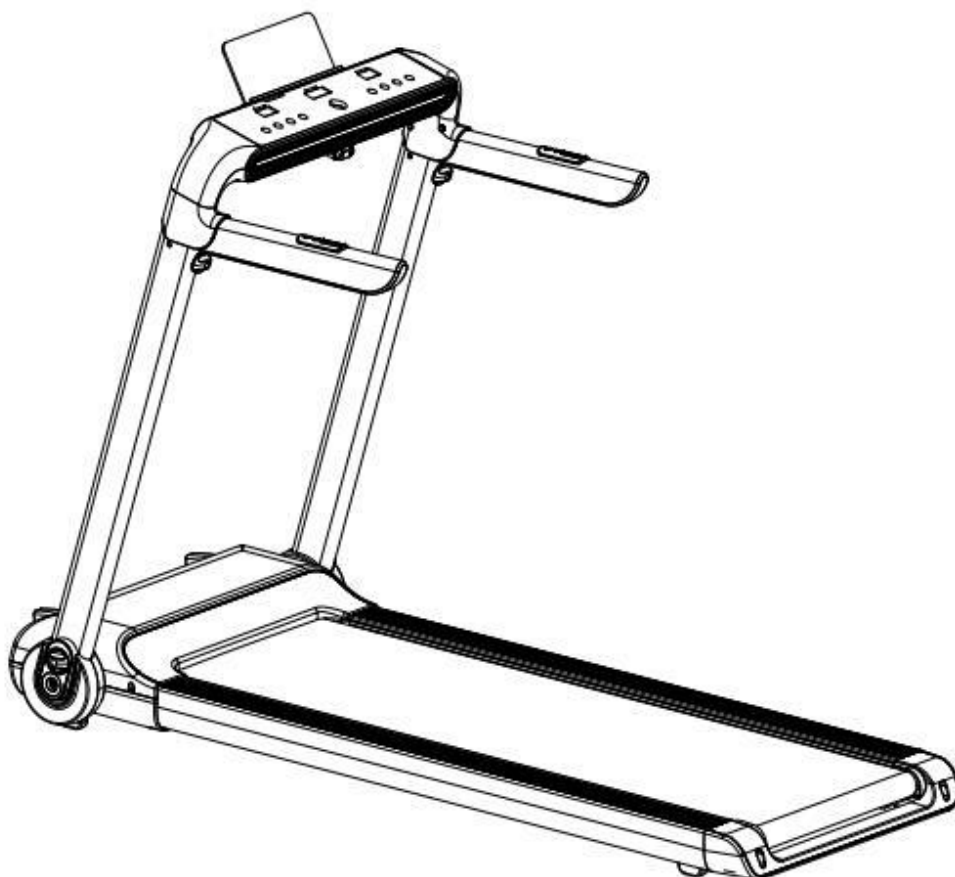


# ***PROTRED***

## **ΗΛΕΚΤΡΙΚΟΣ ΔΙΑΔΡΟΜΟΣ MR-400**

### Οδηγίες Χρήσης



### **ΠΡΟΣΟΧΗ**

Όλες οι λειτουργίες, τα χαρακτηριστικά, οι προδιαγραφές και οι λοιπές πληροφορίες για το προϊόν που παρουσιάζονται στο παρόν έγγραφο, μπορούν να αλλάξουν χωρίς προηγούμενη ειδοποίηση ή υποχρέωση.



# Περιεχόμενα

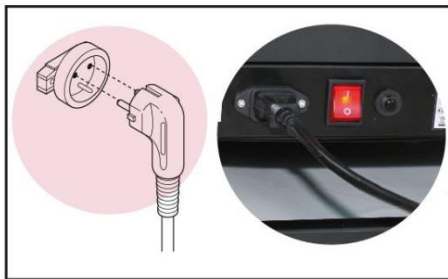
I.ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ .....	(3)
II.ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ.....	(6)
III.ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ.....	(7)
IV. ΟΔΗΓΟΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ.....	(9)
V.ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ.....	(10)
VI. ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ.....	(12)
VII. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ.....	(14)
VIII. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ.....	(15)
IX.ΕΓΓΥΗΣΗ.....	(16)



## Ι. ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ



 <b>MINIMUM USER HEIGHT</b>	<b>140 cm</b>	 <b>MAX USER WEIGHT</b>	<b>100 kg.</b>
--	---------------	--	----------------



### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:

ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΕΧΕΙ ΕΝΑΝ ΜΑΓΝΗΤΗ, Ο ΟΠΟΙΟΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΘΕΙ ΣΤΟ ΔΙΑΔΡΟΜΟ ΟΠΩΣ ΦΑΙΝΕΤΑΙ ΣΤΙΣ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ. ΣΤΟ ΤΕΛΟΣ ΤΟΥ ΚΑΛΩΔΙΟΥ ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΝΑ ΚΛΙΠ, ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΚΑΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΣΤΕΡΕΩΘΕΙ ΣΤΑ ΡΟΥΧΑ ΣΑΣ. Ο ΔΙΑΔΡΟΜΟΣ ΘΑ ΞΕΚΙΝΗΣΕΙ ΝΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΜΟΝΟ ΟΤΑΝ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΕΧΕΙ ΤΟΠΟΘΕΤΗΘΕΙ ΣΩΣΤΑ. ΑΥΤΟ ΤΟ ΒΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟ.

Η ΣΩΣΤΗ ΛΙΠΑΝΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ ΜΕ ΕΙΔΙΚΟ ΛΙΠΑΝΤΙΚΟ ΣΕ ΜΟΡΦΗ ΣΠΡΕΙ Ή ΛΑΔΙΟΥ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ. Η ΛΙΠΑΝΣΗ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΙΝΕΙ ΣΕ ΤΑΚΤΑ ΔΙΑΣΤΗΜΑΤΑ, ΕΞΑΡΤΩΜΕΝΗ ΠΑΝΤΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΧΡΗΣΤΗ ΚΑΙ ΤΗ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ, ΑΚΟΜΗ ΚΑΙ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ.

ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΑΡΑΛΑΒΕΤΕ ΤΟ ΑΥΘΕΝΤΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ ΜΑΖΙ ΜΕ ΟΛΑ ΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΝΟΜΙΜΑ ΕΓΓΡΑΦΑ, ΤΗΝ ΑΠΟΔΕΙΞΗ ΑΓΟΡΑΣ, ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΓΓΥΗΣΗ.

Προκειμένου να μειωθεί ο κίνδυνος σοβαρών τραυματισμών, διαβάστε προσεκτικά όλες τις οδηγίες και τις προειδοποιήσεις του εγχειριδίου χρήσης, πριν από τη χρήση του Διαδρόμου.

**Η εταιρία μας** δεν φέρει καμία ευθύνη για τυχόν προσωπικούς τραυματισμούς ή για υλικές φθορές που θα προκληθούν από λανθασμένη χρήση αυτού του προϊόντος.

