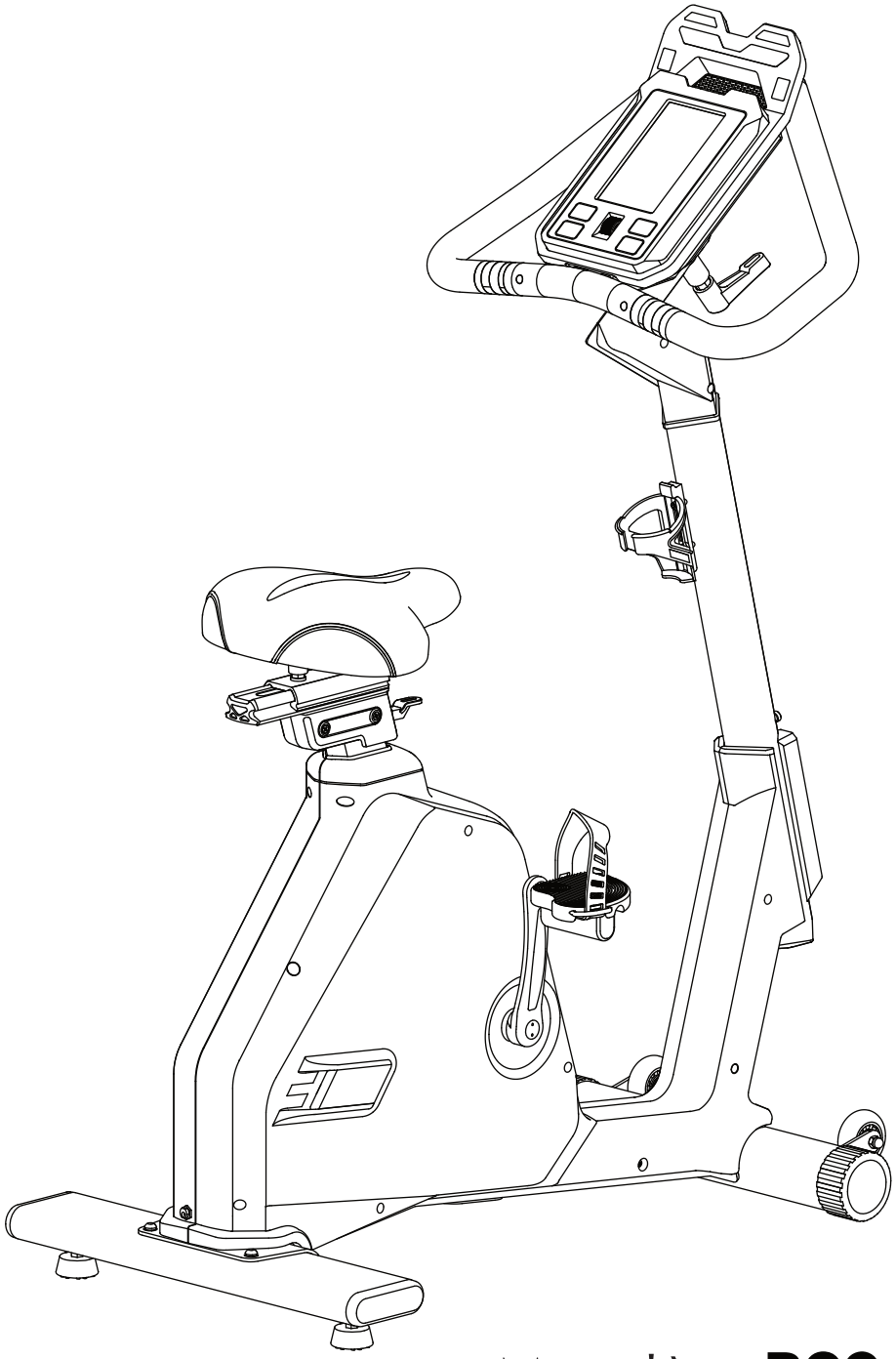
MAGNETIC UP-RIGHT BIKE



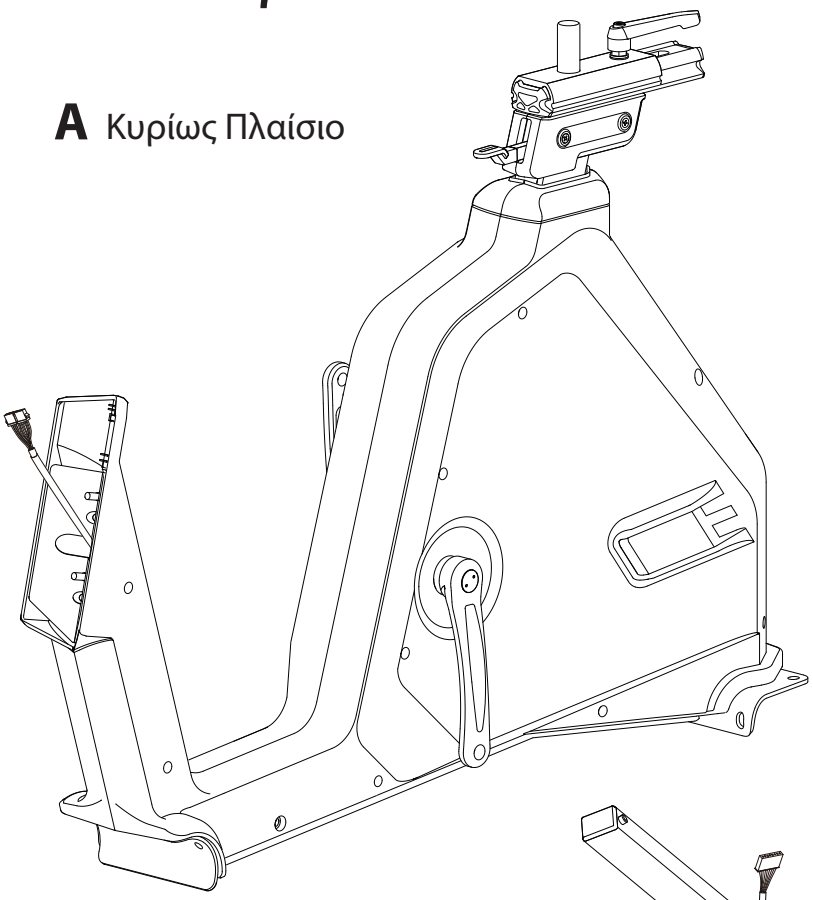
Μοντέλο: **B90-LCD**

SPORTOP®

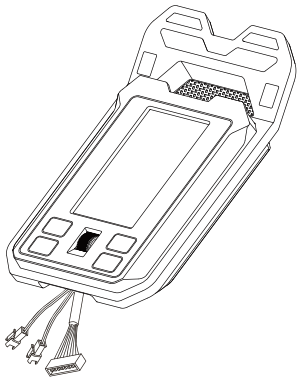
Εγχειρίδιο Οδηγιών Κατασκευαστή **ΕΛΛΗΝΙΚΑ**

