

02838413



Ηλεκτρικός Διάδρομος Γυμναστικής Bakaji

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΑΣΦΑΛΕΙΑ

### ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Αυτός ο διάδρομος προορίζεται μόνο για χρήση στο σπίτι. μην το χρησιμοποιείτε αυτό διάδρομο σε εμπορικό ή θεσμικό περιβάλλον.

#### **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: ΟΛΟΙ ΟΙ ΑΣΚΗΣΤΕΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΙΑΒΑΣΟΥΝ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΙΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΟΝ ΔΙΑΔΡΟΜΟ.**

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Τα συστήματα παρακολούθησης καρδιακού ρυθμού μπορεί να είναι ανακριβή για ορισμένους τα άτομα. Η υπερβολική άσκηση μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο. Αν εσύ

αισθανθείτε λιποθυμία, σταματήστε αμέσως την άσκηση.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Ο εξοπλισμός θα πρέπει να τεθεί αμέσως εκτός χρήσης εάν είναι αποτυγχάνει να λειτουργήσει σωστά ή όταν μια προειδοποίηση παρουσιάζεται ηλεκτρονικά.

Συνιστούμε ανεπιφύλακτα να επισκεφτείτε έναν γιατρό για μια ολοκληρωμένη ιατρική εξετάστε πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης, ιδιαίτερα εάν ο χρήστης το έχει οικογενειακό ιστορικό υψηλής αρτηριακής πίεσης ή καρδιακής νόσου, είναι άνω των ετών 45, καπνίζει, έχει υψηλή χοληστερόλη, είναι παχύσαρκος ή δεν ασκείται τακτικά τον περασμένο χρόνο. Επιπλέον, συνιστούμε να συμβουλευτείτε ένα γυμναστήριο επαγγελματίας για τη σωστή χρήση αυτού του προϊόντος. Αν κάποια στιγμή κατά την άσκηση ο χρήστης αισθάνεται λιποθυμία, ζάλη, πόνο ή δύσπνοια αναπνοή, πρέπει να σταματήσει αμέσως.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Για να μειώσετε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας, να το αποσυνδέετε πάντα από την πρίζα

προτού καθαρίσετε ή επιχειρήσετε οποιαδήποτε δραστηριότητα συντήρησης. Μην χειριστείτε το βύσμα με βρεγμένα χέρια.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Μην μετακινείτε τον εξοπλισμό σηκώνοντας την κονσόλα. Μην χρησιμοποιήσετε την κονσόλα ως τιμόνι κατά τη διάρκεια μιας προπόνησης.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Διατηρήστε τον εξοπλισμό σταθερό σε επίπεδο έδαφος.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Αντικαταστήστε τις προειδοποιητικές ετικέτες που μπορεί να είναι φθαρμένες, κατεστραμμένες ή λείπει.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Αντικαταστήστε τυχόν εξαρτήματα που δεν λειτουργούν ή έχουν καταστραφεί. αφαιρώ

η μονάδα από το σέρβις μέχρι να πραγματοποιηθεί η επισκευή.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Κίνδυνος τραυματισμού-συντριβής όταν υπάρχει διάδρομος σε λειτουργία. Κρατήστε τα πόδια, τα χέρια και τα δάχτυλα μακριά από κινούμενα μέρη.

**ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:** Για να μειώσετε τον κίνδυνο εγκαυμάτων, πυρκαγιάς, ηλεκτροπληξίας ή τραυματισμού, είναι

Είναι επιτακτική ανάγκη να συνδέσετε κάθε προϊόν σε σωστά γειωμένη 220V πρίζα.

Μπορεί να προκύψει κίνδυνος ηλεκτροπληξίας από ακατάλληλη σύνδεση του αγωγός γείωσης εξοπλισμού. Συμβουλευτείτε έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο εάν έχετε δεν είστε σίγουροι για τις σωστές τεχνικές γείωσης. Μην τροποποιείτε το βύσμα παρέχεται με αυτό το προϊόν. Εάν δεν χωράει πρίζα, έχετε α κατάλληλη πρίζα εγκατεστημένη από εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο. Το προϊόν γυμναστικής σας

πρέπει να είναι σωστά γειωμένο για να μειωθεί ο κίνδυνος ηλεκτροπληξίας εάν ο διάδρομος

δυσλειτουργίες. Ο διάδρομός σας είναι εξοπλισμένος με ηλεκτρικό καλώδιο, το οποίο περιλαμβάνει έναν αγωγό γείωσης εξοπλισμού και ένα βύσμα γείωσης. ο