- 1- Πριν από την έναρξη της άσκησης, συμβουλευτείτε το γιατρό σας. Είναι πολύ σημαντικό ειδικότερα για άτομα άνω των 35 ετών, με προβλήματα υγείας και γυναίκες σε ενδιαφέρουσα.
- 2- Είναι ευθύνη του ιδιοκτήτη να βεβαιωθεί ότι όλοι οι χρήστες του διαδρόμου έχουν ενημερωθεί σχετικά με τις όλες τις προειδοποιήσεις και τις προφυλάξεις.
- 3- Χρησιμοποιείτε τον εξοπλισμό όπως προτείνεται στις οδηγίες χρήσης του εγχειριδίου.
- 4- **Κρατήστε τον εξοπλισμό σε κλειστό χώρο, μακριά από σκόνη ή υγρασία. Μην το αποθηκεύετε σε garage, σε αποθήκες ή κοντά σε νερό. Η υγρασία, η σκόνη και το νερό μπορεί να οδηγήσουν σε δυσλειτουργία του εξοπλισμού, ακυρώνοντας την εγγύησή του.**
- 5- Τοποθετήστε την μονάδα σε επίπεδη επιφάνεια. Εάν η επιφάνεια είναι άνιση, η ομαλή λειτουργία μπορεί να επηρεαστεί. Κάποια μοντέλα διαθέτουν ρυθμιστές επιπέδου στα πίσω πόδια, βοηθώντας την ανύψωση του Διαδρόμου. Παρακαλείστε να διαβάσετε το εγχειρίδιο χρήσης για να βεβαιωθείτε εάν ο Διάδρομός σας είναι εξοπλισμένος με αυτούς τους ρυθμιστές.
- 6- Η μονάδα πρέπει να τοποθετηθεί σε έναν καλά αεριζόμενο χώρο. Μην χρησιμοποιείτε σε μέρη όπου υπάρχουν σπρέι ή συσκευές οξυγόνου. Ο αέρας που εισπνέετε μπορεί να σας επηρεάσει και να προκληθεί ατύχημα.
- 7- Κρατήστε τα παιδιά κάτω των 12 ετών και τα κατοικίδια ζώα μακριά από τον εξοπλισμό. Διατηρείτε απόσταση ασφαλείας από τον διάδρομο.
- 8- **Ελέγξτε το μέγιστο βάρος χρήστη που μπορεί να υποστηρίξει ο διάδρομος. Εάν το βάρος χρήστη υπερβαίνει το όριο τότε θα υπάρξει δυσλειτουργία στη λειτουργία του διαδρόμου, η οποία δεν θα καλυφθεί από την εγγύηση.**
- 9- Να φοράτε πάντοτε κατάλληλο ρουχισμό όταν γυμνάζεστε. Μην φοράτε φαρδιά ρούχα, τα οποία μπορεί να πιαστούν στο Διάδρομο.
- 10- Ο Διάδρομος λειτουργεί με παροχή ρεύματος: Βεβαιωθείτε ότι το καλώδιο παροχής ενέργειας και η πρίζα είναι σε καλή κατάσταση. Συνδέστε το διάδρομο μόνο όταν βεβαιωθείτε ότι το κύκλωμα έχει σωστή γείωση, σε διαφορετική περίπτωση μπορεί να προκληθούν ζημιές στον εξοπλισμό ή φθορές στην περιουσία σας, οι οποίες δεν καλύπτονται από την εγγύηση. Τα καλώδια τροφοδοσίας πρέπει να είναι μακριά από θερμές επιφάνειες.
- 11- Εάν ο Διάδρομος τροφοδοτείται με μπαταρία: ελέγξτε και βεβαιωθείτε ότι έχει φορτιστεί αρκετά για να τεθεί σε πλήρη λειτουργία.
- 12- Στον εξοπλισμό σας παρέχεται Κλειδί Ασφαλείας, παρακαλείστε να κατανοήσετε τον τρόπο χρήσης του. Το Κλειδί Ασφαλείας έχει ένα μαγνήτη, ο οποίος πρέπει να τοποθετηθεί στο Διάδρομο. Στο τέλος του καλωδίου υπάρχει ένα κλιπ, το οποίο πρέπει να τοποθετηθεί στα ρούχα σας. Ο Διάδρομος θα ξεκινήσει να λειτουργεί μόνο όταν το Κλειδί Ασφαλείας τοποθετηθεί στο Διάδρομο. ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ.
- 13- Εάν ο Διάδρομος λειτουργεί με παροχή ρεύματος: μην τον ξεκινήσετε όσο στέκεστε στον κινούμενο ιμάντα. Ο κινητήρας θα φορτωθεί άσκοπα. Ο σωστός τρόπος να ξεκινήσετε είναι να τοποθετήσετε τα πόδια σας αριστερά και δεξιά στις βάσεις εκατέρωθεν του ιμάντα και να ξεκινήσετε την άσκηση αφού θέσετε σε λειτουργία τον Διάδρομο.
- 14- Εάν ο Διάδρομός λειτουργεί με παροχή ηλεκτρικού ρεύματος: ελέγξτε την ταχύτητα που μπορεί να φτάσει, για την ασφάλειά σας. Το καλύτερο θα ήταν να αυξάνετε σταδιακά την ταχύτητα προκειμένου να αποφευχθούν ξαφνικές αλλαγές.
- 15- Ποτέ μην αφήνετε τον διάδρομο χωρίς επίτηρηση, ενώ είναι σε λειτουργία. Πάντοτε να αφαιρείται το κλειδί ασφαλείας και έχετε το διακόπτη on/off στην θέση "off" όταν ο διάδρομος δεν

χρησιμοποιείται. Ανατρέξτε στη σελίδα με τις οδηγίες της κονσόλας, που υπάρχουν σε αυτό το εγχειρίδιό για τη θέση και τη λειτουργία του διακόπτη "on" / "off" .