Λίστα Μερών

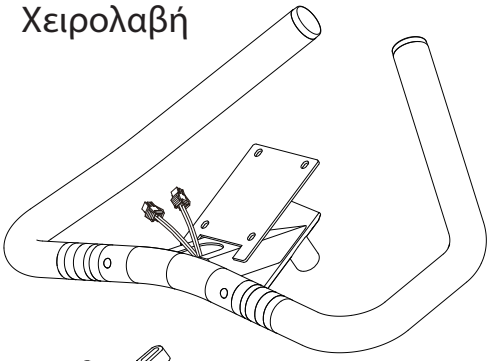
A Κυρίως Πλαίσιο

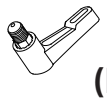


G
Κονσόλα



E Χειρολαβή

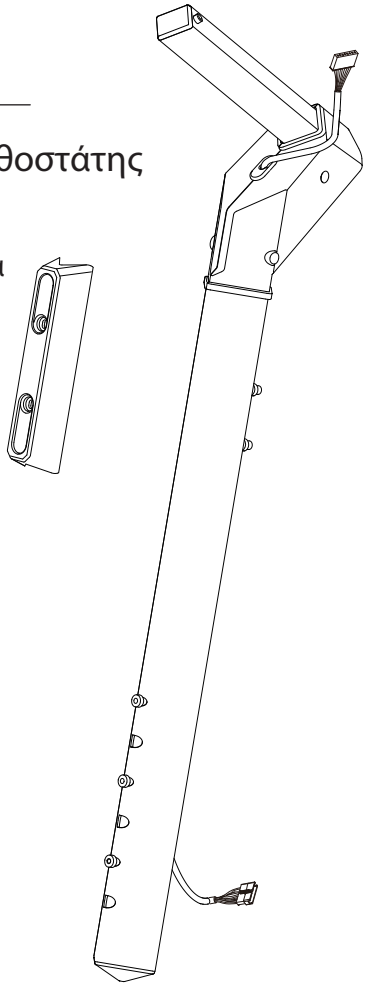




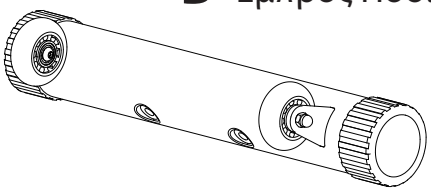
(E2) Βίδα Ασφάλισης

D Ορθοστάτης

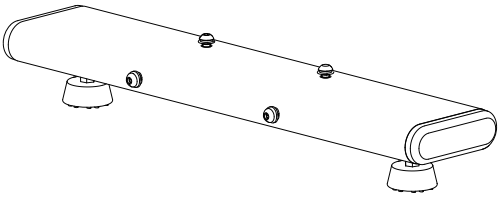
(D2)
Πλαστικό κάλυμμα



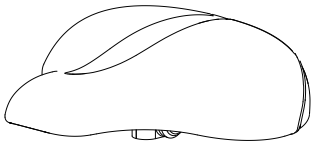
B Εμπρός Πόδι



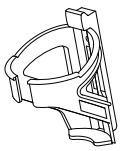
C Πίσω Πόδι



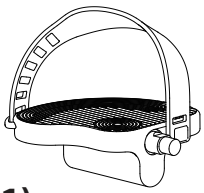
H Σέλα (κάθισμα)



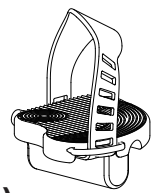
L Ποτηροθήκη



K



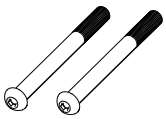
(K1)
Πεντάλ (L)



(K2)
Πεντάλ (R)

J

(J5) Βίδα M10x110mm



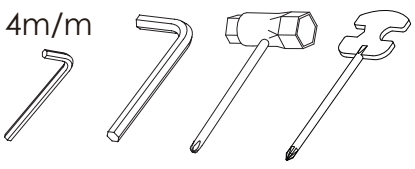
(J6) Ροδέλα



ΕΡΓΑΛΕΙΑ

6m/m

4m/m



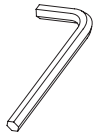
ΕΙΚΟΝΑ 1 : Συναρμολόγηση Πίσω Ποδιού

Βήμα 1. Αφαιρέστε τις προσυναρμολογημένες βίδες (J7), ροδέλες ασφαλείας (J8) και ροδέλες (J9) από το Πίσω Πόδι Σταθεροποίησης (C).

Βήμα 2. Προσαρτήστε το Πίσω Πόδι Σταθεροποίησης (C) στο Κυρίως Πλαίσιο (A) με βίδες (J7), ροδέλες ασφαλείας (J8) και ροδέλες (J9).

Βήμα 3. Χρησιμοποιήστε ένα κλειδί Allen 6mm για να βιδώσετε σφιχτά τις βίδες.

