

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ

KETTLE

ΚΩΠΗΛΑΤΙΚΟ

KADETT
(κωδ. 7977-900)



Παρόμοια Απεικόνιση

 **A. LEOS** S.A.
ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΕΛΛΑΔΑΣ & ΚΥΠΡΟΥ

Μελετήστε προσεκτικά αυτές τις οδηγίες, πριν την συναρμολόγηση και χρήση του μηχανήματος. Οι οδηγίες αυτές, περιέχουν σημαντικές πληροφορίες για την ασφάλειά σας και για την χρήση και συντήρησή του. Κρατήστε αυτές τις οδηγίες σε ασφαλές μέρος για την δική σας πληροφόρηση, για συντήρηση και για την παραγγελία ανταλλακτικών.

Οι οδηγίες έχουν ενημερωτικό χαρακτήρα και δεν υποκαθιστούν τις εξατομικευμένες υποδείξεις των ειδικών. Διατηρούμε το δικαίωμα αλλαγών. Για οποιαδήποτε επιπλέον πληροφορία, είμαστε στη διάθεσή σας.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

- Η κωπηλατική πρέπει να χρησιμοποιείται μόνον για το σκοπό για τον οποίο προορίζεται, όπως για παράδειγμα, για τη σωματική άσκηση ενηλίκων ατόμων.
- Οποιαδήποτε άλλη χρήση του οργάνου ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ και μπορεί να είναι ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΗ. Σε καμία περίπτωση ο κατασκευαστής δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνος για ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ βλάβη ή τραυματισμό προκλήθηκε από την μη σωστή (εσφαλμένη) χρήση του οργάνου.
- Γυμνάζεστε με ένα όργανο που έχει σχεδιασθεί σύμφωνα με τα τελευταία επιστημονικά στάνταρ που αφορούν τις προδιαγραφές ασφαλείας. Οποιαδήποτε χαρακτηριστικά θα μπορούσαν να προκαλέσουν προβλήματα, έχουν αποφευχθεί ή έχουν γίνει όσο ασφαλή μπορούσαν να γίνουν.
- Λανθασμένες επισκευές και δομικές μετατροπές (για παράδειγμα αφαίρεση ή αντικατάσταση των αρχικών ανταλλακτικών) μπορεί να εμπεριέχουν κίνδυνο για την ασφάλεια του χρήστη.
- Χαλασμένα τμήματα μπορεί να θέσουν σε κίνδυνο την ασφάλειά σας ή να μειώσουν το προσδοκώμενο όριο «ζωής» του οργάνου. Για αυτόν τον λόγο, θα πρέπει τα φθαρμένα ή χαλασμένα ανταλλακτικά να ΑΝΤΙΚΑΘΙΣΤΩΝΤΑΙ ΑΜΕΣΩΣ και το όργανο να τίθεται εκτός λειτουργίας μέχρι να επισκευαστεί. Χρησιμοποιείτε μόνο γνήσια ανταλλακτικά της KETTLER.
- Για οποιαδήποτε απορία επικοινωνήστε με τον προμηθευτή σας.
- Εάν χρησιμοποιείτε συχνά το όργανο γυμναστικής, πρέπει κάθε 1-2 μήνες να ελέγχετε διεξοδικά όλα τα τμήματά του. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο σφίξιμο των βιδών και των παξιμαδιών.
- Ενημερώστε τα άτομα που χρησιμοποιούν το όργανο (ιδιαίτερα τα παιδιά) για τους πιθανούς κινδύνους που μπορεί να προκύψουν από τη χρήση.
- ΠΡΙΝ ξεκινήσετε το πρόγραμμα άσκησής σας, συμβουλευθείτε τον προσωπικό σας γιατρό, για να σιγουρευτείτε ότι βρίσκεστε σε καλή φυσική κατάσταση για την χρήση του. Διαμορφώστε και βασίστε το πρόγραμμα γυμναστικής σας στις οδηγίες και συμβουλές που σας έδωσε ο γιατρός σας. Ο ΛΑΝΘΑΣΜΕΝΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ μπορεί να βλάψει την υγεία σας.
- Οποιαδήποτε ανάμιξη με μέρη του προϊόντος που δεν περιγράφονται στο βιβλίο οδηγιών μπορεί να προκαλέσει καταστροφή, ή να θέσει σε κίνδυνο το άτομο που χρησιμοποιεί το όργανο. Εκτενέστερες επισκευές θα πρέπει να γίνονται από το service της KETTLER ή από εξειδικευμένο προσωπικό που έχει εκπαιδευτεί από την KETTLER.
- Για να είστε σίγουροι πως το επίπεδο ασφαλείας παραμένει υψηλό, σύμφωνα με τα πρότυπα της κατασκευής του, πρέπει να κάνετε τακτικό service στο προϊόν (1 φορά το χρόνο) από ειδικούς τεχνικούς.

ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΟΣ

- Όταν επιλέγετε μέρος για την τοποθέτηση του οργάνου βεβαιωθείτε ότι το πάτωμα μπορεί να αντέξει μεγάλο βάρος / φορτίο.
- ΠΡΙΝ την χρησιμοποίηση του οργάνου για την προσωπική σας άσκηση, κάντε προσεκτικό έλεγχο για να βεβαιωθείτε ότι έχει συναρμολογηθεί σωστά.
- Κατά τη διάρκεια της άσκησης βεβαιωθείτε ότι τα τμήματα ασφαλείας είναι τοποθετημένα σωστά και δε θα χαλαρώσουν. Πριν την χρήση, να ελέγχετε πάντα τις βίδες και τις συνδέσεις με τις φίστες καθώς και τις αντίστοιχες συσκευές ασφαλείας για το εάν εφαρμόζουν κανονικά.

- Μην στήσετε το όργανο σε δωμάτια που χρησιμοποιούνται πολύ συχνά ή κοντά σε πόρτες, εισόδους κλπ.
- Η επιφάνεια πάνω στην οποία θα στηθεί το όργανο πρέπει να είναι σταθερή και ίσια. Τοποθετήστε λαστιχένιο ή ψάθινο πατάκι κάτω από το όργανο, για να ελαττώσετε οποιοδήποτε θόρυβο ή πρόσκρουση.
- Το όργανο έχει σχεδιασθεί για χρησιμοποίηση από ενήλικες και για αυτό ΔΕΝ θα πρέπει να επιτρέπετε σε παιδιά να παίζουν μαζί του. Τα παιδιά κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού τους συμπεριφέρονται απρόβλεπτα και μπορούν να συμβούν επικίνδυνες καταστάσεις, για τις οποίες ο κατασκευαστής ΔΕΝ μπορεί να θεωρηθεί, σε καμία περίπτωση, ως υπεύθυνος. Εάν, παρόλα αυτά, επιτρέψετε σε παιδιά να χρησιμοποιήσουν το όργανο, βεβαιωθείτε ότι έχουν διδαχθεί τη σωστή του χρήση και ότι ΕΠΙΒΛΕΠΟΝΤΑΙ κατάλληλα.
- Αν περάσει ένα μεγάλο διάστημα που δεν χρησιμοποιείτε την κωπηλατική τότε οι υδραυλικοί απορροφητές (μπουκάλες) μπορεί να μην έχουν την καλύτερη απόδοση από την πρώτη στιγμή. Γι' αυτό συνιστούμε να ενεργοποιήσετε τους απορροφητές με κινήσεις τρομπάριατος.
- Χρειάζονται μερικές σταγόνες ημίρρευστου λαδιού στους βραχίονες των υδραυλικών απορροφητών και των κωπηλατικών μοχλών. Προσέξτε να μην πέσει το λάδι στο πάτωμα.
- Για να λειτουργήσει σωστά πρέπει να έχει το λιγότερο 2,7 volts ρεύμα.
- Βεβαιωθείτε ότι κανένα κομμάτι του οργάνου δεν έρχεται σε επαφή με υγρά (ποτά, ιδρώτα κ.λ.π.). Αυτό μπορεί να προκαλέσει σκουριά.
- Πριν από τη χρήση ελέγξτε αν έχουν χρησιμοποιηθεί οι βίδες και οι συνδέσεις έχουν γίνει σωστά και αν είναι σωστά τα μέτρα ασφαλείας.
- Καθώς προπονήστε οι απορροφητές μπορεί να υπερθερμανθούν. Αποφύγετε την επαφή και μην τους αγγίξετε μετά από τη χρήση.

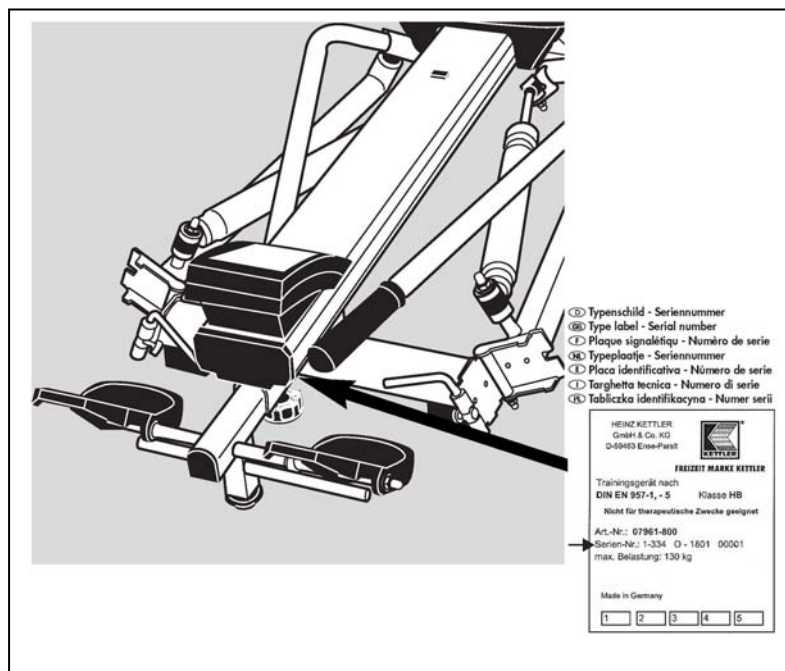
ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

