

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ

ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

everfit



WELLY M

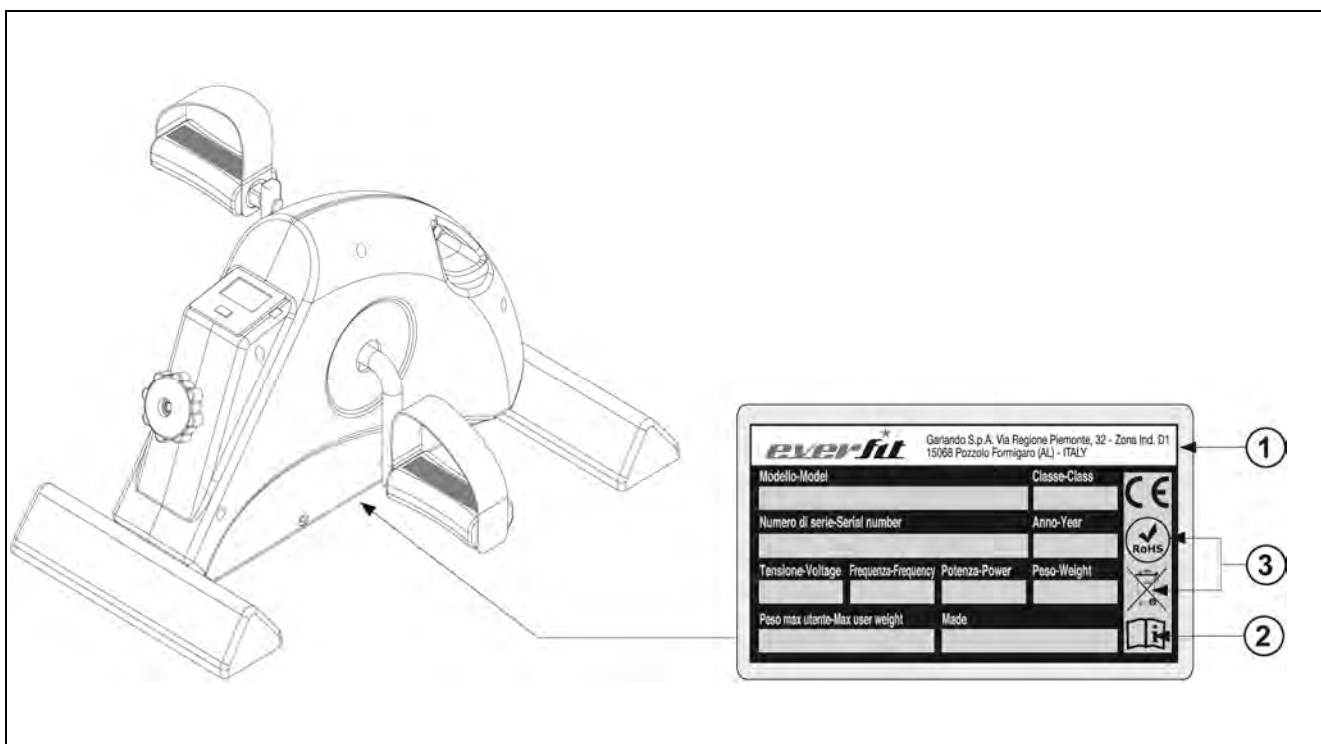
Για να γνωρίσετε το συγκεκριμένο προϊόν και για να το χρησιμοποιήσετε με ασφάλεια και χωρίς προβλήματα, παρακαλούμε όπως διαβάσετε προσεκτικά, εξολοκλήρου κι όχι αποσπασματικά, το παρών ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ.

 **Leos**
ATHLETICS • FITNESS • WELLNESS

Αυτοκόλλητες ετικέτες (πάνω στο προϊόν)

- 1) Στην ετικέτα της ταυτότητας του προϊόντος αναφέρονται τα στοιχεία του αντιπροσώπου, τα βασικά τεχνικά χαρακτηριστικά και ο σειριακός αριθμός.
- 2) Σύμβολο που υποδηλώνει την απαραίτητη ανάγνωση του εγχειριδίου χρήσης (manual) πριν γίνει οποιαδήποτε εργασία συναρμολόγησης ή συντήρησης του προϊόντος.
- 3) Σύμβολα συμμόρφωσης του προϊόντος στις κοινοτικές οδηγίες σε σχέση με τη χρήση επικίνδυνων ουσιών σε ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές.