Το βύσμα πρέπει να εισαχθεί σε μια πρίζα που έχει εγκατασταθεί σωστά και γειωμένο σύμφωνα με όλους τους τοπικούς κώδικες και διατάξεις.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Για να μειώσετε τον κίνδυνο εγκαυμάτων, πυρκαγιάς και ηλεκτροπληξίας ή τραυματισμού

σε άτομα, ακολουθήστε αυτές τις οδηγίες:

- Αυτή η συσκευή δεν πρέπει ποτέ να αφήνεται χωρίς επίβλεψη όταν είναι συνδεδεμένη.

- Μην χρησιμοποιείτε κανενός τύπου προέκταση καλωδίου με αυτό το προϊόν.

- Αποσυνδέστε το από την πρίζα όταν δεν το χρησιμοποιείτε και πριν από οποιαδήποτε συντήρηση.

- Μην λειτουργείτε τον εξοπλισμό ενώ καλύπτεται με α

κουβέρτα, πλαστικό ή οτιδήποτε μονώνει ή σταματά τη ροή του αέρα

ΠΡΟΣΟΧΗ:

- Τραυματισμοί που σχετίζονται με την υγεία μπορεί να προκύψουν από λανθασμένους ή υπερβολικούς

χρήση εξοπλισμού άσκησης.

- Οποιοσδήποτε αλλαγές ή τροποποιήσεις σε αυτόν τον εξοπλισμό θα μπορούσαν να ακυρώσουν το

εγγύηση προϊόντος.

- Για αποσύνδεση, απενεργοποιήστε τον διακόπτη ON/OFF εάν

ισχύει, στη συνέχεια αφαιρέστε το φις από την πρίζα.

- Μην χρησιμοποιείτε ποτέ το προϊόν εάν έχει φθαρμένο καλώδιο ρεύματος ή ηλεκτρικό βύσμα ή εάν έχει πέσει, έχει καταστραφεί ή ακόμη και μερικώς βυθιστεί νερό.

- Τοποθετήστε αυτό το προϊόν έτσι ώστε το βύσμα του καλωδίου τροφοδοσίας να είναι προσβάσιμο στο χρήστη.

- Κρατήστε το καλώδιο ρεύματος μακριά από θερμαινόμενες επιφάνειες. Μην τραβάτε το εξοπλισμό από το καλώδιο ρεύματος ή χρησιμοποιήστε το καλώδιο ως λαβή. Μην τρέχετε το

καλώδιο ρεύματος στο πλάι ή κάτω από τον διάδρομο.

- Εάν το καλώδιο τροφοδοσίας είναι κατεστραμμένο, πρέπει να αντικατασταθεί από το κατασκευαστή, εξουσιοδοτημένο αντιπρόσωπο σέρβις ή άτομο με παρόμοια εξειδίκευση για αποφυγή κινδύνου.

- Μην χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν σε χώρους όπου βρίσκονται προϊόντα ψεκασμού αεροζόλ

χρησιμοποιείται ή όπου χορηγείται οξυγόνο. Τέτοιες ουσίες δημιουργούν το κίνδυνος καύσης και έκρηξης.

- Απαιτείται στενή επίβλεψη όταν χρησιμοποιείται κοντά σε παιδιά κάτω της ηλικίας 15, ή άτομα με ειδικές ανάγκες.

- Μην χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν σε εξωτερικούς χώρους, κοντά σε νερό, ενώ είναι υγρό ή σε περιοχές του

υψηλή υγρασία, συμπεριλαμβανομένων των ακραίων μεταβολών της θερμοκρασίας.

- Μην εισάγετε ποτέ αντικείμενα σε οποιαδήποτε ανοίγματα αυτού του προϊόντος. Αν ένα αντικείμενο

πρέπει να πέσει μέσα, να κλείσει το ρεύμα, να αποσυνδέσει το καλώδιο τροφοδοσίας από το

πρίζα και ανακτήστε το προσεκτικά.

- Μην τοποθετείτε ποτέ υγρά οποιουδήποτε τύπου απευθείας πάνω στη μονάδα εκτός από το

δίσκος αξεσουάρ ή θήκες για μπουκάλια. Συνιστώνται δοχεία με καπάκι.