- ΒΕΒΑΙΩΘΕΙΤΕ ότι έχετε παραλάβει όλα τα απαιτούμενα τεμάχια (βλέπε Λίστα Ελέγχου στο ξενόγλωσσο εγχειρίδιο) κι ότι δεν είναι κατεστραμμένα ή χαλασμένα. Εάν υπάρχει κάποιο πρόβλημα ή κάποιος λόγος παραπόνου, παρακαλούμε να έρθετε σε επαφή με τον αντιπρόσωπο της KETTLER.
- ΠΡΙΝ αρχίσετε τη συναρμολόγηση, μελετήστε προσεχτικά τα σχεδιαγράμματα. Τα υλικά σύνδεσης που απαιτούνται για κάθε μέρος της συναρμολόγησης, σας δείχνονται στο εσωτερικό σχεδιάγραμμα των εικόνων. Η σωστή σειρά σας δίνεται με κεφαλαία γράμματα.
- Παρακαλούμε να έχετε στο μυαλό σας ότι πάντα υπάρχει κίνδυνος τραυματισμού όταν δουλεύετε με εργαλεία ή κάνετε χειρονακτική δουλειά. Γι' αυτό τον λόγο να ήσαστε προσεκτικοί όταν συναρμολογείτε το όργανο.
- Πάντα να πετάτε το υλικό της συσκευασίας με τέτοιο τρόπο ώστε να μην είναι επικίνδυνο. Υπάρχει πάντα ο κίνδυνος πνιγμού των παιδιών από τις πλαστικές σακούλες.
- Το όργανο θα πρέπει να συναρμολογηθεί με τη δέουσα προσοχή από ένα ΕΝΗΛΙΚΟ ΑΤΟΜΟ. Εάν υπάρχει κάποια απορία συμβουλευτείτε και δεύτερο άτομο, με προτίμηση κάποιο το οποίο έχει τεχνικές γνώσεις.
- Τα συνδετικά υλικά που απαιτούνται για κάθε βήμα της συναρμολόγησης, σας υποδεικνύονται στο εσωτερικό σχεδιάγραμμα. Χρησιμοποιήστε τα συνδετικά υλικά όπως ακριβώς σας καθοδηγούμε βήμα προς βήμα. Τα απαιτούμενα εργαλεία τα έχετε προμηθευτεί μαζί με το ποδήλατο.
- Βιδώστε τα κομμάτια μαζί, χαλαρά στην αρχή, και στη συνέχεια κάντε έλεγχο εάν τα έχετε συναρμολογήσει σωστά. Σφίξτε τα παξιμάδια αντίστασης με το χέρι μέχρι να αισθανθείτε αντίσταση, μετά χρησιμοποιήστε γαλλικό κλειδί για το τελικό σφίξιμο των παξιμαδιών ενάντια στην αντίσταση (συσκευή κλειδώματος). Τέλος ελέγξτε εάν όλες οι βίδες είναι βιδωμένες σταθερά. **Προσοχή:** από την στιγμή που τα παξιμάδια αντίστασης έχουν ξεβιδωθεί δεν

λειτουργούν πλέον σωστά (η συσκευή κλειδώματος έχει καταστραφεί), και θα πρέπει να αντικατασταθούν.

- Για τεχνικούς λόγους, κρατάμε το δικαίωμα να εκτελούμε εμείς την προκαταρκτική εργασία συναρμολόγησης (όπως για παράδειγμα την πρόσθεση των κυλινδρικών ταπών).

ΛΙΣΤΑ ΤΩΝ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ



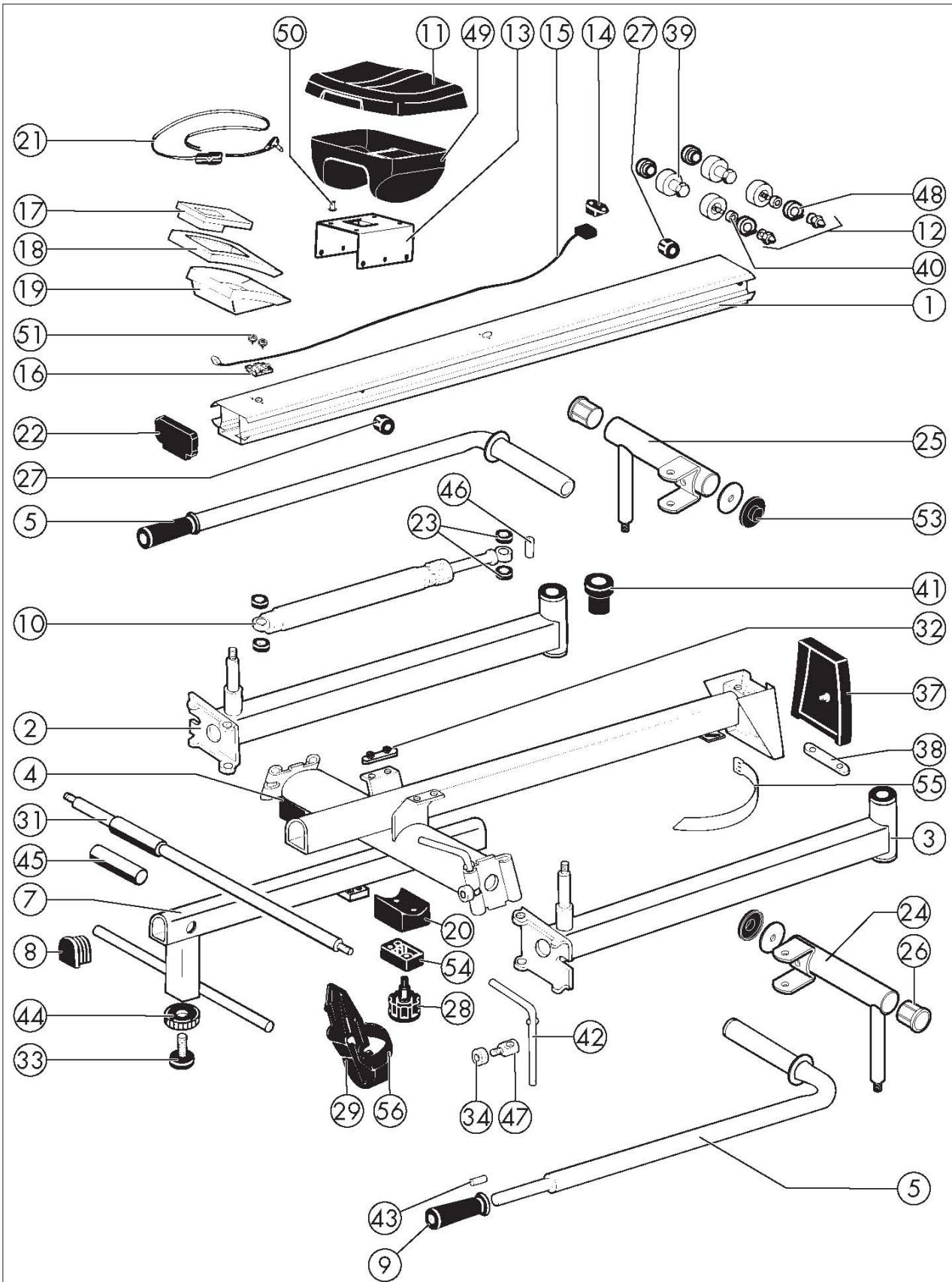
Όταν παραγγέλνετε ανταλλακτικά, να δίνετε πάντα τα πλήρη στοιχεία τους, όπως τον κωδικό του ανταλλακτικού, δηλαδή τα εισαγωγικά γράμματα και το νούμερο του, την ποσότητα που χρειάζεστε και το νούμερο ελέγχου που είναι γραμμένο από πίσω του. Παράδειγμα παραγγελίας: Art. No. 7977-900/ νούμερο ανταλλακτικού 33100100/2 τεμάχια / νούμερο ελέγχου επιθεώρησης

.....

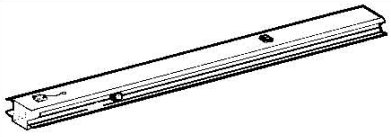
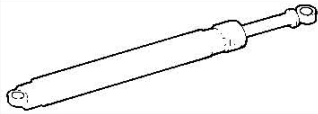
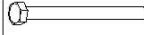
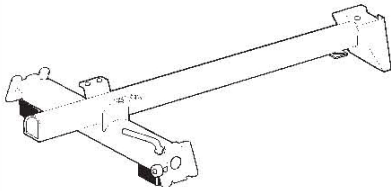


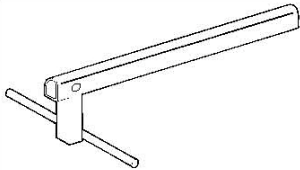

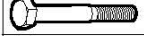
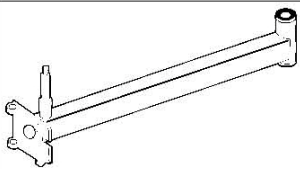


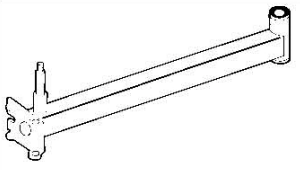


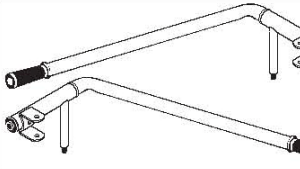


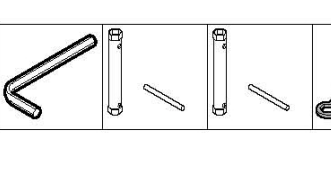


























ΛΙΣΤΑ ΤΩΝ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ

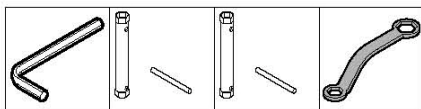
Rudergerät Kadett		07977-900	
Pos- Nr.	Bezeichnung	Stück	Bestell-Nr.
1	Tragbalken	1	91210369
2	Ausleger mit Lagerbuchsen (rechts)	1	91210372
3	Ausleger mit Lagerbuchsen (links)	1	91210371
4	Grundgestell	1	91210395
5	Griffrohr kpl. mit Handgriff	2	91210407
7	Stützschiene mit Stopfen für 35x41 mm	1	97100146
8	Stopfen für 35x41 mm	1	70113610
9	Handgriff mit Befestigungsmaterial	2	10118006
10	Hydraulikdämpfer mit Verschraubung (BITTE AUCH TYPENKENNZEICHNUNG ANGEBEN!)	2	67000034
11	Sitzpolster	1	72591160
12	Laufrolle für Rudersitz (BITTE ALS KPL-SATZ BESTELLEN)	4	94313784
13	Fahrwagen	1	91210358
14	Impulsgeber (Magnet)	1	67000146
15	Geschwindigkeitsaufnahme 1100 mm	1	67000144
16	Halterung für Cockpitbefestigung	1	67000289
17	Computer ST 2600-9	1	67000544
18	Cockpit-Oberteil (2398)	1	70132141
19	Cockpit-Unterteil (2399)	1	70132143
20	Bodenschoner	2	70132105
21	Pulsaufnehmer	1	67000450
22	Abdeckung (1754)	1	70132171
23	Lager (Dämpferbefestigung)	8	10121010
24	Lagerung mit Schnellbefestigung (links)	1	91210403
25	Lagerung mit Schnellbefestigung (rechts)	1	91210406
26	Führungsbuchse (3757)	4	70132179
27	Distanzröllchen ø20x6.4x10	2	10108032
28	Drehgriffschraube M16 m. Raststift	1	91170291
29	Fußbrett rechts/links	2	10119000
31	Achse (kpl. mit Muttern, Unterlegscheiben und Distanzröhrchen, montiert)	1	97200664
32	Halteblech	2	97200231
33	Höhenausgleichsschraube	1	91170092
34	Gewindebuchse M8 für Lagerfeststellung	2	97201598
36	Schraubenbeutel o. Abb.	1	91280056
37	Abschlusskappe für Standfuß (2402)	1	70132156
38	Bodenschoner für Rahmenabstützung	1	70132175
39	Bolzen M8x42mm	4	11300087
40	Hülse ø16x1.5x12.5	4	97200579
41	Lagerbuchse für Ausleger (2548)	4	70132115
42	Excenterbolzen	2	10900045
43	Distanzrohr ø9.8x1x25mm	2	97200440
44	Rändelmutter für Höhenausgleichsschraube	1	10121078
45	Distanzrohr ø16x1.2x63mm	2	97200580
46	Distanzrohr ø13x2.4x39.5mm	2	97200456
47	Scharnierlagerbolzen für Lagerfeststellung	2	10900073
48	Gleitbuchse (3476)	4	70132682
49	Rollsitzunterverkleidung (3588)	1	70132176
50	Spreizniete 6x9.6mm	4	10418503
51	MITTO-Plastikschraube 3x8	2	10224041
53	Abdeckkappe (1584)	2	70130860
54	Bodenschoner (2087)	2	70133075
55	Klettverschlussband	2	42108002
56	Gurtband mit Schnalle 40x548 mm	2	42108006