Η ετικέτα ταυτότητας του προϊόντος δεν πρέπει να αφαιρεθεί, ο δε κωδικός του μοντέλου και ο σειριακός αριθμός πρέπει πάντοτε να δηλώνονται σε περίπτωση αναζήτησης ανταλλακτικών.



Τεχνικά χαρακτηριστικά

ΡΥΘΜΙΣΗ ΕΝΤΑΣΗΣ	χειροκίνητη ρύθμιση με λαβή
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΥΠΟΛΟΓΙΣΤΗ	χρόνος, απόσταση, θερμίδες, αριθμός στροφών πεντάλ, λειτουργία SCAN
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΕΝΤΑΛ	διπλής κατεύθυνσης (μπρος-πίσω)
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ (ΜΧΠΧΥ)	480x390x290 mm
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ (ΜΧΠΧΥ)	450x190x290 mm
ΚΑΘΑΡΟ ΒΑΡΟΣ	5 kg
ΜΙΚΤΟ ΒΑΡΟΣ	6 kg
ΠΡΟΣΘΕΤΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ	πεντάλ με εργονομική κατασκευή, χερούλι ανύψωσης
ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ	Οδηγία EMC (2004/108/CE) - Οδηγία Προϊόντων (2001/95/CE) - Οδηγία RoHS (2011/65/UE)
ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑ	1 αλκαλική μπαταρία (AAA)

Άνοιγμα συσκευασίας - περιεχόμενο

Η συσκευασία αποτελείται από ένα χάρτινο κιβώτιο κλεισμένο με μεταλλικούς συνδετήρες και ταινίες περιτύλιξης.

Όταν τοποθετείτε το κιβώτιο στο πάτωμα, ακολουθείτε την ένδειξη "Πάνω Μέρος" που είναι σημειωμένη με βέλος τυπωμένο στο χαρτόνι.

Για να ανοίξετε το κιβώτιο κόψτε τις ταινίες με ένα ψαλίδι και βγάλτε τους συνδετήρες με μία πένσα.



ΠΡΟΣΟΧΗ

Σας συστήνουμε να μη καταστρέψετε την συσκευασία και αν είναι δυνατόν να την φυλάξετε για την περίπτωση που θα χρειαστεί κάποια επισκευή ή αντικατάσταση κατά την διάρκεια της εγγύησης.



ΚΙΝΔΥΝΟΣ

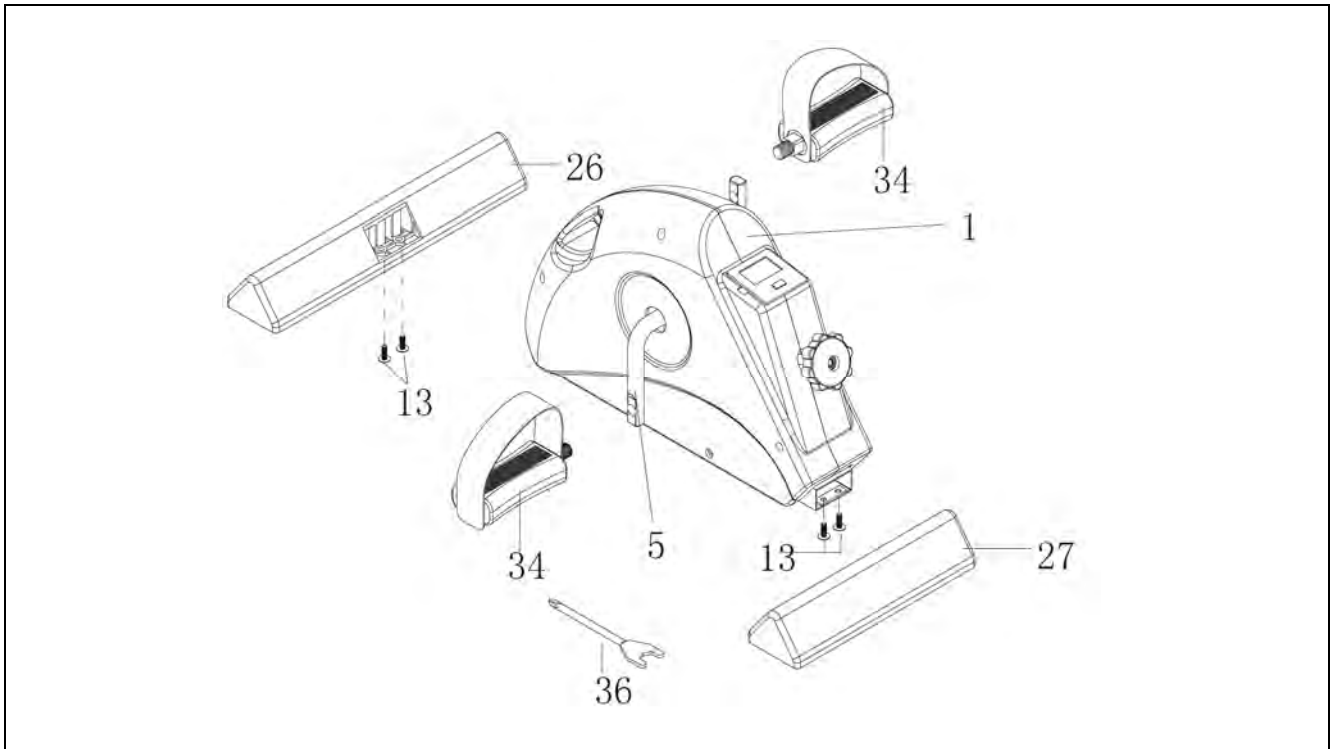
Η συσκευασία αποτελείται από ανακυκλώσιμα υλικά. Κατά την απόρριψη των στοιχείων της συσκευασίας σεβαστείτε την νομοθεσία της χώρας σας περί ανακυκλώσιμων υλικών.