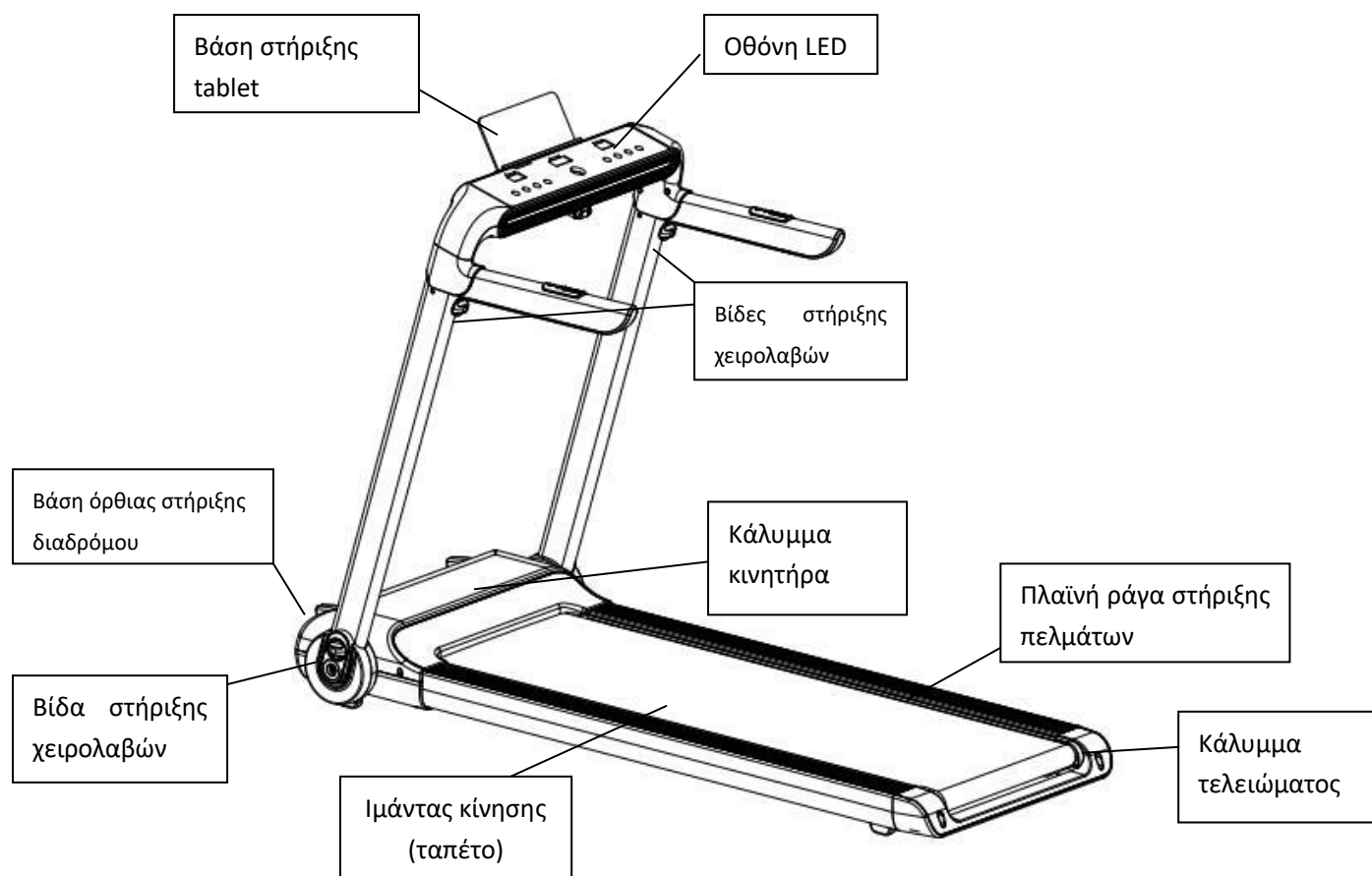
- 16- Ο Διάδρομος έχει αισθητήρες καρδιακού παλμού, αυτοί δεν προορίζονται για συλλογή ιατρικών δεδομένων. Είναι σχεδιασμένοι να βοηθούν την προπόνηση και να προσδιορίζουν την ένταση των καρδιακών παλμών. Υπάρχουν ορισμένοι παράγοντες που θα μπορούσαν να επηρεάσουν την ακρίβεια του καρδιακού ρυθμού, για παράδειγμα οι κινήσεις του χρήστη.
- 17- Ο Διάδρομος δεν καταλαμβάνει τόσο πολύ χώρο εφόσον μπορεί να διπλωθεί. Μόλις διπλωθεί, βεβαιωθείτε ότι το σύστημα κλειδώματος έχει εγκατασταθεί σωστά, είτε υπάρχει κλειδαριά είτε υδραυλικός κινητήρας. Μην επιχειρήσετε να μετακινήσετε ή να σηκώσετε το Διάδρομο προτού βεβαιωθείτε ότι είναι κλειδωμένος. Εάν συμβεί η οποιαδήποτε βλάβη ενώ ο Διάδρομος δεν είναι κλειδωμένος, δεν θα καλυφθεί από την εγγύηση.
- 18- **Ελέγξτε και σφίξτε όλα τα παξιμάδια σε τακτά διαστήματα, καθώς με τους κραδασμούς όλες οι βίδες και τα παξιμάδια μπορεί να "χαλαρώσουν". Βλάβες που θα προκληθούν εξαιτίας κακής συντήρησης δεν θα καλυφθούν από την εγγύηση.**
- 19- **Η σωστή λίπανση του Διαδρόμου με ειδικά λιπαντικά σε μορφή σπρέι ή λαδιού είναι ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ.** Η λίπανση θα πρέπει να γίνεται σε τακτά διαστήματα εξαρτώμενη από τον χρήστη και την συχνότητα της προπόνησης, ακόμα και πριν την πρώτη χρήση. Η λίπανση πρέπει να γίνεται ως εξής: αποσυνδέστε τον Διάδρομο από την ηλεκτρική παροχή (με την προϋπόθεση ότι λειτουργεί με παροχή ρεύματος), σηκώστε απαλά τον τάπητα από την μία πλευρά με το ένα χέρι και με το άλλο εφαρμόστε μια ποσότητα λιπαντικού στο δάπεδο του Διαδρόμου. Παρακαλείστε να επαναλάβετε αυτή την διαδικασία και από την άλλη πλευρά. Συνδέστε ξανά το διάδρομο στην παροχή ρεύματος και αφήστε τον να λειτουργήσει για μερικά λεπτά χωρίς να ανεβείτε επάνω.
- 20- **Για να εγκατασταθεί ο Διάδρομος είναι απαραίτητη η παρουσία δύο ατόμων. Σε διαφορετική περίπτωση, οι τυχόν ζημιές που θα προκληθούν δεν θα καλύπτονται από την εγγύηση.**
- 21- Μην εισάγετε κανένα αντικείμενο στα κενά.
- 22- Εάν ο Διάδρομος λειτουργεί με παροχή ρεύματος: πάντοτε να το αποσυνδέετε από την πρίζα πριν το καθαρίσετε, πριν από κάθε προπόνηση και μετά από την ρουτίνα συντήρησής του.
- 23- Ο Διάδρομος είναι σχεδιασμένος και προορίζεται για οικιακή χρήση σε εσωτερικό χώρο και όχι για επαγγελματική χρήση ή για χρήση σε εξωτερικό χώρο.
- 24- Προβείτε σε ασκήσεις προθέρμανσης και δροσισμού των μυών πριν και μετά την προπόνηση αντίστοιχα προκειμένου να αποφευχθούν τραυματισμοί.
- 25- Συνιστάται η κατανάλωση νερού πριν, κατά τη διάρκεια και μετά την προπόνηση.
- 26- Εάν αισθανθείτε πόνο ή ζαλάδα ενώ προπονηστέ: **ΣΤΑΜΑΤΗΣΤΕ ΑΜΕΣΑ ΚΑΙ ΖΗΤΗΣΤΕ ΕΝΑ ΓΙΑΤΡΟ.**
- 27- **ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΕΤΕ ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΗΣ, ΤΗΝ ΑΠΟΔΕΙΞΗ ΑΓΟΡΑΣ ΚΑΙ ΤΑ ΛΟΙΠΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΟΣΟ ΧΡΟΝΙΚΟ ΔΙΑΣΤΗΜΑ ΔΙΑΡΚΕΙ Η ΕΓΓΥΗΣΗ.**
- 28- Αυτό το ηλεκτρικό προϊόν σε καμία περίπτωση δεν μπορείτε να το πετάξετε σε κάποιο κάδο απορριμμάτων. Αυτό το προϊόν πρέπει να ανακυκλωθεί σύμφωνα με τις κείμενες διατάξεις της χώρας σας, για τη σωστή διάθεση του προϊόντος. Αυτή η σήμανση υποδεικνύει ότι το συγκεκριμένο προϊόν δεν πρέπει να απορρίπτεται μαζί με τα υπόλοιπα οικιακά απορρίμματα σε όλη την ΕΕ. Προκειμένου να αποφευχθούν ενδεχόμενες βλαβερές συνέπειες στο περιβάλλον ή την ανθρώπινη υγεία εξαιτίας της ανεξέλεγκτης διάθεσης των αποβλήτων, να ανακυκλώνουν υπεύθυνα για την προώθηση της βιώσιμης επαναχρησιμοποίησης των υλικών πόρων. Για να καταστρέψετε την συσκευή σας, παρακαλούμε χρησιμοποιήστε τα συστήματα επιστροφής και συλλογής ή επικοινωνήστε με το κατάστημα από όπου αγοράσατε το προϊόν, Μπορούν να πάρουν αυτό το προϊόν για περιβαλλοντικά ασφαλή ανακύκλωση.