- Φοράτε παπούτσια με σόλες από καουτσούκ ή υψηλή πρόσφυση. Μη χρησιμοποιείτε παπούτσια με

τακούνια, δερμάτινες σόλες, σχαράκια ή καρφιά. Βεβαιωθείτε ότι δεν έχουν ενσωματωθεί πέτρες

στα πέλματα. Μην χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν σε γυμνά πόδια. Κρατήστε όλα τα φαρδιά ρούχα,

κορδόνια και πετσέτες μακριά από κινούμενα μέρη.

- Μην πιάνετε το χέρι μέσα ή κάτω από τη μονάδα και μην την ανατρέπετε στο πλάι κατά τη διάρκεια

λειτουργία.

- Χρησιμοποιήστε σωστή εργονομική τοποθέτηση ενώ τρέχετε σε διάδρομο.

- Μην αφήνετε ζώα πάνω ή κοντά στον εξοπλισμό κατά τη λειτουργία.

- Χρησιμοποιήστε τις πλευρικές χειρολισθήρες όποτε απαιτείται πρόσθετη σταθερότητα. Σε περίπτωση

έκτακτης ανάγκης, όπως σκοντάφτισμα, οι πλαϊνές χειρολισθήρες πρέπει να πιαστούν και ο χρήστης θα πρέπει να τοποθετήσει τα πόδια του/της στις πλαϊνές πλατφόρμες. Το

μπροστινό

Το τιμόνι πρέπει να χρησιμοποιείται για να πιάσει τους αισθητήρες καρδιακών παλμών ή για να ξεκουραστεί

το χέρι κατά τη λειτουργία των πλήκτρων ζώνης δραστηριότητας, αλλά όχι για σταθερότητα,

έκτακτης ανάγκης ή συνεχούς χρήσης.

- Μην υπερβαίνετε το μέγιστο βάρος χρήστη των 198 λίβρες (90 κιλά).

- Μην το χρησιμοποιείτε εάν έχετε κρυολόγημα ή πυρετό.

- Όταν χρησιμοποιείτε αυτό το μηχάνημα γυμναστικής, πρέπει πάντα να τηρούνται οι βασικές προφυλάξεις

ακολουθήσε.

- Χρησιμοποιήστε αυτόν τον εξοπλισμό μόνο για την προβλεπόμενη χρήση του, όπως περιγράφεται σε αυτό

εγχειρίδιο.

- Επιτρέψτε μόνο σε εκπαιδευμένο προσωπικό να επισκευάζει αυτόν τον εξοπλισμό.

- Τα παιδιά δεν πρέπει να παίζουν με τη συσκευή.

- Ο καθαρισμός και η συντήρηση από τον χρήστη δεν πρέπει να γίνονται από παιδιά χωρίς εποπτεία.

Είναι αποκλειστική ευθύνη του ιδιοκτήτη/διαχειριστή να διασφαλίζει την τακτική και πραγματοποιείται προγραμματισμένη συντήρηση.

Για να αποφύγετε τραυματισμό, σταθείτε στις πλαϊνές ράγες πριν ξεκινήσετε τον διάδρομο.

Αποφύγετε την έξοδο από το διάδρομο ενώ αφήνετε τον ιμάντα πέλματος σε κίνηση.

Ποτέ μην περπατάτε ή κάνετε τζόκινγκ προς τα πίσω στον διάδρομο.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΕΙΩΣΗΣ:

Αυτό το προϊόν πρέπει να είναι γειωμένο, σε περίπτωση δυσλειτουργίας ή βλάβης,

Η γείωση παρέχει μια διαδρομή ελάχιστης αντίστασης για το ηλεκτρικό ρεύμα προς μειώστε τον κίνδυνο ηλεκτροπληξίας. Αυτό το προϊόν είναι εξοπλισμένο με καλώδιο

με εξοπλισμό-αγωγό γείωσης και βύσμα γείωσης. ο

Το βύσμα πρέπει να είναι συνδεδεμένο σε κατάλληλη πρίζα που έχει εγκατασταθεί σωστά και γειώνεται σύμφωνα με όλους τους τοπικούς κώδικες και διατάξεις.

ΚΙΝΔΥΝΟΣ:

Μπορεί να προκληθεί ακατάλληλη σύνδεση του αγωγού εξοπλισμού-γείωσης

σε κίνδυνο ηλεκτροπληξίας.

Επικοινωνήστε με έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο ή τεχνικό εάν έχετε αμφιβολίες εάν το προϊόν είναι σωστά γειωμένο. Μην τροποποιείτε το βύσμα παρέχεται με το προϊόν. Εάν δεν ταιριάζει στην πρίζα, έχετε μια κατάλληλη πρίζα εγκατεστημένη από εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο.