Τα στοιχεία της συσκευασίας (χαρτόνι και σακούλες) δεν πρέπει να είναι προσβάσιμα στα παιδιά γιατί αποτελούν πιθανή πηγή κινδύνου.

Ταυτοποίηση στοιχείων συναρμολόγησης:

- | | | |
|------|-------------------------------------|----------|
| 1. | Κυρίως σώμα | (1 τμχ.) |
| 5. | Στρόφαλος μονοκόμματος | (1 τμχ.) |
| 13. | Βίδες σταυρωτές με στρογγυλό κεφάλι | (4 τμχ.) |
| 26. | Μπροστινό πόδι | (1 τμχ.) |
| 27. | Πίσω πόδι | (1 τμχ.) |
| 34R. | Δεξί πεντάλ | (1 τμχ.) |
| 34L. | Αριστερό πεντάλ | (1 τμχ.) |
| 36. | Κλειδί ανοιχτό με κατσαβίδι | (1 τμχ.) |

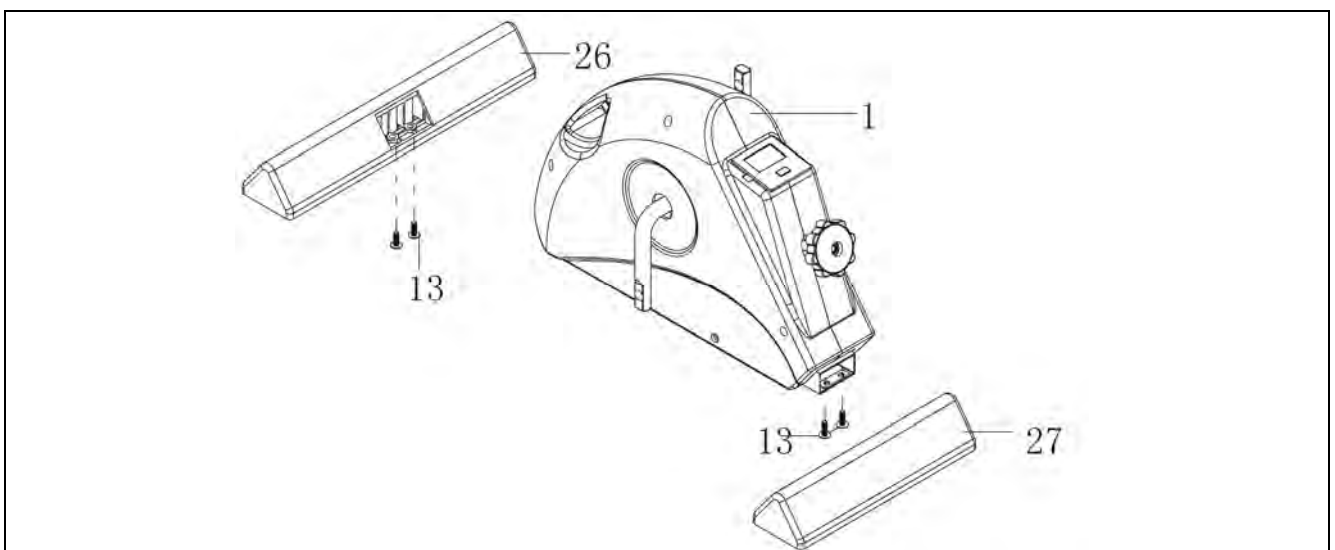
Μετά την αφαίρεση του προϊόντος από το κιβώτιο προσέξτε για πιθανές βλάβες λόγω της μεταφοράς και αντιστοιχείστε όλα τα μέρη που απεικονίζονται στο έντυπο.

