιπαντικό σιλικόνης. Μην χρησιμοποιείτε απολιπαντικό όπως το WD-40® καθώς αυτό θα μπορούσε να επηρεάσει σοβαρά την απόδοση. Μπορούμε να σας προτείνουμε να χρησιμοποιήσετε τα εξής:

- 100% καθαρή υγρή σιλικόνη, ή
- Λιπαντικό σπρέι, διαθέσιμα και τα δύο στα περισσότερα καταστήματα αθλητικών ειδών.

⚠ Το λιπαντικό σιλικόνης δεν προορίζεται για ανθρώπινη κατανάλωση. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. Αποθηκεύστε το σε ασφαλές μέρος.

4. Περιστρέψτε με το χέρι τη ζώνη 1/2 του μήκους του ιμάντα και εφαρμόστε ξανά το λιπαντικό.

⚠ Αν χρησιμοποιήσετε λιπαντικό σπρέι, περιμένετε 5 λεπτά πριν από την ενεργοποίηση του μηχανήματος για να επιτρέψετε στο αερόλυμα να διαλυθεί.

5. Συνδέστε το καλώδιο παροχής στο μηχανήμα και στη συνέχεια στην πρίζα.
6. Ανοίξτε την παροχή ρεύματος γυρίζοντας το διακόπτη στο μηχανήμα.
7. Μείνετε στην μία πλευρά του μηχανήματος σας και ξεκινήστε το ταπέτο στην πιο αργή ταχύτητα. Αφήστε το ταπέτο να λειτουργήσει για περίπου 15 δευτερόλεπτα.

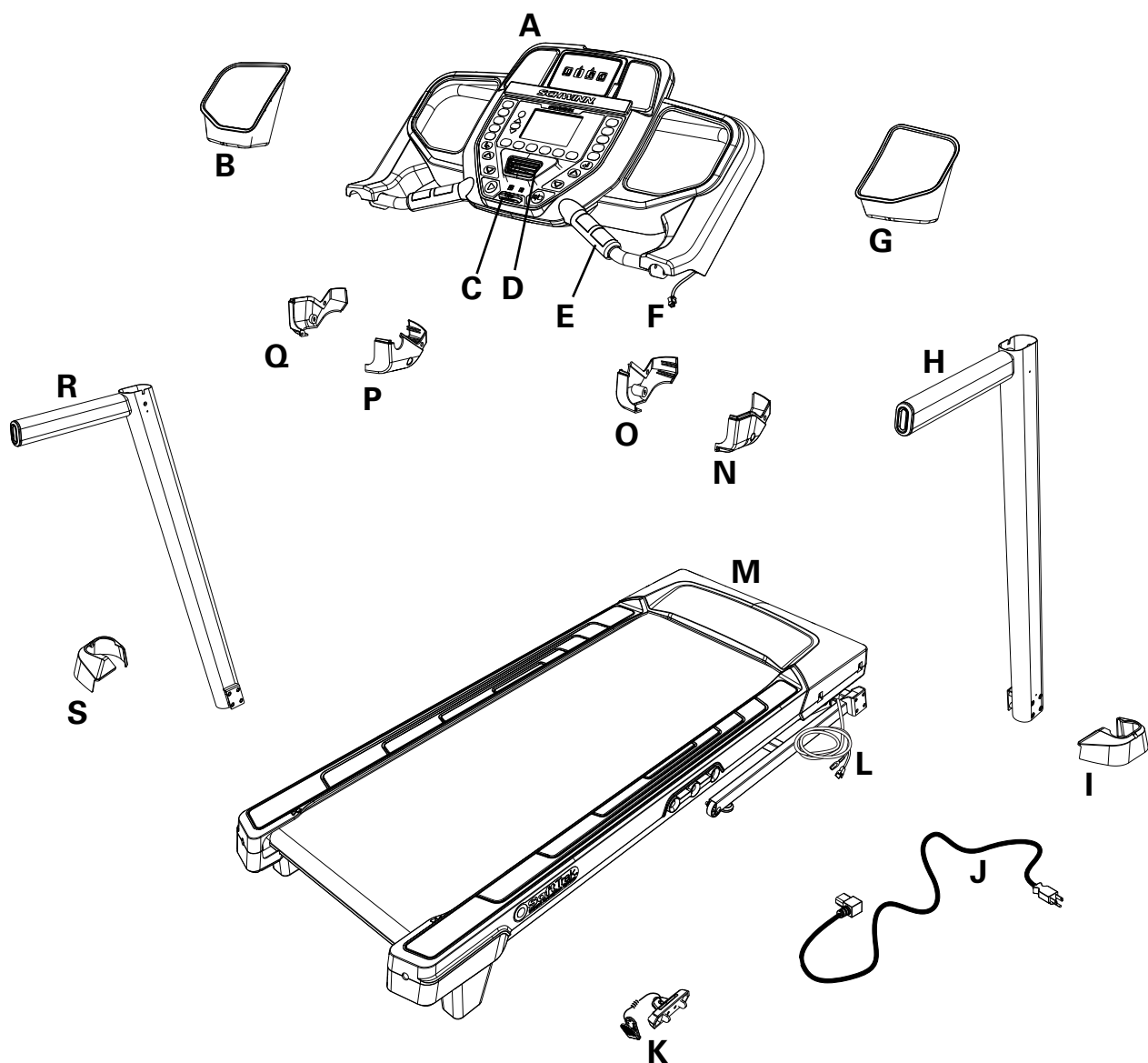
⚠ Να είστε βέβαιοι ότι δεν αγγίζετε το ταπέτο με τα πόδια ή να μην πατήσετε το καλώδιο παροχής. Κρατήστε τους παρευρισκόμενους και τα παιδιά μακριά από το προϊόν που επισκευάζετε ανά πάσα στιγμή.