29- Σε περίπτωση που επιθυμείτε τεχνική υποστήριξη ή συμβουλή με την συναρμολόγηση των μερών, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

**ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΤΕ ΤΗΝ ΑΠΟΔΕΙΞΗ ΑΓΟΡΑΣ ΚΑΘ' ΟΛΗ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ ΠΡΟΚΕΙΜΕΝΟΥ ΝΑ ΑΠΕΥΘΥΝΘΕΙΤΕ ΣΤΟ ΤΕΧΝΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΕΑΝ ΠΑΡΑΣΤΕΙ ΑΝΑΓΚΗ.**

**ΚΡΑΤΕΙΣΤΕ ΤΟ ΠΑΡΟΝ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΚΑΙ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ.**

## II. ΚΥΡΙΑ ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ.



Παροχή Ρεύματος- Τάση	220V±10%
Συχνότητα	50/60 Hz
Διαστάσεις ταπέτου	1210X460mm
Λειτουργίες	Time, Speed, distance, Calorie, heart rate, Bluetooth & Bluetooth speaker
Διακύμανση Ταχύτητας	1.0-15km/h
Κλίση	Χωρίς Κλίση
Μέγιστο Βάρος Χρήστη	100kgs
Ισχύς	2.0HP

### III. ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ



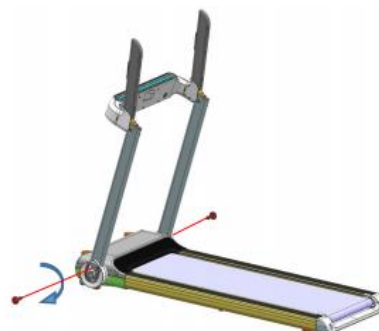
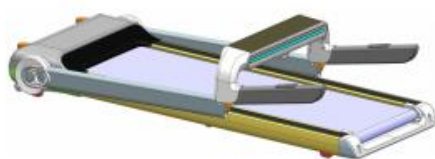
**ΣΗΜΕΙΩΣΗ: ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ**

**ΑΠΑΙΤΟΥΝΤΑΙ ΔΥΟ ΑΤΟΜΑ**

Main	Μέρη		Ποσότητα		
	1. Κύριο Πλαίσιο		1set		
Αριθμ.	Εξαρτήματα	Ποσότητα	No.	Εξαρτήματα	Ποσότητα
①	M8 Βίδα	2	⑥	5mm Κλειδί	1
②	M10 Βίδα	2	⑦	6mm Κλειδί	1
③	Λιπαντικό Λάδι Σιλικόνης	1	⑧	Πολυεργαλείο	1
④	Κλειδί Ασφάλειας	1	0,9	Εγχειρίδιο Χρήσης	1
⑤	M6*10	2			

#### ΒΗΜΑ 1

1. Βγάλτε το Διάδρομο από τη συσκευασία με τη βοήθεια ενός ακόμη ατόμου και τοποθετήστε τον απαλά σε επίπεδη επιφάνεια ,αφού αφαιρέσετε τα προστατευτικά βάλτε ξανά μέσα στην κούτα. Αφήστε τα εξαρτήματα κοντά σας.
2. Σηκώστε τις πλαϊνές χειρολαβές κάθετα, όπως φαίνεται στο διάγραμμα και στερεώστε τις, όπως απεικονίζεται και στο διάγραμμα, με δύο βίδες M10 και στις δύο πλευρές.



#### ΒΗΜΑ 2



1. Διπλώστε την κονσόλα όπως στο διάγραμμα και ασφαλίστε το με δύο βίδες M8 knob screws και στις δύο πλευρές. Προσέξτε να μην προκαλέσετε ζημιά στα καλώδια που είναι τοποθετημένα μέσα στα πλαϊνά στηρίγματα.

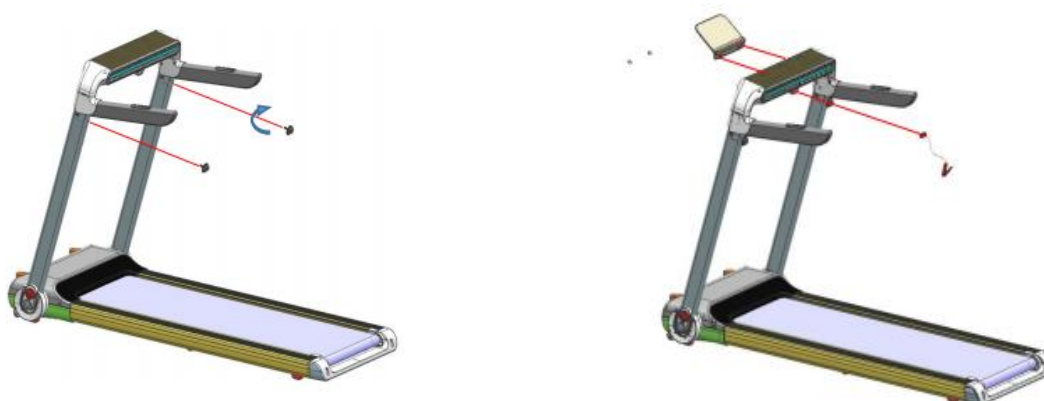
2. Χρησιμοποιήστε ένα κλειδί 5mm και δύο βίδες M6\*10, για να τοποθετήσετε τη βάση στήριξης iPad.

3. Τοποθετήστε το Κλειδί Ασφαλείας.

3. Συνδέστε το φως του καλωδίου παροχής ενέργειας στην πρίζα και πατήστε το διακόπτη παροχής ενέργειας . Ο Η Κονσόλα πρέπει να ενεργοποιηθεί και ο Διάδρομος είναι έτοιμος να ξεκινήσει.