Μην αφαιρείτε το κάλυμμα του κινητήρα, διαφορετικά υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού λόγω ηλεκτρικού ρεύματος αποπληξία.

Αυτό το μοντέλο προορίζεται για χρήση σε ονομαστικό κύκλωμα 110 V και διαθέτει γείωση βύσμα. Συγυρεύομαι

το προϊόν είναι συνδεδεμένο σε μια πρίζα που έχει την ίδια διαμόρφωση όπως η πρίζα. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται προσαρμογέας με αυτό το προϊόν

## **ΠΑΡΑΜΕΤΡΟΙ & ΠΑΚΕΤΟ**

### **ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ**

Παράμετροι

OXI. Όνομα παραμέτρου Περιγραφή

1 Τάση εισόδου AC110V/60Hz

2 Ισχύς 0,6HP

Εύρος 3 ταχυτήτων 0,5-4 mph

4 Μέγιστο βάρος χρήστη 198LBS

5 Μέγεθος ιμάντα τρεξίματος 400X1000mm

6 Β.Δ/Γ.Π 58,42/50,5LBS

7 Λειτουργίες Περπάτημα/Τζόκινγκ

Περιεχόμενα συσκευασίας

OXI. Όνομα Ποσότητα

1 Βάση 1 Τμ

2 Ανταλλακτικά 1 Σετ

ΟΔΗΓΟΣ ΠΙΝΑΚΑΣ ΟΘΟΝΗΣ

Ψηφιακή οθόνη LED (Ένδειξη πλήκτρων όπως φαίνεται παραπάνω)

1.! ΧΡΟΝΟΣ

2.! ΑΠΟΣΤΑΣΗ

3.! ΤΑΧΥΤΗΤΑ

4.! ΘΕΡΜΙΔΕΣ

Λειτουργίες: Χειροκίνητη & Αυτόματη

Χειροκίνητη λειτουργία: Ρυθμιζόμενη ταχύτητα και χρόνος

Αυτόματη λειτουργία: 12 προκαθορισμένα προγράμματα

Παράμετρος

1.! Τάση: 110V/60HZ

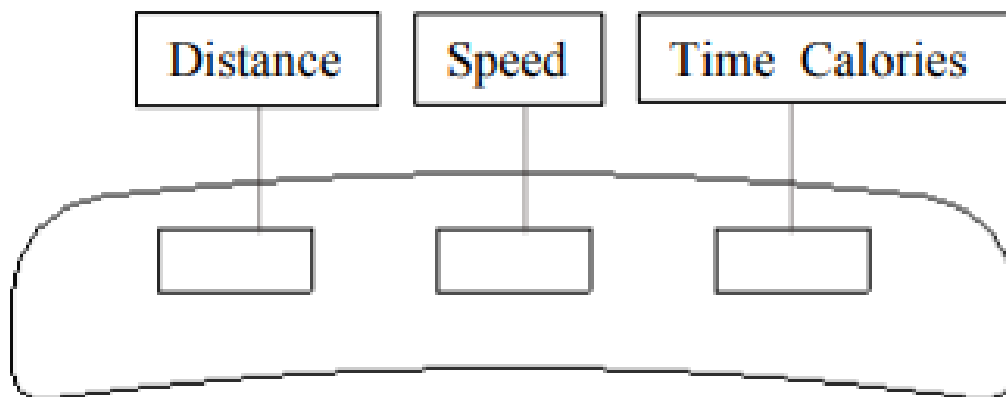
2.! Ελάχιστη ταχύτητα: 0,5 mph

3.! Μέγιστη Ταχύτητα: 4 mph

4.! Μέγιστος χρόνος προπόνησης ανά χρήση: 99 λεπτά

5.! Μέγιστη καύση θερμίδων ανά χρήση: 999 θερμίδες

Θερμίδες χρόνου ταχύτητας απόστασης



### ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

#### Λάδωμα

Ο ιμάντας κίνησης πρέπει να λιπαίνεται με το εξειδικευμένο λιπαντικό σιλικόνης μετά από ορισμένο χρονικό διάστημα. Η λίπανση βοηθά στη διατήρηση της καλής λειτουργίας του μηχανήματος κατάσταση λειτουργίας.