8. Κλείστε το μηχανήμα σας.
9. Φροντίστε να καθαρίσετε το πλεονάζον λιπαντικό από το δάπεδο.

⚠ Για να μειώσετε την πιθανότητα ολίσθησης, βεβαιωθείτε ότι η περιοχή του δαπέδου είναι απαλλαγμένη από γράσο ή λάδι. Καθαρίστε το πλεονάζον λάδι από τις επιφάνειες του μηχανήματος.

Καθώς χρησιμοποιείτε το μηχανήμα γυμναστικής σας, η Κονσόλα θα εμφανίσει την ένδειξη “LUBRICATE BELT” και στη συνέχεια “REVIEW USER MANUAL” σε καθορισμένες ώρες. Αυτό είναι μόνο μια υπενθύμιση και θα πρέπει να προστεθεί στο πρόγραμμα ελέγχου σας. Χρησιμοποιείτε μόνο λιπαντικό, όπως είναι απαραίτητο. Πατήστε οποιοδήποτε κουμπί για να αποδεχθείτε την υπενθύμιση.

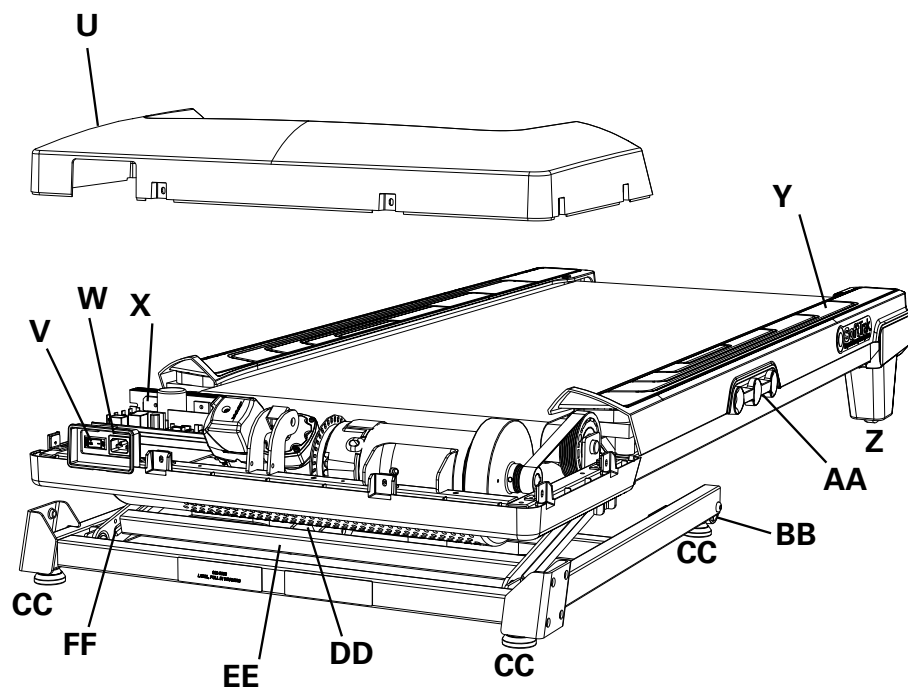
Μέρη Συντήρησης



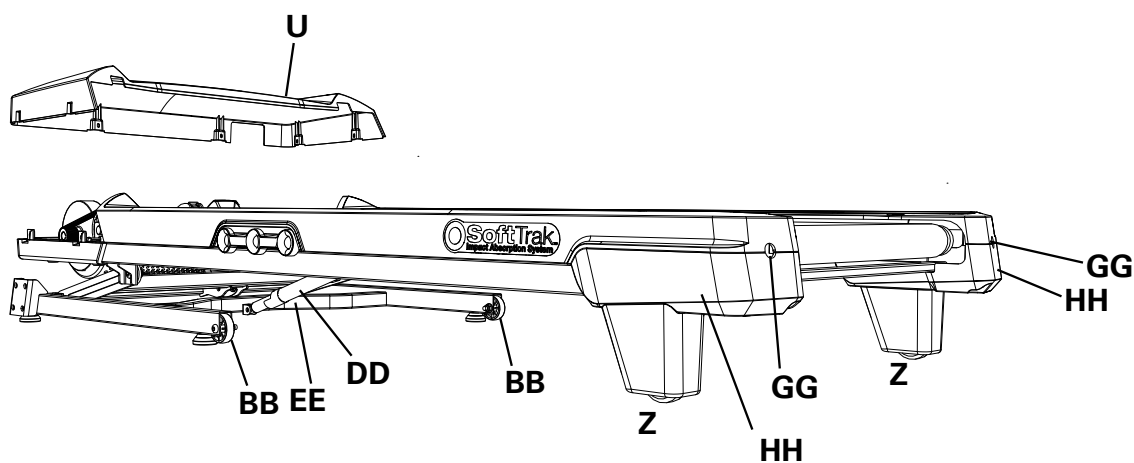
A	Συναρμολογημένη Κονσόλα	H	Ορθοστάτης, Δεξιός	O	Κάλυμμα Ορθοστάτη Δεξί Έσω