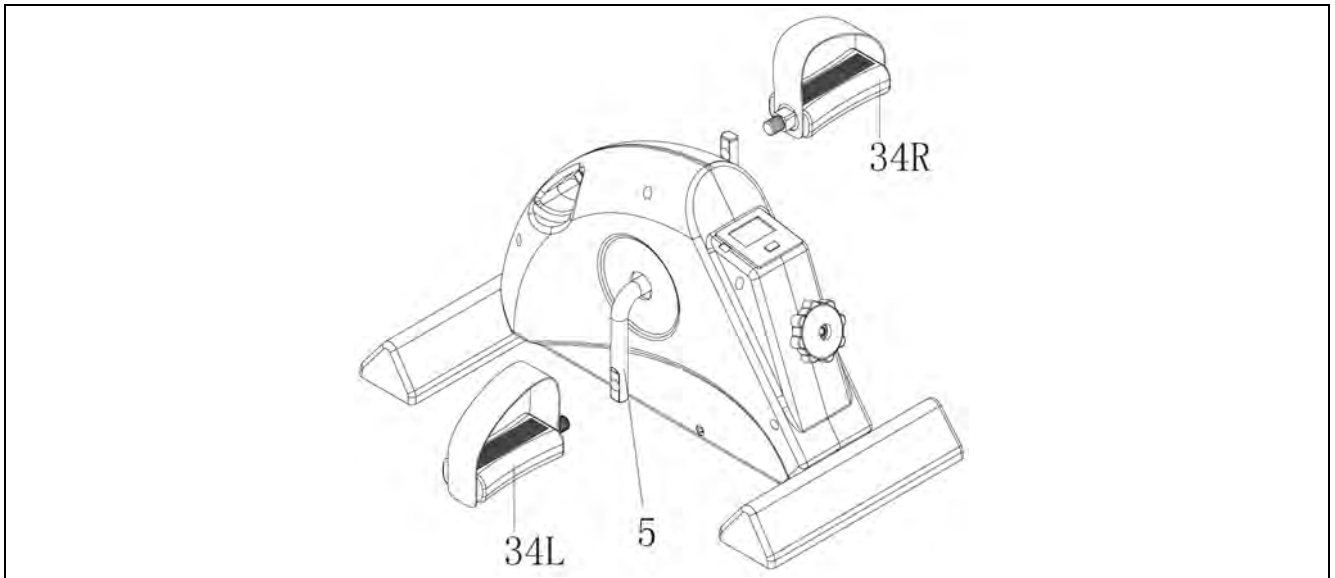


Συναρμολόγηση του προϊόντος

Το προϊόν βρίσκεται σε προχωρημένο στάδιο συναρμολόγησης. Μετά το άνοιγμα της συσκευασίας, οι μόνες ενέργειες είναι η συναρμολόγηση των πεντάλ και του ποδιών στήριξης, με τον εξής τρόπο.

- Σηκώνετε το κυρίως σώμα **1** χρησιμοποιώντας τη κατάλληλη λαβή και στερεώστε το μπροστινό πόδι **27** και το πίσω **26** στον κορμό του οργάνου βιδώνοντας σε κάθε πόδι από δύο βίδες **13**.
- Βιδώστε το αριστερό πεντάλ **34L**, που σημειώνεται με το γράμμα **L** στο αριστερό μέρος του στροφάλου **5** γυρίζοντας το κλειδί που σας παρέχεται προς τα αριστερά. Από την άλλη πλευρά βιδώστε το δεξί πεντάλ **34R**, που σημειώνεται με το γράμμα **R** στο δεξί μέρος του στροφάλου **5** γυρίζοντας το κλειδί που σας παρέχεται προς τα δεξιά.





Πρακτικές συμβουλές και υποδείξεις χρήσης

Το όργανο είναι απλό στη χρήση του και σας επιτρέπει να αθλείστε άνετα, καθισμένοι στην πολυθρόνα σας, ή (αν έχετε την δυνατότητα), ακόμα και καθισμένοι στην θέση σας στην εργασία σας.

Παρά τις μικρές διαστάσεις του, το όργανο είναι πλήρες και σας επιτρέπει να ασκήσετε τόσο το πάνω μέρος του σώματός σας όσο και το κάτω.