Προτεινόμενος χρόνος λίπανσης

Κάθε 5 μήνες - εάν ο χρόνος προπόνησης είναι μικρότερος από 3 ώρες την εβδομάδα

Κάθε 2 μήνες - εάν ο χρόνος προπόνησης είναι μεταξύ 4-7 ωρών την εβδομάδα

Κάθε μήνα - εάν ο χρόνος προπόνησης είναι περισσότερο από 7 ώρες την εβδομάδα

#### Μέθοδοι Λίπανσης

Για να ελέγξετε αν ο διάδρομός σας χρειάζεται λίπανση, μπορείτε να γυρίσετε το τρέξιμο βάλτε τη ζώνη και νιώστε αν το υλικό είναι στεγνό ή όχι. Εάν αισθάνεστε ξηρότητα ζώνη τρεξίματος, τότε σημαίνει ότι ο διάδρομός σας χρειάζεται λίπανση.

Πώς να λιπάνετε (δείτε την παρακάτω εικόνα)

Αποσυνδέστε τον διάδρομο από την πρίζα. Σηκώστε τη ζώνη κίνησης από τη βάση και, στη συνέχεια, βάλτε τη

λιπαντικό σιλικόνης κάτω από τον ιμάντα λειτουργίας και εφαρμόστε το λιπαντικό στον ιμάντα, όπως

καθώς και στις δύο πλευρές του πλαισίου του διαδρόμου. Στη συνέχεια, αφήστε τον διάδρομο να λειτουργήσει μόνος του στη χαμηλότερη ταχύτητα για 5 λεπτά για να βεβαιωθείτε ότι το λιπαντικό διανέμεται σε όλο το πλαίσιο.

Ο ιμάντας τρεξίματος χαλαρώνει ή γλιστράει

Κάθε διάδρομος έχει το σετ ελαστικής τάσης, αλλά μετά θα χαλαρώσει

χρησιμοποιώντας το για ένα χρονικό διάστημα. Εάν η ζώνη χαλαρώσει ή γλιστρήσει μπρος-πίσω, εσείς

μπορεί να γυρίσει τις βίδες ρύθμισης στο πίσω άκρο. Προσπαθήστε να τα γυρίσετε δεξιόστροφα κατά το 1/4

κύκλος (90 μοίρες) για να ρυθμίσετε τον ιμάντα λειτουργίας (επαναλάβετε εάν χρειάζεται).

Αλλά μην το σφίξετε πολύ, διαφορετικά θα υπερφορτώσει τον κινητήρα και θα τον προκαλέσει

δυσλειτουργία.

Ο ιμάντας τρεξίματος αποκλίνει (τρέχει στα πλάγια)

Ο ιμάντας τρεξίματος μπορεί να ξεφύγει από το κέντρο λόγω των βημάτων του ποδιού του χρήστη ή του ανώμαλου δαπέδου. Αν το

υπάρχει απόκλιση, μπορείτε να το ρυθμίσετε με κλειδί Allen 6 mm για να ρυθμίσετε το βίδες στο πίσω άκρο.

Εάν η ζώνη αποκλίνει προς τα δεξιά, τότε πρέπει να ρυθμίσετε τη ζώνη προς τα αριστερά για να τη στερεώσετε

το. (Αντίστροφα, ρυθμίστε τη ζώνη προς τα δεξιά εάν αποκλίνει προς τα αριστερά.)

Αρχικά, αφήστε τον διάδρομο να λειτουργεί μόνος του στη χαμηλότερη ταχύτητα χρησιμοποιήστε το κλειδί άλεν για να στρίψετε προς τα δεξιά ή προς την αριστερή βίδα δεξιόστροφα

(εξαρτάται από ποια πλευρά παρεκκλίνει, 1-3 κύκλοι για να ξεκινήσετε). Αφού βλέπεις ο ιμάντας τρέχει πίσω στο κέντρο, προσαρμόστε τις βίδες και στις δύο πλευρές στο λεπτό συντονίστε την ευθυγράμμιση ρυθμίζοντας το 1/4 του κύκλου (90 μοίρες), έως ότου ο ιμάντας λειτουργεί το κέντρο.

Προσοχή: Μην σφίξετε πολύ τον ιμάντα, γιατί θα υπερφορτώσει τον κινητήρα και προκαλώντας τη δυσλειτουργία του. Εάν η ζώνη δεν τρέχει από το κέντρο. Μπορείτε να στρίψετε

Και οι δύο βίδες αριστερόστροφα για να χαλαρώσετε τη ζώνη αν είναι πολύ σφιχτή. Γυρίστε τα

δεξιόστροφα εάν η ζώνη ολισθαίνει ή χαλαρώνει.