B	Ποτηροθήκη, Αριστερή	I	Κάλυμμα Βάσης Δεξί	P	Κάλυμμα Ορθοστάτη Αριστερό Έσω
C	Θέση Κλειδιού Ασφαλείας	J	Καλώδιο Παροχής	Q	Κάλυμμα Ορθοστάτη Αριστερό Έξω
D	Ανεμιστήρας	K	Κλειδί Ασφαλείας	R	Ορθοστάτης Αριστερός
E	Αισθητήρες Καρδιακού Παλμού	L	Καλώδιο Πλαισίου	S	Κάλυμμα Βάσης Αριστερό
F	Καλώδιο Κονσόλας	M	Συναρμολογημένη Βάση		
G	Ποτηροθήκη, Δεξιά	N	Κάλυμμα Ορθοστάτη Δεξί Έξω		

Μέρη Συντήρησης (Πλαίσιο)

Εμπρός



Πίσω



U	Κάλυμμα Κινητήρα	Z	Υποστήριξη Βάσης	EE	Ρυθμιστής Κλίσης
V	Κεντρικός Διακόπτης	AA	Αποσβεστήρας Δαπέδου (Αντικραδασμικό)	FF	Σύστημα Περιστροφής
W	Είσοδος Παροχής	BB	Ρόδα Μεταφοράς	GG	Τεντωτήρας Ιμάντα
X	Τροφοδοτικό Κινητήρα	CC	Ευθυγραμμιστής Εδάφους	HH	Κάλυμμα Πίσω Κιλύνδρου
Y	Πλευρική Ράγα Υποστήριξης Πέλματος	DD	Υδραυλικό Αμορτισέρ		