Η λαβή ρύθμισης της έντασης επιτρέπει να τροποποιείτε την αντίσταση των πεντάλ, ενώ η οθόνη επιτρέπει την απεικόνιση της προόδου της άσκησης.



ΚΙΝΔΥΝΟΣ

ΜΗΝ ανεβαίνετε με τα πόδια επάνω στα πεντάλ. Χρησιμοποιείτε το όργανο όπως σας περιγράφουμε παρακάτω.

A) Για να προπονήσετε του γλουτούς, το εσωτερικό των μηρών και τους κοιλιακούς, τοποθετήστε το όργανο στο πάτωμα και ξαπλώστε σε ένα στρώμα. Η σωστή στάση είναι με τα πόδια λυγισμένα και ποτέ τεντωμένα κατά το γύρισμα των πεντάλ, η δε σπονδυλική στήλη να μη σηκώνεται για να ασκούνται οι κοιλιακοί.

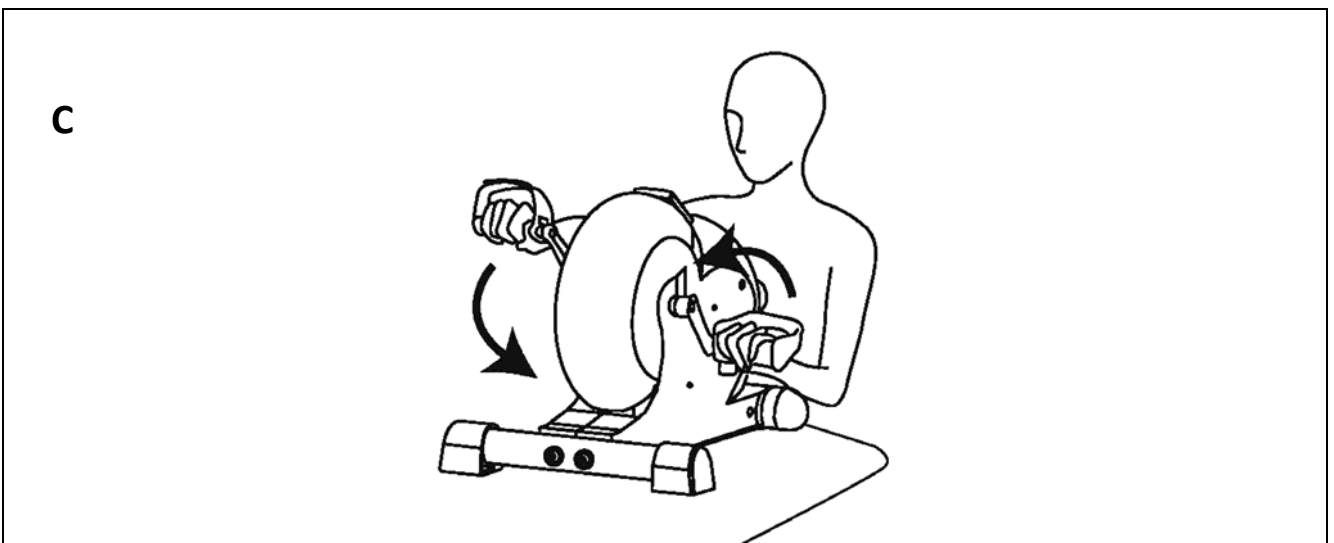
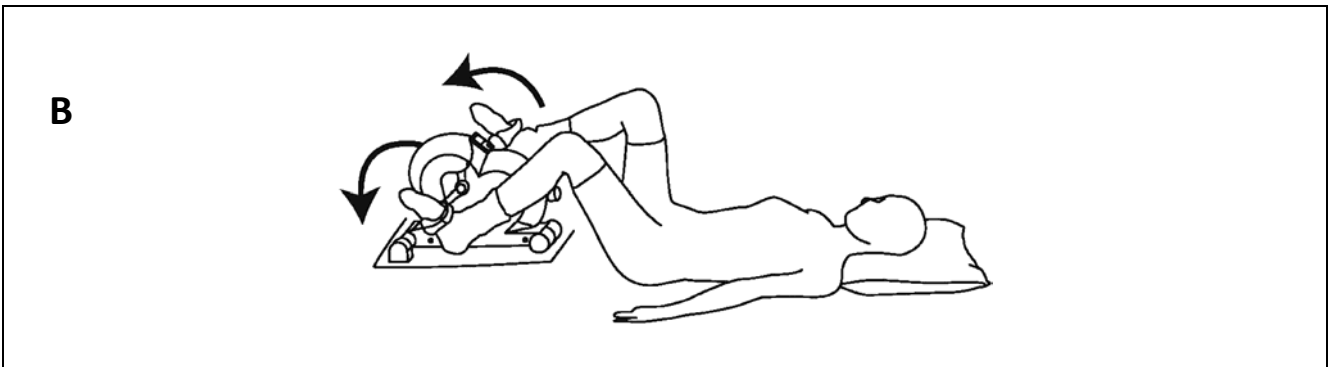
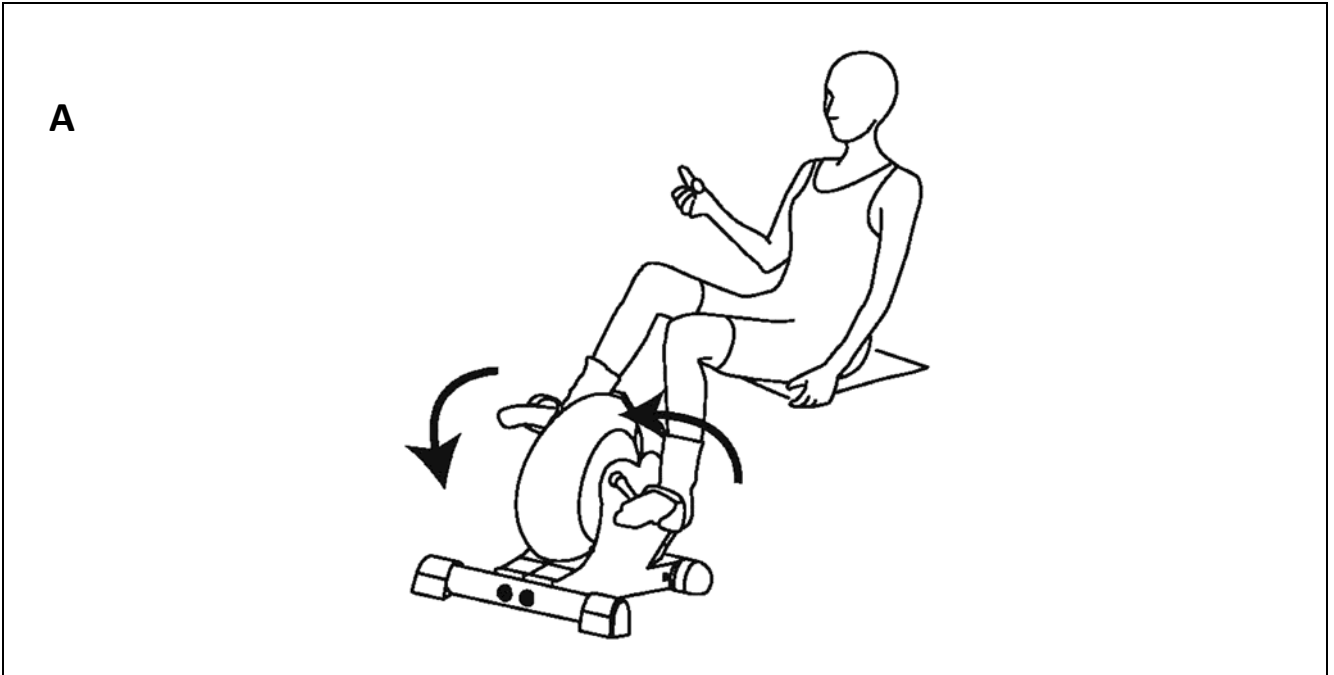
B) Για να εξασκήσετε τα πόδια τοποθετήστε μια καρέκλα μπροστά από το όργανο, ρυθμίζοντας την απόσταση ώστε τα πόδια να είναι λυγισμένα και όχι τεντωμένα. Κάνετε πεντάλ με σταθερό ρυθμό και ρυθμίστε την ένταση έτσι ώστε να μη τροποποιείται η θέση της καρέκλας.