Χρησιμοποίησε το εργαλείο:
6mm



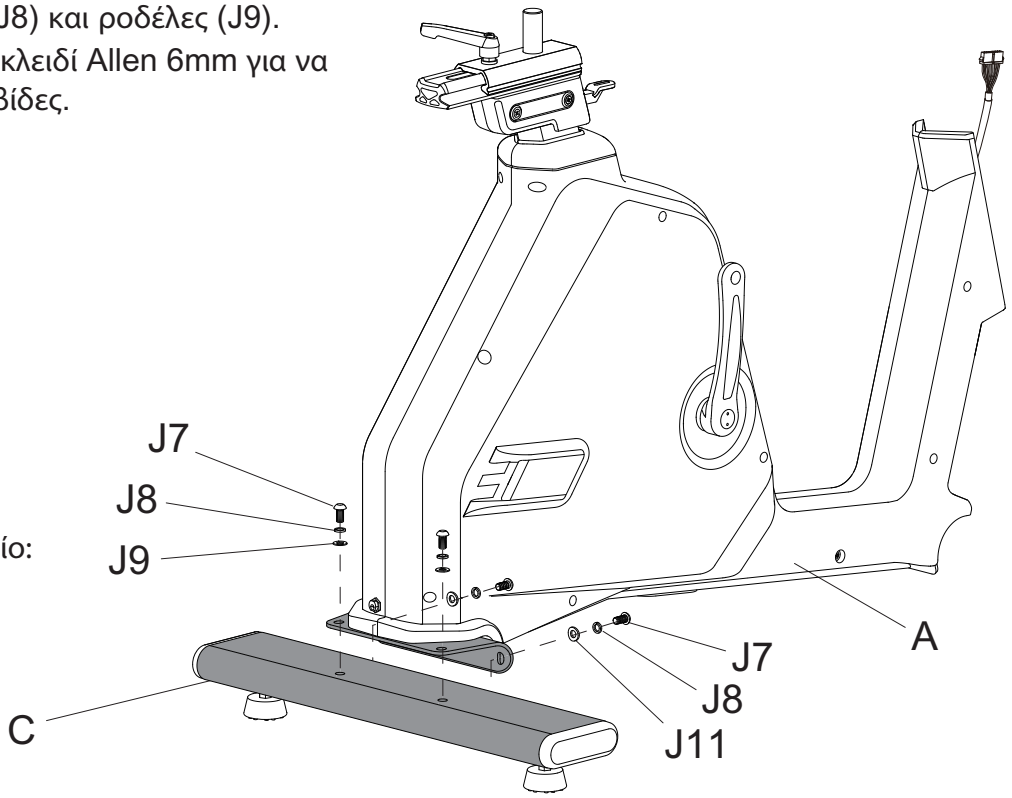


FIGURE 2 : Συναρμολόγηση Εμπρός Ποδιού

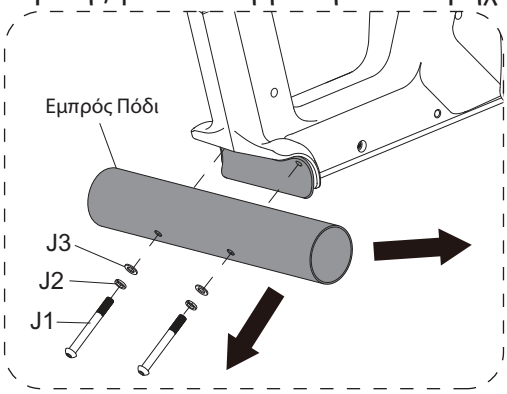
Βήμα 1. Χαλαρώστε και διατηρήστε την βίδα (J1), την ροδέλα ασφαλείας (J2) και την ροδέλα (J3) από την συσκευασία του Εμπρόσθιου Ποδιού. Η συσκευασία αυτή χρησιμοποιείται μόνο για λόγους προστασίας, και μπορείτε να την απορρίψετε αφού την αποσυναρμολογήσετε.