Κατάσταση/Πρόβλημα	Τι Πρέπει να Ελέγξετε	Λύση
Καμία ένδειξη/μερική οθόνη/η μονάδα δεν ανάβει	Ελέγξτε την ηλεκτρική πρίζα (τοίχου)	Βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα είναι συνδεδεμένο σε μία πρίζα που λειτουργεί. Δοκιμάστε την πρίζα με μία γνωστή συσκευή σε κατάσταση λειτουργίας, όπως μία λάμπα.
	Ελέγξτε την σύνδεση στο εμπρός μέρος της μονάδας	Η σύνδεση πρέπει να είναι ασφαλής και ακέραια. Αντικαταστήστε το καλώδιο παροχής ή την σύνδεση της μονάδας αν έχει καταστραφεί.
	Ελέγξτε την ακεραιότητα του καλωδίου δεδομένων	Όλα τα καλώδια θα πρέπει να είναι άθικτα. Αν κάποια είναι εμφανώς γδαρμένα ή κομμένα, αντικαταστήστε το καλώδιο.
	Ελέγξτε τις συνδέσεις του καλωδίου δεδομένων/προσανατολισμού	Να είστε βέβαιοι ότι το καλώδιο είναι συνδεδεμένο σταθερά και σωστά προσανατολισμένο. Το μικρό μανταλάκι στην υποδοχή θα πρέπει να είναι σε παράταξη και σωστά προσανατολισμένο.
	Ελέγξτε την οθόνη της κονσόλας για ζημιά	Ελέγξτε οπτικά για ένδειξη ραγίσματος στην οθόνη ή έχει άλλες φθορές. Αντικαταστήστε την κονσόλα αν έχει υποστεί ζημιά.
	Οθόνη Κονσόλας	Αν η κονσόλα έχει μόνο μερική ένδειξη και όλες οι συνδέσεις είναι σωστές, αντικαταστήστε την κονσόλα.
		Αν τα παραπάνω βήματα δεν επιλύσουν το πρόβλημα, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για περαιτέρω βοήθεια.
Η μονάδα λειτουργεί, αλλά η επικοινωνία HR δεν εμφανίζεται	Αισθητήρες	Να είστε βέβαιοι ότι τα χέρια σας είναι στο κέντρο των αισθητήρων HR. Τα χέρια πρέπει να διατηρούνται με σχετικά ίση εφαρμοζόμενη πίεση σε κάθε πλευρά.
	Ξηρά ή ροζιασμένα χέρια	Οι αισθητήρες μπορεί να έχουν δυσκολία με τα ξηρά ή ροζιασμένα χέρια. Μία αγώγιμη κρέμα ηλεκτροδίου (κρέμα για καρδιακό ρυθμό) μπορεί να βοηθήσει να γίνει η συμπεριφορά καλύτερη. Αυτή είναι διαθέσιμη στο διαδίκτυο ή σε καταστήματα ιατρικών ειδών ή σε μεγάλα γυμναστήρια.
		Αν οι έλεγχοι δεν αποκαλύπτουν άλλα θέματα, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για περαιτέρω βοήθεια.
Η ένδειξη ταχύτητας δεν είναι ακριβής	Η εμφάνιση έχει οριστεί σε λάθος μονάδα μέτρησης. (Αγγλικό/Μετρικό)	Αλλάξτε τη μονάδα μέτρησης στην Κονσόλα για να δείξει τις σωστές μονάδες.
Η κονσόλα σβήνει (εισέρχεται σε κατάσταση αναμονής) ενώ είναι σε χρήση	Ελέγξτε την ηλεκτρική πρίζα (τοίχου)	Βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα είναι συνδεδεμένο σε μία πρίζα που λειτουργεί. Δοκιμάστε την πρίζα με μία γνωστή συσκευή σε κατάσταση λειτουργίας, όπως μία λάμπα.
	Ελέγξτε την σύνδεση στο εμπρός μέρος της μονάδας	Η σύνδεση πρέπει να είναι ασφαλής και ακέραια. Αντικαταστήστε το καλώδιο παροχής ή την σύνδεση της μονάδας αν έχει καταστραφεί.
	Ελέγξτε την ακεραιότητα του καλωδίου δεδομένων	Όλα τα καλώδια θα πρέπει να είναι άθικτα. Αν κάποια είναι εμφανώς γδαρμένα ή κομμένα, αντικαταστήστε το καλώδιο.
	Ελέγξτε τις συνδέσεις του καλωδίου δεδομένων/προσανατολισμού	Να είστε βέβαιοι ότι το καλώδιο είναι συνδεδεμένο σταθερά και σωστά προσανατολισμένο. Το μικρό μανταλάκι στην υποδοχή θα πρέπει να είναι σε παράταξη και σωστά προσανατολισμένο.
	Επαναφορά μηχανήματος	Αποσυνδέστε την μονάδα από την πρίζα για 3 λεπτά. Επανασυνδέστε στην πρίζα.
		Αν τα παραπάνω βήματα δεν επιλύσουν το πρόβλημα, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για περαιτέρω βοήθεια.
Ο ανεμιστήρας δεν ανοίγει ή δεν κλείνει	Επαναφορά μηχανήματος	Αφαιρέστε από την πρίζα για 5 λεπτά. Επανασυνδέστε το με την πρίζα.