ΑΠΕΙΚΟΝΙΣΗ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ

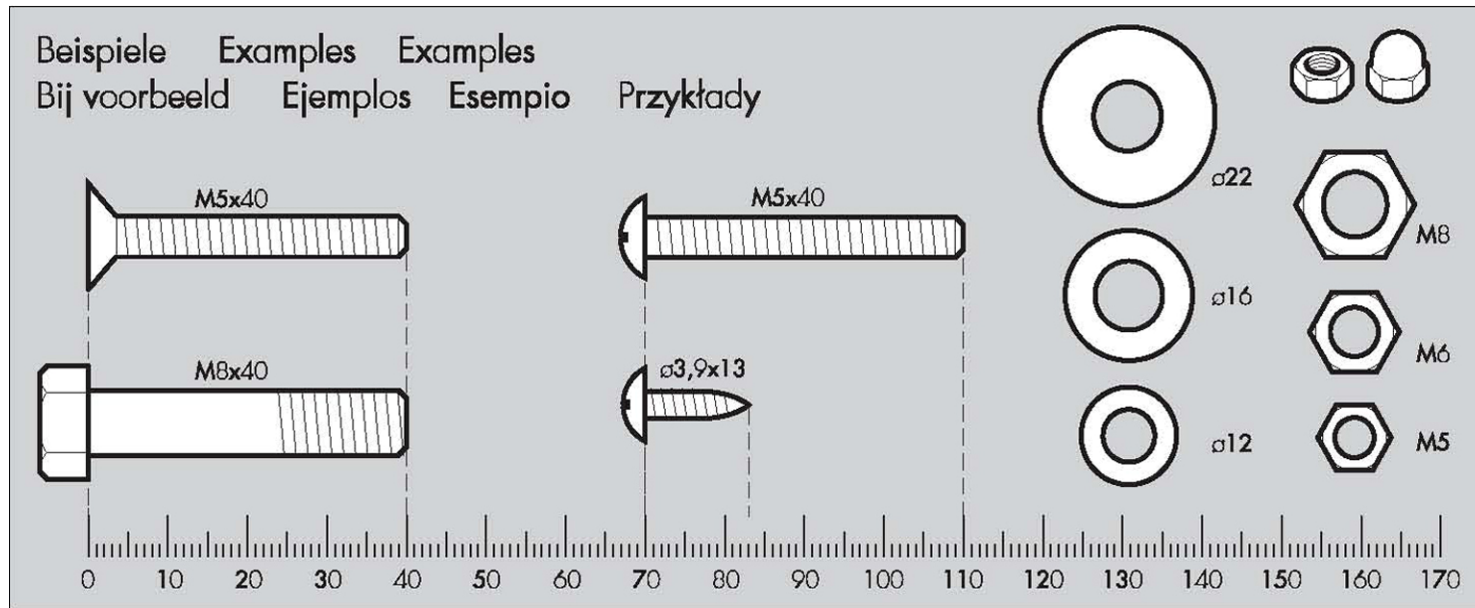


ΛΙΣΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ

	1	✓		2		1	
	1			1		2	
	1			1		2	
	1			1		2	
	1			1		1	
	1			2		4	
	1/1			1		2	
				1		2	
				1		8	
				2		2	
				2		1	
				1		1	
				1		10	
				2		2	
				2		6	
				1		4	
				1		2	
				1		8	
				1		1	

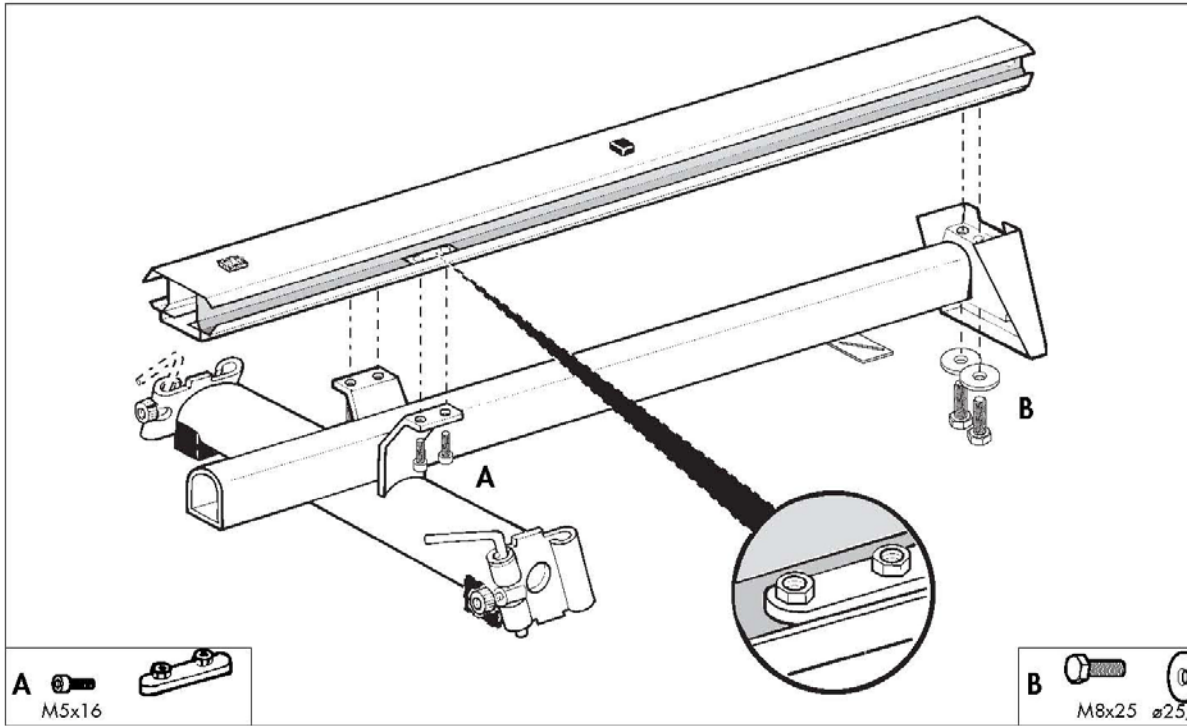


ΜΕΖΟΥΡΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΒΙΔΕΣ ΤΩΝ ΣΥΝΔΕΣΕΩΝ

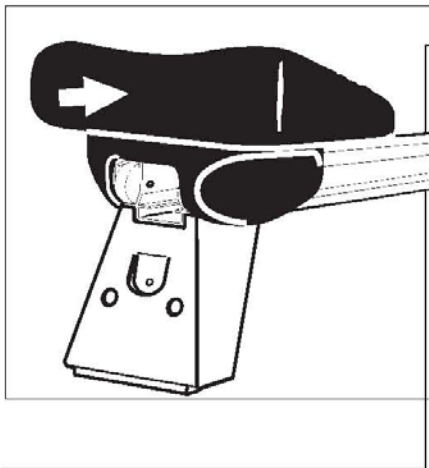


ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΟΣ

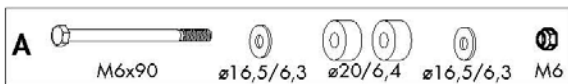
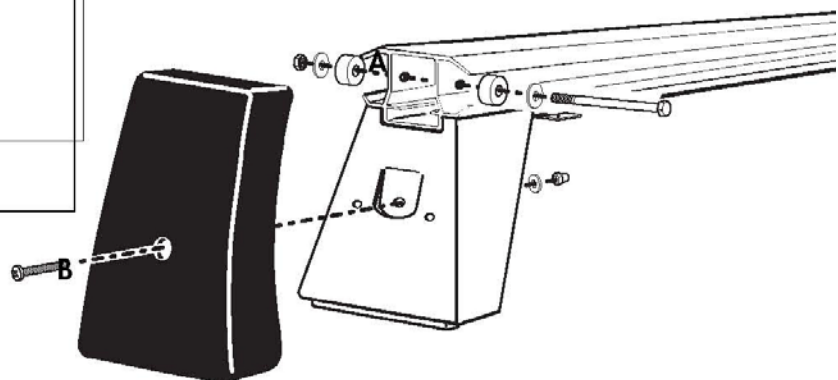
1