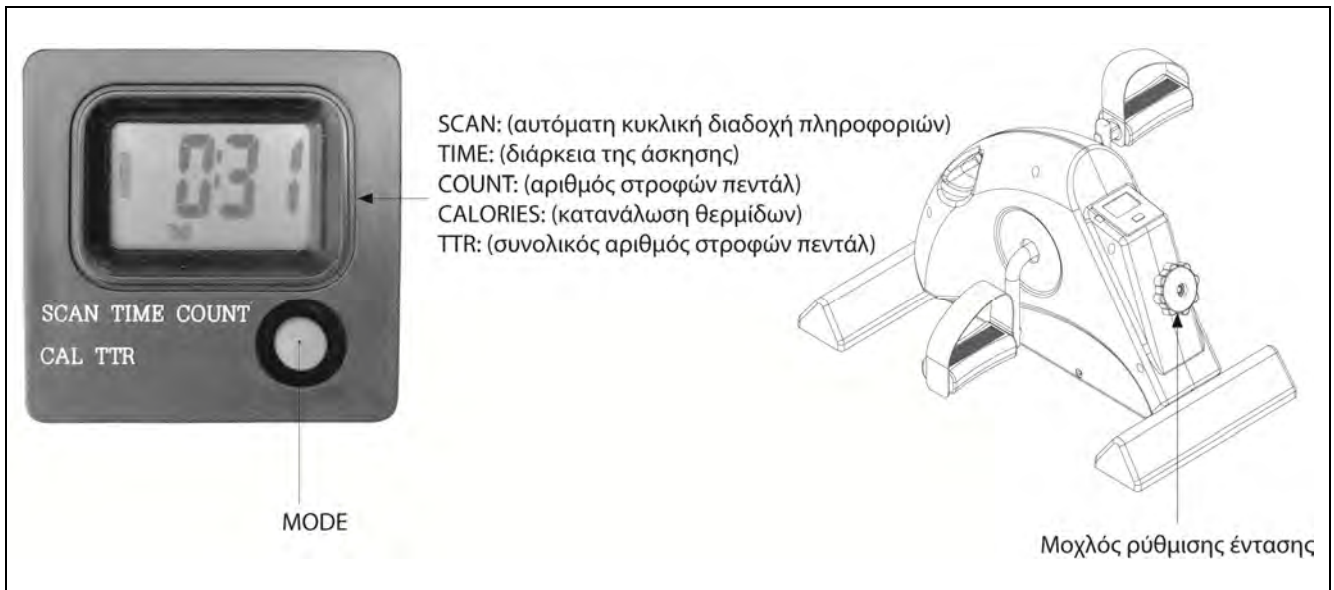
ΚΙΝΔΥΝΟΣ

Χρησιμοποιείτε μια καρέκλα που σας επιτρέπει να κάθεστε άνετα, με όρθια την πλάτη και χωρίς να λυγίζει πολύ η οσφυϊκή περιοχή.

C) Για να εξασκήσετε τα μπράτσα και τους ώμους, ακουμπήστε το όργανο πάνω σε ένα τραπέζι, τοποθετηθείτε μπροστά του και, πιάνοντας τα πεντάλ γυρίστε τα με τα χέρια.



Λειτουργίες του υπολογιστή προπόνησης



Ο υπολογιστής αποτελείται από μία οθόνη υγρών κρυστάλλων που μπορεί να απεικονίσει τα παρακάτω δεδομένα:

SCAN

- Η αυτόματη διαδοχή των πληροφοριών που αναφέρονται στην κεντρική οθόνη (Scan, Time, Count, Calories, Total Count).

TIME

- Η διάρκεια της άσκησης, ξεκινώντας από το μηδέν.

COUNT

- Ο αριθμός των φορών που γύρισε το πεντάλ κατά τη διάρκεια της τρέχουσας άσκησης.

CALORIES

- Η κατανάλωση θερμίδων κατά τη διάρκεια της άσκησης.

Σας υπενθυμίζουμε ότι αυτή η μέτρηση είναι ένα δεδομένο αναφοράς κατά προσέγγιση και σε καμία περίπτωση δεν μπορεί να θεωρηθεί ιατρικό δεδομένο.

TTR (Total Count)

- Ο συνολικός αριθμός των φορών που γύρισε το πεντάλ από την τελευταία αντικατάσταση μπαταριών.

Πλήκτρο MODE

- Πατήστε το κόκκινο πλήκτρο MODE για να τρέξουν στην οθόνη τα δεδομένα της άσκησης σε εξέλιξη:
- Time (Διάρκεια άσκησης)
- Count (Αριθμός γυρισμάτων πεντάλ από τη αρχή της άσκησης)
- Calories (Θερμίδες που καταναλώθηκαν)
- Total Count (Συνολικός αριθμός γυρισμάτων πεντάλ)

Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο MODE για τέσσερα δευτερόλεπτα για να μηδενίσετε όλα τα δεδομένα εκτός από τον συνολικό αριθμό γυρισμάτων πεντάλ.