Κατάσταση/Πρόβλημα	Τι Πρέπει να Ελέγξετε	Λύση
Ο ανεμιστήρας δεν ανοίγει, αλλά η Κονσόλα λειτουργεί	Ελέγξτε τον ανεμιστήρα για μπλοκάρισμα	Αφαιρέστε από την πρίζα για 5 λεπτά. Αφαιρέστε το υλικό από τον ανεμιστήρα. Αν είναι απαραίτητο, αποσυνδέστε την Κονσόλα για να βοηθήσει στην αφαίρεση. Αντικαταστήστε την Κονσόλα αν δεν μπορέσετε να αφαιρέσετε την απόφραξη.
Το μηχάνημα δεν στέκεται επίπεδα	Ελέγξτε τη ρύθμιση ισοπέδωσης	Ρυθμίστε τους ευθυγραμμιστές μέχρι το μηχάνημα να είναι επίπεδο.
	Ελέγξτε την επιφάνεια	Η ρύθμιση μπορεί να μην είναι σε θέση να αντισταθμίσει εξαιρετικά ανώμαλες επιφάνειες. Μετακινήστε το μηχάνημα σε επίπεδη περιοχή.
Έντονος ήχος όταν λειτουργεί το ταπέτο	Ταπέτο	Το ταπέτο πρέπει να χρησιμοποιηθεί για μια περίοδο μέχρι να φθαρεί. Ο ήχος θα χαθεί μετά από την χρήση κάποιας περιόδου.
Το ταπέτο δεν είναι ευθυγραμμισμένο	Ευθυγραμμίστε το μηχάνημα	Βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα είναι επίπεδο. Ανατρέξτε στην διαδικασία ευθυγράμμισης του μηχανήματος στο εγχειρίδιο.
	Ένταση ταπέτου και ρύθμιση	Βεβαιωθείτε ότι το ταπέτο είναι στο κέντρο και η ένταση σωστή. Ανατρέξτε στις διαδικασίες για την ρύθμιση της έντασης και την ευθυγράμμιση του ταπέτου στο εγχειρίδιο.
Ο κινητήρας ακούγεται με έντονο ήχο	Λίπανση σιλικόνης στο ταπέτο	Εφαρμόστε σιλικόνη στην εσωτερική επιφάνεια του ταπέτου. Ανατρέξτε στην λίπανση ταπέτου στο εγχειρίδιο.
Το ταπέτο ολισθαίνει κατά την χρήση	Ένταση ταπέτου	Ρυθμίστε την ένταση του ταπέτου στο πίσω μέρος του μηχανήματος. Ανατρέξτε στην διαδικασία ρύθμισης ταπέτου στο εγχειρίδιο.
Το ταπέτο σταματά ενώ κινείται	Κλειδί ασφαλείας	Συνδέστε το Κλειδί Ασφαλείας στην Κονσόλα. (Δείτε Διαδικασία Επείγουσας Διακοπής στις Σημαντικές Οδηγίες Ασφαλείας.)
	Υπερφόρτωση κινητήρα	Η μονάδα μπορεί να υπερφορτωθεί και να τραβήξει πολύ ρεύμα, το οποίο προκαλεί πτώση της ασφάλειας και απενεργοποίηση του κινητήρα. Ανατρέξτε στο πρόγραμμα συντήρησης για την λίπανση του ταπέτου. Βεβαιωθείτε ότι η ένταση του ταπέτου είναι σωστή, και επαναλειτουργήστε.
		Αν τα παραπάνω βήματα δεν επιλύσουν το πρόβλημα, επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία για περαιτέρω βοήθεια.
Η κονσόλα περιστρέφεται συνεχώς μέσω των οθονών προγράμματος κάθε 1.5 δευτερόλεπτα	Η κονσόλα βρίσκεται σε κατάσταση επίδειξης	Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο PAUSE / STOP και το πλήκτρο Μείωση μαζί για 3 δευτερόλεπτα.