2

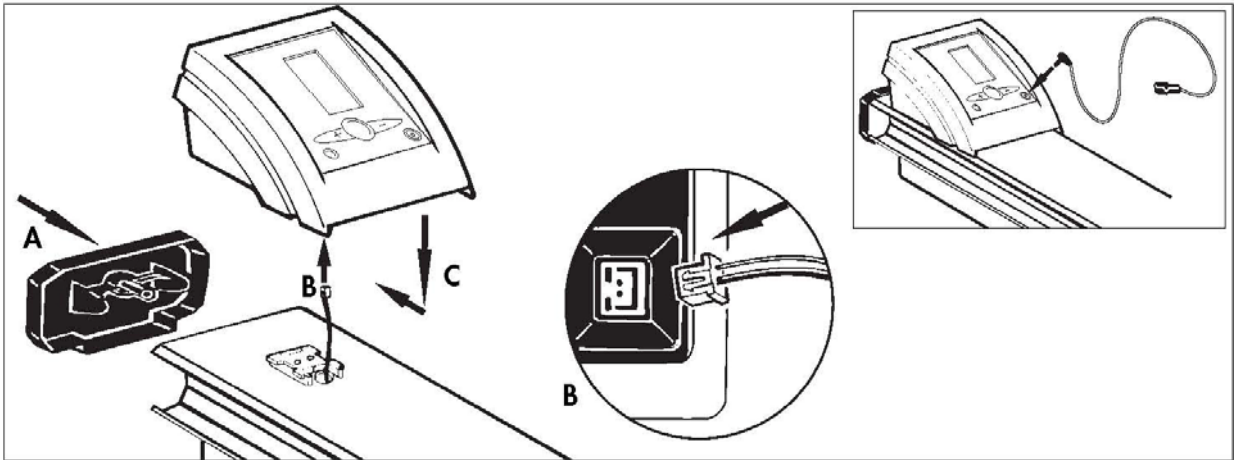


3

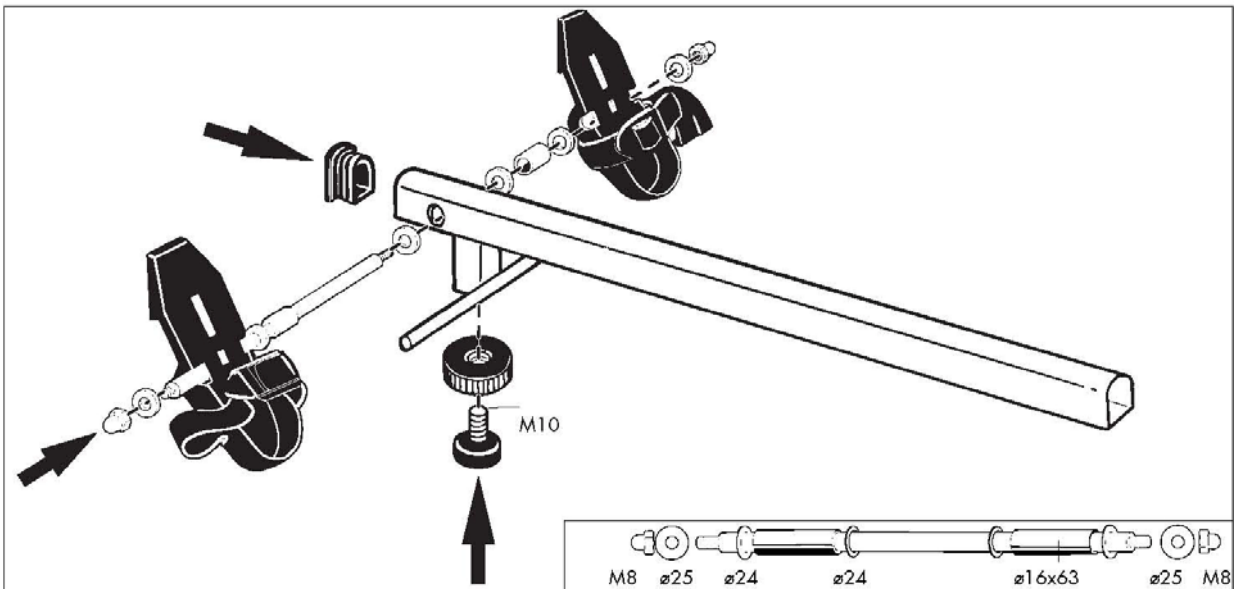


ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΟΣ

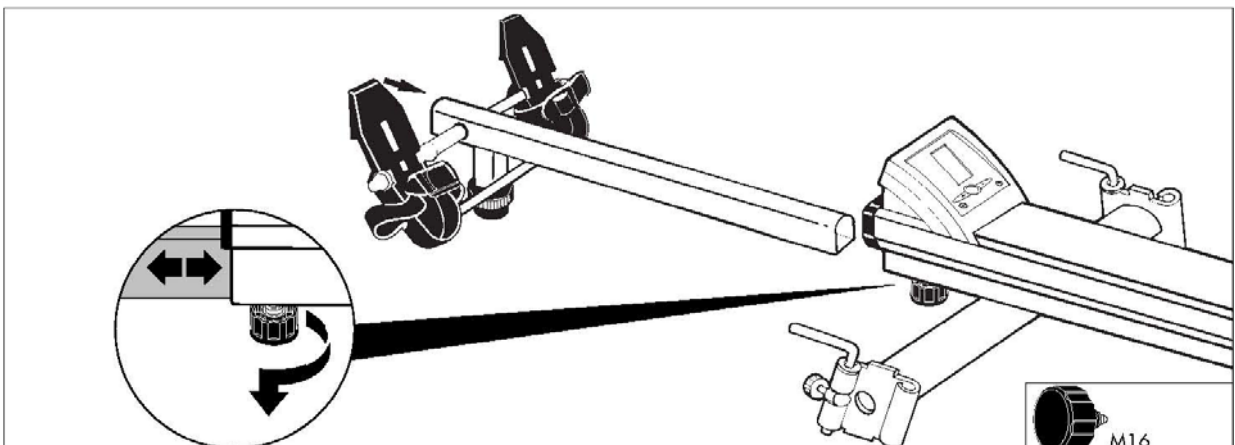
4



5

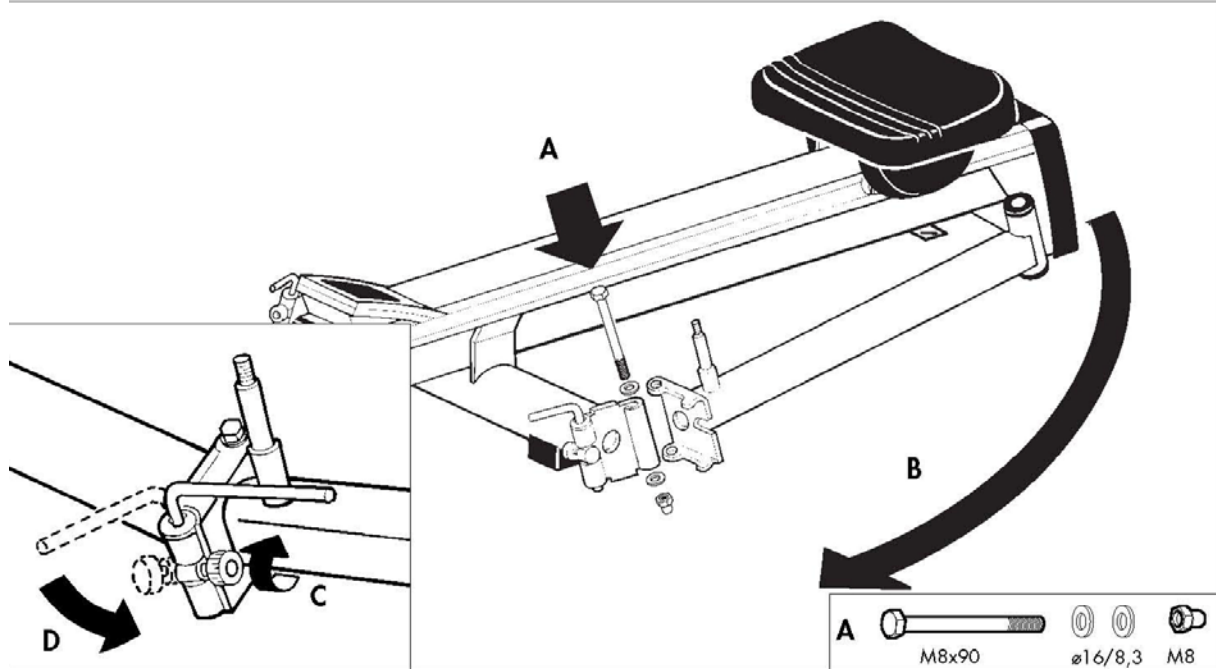


6

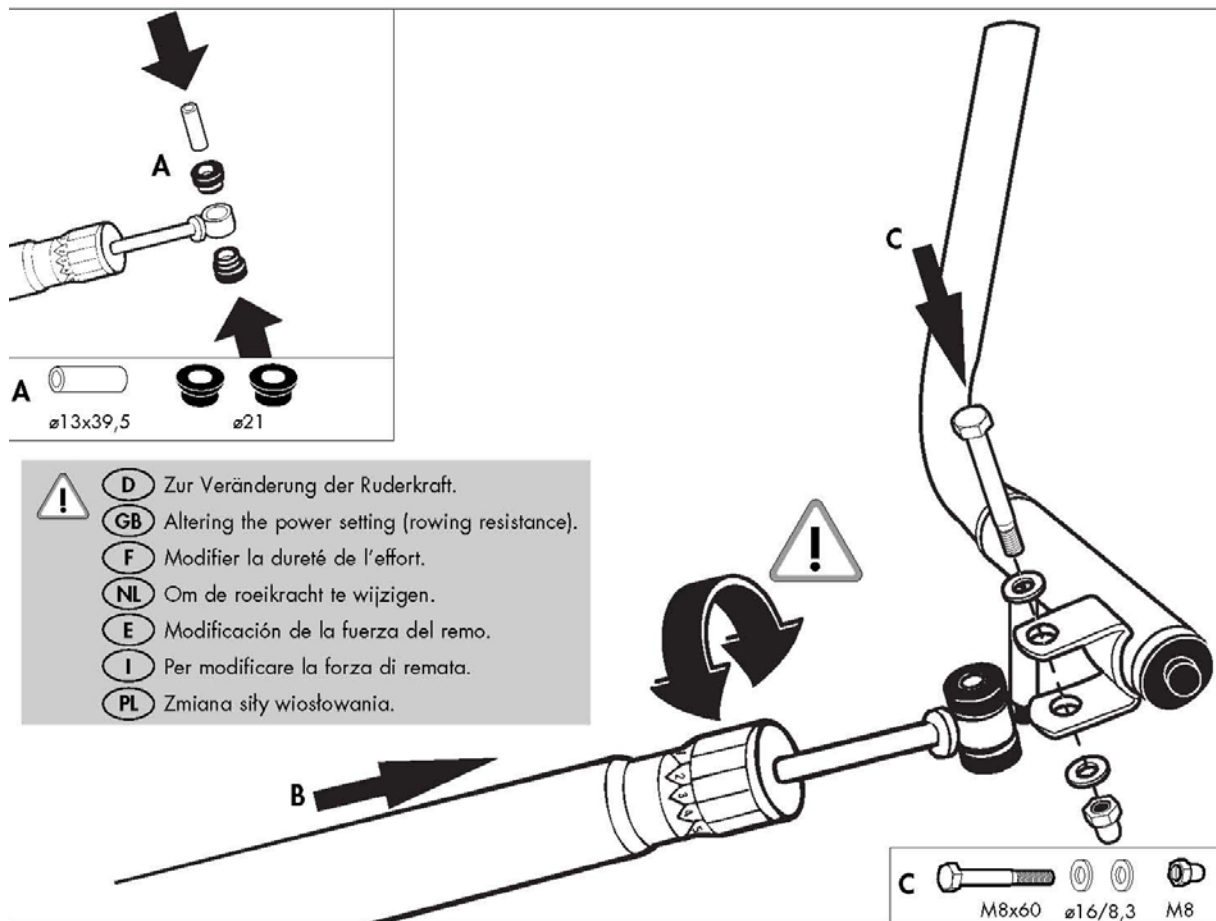


ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΟΣ

7



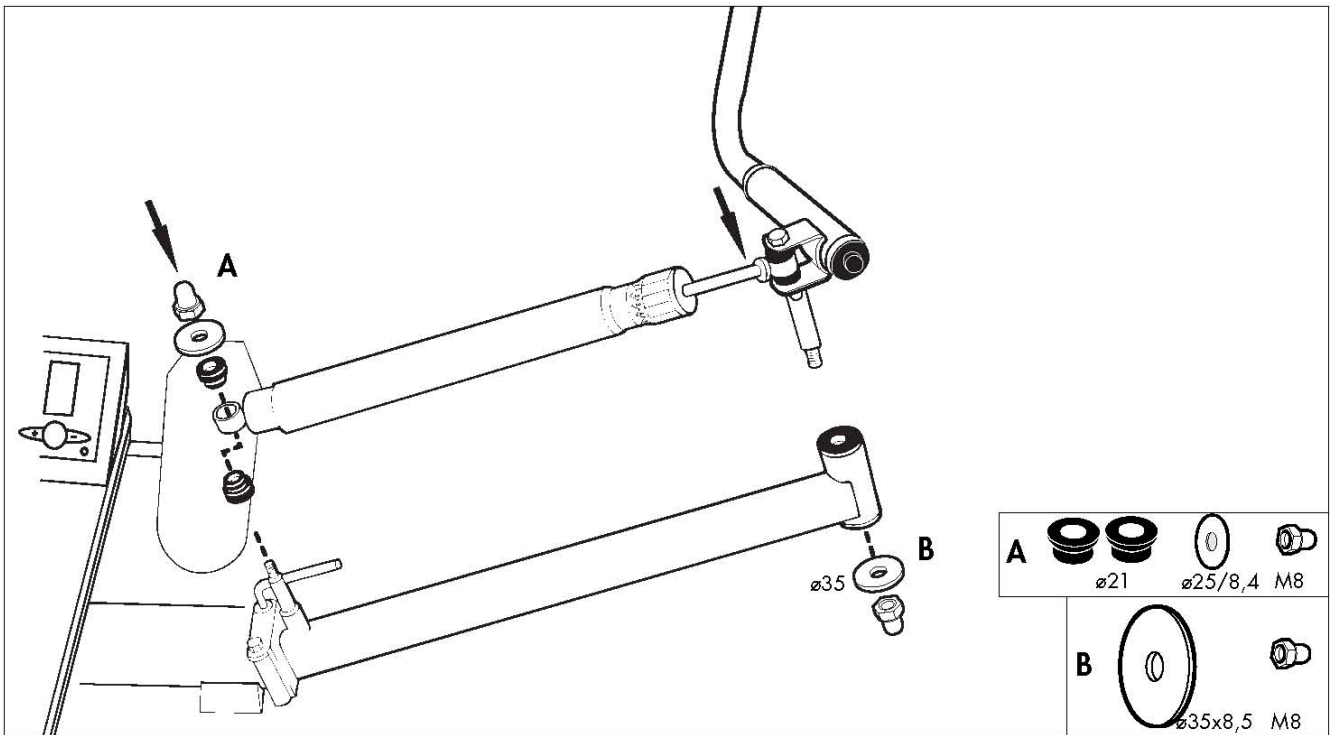
8



Ρύθμιση της κωπηλατικής αντίστασης

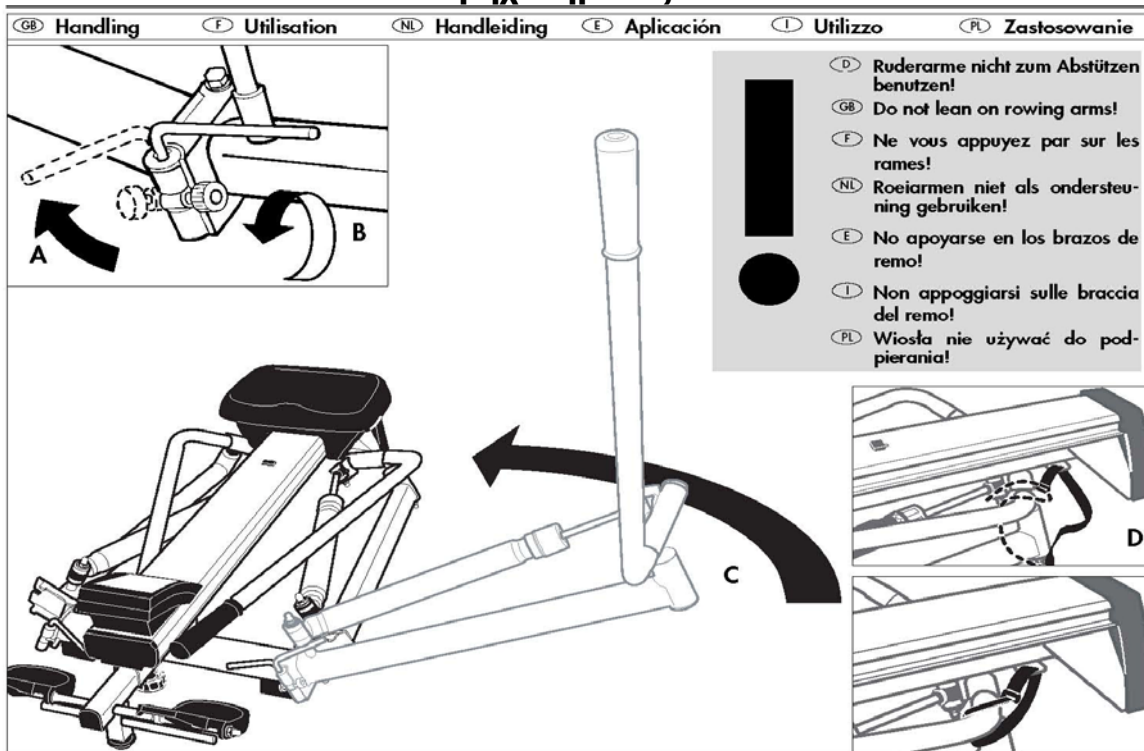
ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΟΣ

9

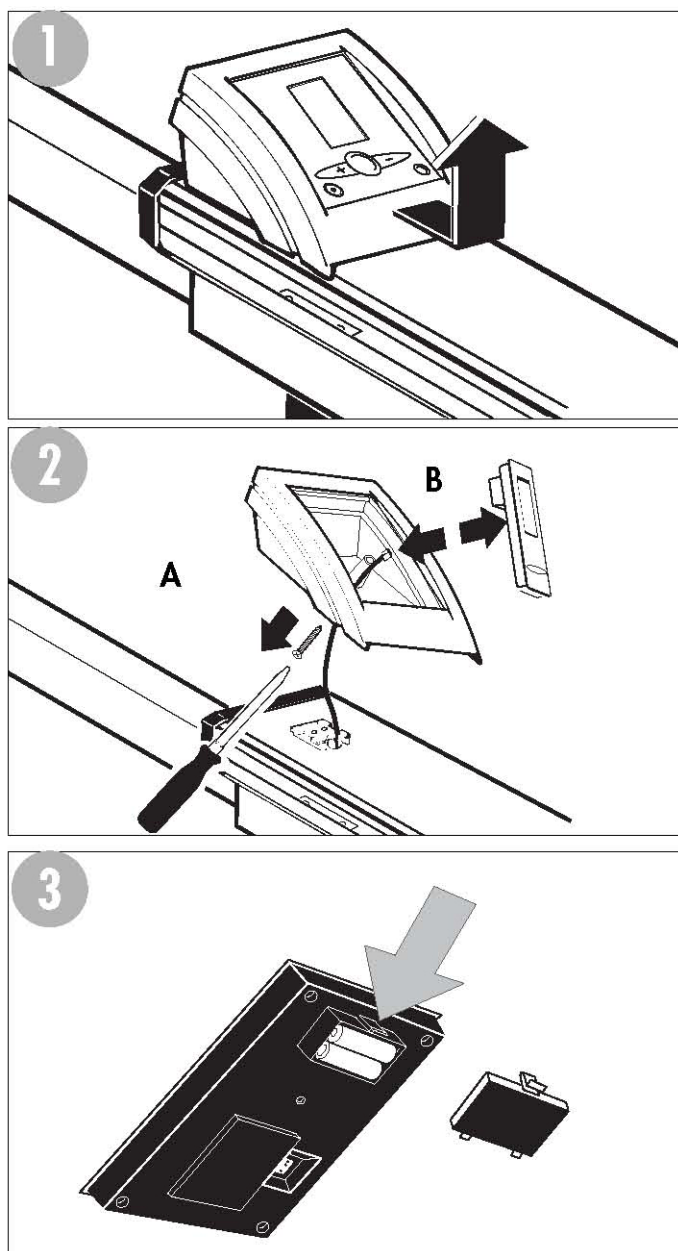


ΠΡΟΣΟΧΗ !

Μην ακουμπάτε με όλο το βάρος το σώμα σας επάνω στις χειρολαβές του μηχανήματος!!



ΑΛΛΑΓΗ ΤΗΣ ΜΠΑΤΑΡΙΑΣ



Μία αδύναμη ή εξαφάνιση ενδείξεων στο κομπιούτερ καθιστά την αλλαγή της μπαταρίας απαραίτητη .Το κομπιούτερ είναι εξοπλισμένο με δύο μπαταρίες .
Πραγματοποιήστε την αλλαγή της μπαταρίας συμφωνά με τις οδηγίες που δίνονται παρακάτω:

Μετακινήστε το καπάκι από την θήκη των μπαταριών και αντικαταστήστε τις μπαταρίες με δύο καινούργιες τύπου AA 1,5V

Όταν εισάγετε τις μπαταρίες δώστε προσοχή στην ονομασία της βάσης από την θήκη των μπαταριών.