Σημειώσεις για τον υπολογιστή:

1. Όταν το όργανο παραμένει ανενεργό περισσότερο από πέντε λεπτά, ο υπολογιστής σβήνει και όλα τα δεδομένα της άσκησης απομνημονεύονται. Για να ενεργοποιήσετε τον υπολογιστή ξανά αρκεί να πατήσετε το κόκκινο πλήκτρο ή να ξεκινήσετε το πεντάλ.
2. Η οθόνη επιτρέπει την απεικόνιση μιας μόνο παραμέτρου κάθε φορά. Η λειτουργία SCAN παρουσιάζει αυτόματα με κυκλικό τρόπο τα δεδομένα κατά τη διάρκεια της άσκησης, χωρίς να χρειάζεται να πατάτε το πλήκτρο MODE.

Συντήρηση



ΚΙΝΔΥΝΟΣ

- Πριν κάνετε οποιαδήποτε ενέργεια συντήρησης βγάλτε το καλώδιο του ρεύματος από τη πρίζα.
- Μη χρησιμοποιείτε εύφλεκτες ή επιβλαβείς ουσίες για τη καθαριότητα. Μη χρησιμοποιείτε διαλύτες για τον καθαρισμό των πλαστικών αλλά μόνο νερό και μαλακό πανί.
- Μη βάζετε το όργανο μέσα στο νερό.
- Μη λυπαίνετε ποτέ με λάδι ή γράσο τα πεντάλ.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΟΡΓΑΝΟΥ

- Καθαρίζετε κανονικά το προϊόν με ένα στεγνό πανάκι.

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΜΠΑΤΑΡΙΩΝ



ΚΙΝΔΥΝΟΣ

- Προσέξτε την πολικότητα. Τοποθετήστε τις μπαταρίες με τους πόλους στη σωστή θέση (θετικός - αρνητικός).
- Μη πετάτε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες στη φωτιά.
- Μη πετάτε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες μαζί με άλλα οικιακά απορρίμματα. Χρησιμοποιήστε τους ειδικούς χώρους απόρριψης.
- Μη προσπαθείτε να επαναφορτίσετε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες. Τοποθετήστε καινούργιες τύπου AAA

Όταν οι ενδείξεις της οθόνης εμφανίζονται με αργό ρυθμό σημαίνει ότι έφτασε η ώρα να αλλάξετε μπαταρίες. Αφαιρέστε τον υπολογιστή σηκώνοντας το πλαϊνό μέρος με τη βοήθεια ενός λεπτού κατσαβιδιού, αφαιρέστε τις παλιές μπαταρίες και τοποθετήστε δύο καινούργιες (τύπου AAA).



ΕΓΓΥΗΣΗ

Το προϊόν Everfit που αγοράσατε, έχει κατασκευαστεί για να σας προσφέρει απροβλημάτιστη λειτουργία για πολλά χρόνια. Όπως όμως κάθε ηλεκτρική 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 προσωπικό 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.

ΝΑ ΔΙΑΒΑΖΕΤΕ ΠΑΝΤΑ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ

Η **Α. ΛΕΟΣ Α.Ε.** εγγυάται την καλή λειτουργία της συσκευής για το χρονικό διάστημα **2 ετών**.

1. Η 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.

Η παρούσα εγγύηση ΔΕΝ καλύπτει τις εξής περιπτώσεις:

1. Όταν η συσκευή χρησιμοποιείται για επαγγελματική χρήση όπως σε γυμναστήρια, φυσικοθεραπευτήρια κλπ.
2. Όταν έχει γίνει προσπάθεια αποκατάστασης της βλάβης από άτομο μη εξουσιοδοτημένο για το σκοπό αυτό.
3. 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.
4. 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.
5. Εξαρτήματα όπως: τάπητες, ιμάντες κίνησης, μετασχηματιστές, συρματόσχοινα, δάπεδα και πλευρικά πατήματα θεωρούνται αναλώσιμα και δεν καλύπτονται από την εγγύηση.

Α. ΛΕΟΣ Α.Ε.

Τηλέφωνο Service Αντιπροσωπείας: 210 95 36 512

Έδρα Αντιπροσωπείας & Service:

Κολοκοτρώνη 7, Τ.Κ. 145 68 Κρυονέρι, Αττική, info@leos.gr, www.leos.gr



Κολοκοτρώνη 7, 14568 Κρυονέρι, ΑΘΗΝΑ
Τηλ.: 210 9536512, Fax: 210 9579073
e-mail: info@leos.gr, www.leos.gr