Ποιον Καλύπτει

Αυτή η εγγύηση ισχύει μόνο για τον αρχικό αγοραστή και δεν μεταβιβάζεται ούτε εφαρμόζεται σε οποιοδήποτε άλλο πρόσωπο.

Τι Καλύπτει

Η Nautilus, Inc. εγγυάται ότι το προϊόν αυτό είναι απαλλαγμένο από ελαττώματα στα υλικά και την κατασκευή, όταν χρησιμοποιείται για το σκοπό που προορίζεται, υπό κανονικές συνθήκες, και εφ' όσον λάβει την κατάλληλη φροντίδα και συντήρηση όπως περιγράφεται στην Συναρμολόγηση Προϊόντος και το Εγχειρίδιο Χρήσης. Αυτή η εγγύηση είναι σωστή για αυθεντικές, νόμιμες μηχανές που κατασκευάζονται από την Nautilus, Inc. και πωλούνται μέσω εξουσιοδοτημένου αντιπροσώπου.

Περίοδος

Οι όροι εγγύησης για τα προϊόντα είναι οι παρακάτω.

- Πλαίσιο 10 χρόνια
- Μοτέρ 5 χρόνια
- Μηχανικά Μέρη 2 χρόνια
- Ηλεκτρονικά 2 χρόνια

Για την εγγύηση και την εξυπηρέτηση των προϊόντων που αγοράσατε, επικοινωνήστε με το τμήμα επισκευών της Αντιπροσωπείας.

Πως η Nautilus θα Υποστηρίξει την Εγγύηση

Για όλους τους όρους κάλυψης της εγγύησης, η Nautilus, Inc. θα επισκευάσει οποιοδήποτε μηχανήμα που αποδεικνύεται ότι είναι ελαττωματικό στα υλικά ή την κατασκευή. Η Nautilus διατηρεί το δικαίωμα να αντικαταστήσει το προϊόν σε περίπτωση που η επισκευή δεν είναι εφικτή. Η Nautilus, Inc. παρέχει υπηρεσίες επισκευής μόνο στο τμήμα επισκευών της αντιπροσωπείας. Η Nautilus, Inc. διατηρεί το δικαίωμα να χρεώσει τον καταναλωτή για ταξίδια εκτός έδρας. Η Nautilus, Inc. δεν είναι υπεύθυνη για τις χρεώσεις εργασίας από τον αντιπρόσωπο ή για συντήρησης πέραν της προβλεπόμενης προθεσμίας που αναφέρεται στο παρόν. Η Nautilus, Inc. διατηρεί το δικαίωμα να αντικαταστήσει τα υλικά, τα εξαρτήματα ή τα προϊόντα με ίσης ή καλύτερης ποιότητας, αν είναι όμοια υλικά ή προϊόντα που δεν είναι διαθέσιμα κατά τον χρόνο στα πλαίσια της παρούσης εγγύησης. Οποιαδήποτε αντικατάσταση εξαρτήματος ή ανταλλακτικού του προϊόντος, σύμφωνα με τους όρους της εγγύησης, σε καμία περίπτωση δεν επεκτείνει την αρχική περίοδο εγγύησης. Πλαστικά και ελαστικά μέρη του μηχανήματος, καθώς και το ταπέτο, ΔΕΝ καλύπτονται από την εγγύηση. ΑΥΤΕΣ ΟΙ ΛΥΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΚΑΙ ΜΟΝΟ ΓΙΑ ΑΠΟΖΗΜΙΩΣΕΙΣ ΟΠΟΙΑΣΔΗΠΟΤΕ ΠΑΡΑΒΙΑΣΗΣ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ.