Εάν υπάρχει οποιαδήποτε δυσλειτουργία μετά το άνοιγμα του κομπιούτερ , να αποσυνδέσετε σύντομα τις μπαταρίες και να τις επανεισάγετε

ΚΟΜΠΙΟΥΤΕΡ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

Σύμβολα:	
1. P	Εισαγωγή τιμών
2. SCAN	Ανίχνευση-Αυτόματη εναλλαγή στην οθόνη
3. ODOMETER	Ένδειξη συνολικών χλμ. που έχουν διανυθεί
15. KM	
4. FREQUENCY	Συχνότητα κωπηλατικών κινήσεων
5. TIME	Ένδειξη χρόνου προπόνησης
6. COUNTS	Αριθμός κωπηλατικών κινήσεων
7. KILOJoule	Ένδειξη κατανάλωσης ενέργειας
8. PULSE	Ένδειξη καρδιακού παλμού
12. Ηχητικό σήμα	Ηχητικό σήμα με βάση την συχνότητα των κωπηλατικών κινήσεων (tempo)
17. Καρδιά	Αναβοσβήνει με βάση τον καρδιακό παλμό

Τιμές:	
9. Μεγάλη οθόνη	Θερμοκρασία δωματίου [0-40°] Συνολικά χλμ. (odometer) [0-9999 χλμ.] Τιμή φυσικής αξιολόγησης [F1.0-F6.0]
10. Συχνότητα κωπηλατικών κινήσεων	0-99 κινήσεις/λεπτό
13. Χρόνος	0:00-99:59 [λεπτά:δευτερόλεπτα]
14. Κωπηλατικές κινήσεις	0.0-9999 χλμ.
16. Κατανάλωση ενέργειας	0-9999 [Kj]
16. Καρδιακός παλμός	50-199 [παλμοί/λεπτό]

Πλήκτρα:	
-	Μειώνει τις τιμές
SET	Πλήκτρο λειτουργιών
+	Αυξάνει τις τιμές
RECOVERY	Πλήκτρο λειτουργιών (προσδιορίζει τη λειτουργία της Αξιολόγησης Φυσικής κατάστασης)

ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ

1. Θερμοκρασία δωματίου
2. Όλες οι ενδείξεις
3. Σύνολο διανυθέντων χιλιομέτρων
4. Ορίζει την κατάσταση λειτουργίας

ΜΕΤΡΗΣΗ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ

Υπάρχει δυνατότητα μέτρησης καρδιακών παλμών με δύο τρόπους:

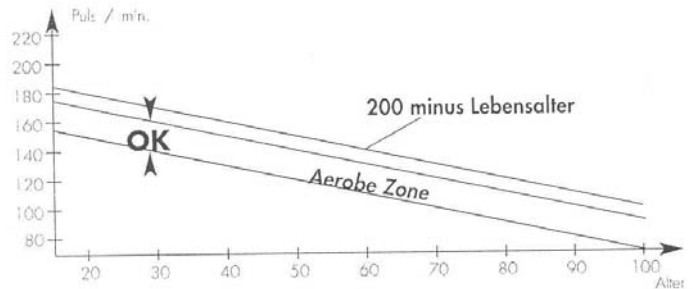
1. Με κλίπ αυτιού: Τοποθετήστε το βύσμα του κλίπ στην ειδική υποδοχή – Τρίψτε ελαφρά το λοβό του αυτιού σας για να υπάρχει καλύτερη κυκλοφορία του αίματος – Τοποθετήστε το κλίπ στο λοβό του αυτιού σας.
2. Μέσω του CARDIO PULSE SET (διαθέσιμο σαν αξεσουάρ): Ακολουθείστε τις οδηγίες που περιλαμβάνονται στο CARDIO PULSE SET.

ΕΝΔΕΙΞΗ ΚΑΡΔΙΑΚΟΥ ΠΑΛΜΟΥ

Το σύμβολο της καρδιάς (17) θα αναβοσβήνει ανάλογα με τον καρδιακό σας παλμό παράλληλα με την ένδειξη της μέτρησης.

ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ ΜΕ ΠΡΟΚΑΘΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΤΙΜΕΣ

Ο σωστός καρδιακός παλμός (ζώνη αερόβιας άσκησης) είναι ανάλογος της ηλικίας. Υπάρχει ένας –θεωρητικά– «σωστός» καρδιακός παλμός αεροβικής άσκησης για κάθε ηλικία (*κανόνας μέτρησης: 180 μείον την ηλικία σας*) το οποίο οριοθετείται από ένα ανώτατο κι ένα κατώτατο όριο καρδιακών παλμών (*+/- 10 παλμούς*). Ο παλμός του ασκούμενου κατά τη διάρκεια της άσκησης πρέπει να είναι πάντοτε εντός των ορίων της αερόβιας ζώνης. Δεν πρέπει να υπερβαίνετε τη μέγιστη καρδιακή συχνότητα (200 μείον την ηλικία σας). Τα υγιή άτομα πρέπει να προσανατολίζονται σύμφωνα με το παρακάτω διάγραμμα:



Ρυθμίζετε τη Συχνότητα κωπηλατικών κινήσεων (10), το Χρόνο (13), τις Θερμίδες (16), και το Όριο καρδιακού παλμού (18).

Πριν την έναρξη της προπόνησης και σε περίπτωση που αυτή διακοπεί εμφανίζεται το σύμβολο P στο επάνω αριστερό μέρος της οθόνης. Πιέζοντας το πλήκτρο Set, εισέρχεστε στην κατάσταση λειτουργιών και ρυθμίζεται τις τιμές με τα +/-.

Τα τμήματα που ρυθμίζετε αναβοσβήνουν στην οθόνη.

Εάν πιέσετε παρατεταμένα τα +/-, οι ενδείξεις θα αλλάζουν με γρήγορο ρυθμό.

Εάν πιέσετε τα +/- ταυτόχρονα, η τιμή μηδενίζεται. Πιέζοντας το πλήκτρο Set εισέρχεστε στην επόμενη προπόνηση με προκαθορισμένες τιμές.

ΟΘΟΝΗ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

Όταν αρχίζετε την άσκηση, η αυτόματη οθόνη αλλάζει και η SCAN αρχίζει με διαλείμματα των 5- δευτερολέπτων (το σύμβολο b στην οθόνη). Μπορείτε να τη σβήσετε πατώντας το πλήκτρο Set. Χρησιμοποιώντας τα πλήκτρα +/- μπορείτε να πάτε προς τα μπρος ή πίσω στην τελευταία. Εάν έχετε εισάγει τη συχνότητα των κωπηλατικών κινήσεων (e), ένας ήχος (bleep) ακούγεται με το σερ του ρυθμού, για να σας βοηθάει να διατηρείτε τη σωστή συχνότητα.

ΜΕΤΡΗΣΗ ΣΦΥΓΜΟΥ ΑΝΑΡΡΩΣΗΣ

Το κομπιούτερ προπόνησης είναι εφοδιασμένο με τη λειτουργία για τη μέτρηση του σφυγμού ανάρρωσης. Αυτό σας δίνει τη δυνατότητα να μετρήσετε το σφυγμό κατά την αποθεραπεία. Όταν ολοκληρώσετε την προπόνησή σας, πατήστε το πλήκτρο Recovery. Η πραγματική τιμή του σφυγμού θα ληφθεί κάτω από το Time (1). Το κομπιούτερ μετράει το σφυγμό σας μέσα σε ένα χρονικό διάστημα 59 δευτερολέπτων, αντίστροφα. Ακολουθώντας μετά, ο πραγματικός σφυγμός γίνεται δεκτός κάτω από το Stokes (2). Κάτω από τα Kilojoule (3), θα εμφανιστεί η διαφορά του σφυγμού που έχει υπολογιστεί στην αντίστροφη μέτρηση και το fitness mark (F). Εάν η μέτρηση του παλμού διακοπεί, θα εμφανιστεί αντί αυτού η τιμή (P). Εάν πατήσετε τώρα το πλήκτρο Recovery, η αρχική οθόνη προπόνησης θα εμφανιστεί τώρα. Ο πραγματικός σφυγμός εμφανίζεται πάντα κάτω από το Pulse (5).

ΓΕΝΙΚΕΣ ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

Υπολογισμός του συνολικού αριθμού χιλιομέτρων

1 κίνηση κωπηλασίας ισοδυναμεί με απόσταση 5 μέτρων.

Υπολογισμός kilojoules

Ιατρικά, η κατανάλωση ενέργειας που παράγεται από την κωπηλασία υπολογίζεται ως εξής: 1 ώρα κωπηλασίας με συχνότητα 40 κινήσεις ανά λεπτό οδηγεί σε κατανάλωση της τάξης των 2930 kJ (περίπου 700 θερμίδες).

1 χιλιόμετρο έχει σαν αποτέλεσμα την κατανάλωση 244 kilojoules (περίπου 58 θερμίδες).

Ο υπολογισμός βασίζεται σε μέτρια επιβάρυνση και αλλάζει μόνο αν αλλάξει η συχνότητα της κωπηλασίας.

Υπολογισμός fitness mark / αξιολόγηση φυσικής κατάστασης

Το κομπιούτερ υπολογίζει και εκτιμά την διαφορά μεταξύ του ρυθμού του σφυγμού κατά τη διάρκεια της άσκησης και κατά την διάρκεια της ανάρρωσης και προσδιορίζει το επίπεδο φυσικής κατάστασης με βάση τον τύπο: $(F)=6-[10 \times (P1-P2)/P1]^2$

Όπου P1 = σφυγμοί κατά τη διάρκεια της άσκησης (επιβάρυνση), P2 = σφυγμοί κατά τη διάρκεια της αποθεραπείας (ξεκούρασης), Mark 1= πολύ καλά Mark 6= όχι ικανοποιητικά.

Η σύγκριση του ρυθμού σφυγμού κατά τη διάρκεια της άσκησης και του ρυθμού σφυγμού κατά τη διάρκεια της μετέπειτα ανάρρωσης, είναι μια απλή μέθοδος για να εκτιμήσετε τη φυσική σας κατάσταση. Το fitness mark σας δίνει μία γενική εκτίμηση υπολογισμού της ικανότητας ανάρρωσης του σώματός σας μετά από άσκηση. Πριν πατήσετε το πλήκτρο RECOVERY για τον έλεγχο της φυσικής σας κατάστασης, σας συμβουλεύουμε να κάνετε κωπηλασία για τουλάχιστον 10 λεπτά μέσα στο «ασφαλές» για εσάς εύρος σφυγμών, κι αν είναι δυνατόν και για περισσότερο χρόνο. Η τακτική άσκηση θα βελτιώσει προοδευτικά το fitness mark.

Υπολογισμός του μέσου όρου τιμής

Για να γίνει δυνατός ο υπολογισμός του μέσου όρου της συχνότητας κίνησης και του ρυθμού του σφυγμού, λαμβάνονται υπόψη όλα τα τμήματα της προπόνησης μέχρι να ενεργοποιηθεί η λειτουργία "Reset" ή να εμφανισθεί ή οθόνη "Temperature".

Σημείωση στην μέτρηση του ρυθμού σφυγμού

Η μέτρηση του ρυθμού του σφυγμού αρχίζει όταν το σύμβολο της καρδιάς στην οθόνη αναβοσβήνει σε ίδιο χρόνο με τον κτύπο της καρδιάς σας.

Cardio Pulse Set / Σετ μέτρησης σφυγμών (παλμών)

Ακολουθήστε τις οδηγίες για τη χρήση του.

Παρεμβολή στην οθόνη ρυθμού σφυγμού

Κάντε έλεγχο στην ηλεκτρική τάση των μπαταριών για τα ηλεκτρικά και τη ζώνη στήθους.

Λανθασμένη λειτουργία του κομπιούτερ προπόνησης

Σημειώστε τον αριθμό των χιλιομέτρων. Εάν το κομπιούτερ συμπεριφέρεται λανθασμένα, αφαιρέστε τις μπαταρίες, κάντε έλεγχο, και κατόπιν κάντε αντικατάσταση των μπαταριών.

Όταν αλλάζετε μπαταρίες, ο συνολικός αριθμός των χιλιομέτρων διαγράφεται.