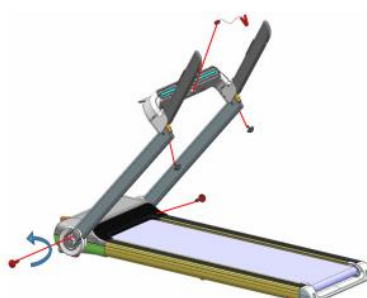
**Προειδοποίηση:** Αυτός ο μηχανικός διάδρομος πρέπει να είναι γειωμένος. Σε περίπτωση σπασίματος ή δυσλειτουργίας, η γείωση μειώνει τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Ο διάδρομος είναι εξοπλισμένος με ένα καλώδιο τροφοδοσίας, με αγωγό γείωσης και βύσμα πρίζας με γείωση. Το βύσμα της πρίζας πρέπει να τοποθετηθεί σε κατάλληλη πρίζα που είναι σωστά τοποθετημένη και γειωμένη σύμφωνα με όλους τους τοπικούς κανονισμούς.

**ΚΙΝΔΥΝΟΣ** - Η ακατάλληλη σύνδεση του αγωγού γείωσης μπορεί να προκαλέσει κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Αν έχετε αμφιβολίες σχετικά για το εάν ο διάδρομος είναι σωστά γειωμένος, συμβουλευτείτε έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο ή τεχνικό. Μην τροποποιείτε το βύσμα της πρίζας που παρέχεται με τον διάδρομο. Εάν δεν ταιριάζει στην πρίζα, τότε βάλτε μια κατάλληλη πρίζα εγκατεστημένη από έναν εξειδικευμένο τεχνικό. Μην εφαρμόζετε προσαρτήματα σε αυτό το προϊόν.



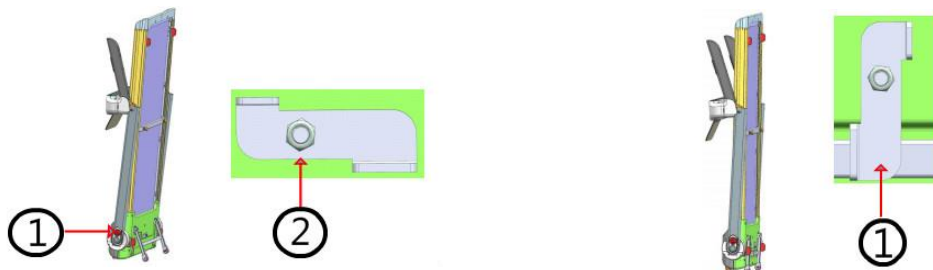
### ΒΗΜΑ 3

Για να διπλώσετε το Διάδρομο, απλώς "ξεκλειδώστε" τις τέσσερις βίδες στις χειρολαβές, και αποθηκεύστε τον σε οριζόντια θέση, όπως απεικονίζεται στο παρακάτω διάγραμμα. Χρησιμοποιήστε δύο βίδες M10 για να στερεώσετε τις χειρολαβές.

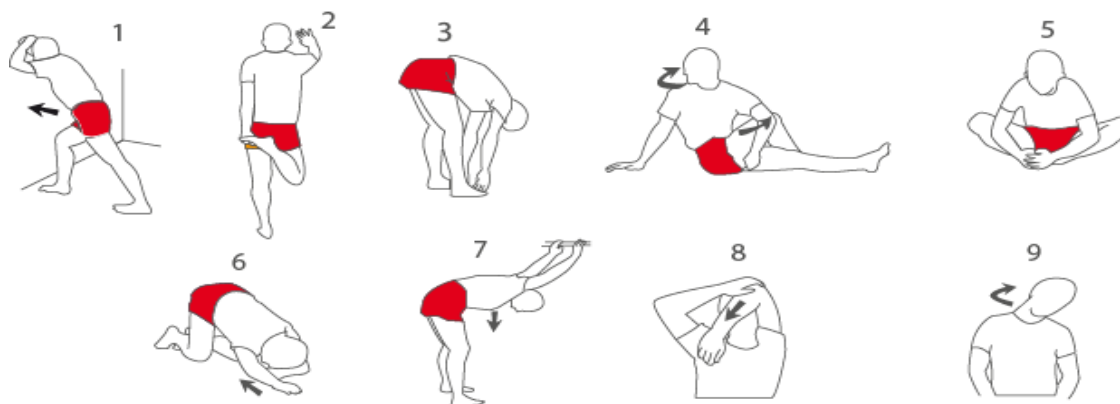


### ΒΗΜΑ 4

1. Σηκώστε τον Διάδρομο: ① για να σταθεροποιήσετε τις χειρολαβές χρησιμοποιήστε δύο βίδες M10 και στις δύο μεριές. ② Αλλάξτε το πλαίσιο στήριξης σε οριζόντια θέση, το πλαίσιο πρέπει να επεκτείνεται αυτόματα. Με αυτό τον τρόπο ο Διάδρομος μένει σταθερός σε όρθια θέση.
2. Για να έρθει ο Διάδρομος σε οριζόντια θέση, σπρώξτε προς τα πίσω το πλαίσιο στήριξης με το πόδι ① Αλλάξτε το κλειδί σε κατακόρυφη θέση, έπειτα αργά αφήστε το κάτω στο πάτωμα. Επαναλάβετε το βήμα 1 & 2 για να το ρυθμίσετε ξανά.



#### IV.ΟΔΗΓΟΣ ΑΣΚΗΣΕΩΝ



**Προσοχή:** Προτού ξεκινήσετε να χρησιμοποιείτε τον Διάδρομο, ή να ακολουθήσετε οποιοδήποτε πρόγραμμα προπόνησης, συμβουλευτείτε το γιατρό σας. Αυτό το βήμα είναι πολύ σημαντικό για άτομα άνω των 35ετών, ή για ανθρώπους που αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας.

Εάν ο Διάδρομος είναι εξοπλισμένος με αισθητήρα καρδιακών παλμών, πρέπει να ληφθεί υπόψιν ότι δεν αποτελούν ιατρικά δεδομένα. Πολλαπλοί παράγοντες μπορεί να επηρεάσουν την ακρίβεια των Καρδιακών Παλμών. Ο Καρδιακός Αισθητήρας βοηθά κατά την διάρκεια της άσκησης να ορίσουμε γενικά τις τάσεις των καρδιακών παλμών.

## ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ:

**ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ:** Ξεκινήστε να τεντώνετε και να ενεργοποιείτε ελαφρώς τους μυς μεταξύ 5 και 10 λεπτών. Η προθέρμανση θα αυξήσει την θερμοκρασία του σώματός σας, καθώς και τους καρδιακούς παλμούς και την κυκλοφορία του αίματος, προετοιμάζοντάς σας για την προπόνηση.

- **ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ:** ΔΙΑΤΗΡΗΣΤΕ ΤΟ ΙΔΙΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ ΓΙΑ ΠΕΡΙΠΟΥ 20-30 ΛΕΠΤΑ (ΜΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΤΕ ΑΥΤΟ ΤΟΝ ΡΥΘΜΟ ΓΙΑ ΠΑΝΩ ΑΠΟ 20 ΛΕΠΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΩΝ ΠΡΩΤΩΝ ΕΒΔΟΜΑΔΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ). ΝΑ ΑΝΑΠΝΕΕΤΕ ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΑ ΚΑΙ ΒΑΘΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ (ΝΑ ΜΗΝ ΚΡΑΤΑΤΕ ΤΗΝ ΑΝΑΠΝΟΗ ΣΑΣ).
- **ΑΠΟΘΕΡΑΠΕΙΑ:** ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΤΕ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΕ ΔΙΑΤΑΣΕΙΣ 5-10 ΛΕΠΤΩΝ. ΟΙ ΔΙΑΤΑΣΕΙΣ ΑΥΞΑΝΟΥΝ ΤΗΝ ΕΥΛΥΓΙΣΙΑ ΤΩΝ ΜΥΩΝ ΚΑΙ ΒΟΗΘΟΥΝ ΣΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΩΝ ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ.