Τι Πρέπει να Κάνετε

- Διατηρήστε την Απόδειξη Αγοράς.
- Λειτουργήστε, συντηρήστε, και ελέγξτε το Προϊόν, όπως ορίζεται στο Εγχειρίδιο Προϊόντος (Συναρμολόγηση, Εγχειρίδιο Χρήσης, κ.λ.π.).
- Το προϊόν πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά για το σκοπό που προορίζεται.
- Να ειδοποιηθεί η Nautilus μέσα σε 30 ημέρες μετά την ανίχνευση ζητήματος με το Προϊόν.
- Εγκατάσταση ανταλλακτικών ή εξαρτημάτων σύμφωνα με τις οδηγίες της Nautilus.
- Εκτελέστε διαγνωστικές διαδικασίες με τον αντιπρόσωπο της Nautilus, Inc αν ζητηθεί.

Τι Δεν Καλύπτεται

- Οι βλάβες που οφείλονται σε κατάχρηση, παραποίηση ή τροποποίηση του Προϊόντος, η αποτυχία να ακολουθήσετε σωστά τις οδηγίες συναρμολόγησης, τις οδηγίες συντήρησης, ή τις προειδοποιήσεις ασφαλείας, όπως αναφέρονται στην τεκμηρίωση του προϊόντος (Συναρμολόγηση, Εγχειρίδιο Κατασκευαστή κ.λ.π.), βλάβες λόγω ακατάλληλης αποθήκευσης ή επίδραση από περιβαλλοντικές συνθήκες, όπως υγρασία ή καιρικές συνθήκες, κακή χρήση, κακή διαχείριση, ατυχήματα, φυσικές καταστροφές, μεγάλα κύματα.
- Ένα μηχανήμα που διατίθεται ή χρησιμοποιείται σε εμπορικό ή θεσμικό πλαίσιο. Αυτό περιλαμβάνει γυμναστήρια, εταιρείες, τους χώρους εργασίας, σωματεία, λέσχες και κάθε δημόσια ή ιδιωτική οντότητα που έχει ένα μηχανήμα για χρήση από τα μέλη, τους πελάτες, τους υπαλλήλους ή θυγατρικών της.
- Ζημιές που προκλήθηκαν από υπέρβαση του μέγιστου βάρους του χρήστη, όπως ορίζεται στο εγχειρίδιο ή την ετικέτα προειδοποίησης του Προϊόντος.
- Πλαστικά και ελαστικά μέρη του μηχανήματος, καθώς και το ταπέτο.
- Βλάβες που οφείλονται σε συνήθη χρήση και φθορά.
- Αυτή η εγγύηση δεν επεκτείνεται σε οποιαδήποτε εδάφη ή χώρες εκτός Ηνωμένων Πολιτειών και Καναδά.

Πως να Λάβετε Υπηρεσίες

Για τα προϊόντα που αγοράζονται απ' ευθείας από την Nautilus, Inc. επικοινωνήστε με τα γραφεία της Nautilus που αναφέρονται στη σελίδα Επαφής του εγχειριδίου των προϊόντων της. Μπορεί να σας ζητηθεί να επιστρέψετε το ελαττωματικό εξάρτημα σε μία προκαθορισμένη διεύθυνση για την επισκευή ή την επιθεώρηση, με δικά σας έξοδα. Για τα προϊόντα που αγοράζονται από αντιπρόσωπο, μπορεί να σας ζητηθεί να επικοινωνήσετε με τον αντιπρόσωπο για την υποστήριξη της εγγύησης.

Εξαιρέσεις

Η παραπάνω εγγύηση είναι η μοναδική ρητή εγγύηση από την Nautilus, Inc. Αυτή αντικαθιστά κάθε προηγούμενη, αντίθετη ή με επιπλέον καλύψεις, είτε προφορικές είτε γραπτές. Κανένας πράκτορας, αντιπρόσωπος, έμπορος, πρόσωπο ή υπάλληλος δεν έχει το δικαίωμα να τροποποιήσει ή να αυξήσει τις υποχρεώσεις ή τους περιορισμούς της παρούσας εγγύησης. Οποιοσδήποτε σιωπηρές εγγυήσεις, συμπεριλαμβανομένης της εγγύησης εμπορευσιμότητας και οποιαδήποτε ΕΓΓΥΗΣΗ ΚΑΤΑΛΛΗΛΟΤΗΤΑΣ ΓΙΑ ΕΝΑ ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΟ ΣΚΟΠΟ, περιορίζουν χρονικά την διάρκεια της εφαρμοστέας ρητής εγγύησης που παρέχεται παραπάνω, όποιο από τα δύο είναι μεγαλύτερο.