ΕΞΑΣΚΗΣΗ ΜΕ ΤΟ ΚΑΔΕΤΤ ΤΗΣ KETTLER

Η κωπηλατική μηχανή ΚΑΔΕΤΤ της KETTLER σας δίνει όλα τα αποτελέσματα της πραγματικής κωπηλασίας, χωρίς την κούραση «να πάτε μέχρι τη θάλασσα» και χωρίς τα προβλήματα της κωπηλασίας μέσα στο νερό.

Ο ιδιαίτερος τρόπος κατασκευής του μοντέλου ΚΑΔΕΤΤ σας επιτρέπει να εκτελέσετε μια κυκλική κωπηλατική κίνηση που μοιάζει πολύ με την κωπηλασία στο νερό. Η κωπηλασία είναι ένα σπορ

που βελτιώνει όχι μόνο την κατάσταση του καρδιαγγειακού συστήματος αλλά επίσης βελτιώνει τη μυϊκή αντοχή και τη δύναμή σας.

Τα παρακάτω σημεία θα πρέπει να τύχουν της ιδιαίτερης προσοχής σας πριν την έναρξη μιας σειράς προπόνησης.

Σημαντικό

Πριν ξεκινήσετε μία σειρά προπονήσεων, επισκεφτείτε τον οικογενειακό σας γιατρό για να ελέγξετε εάν είστε ικανοί από πλευρά υγείας για να εξασκηθείτε με το ΚΑΔΕΤΤ. Τα αποτελέσματα αυτού το ιατρικού ελέγχου θα πρέπει να χρησιμοποιηθούν ως βάση για το σχεδιασμό του προσωπικού σας προγράμματος άσκησης. Οι παρακάτω οδηγίες άσκησης προτείνονται αποκλειστικά και μόνο σε υγιή άτομα.

ΤΑ ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑΣ

Όπως επισημάναμε και παραπάνω, η κωπηλασία είναι ένας εξαιρετικός τρόπος για την αύξηση της ικανότητάς του καρδιαγγειακού συστήματος.

Επίσης, η κωπηλασία βελτιώνει την ικανότητα πρόσληψης οξυγόνου.

Επιπρόσθετα η κωπηλασία ταιριάζει σε όλους όσους επιθυμούν το κάψιμο λίπους από τα αποθέματα σωματικού λίπους (με τη μορφή των λιπαρών οξέων) τα οποία μετατρέπονται σε ενέργεια.

Ένα ακόμα σημαντικό πλεονέκτημα της κωπηλασίας είναι ότι δυναμώνει όλες τις σημαντικές ομάδες μυών του σώματος – για παράδειγμα η ενδυνάμωση των μυών της πλάτης και των ώμων θεωρείται ιδιαίτερα ευεργετική από ορθοπεδική άποψη.

Η ενδυνάμωση των μυών της πλάτης (ραχιαίων) μπορεί να βοηθήσει στην πρόληψη κι αποφυγή σημαντικών ορθοπεδικών προβλημάτων, τα οποία, στην εποχή μας, είναι συχνό φαινόμενο (π.χ. πόνοι στην μέση).

Η τακτική εκγύμναση με το ΚΑΔΕΤΤ της KETTLER είναι για αυτούς τους λόγους ένας περιεκτικός και αποδοτικός τρόπος άσκησης.

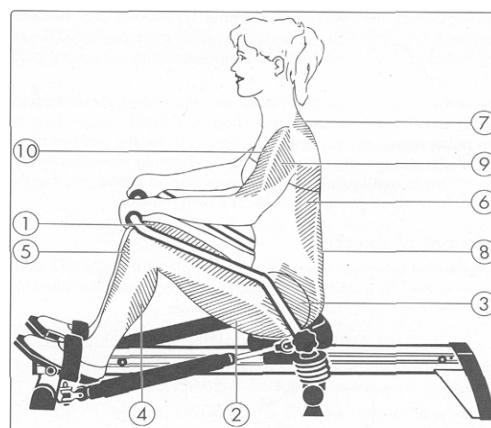
Βελτιώνει την αντοχή και το επίπεδο της μυϊκής δύναμης και ταυτόχρονα δεν ασκεί ιδιαίτερη ένταση και κραδασμούς πάνω στις αρθρώσεις.

ΠΟΙΟΙ ΜΥΣ ΓΥΜΝΑΖΟΝΤΑΙ

Οι κινήσεις της κωπηλασίας κινητοποιούν όλους σχεδόν του βασικούς μύες του μυϊκού συστήματος.

Παρά αυτό το γεγονός, η κωπηλατική κίνηση είναι περισσότερο επικεντρωμένη σε κάποιους μύς από ό,τι σε άλλους. Αυτές τις μυϊκές ομάδες, πάνω στις οποίες βασικά επικεντρώνεται η μυϊκή επίδραση της κωπηλασίας, απεικονίζονται στην παρακάτω εικόνα.

Όπως μπορείτε να δείτε στην απεικόνιση, η κωπηλατική δραστηριότητα ενεργοποιεί το άνω και το κάτω τμήμα του σώματος στην ίδια έκταση. Στα πόδια, η κωπηλατική κίνηση ενεργοποιεί τους εκτεινόμενους μύς όπως ο τετρακέφαλος (1), τους καμπτήρες μύς όπως ο δικέφαλος μηριαίος (2) και τους μύς των κνημών όπως ο γαστροκνημιαίος (5, 4). Η κίνηση των γοφών ενεργοποιεί επίσης τους γλουτιαίους μύς (3). Στην περιοχή του κορμού, η κωπηλασία δραστηριοποιεί πρωταρχικά το πλατύ ραχιαίο και των δύο πλευρών (6) και τους ορθωτήρες μύες της πλάτης (8). Επίσης, ενεργοποιεί τον τραπεζοειδή (7), τους δελτοειδείς (9) και τους μύες των χεριών (10)-ειδικά τους καμπτήρες όπως το δικέφαλο βραχιόνιο.



ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΚΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΣΚΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑ

Θεμέλιος λίθος και βάση για τον προγραμματισμό της πορείας της άσκησής σας θα πρέπει να είναι η πραγματική σας φυσική κατάσταση.

Ο οικογενειακός σας ιατρός μπορεί να σας υποβάλλει σε κάποιο ειδικό τεστ κοπώσεως για να καθορίσει το επίπεδο της φυσικής σας κατάστασης.

Τα αποτελέσματα αυτού του τεστ θα πρέπει να χρησιμοποιηθούν για το σχεδιασμό του προγράμματος προπόνησής σας. Εάν δεν κάνετε το τεστ κοπώσεως θα πρέπει να αποφύγετε με κάθε τρόπο την υπερβολική ένταση στην άσκηση. Η παρακάτω αρχή είναι αναγκαία να εφαρμόζεται πάντα στο προπονητικό σας σχεδιασμό: στην προπόνηση αντοχής θα πρέπει να ελέγχετε την έκταση (διάρκεια) της προσπάθειας όπως επίσης και το επίπεδο και την ένταση της προσπάθειας που καταβάλλετε.

ΕΝΤΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Η ένταση της προσπάθειας στην κωπηλασία μπορεί να προσδιοριστεί και να καθοριστεί από την πραγματική σας φυσική κατάσταση. Ο μέγιστος καρδιακός σας παλμός ανά λεπτό (κατά λεπτό καρδιακή συχνότητα) ισοδυναμεί (βρίσκεται) αφαιρώντας από τον αριθμό 200 την ηλικία σας σε χρόνια. Αυτός ο μέγιστος καρδιακός ρυθμός δεν θα πρέπει να ξεπεραστεί ΠΟΤΕ κατά τη διάρκεια της άσκησής σας. Ο άριστος (optimum) καρδιακός ρυθμός ανά λεπτό δίνεται από την εξίσωση: 180 – ηλικία. Αυτό σημαίνει για παράδειγμα ότι ένας 50άχρονος θα πρέπει να κανονίζει έτσι ώστε η καρδιακή συχνότητα κατά την άσκησή του με σκοπό τη βελτίωση της αντοχής να κυμαίνεται γύρω στους 130 καρδιακούς παλμούς ανά λεπτό. Αυτός ο υπολογισμός χαιρεί της εκτίμησής και προτιμάται από πολλούς ειδικούς.

Η ένταση της κωπηλατικής άσκησης μπορεί να διαφοροποιηθεί είτε αλλάζοντας τον αριθμό επαναλήψεων ανά λεπτό, είτε με την αλλαγή της αντίστασης των «κουπιών».

Μπορείτε να προσαρμόσετε και να ρυθμίσετε τα 12 επίπεδα αντίστασης του κωπηλατικού μηχανήματος με την προσαρμογή των δακτυλίων της πίεσης λαδιού και των κυλίνδρων απορρόφησης κραδασμών.

Σαν αρχάριος επιλέξτε αρχικά χαμηλή ένταση όπου η συχνότητα της κίνησης θα πρέπει να είναι κάτω από 20 κωπηλατικές κινήσεις ανά λεπτό, με την αντίσταση των κυλίνδρων να είναι ρυθμισμένη στο χαμηλότερο επίπεδο. Για αυτό το λόγο οι αρχάριοι θα πρέπει να αποφεύγουν να ασκούνται με ταυτόχρονα μεγάλο ρυθμό (συχνότητα) κινήσεων και υψηλά επίπεδα αντίστασης. Ο καλύτερος ρυθμός κινήσεων και το επίπεδο αντίστασης θα πρέπει να προσδιορίζεται με βάση την καρδιακή συχνότητα η οποία καλό είναι να ελέγχεται τρεις φορές κατά τη διάρκεια κάθε τμήματος της προπόνησης. Πριν αρχίσετε ελέγξτε τον καρδιακό σας παλμό ξεκούραστος. Μετά από 10 λεπτά ελέγξτε τον καρδιακό σας παλμό προσπάθειας (ο οποίος θα πρέπει να βρίσκεται στην περιοχή του προτεινόμενου επιπέδου δηλαδή μέσα στην αερόβια ζώνη). Στο τέλος της άσκησης ελέγξτε τον καρδιακό παλμό αποκατάστασης. Αυτές οι τρεις τιμές μπορούν να καταχωρηθούν στο χαρτί ελέγχου. Η τακτική άσκηση θα δείξει γρήγορα μία ελάττωση (δηλαδή βελτίωση) στον καρδιακό παλμό κατά την ξεκούραση και την αποκατάσταση μετά την προπόνηση, όσο και στον καρδιακό παλμό κατά την προσπάθεια. Αυτό μπορείτε να το εκλάβετε ως σημάδι / ένδειξη για τα θετικά αποτελέσματα της προπόνησης αντοχής. Η καρδιά σας αρχίζει να χτυπά πιο αργά και οικονομικά κι έχει περισσότερο διαθέσιμο χρόνο για να προσλάβει αίμα, το οποίο κι αυτό έχει περισσότερο χρόνο στη διάθεσή του για κυκλοφορήσει από την καρδιά στους μυς.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ / ΕΚΤΑΣΗ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ

Ο όρος έκταση της άσκησης αναφέρεται στη διάρκεια των τμημάτων της άσκησης και στην συχνότητα των προπονήσεων ανά εβδομάδα. Οι ειδικοί θεωρούν ότι η παρακάτω έκταση άσκησης είναι ιδιαίτερος αποτελεσματική:

Προπονήσεις ανά εβδομάδα	Διάρκεια κάθε προπόνησης
Καθημερινά	10 λεπτά
2-3 φορές ανά εβδομάδα	20-30 λεπτά
1-2 φορές ανά εβδομάδα	30-60 λεπτά

Προπονήσεις διάρκειας 20-30 λεπτών ή 30-60 λεπτών δεν ταιριάζουν και δεν συνιστώνται στον αρχάριο κι αγύμναστο ασκούμενο. Ο αρχάριος θα πρέπει να αυξάνει τη διάρκεια της άσκησης του προοδευτικά, με τις πρώτες προπονήσεις του να κρατιούνται στην αρχή χαμηλές σε διάρκεια. Άσκηση χωρισμένη σε τμήματα είναι μία καλή παραλλαγή για κάποιον αρχάριο. Ένα τυπικό πρόγραμμα για έναν αρχάριο για τις πρώτες τέσσερις (4) εβδομάδες, θα μπορούσε να διαμορφωθεί όπως ακολούθως:

1 ^η – 2 ^η εβδομάδα	Διάρκεια τμημάτων άσκησης στην ίδια προπόνηση
Προπονήσεις ανά εβδομάδα: 3	3 λεπτά κωπηλασία
	1 λεπτό διάλειμμα
	3 λεπτά κωπηλασία
	1 λεπτό διάλειμμα
	3 λεπτά κωπηλασία
	1 λεπτό διάλειμμα
3 ^η – 4 ^η εβδομάδα	Διάρκεια τμημάτων άσκησης στην ίδια προπόνηση
Προπονήσεις ανά εβδομάδα: 4	5 λεπτά κωπηλασία
	1 λεπτό διάλειμμα
	5 λεπτά κωπηλασία

Μετά από το πρόγραμμα αυτών των τεσσάρων εβδομάδων, ο αρχάριος που το ακολούθησε μπορεί να αυξήσει τη διάρκεια των επιμέρους τμημάτων της προπόνησης ως και σε δέκα (10) λεπτά συνεχόμενης κωπηλασίας χωρίς διάλειμμα. Εάν σε κάποια επόμενα στάδια της προπόνησης προτιμηθούν οι τρεις (3) εβδομαδιαίες προπονήσεις των 20-30 λεπτών, θα πρέπει η προπόνηση να έχει συχνότητα ημέρα παρά ημέρα, δηλαδή να μεσολαβεί μία ημέρα ξεκούρασης ανάμεσα σε δύο διαδοχικές προπονήσεις.

ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Οι γυμναστικές ασκήσεις αποτελούν το ιδανικό συμπλήρωμα για την κωπηλασία. ΠΑΝΤΑ να ζεσταίνεστε (προθέρμανση) πριν αρχίσετε την κωπηλασία. Ενεργοποιήστε περισσότερο την κυκλοφορία του αίματος με λίγα λεπτά καλής κωπηλασίας (10-15 κινήσεις ανά λεπτό). Πριν αρχίσει το κυρίως πρόγραμμα κωπηλασίας, θα πρέπει να γίνονται διατατικές ασκήσεις (στρέτινγκ). Μία μορφή εύκολης κωπηλασίας θα πρέπει να γίνεται επίσης και στο τέλος κάθε προπόνησης (αποθεραπεία) κι επίσης ακόμα περισσότερες διατάσεις για να κλείσετε το πρόγραμμα άσκησης σας.

ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΚΩΠΗΛΑΣΙΑΣ

Φάση 1

Προσαρμόστε την απόσταση των στηριγμάτων ποδιών στο μήκος των ποδιών σας.
Στην αρχική στάση έναρξης, τοποθετήστε σωστά το σώμα σας κάμπτοντας τις αρθρώσεις των γονάτων και των ισχίων.
Οι κωπηλατικές λαβές είναι μπροστά, τοποθετημένες χαμηλά και τις πιάνετε από πάνω.
Το πάνω μέρος του κορμού σας είναι πολύ ελαφρά λυγισμένο προς τα μπρος.
Τα χέρια είναι ελαφρώς λυγισμένα.

Φάση 2

Αρχίστε να τεντώνετε τα πόδια σας.
Εξακολουθήστε να κρατάτε τις κωπηλατικές λαβές με ελαφρώς λυγισμένα χέρια και σηκώστε ες με κατεύθυνση τα γόνατά σας.
Κρατήστε την πλάτη σας ίσια.

Φάση 3

Τεντώστε σχεδόν τα πόδια και έλξτε τις λαβές κάτω από το στήθος προς το σώμα.
Λυγίστε ελαφρώς τα πάνω μέρος του σώματος προς τα πίσω.
Κρατήστε τα πόδια ίσια κι ελαφρώς λυγισμένα στο τέλος της κίνησης.

Φάση 4

Μόλις οι κωπηλατικές λαβές κατά την εμπρόσθια κίνηση βρεθούν πάνω από το επίπεδο των γονάτων τραβήξτε προς τα πάνω τα πόδια και κινήστε τα προς τα εμπρός στην αρχική θέση έναρξης,
Στη συνέχεια ξεκινήστε μία ακόμα επανάληψη κωπηλασίας.



KETTLE

ΕΓΓΥΗΣΗ

Η συσκευή που αγοράσατε έχει κατασκευαστεί για να σας προσφέρει απροβλημάτιστη λειτουργία για πολλά χρόνια. Όπως όμως κάθε συσκευή έτσι και η δική σας χρειάζεται μεγάλη προσοχή κατά τη διάρκεια της χρήσης και του χειρισμού της. Εάν της φερθείτε με τη δέουσα προσοχή, θα γίνει ο προσωπικός σας γυμναστής για μια ζωή.

Μεγάλη προσοχή απαιτείται:

- Στην ηλεκτρολογική εγκατάσταση που θα συνδεθεί (π.χ. για αποφυγή αυξομειώσεων τάσης),
- Σε υγρά που τυχόν βρέξουν το μηχάνημα,
- Σε αντικείμενα ή ακαθαρσίες που εισχωρήσουν στο μηχάνημα,
- Σε μετακινήσεις πάσης φύσεως.

ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η **A. ΛΕΟΣ A.E.** εγγυάται την καλή λειτουργία της συσκευής για το χρονικό διάστημα **36 μηνών**.

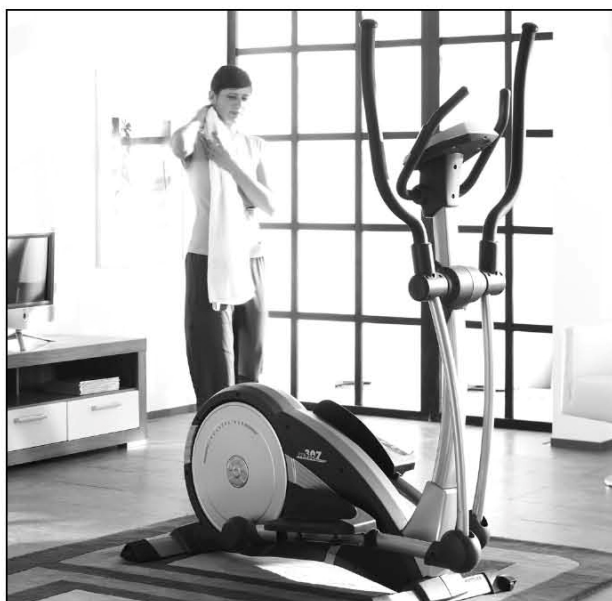
1. Η παρούσα εγγύηση ισχύει μόνο εφόσον συνοδεύεται από το νόμιμο παραστατικό αγοράς από εξουσιοδοτημένο κατάστημα (τιμολόγιο πώλησης ή δελτίο λιανικής πώλησης). Σας συνιστούμε το παραστατικό αγοράς να το φυλάξετε μαζί με τους όρους της εγγύησης. Η διάρκεια της εγγύησης δεν παρατείνεται για οποιονδήποτε λόγο.
2. Η εταιρεία αναλαμβάνει να επισκευάσει τη συσκευή δωρεάν σε περίπτωση βλάβης που οφείλεται αποκλειστικά σε κατασκευαστικό σφάλμα. Η εγγύηση καλύπτει το κόστος των ανταλλακτικών και την εργασία. Η αντικατάσταση ή όχι των ανταλλακτικών είναι στην κρίση των τεχνικών της εταιρείας. Αντικατάσταση συσκευής αποκλείεται.
3. Η συσκευή επισκευάζεται στο χώρο service της εταιρείας ή του εξουσιοδοτημένου αντιπροσώπου. Οποιαδήποτε έξοδα για επισκευή εκτός του χώρου αυτού επιβαρύνουν τον πελάτη. Επίσης, τα έξοδα μεταφοράς της συσκευής προς το χώρο service από το χώρο του πελάτη και το αντίστροφο επιβαρύνουν τον πελάτη.
4. Η αποκατάσταση κάθε βλάβης γίνεται σε εύλογο χρονικό διάστημα. Αποκλείεται κάθε είδους απαίτηση για αποζημίωση λόγω καθυστέρησης στην επισκευή βλάβης εξαιτίας ανώτερης βίας.
5. Η παρούσα εγγύηση **ΔΕΝ** καλύπτει τις εξής περιπτώσεις:
 - Όταν η συσκευή χρησιμοποιείται για επαγγελματική χρήση όπως σε γυμναστήρια, φυσικοθεραπευτήρια κλπ.
 - Όταν έχει γίνει προσπάθεια αποκατάστασης της βλάβης από άτομο μη εξουσιοδοτημένο για το σκοπό αυτό.
 - Όταν η βλάβη προέλθει από κακή συναρμολόγηση, χρήση και κακή ηλεκτρολογική εγκατάσταση π.χ. κομμένα καλώδια, κακή προσαρμογή εξαρτημάτων, αυξομειώσεις τάσεων στο δίκτυο της ΔΕΗ.
 - Εξαρτήματα που έχουν καταστραφεί από υπαιτιότητα του χρήστη όπως σπασμένα πλαστικά μέρη, φθαρμένος ιμάντας από μη σωστή ρύθμιση, λανθασμένη ή ελλιπή λίπανση, φθορές κατά την μετακίνηση του μηχανήματος.

A. ΛΕΟΣ A.E.

Τηλέφωνο Service Αντιπροσωπείας: 210-95 36 512

Έδρα αντιπροσωπείας & Service:

Ελευθερίου Βενιζέλου 16 – 176 76 Καλλιθέα, Αττική – info@leos.gr – www.kettler.gr



 **A. LEOS** S.A.

Τηλ. Service: 210-95 36 512
Ελ. Βενιζέλου 16 - 176 76, Καλλιθέα, Αττική
www.kettler.gr info@leos.gr