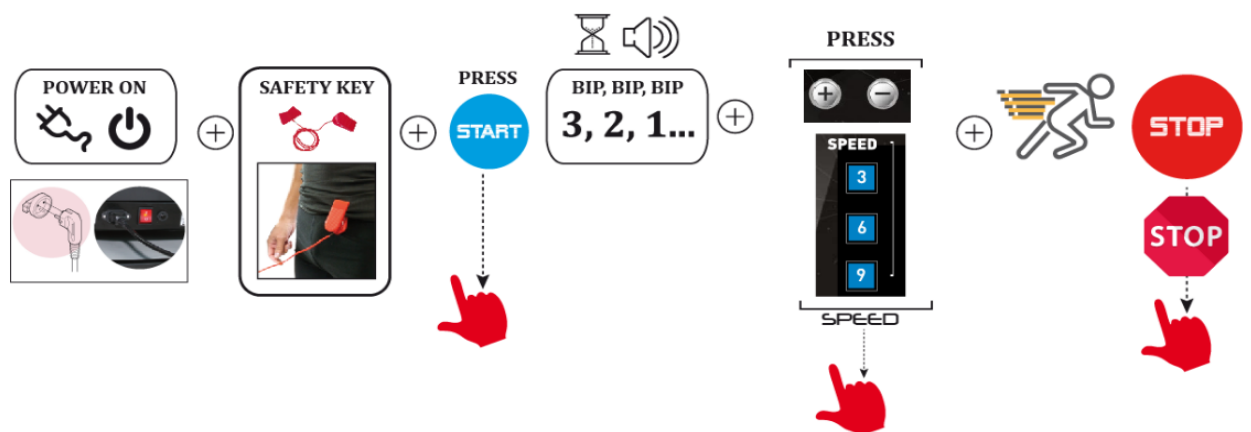
**ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ:** ΓΙΑ ΝΑ ΒΕΛΤΙΩΣΕΤΕ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΣΑΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ, ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΤΡΕΙΣ ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΕ ΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΑΝΑΠΑΥΣΗΣ ΜΕΤΑΞΥ ΤΩΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΕΩΝ. ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΜΕΡΙΚΟΥΣ ΜΗΝΕΣ ΘΑ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ 5 ΗΜΕΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ.

## V.ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ

### ΚΟΝΣΟΛΑ



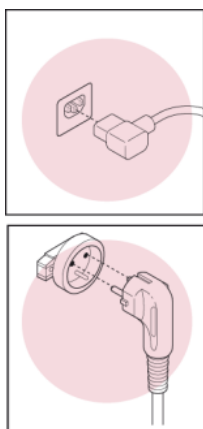
### ΒΑΣΙΚΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ



## ΗΧΕΙΟ BLUETOOTH



## ΕΦΑΡΜΟΓΗ GFIT



*Αυτό το προϊόν πρέπει να είναι γειωμένο. Εάν το καλώδιο παροχής ενέργειας είναι κατεστραμμένο, πρέπει να αντικατασταθεί από τον κατασκευαστή.*



**ΜΗΝ ΜΠΕΡΔΕΥΕΤΕ ΤΟ ΚΑΛΩΔΙΟ ΠΑΡΟΧΗΣ ΡΕΥΜΑΤΟΣ**

## VI. ΦΡΟΝΤΙΔΑ

### ΣΥΧΝΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ.

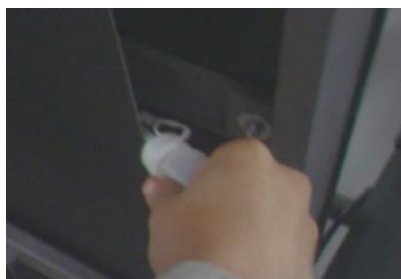
**ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ:** Διατηρήστε τον εξοπλισμό σας σε κλειστό χώρο, μακριά από σκόνη ή υγρασία. Μην το αποθηκεύετε σε garage ή σε κλειστή αποθήκη στον κήπο, ούτε και κοντά σε νερό. Η υγρασία, η σκόνη και το νερό μπορούν να επηρεάσουν τη λειτουργία του Διαδρόμου.

**ΚΑΛΩΔΙΟ ΠΑΡΟΧΗΣ ΗΛΕΚΤΡΙΚΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ:** Βεβαιωθείτε ότι το καλώδιο και η πρίζα είναι σε άριστη κατάσταση. Τα καλώδια παροχής ηλεκτρικής ενέργειας πρέπει να είναι μακριά από θερμές επιφάνειες.

- **ΒΙΔΕΣ ΚΑΙ ΚΑΛΩΔΙΑ ΣΥΝΔΕΣΗΣ:** Ελέγξτε και σφίξτε τις βίδες και τα παξιμάδια σε τακτά διαστήματα, τα οποία ενδέχεται να έχουν χαλαρώσει εξαιτίας των κραδασμών.

**ΛΙΠΑΝΣΗ:** Η σωστή λίπανση του Διαδρόμου με ειδικό λιπαντικό σε μορφή σπρέι ή λαδιού είναι εξαιρετικά σημαντική.

Η Λίπανση του Διαδρόμου πρέπει να γίνεται σε τακτά διαστήματα, εξαρτώμενο πάντοτε από την συχνότητα χρήσης, ακόμα και πριν από την πρώτη χρήση.



a) Ο τρόπος λίπανσης του ιμάντα κίνησης πρέπει να γίνεται ως εξής: (Δείτε και την παραπάνω εικόνα)

b) Σταματήστε τον ιμάντα κίνησης και διπλώστε το Διάδρομο.

c) Γυρίστε τον ιμάντα κίνησης στο πίσω μέρος του κυρίως πλαισίου.

Εισάγετε το δοχείο με το Λιπαντικό όσο πιο πολύ μπορείτε στην μέση του ιμάντα κίνησης. Εισάγετε το λιπαντικό στην εσωτερική πλευρά του ιμάντα κίνησης.

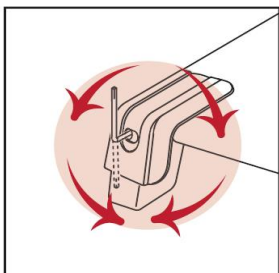
Αφού η λίπανση έχει ολοκληρωθεί, θέστε σε λειτουργία τον Διάδρομο με ταχύτητα 1km/h προκειμένου το λάδι σιλικόνης να κατανεμηθεί ομοιόμορφα σε όλον τον ιμάντα.

- Αφού ο Διάδρομος χρησιμοποιηθεί για αρκετό διάστημα, πρέπει να συντηρηθεί με ειδικό λιπαντικό λάδι σιλικόνης.

### ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΗ ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΛΙΠΑΝΣΗΣ:

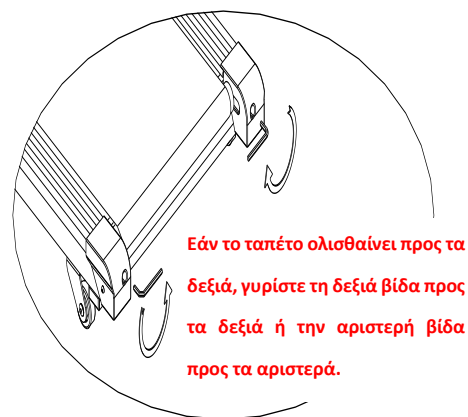
< 3 ώρες/εβδομάδα	2 μήνες
4 – 7 ώρες/εβδομάδα	1 μήνα

- **ΚΕΝΤΡΟΘΕΤΗΣΤΕ ΚΑΙ ΣΦΙΞΤΕ ΤΟΝ ΙΜΑΝΤΑ ΚΙΝΗΣΗΣ ΤΟΥ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ**

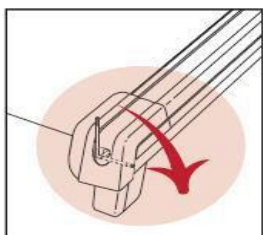
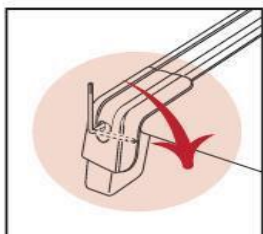


LEFT BOLT      RIGHT BOLT

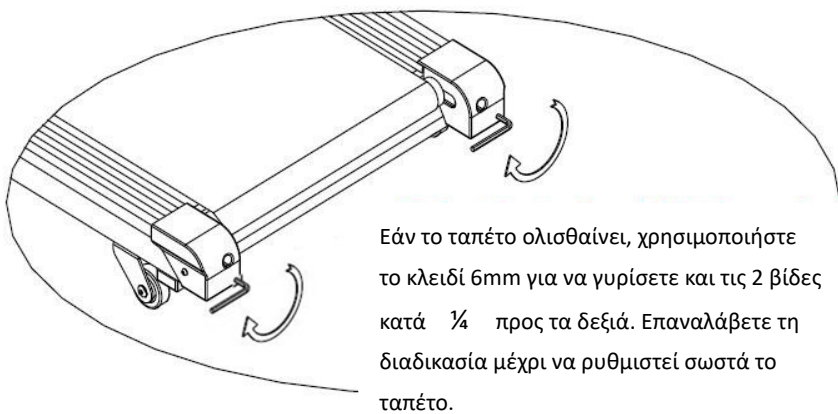
- **ΚΕΝΤΡΟΘΕΤΗΣΗ ΙΜΑΝΤΑ ΚΙΝΗΣΗΣ:** Λόγω της χρήσης, το ταπέτο μπορεί να μετακινηθεί. Εάν το ταπέτο ολισθαίνει προς τα αριστερά, ενεργοποιήστε τον διάδρομο και ρυθμίστε την ταχύτητα στα 3MPH. Χρησιμοποιήστε το Κλειδί 6mm για να γυρίσετε την αριστερή βίδα προς τα δεξιά ή τη δεξιά βίδα προς τα αριστερά. Μη σφίξετε υπερβολικά το ταπέτο. Επαναλάβετε αυτή τη διαδικασία μέχρι να ευθυγραμμιστεί το ταπέτο.



**ΣΥΣΦΙΞΗ ΤΑΠΕΤΟΥ:** (Εάν το ταπέτο ολισθαίνει όταν περπατάτε). Ενεργοποιήστε τον διάδρομο και ρυθμίστε την ταχύτητα στα 3MPH. Χρησιμοποιώντας το κλειδί 6mm Wrench, γυρίστε και τις 2 βίδες κατά ¼ προς τα δεξιά. Εάν το ταπέτο έχει ρυθμιστεί σωστά θα πρέπει να μπορείτε να τραβήξετε κάθε πλευρά του κατά 5-7 εκατοστά από το πλαίσιο. Φροντίστε να παραμείνει το ταπέτο στο κέντρο. Επαναλάβετε αυτή τη διαδικασία μέχρι να ρυθμιστεί σωστά το ταπέτο.



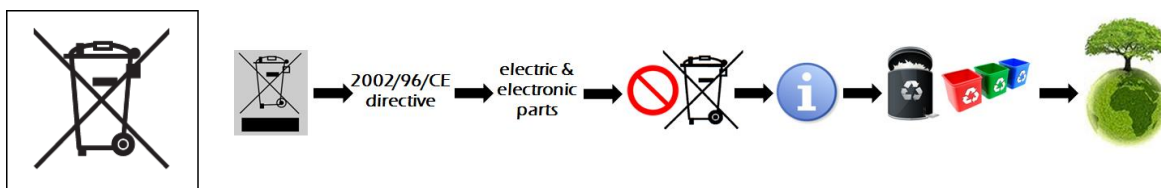
LEFT BOLT      RIGHT BOLT



- **ΣΥΣΦΙΞΗ ΤΟΥ ΙΜΑΝΤΑ ΜΟΤΕΡ:** Εάν ο ιμάντας μοτέρ χαλαρώσει μετά από μία περίοδο χρήσης, θα χρειαστεί να: (1) Ανοίξετε το κάλυμμα του μοτέρ. (2) Χρησιμοποιήστε το κλειδί 6mm για να γυρίσετε τη βίδα ρύθμισης προς τα δεξιά. Επαναλάβετε τη διαδικασία μέχρι να ρυθμιστεί σωστά ο ιμάντας.
- **ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ:** Μη χρησιμοποιείτε σπλιβωτικά προϊόντα. Ένα νωπό πανί είναι αρκετό.
- **ΕΥΘΥΓΡΑΜΜΙΣΗ:** Εάν η μονάδα σας φέρει ευθυγραμμιστές, παρακαλούμε ρυθμίστε τους έτσι ώστε να αποφεύγονται οι κραδασμοί και συνεπώς η πιθανή φθορά.

**ΦΥΛΑΞΤΕ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ**

## VII. ΠΛΗΡΟΦΟΡΕΣ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ

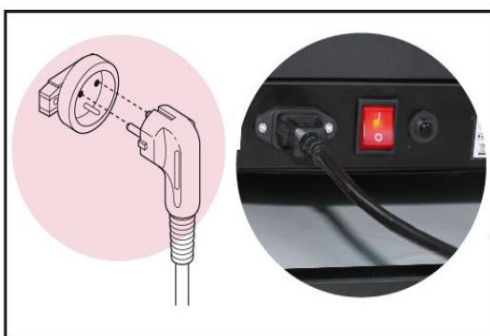


Τα ηλεκτρονικά προϊόντα δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να απορρίπτονται σε κάδο απορριμμάτων. Για την προστασία του περιβάλλοντος, το προϊόν πρέπει να ανακυκλωθεί σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις.



## VIII. ΕΠΙΛΥΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ:

ΣΦΑΛΜΑ	ΑΙΤΙΑ	ΕΠΙΛΥΣΗ
E01	A) το καλώδιο δεν είναι συνδεδεμένο	Συνδέστε σωστά το καλώδιο
	B) το καλώδιο είναι ελαττωματικό	Αντικαταστήστε το καλώδιο
E02	A) υπερφόρτωση	Απενεργοποιήστε και επανεκκινήστε το μηχάνημα
	B) Καμμένος κινητήρας	Αντικαταστήστε τον κινητήρα
	C) Ελαττωματικό PCB (τροφοδοτικό)	Αντικαταστήστε το PCB
	D) Χαμηλή τάση	Ελέγξτε την τάση
E03	Υψηλή τάση	Απενεργοποιήστε και επανεκκινήστε το μηχάνημα
E04	A) Ξαφνική αλλαγή στην τάση.	Απενεργοποιήστε και επανεκκινήστε το μηχάνημα
	B) Καμμένο PCB	Αντικαταστήστε το PCB
E05	A) Προστασία από έκρηξη	Ελέγξτε την Τάση
	B) Καμμένο PCB	Αντικαταστήστε PCB
	C) το καλώδιο μοτέρ δεν έχει συνδεθεί	Συνδέστε ξανά το καλώδιο μοτέρ
E06	Το καλώδιο του κινητήρα δεν έχει συνδεθεί ή είναι χαλασμένο	Επανασυνδέστε ή αντικαταστήστε το καλώδιο του κινητήρα.
---	Λείπει το Κλειδί Ασφαλείας	Τοποθετήστε το Κλειδί Ασφαλείας



**ΦΥΛΑΞΤΕ ΤΗΝ ΑΡΧΙΚΗ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ, ΤΗΝ ΑΠΟΔΕΙΞΗ ΑΓΟΡΑΣ, ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΚΑΙ ΤΑ ΕΞΑΡΤΗΜΑΤΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ ΕΓΓΥΗΣΗΣ.**



## **ΙΧ. ΕΓΓΥΗΣΗ**

### **ΕΓΓΥΗΣΗ ΓΝΗΣΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ**

#### **ΕΓΓΥΗΣΗ ΚΑΙ ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΥΤΗΣ**

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

**Η χρονική διάρκεια της ΕΓΓΥΗΣΗΣ για οικιακή χρήση είναι:**

Πλαίσιο: 2 έτη, Μοτέρ: 2 έτη, Ηλεκτρονικά μέρη: 1 έτος, Λοιπά μέρη: 1 έτος

#### **ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ**

**Η παρούσα εγγύηση ισχύει μόνο εφ' όσον:**

1. Επιδειχθεί από τον αγοραστή η νόμιμη απόδειξη αγοράς του μηχανήματος (Τιμολόγιο, Δελτίο Αποστολής ή Δελτίο Λιανικής Πώλησης) που αναφέρει την ημερομηνία αγοράς, τον τύπο του μηχανήματος και τον αριθμό κατασκευής (serial number) αν υπάρχει. Η εγγύηση ισχύει μόνο για τον πρώτο αγοραστή και οπωσδήποτε αποκλείεται η μεταβίβαση της εγγύησης σε τρίτο.
2. Κατάλληλη χρήση του διαδρόμου σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται σε αυτό το εγχειρίδιο
3. Κατάλληλη εγκατάσταση από μια εξουσιοδοτημένη επιχείρηση υπηρεσιών σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται στον διάδρομο και όλους τους τοπικούς ηλεκτρικούς κώδικες.
4. Κατάλληλη σύνδεση σε μια γειωμένη παροχή ηλεκτρικού ρεύματος ικανοποιητικής τάσης, αντικατάσταση των κατεστραμμένων ασφαλειών, επισκευή των χαλαρών συνδέσεων ή των ατελειών που συνδέονται με καλώδιο σε σπίτι.
5. Η εταιρεία διατηρεί το δικαίωμα να καθορίζει αυτή και κατά την κρίση της, την αντικατάσταση ή την επισκευή των ανταλλακτικών, καθώς επίσης, τον τόπο, τον χρόνο και τον τρόπο επισκευής. Ρητώς αναφέρεται ότι αποκλείεται κάθε είδους απαίτηση για αποζημίωση, λόγω προσωρινής έλλειψης ανταλλακτικών και καθυστέρησης αποκατάστασης της βλάβης.
6. Οι ζημίες του διαδρόμου τελειώνουν κατά τη διάρκεια της μεταφοράς και της εγκατάστασης.

#### **ΕΚΠΛΗΡΩΣΗ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ**

Η επισκευή του μηχανήματος μπορεί να γίνει:

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

### **ΕΞΑΙΡΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΓΓΥΗΣΗΣ**

Η παρούσα εγγύηση δεν καλύπτει:

1. Πλαστικά ή ελαστικά μέρη (π.χ. ταπέτο, προστατευτικά καλύμματα).
2. Επακόλουθες, παράλληλες ή τυχαίες ζημιές όπως ζημιές ιδιοκτησίας.
3. Αποζημίωση υπηρεσιών στον καταναλωτή για όσο χρόνο δεν λειτουργεί το μηχάνημα.

**ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ** οπωσδήποτε η παρούσα εγγύηση, στις παρακάτω περιπτώσεις:

1. Όταν η βλάβη είναι αποτέλεσμα μετατροπών, κακής χρήσης, κακής συντήρησης.
2. Όταν το μηχάνημα ανοιχτεί ή επισκευαστεί από τρίτους.
3. Όταν η βλάβη προέρχεται από αμέλεια του χρήστη.
4. Όταν έχει χρησιμοποιηθεί ρεύμα διαφορετικής τάσης και όταν δεν έχει γίνει κατάλληλη σύνδεση σε μία γειωμένη παροχή ηλεκτρικού ρεύματος ικανοποιητικής τάσης, αντικατάσταση των κατεστραμμένων ασφαλειών, επισκευή των χαλαρών συνδέσεων ή των ατελειών που συνδέονται με καλώδιο σε σπίτι.
5. Όταν γενικώς δεν έχουν ακολουθηθεί οι οδηγίες χρήσης που αναγράφονται στο εγχειρίδιο.
6. Όταν η συσκευή χρησιμοποιείται σε γυμναστήρια, γυμναστικούς συλλόγους, studios, ή άλλη εμπορική ή επαγγελματική χρήση.

### **ΕΠΙΣΚΕΥΗ**

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

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

**ΜΗΝ ΣΤΕΙΛΕΤΕ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΔΙΑΔΡΟΜΟ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗ ΕΓΚΡΙΣΗ.**

Όλοι οι διάδρομοι που φθάνουν χωρίς έγκριση θα απορρίπτονται.

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

**ΜΕΚΜΑ Α.Ε.**

**Γρ. Λαμπράκη 21 Λυκόβρυση Τ.Κ. 14123**

**Τηλ. (210) 2758228 – Fax (210)2774798**

**E-mail: [service@mekma.gr](mailto:service@mekma.gr)**

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

Προϊόν: **Διάδρομος Protred MR-400**

Ημερομηνία

αγοράς:.....