Περιορισμός των Διορθωτικών Μέσων

ΕΚΤΟΣ ΚΙ ΑΝ ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΣΧΥΟΥΣΑ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ, Η ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΗ ΑΠΟΖΗΜΙΩΣΗ ΤΟΥ ΑΓΟΡΑΣΤΗ ΠΕΡΙΟΡΙΖΕΤΑΙ ΣΤΗΝ ΕΠΙΣΚΕΥΗ Ή ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΟΠΟΙΟΥΔΗΠΟΤΕ ΜΕΡΟΥΣ ΠΟΥ ΚΡΙΝΕΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ NAUTILUS, INC. ΩΣ ΕΛΑΤΤΩΜΑΤΙΚΟ ΥΠΟ ΤΟΥΣ ΟΡΟΥΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΠΑΡΟΝ, ΣΕ ΚΑΜΙΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ Η NAUTILUS, INC. ΘΑ ΕΙΝΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΓΙΑ ΤΥΧΟΝ ΕΙΔΙΚΕΣ, ΘΕΤΙΚΕΣ, ΤΥΧΑΙΕΣ, ΕΜΜΕΣΕΣ Ή ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΖΗΜΙΑ, ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΕΥΘΥΝΗΣ (ΣΥΜΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΜΕΝΩΝ, ΧΩΡΙΣ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟ, ΕΥΘΥΝΗ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ, ΑΜΕΛΕΙΑ Ή ΑΛΛΗ ΑΔΙΚΟΠΡΑΞΙΑ) Ή ΓΙΑ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΑΠΩΛΕΙΑ ΕΣΟΔΩΝ, ΚΕΡΔΩΝ, ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ, ΑΠΟΡΡΗΤΟΥ Ή ΓΙΑ ΟΠΟΙΕΣΔΗΠΟΤΕ ΠΟΙΝΙΚΕΣ ΖΗΜΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΥΠΤΟΥΝ ΑΠΟ Ή ΣΥΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΟΣ ΑΚΟΜΑ ΚΙ ΑΝ Η NAUTILUS, INC. ΕΧΕΙ ΕΝΗΜΕΡΩΘΕΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΙΘΑΝΟΤΗΤΑ ΤΕΤΟΙΩΝ ΖΗΜΙΩΝ. ΑΥΤΟΣ Ο ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ ΚΑΙ Ο ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΣ ΙΣΧΥΕΙ ΑΚΟΜΑ ΚΙ ΑΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΑΠΟΤΡΕΠΕΙ ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ ΣΚΟΠΟ ΤΗΣ.

Νόμοι Κράτους

Αυτή η εγγύηση σας παρέχει συγκεκριμένα νομικά δικαιώματα. Μπορείτε επίσης να έχετε και άλλα δικαιώματα, τα οποία διαφέρουν από κράτος σε κράτος.

Λήξεις

Αν έχει λήξει η εγγύηση, η Nautilus, Inc. μπορεί να βοηθήσει με αντικαταστάσεις ή επισκευές, ανταλλακτικά και εργασία, αλλά θα υπάρξει μία χρέωση για τις υπηρεσίες αυτές. Επικοινωνήστε με την αντιπροσωπεία της Nautilus® για πληροφορίες σχετικά με τα μέρη και μετά την εγγύηση. Η Nautilus® δεν εγγυάται τη διαθεσιμότητα των ανταλλακτικών μετά την λήξη της περιόδου εγγύησης.

Διεθνείς Αγορές

Αν αγοράσατε το μηχανήμα εκτός Ηνωμένων Πολιτειών, συμβουλευθείτε τον τοπικό αντιπρόσωπο για την κάλυψη της εγγύησης.

Για την Ελλάδα

Για περισσότερες πληροφορίες, ή για να έρθετε σε επαφή με το τμήμα υπηρεσιών επισκευής, επικοινωνήστε στο: ΜΕΚΜΑ Α.Ε. - Γρηγορίου Λαμπράκη 21, Λυκόβρυση, Τ.Κ. 14123, τηλ. 210 2758228.