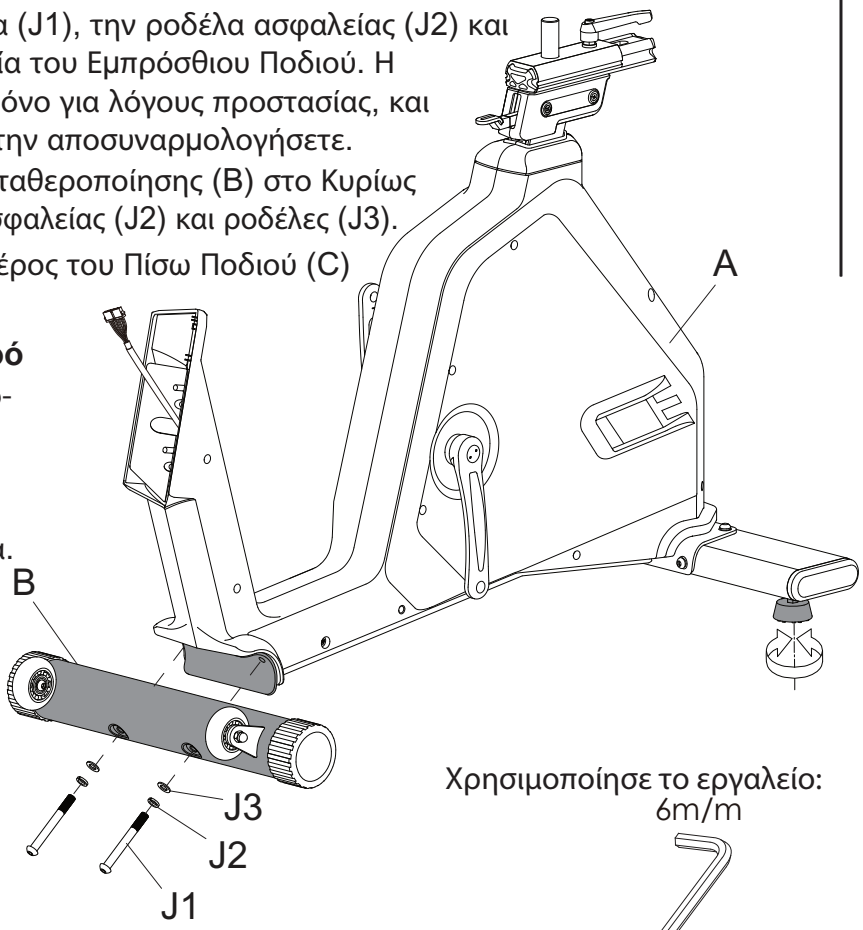
Βήμα 2. Προσαρτήστε το Εμπρόσθιο Πόδι Σταθεροποίησης (B) στο Κυρίως Πλαίσιο (A) με βίδες (J1), ροδέλες ασφαλείας (J2) και ροδέλες (J3).

Βήμα 3. Προσαρμόστε τα πόδια στο κάτω μέρος του Πίσω Ποδιού (C) για να ισορροπήσετε το μηχάνημα.

Πως να διατηρείτε το μηχάνημα σταθερό

Αφού έχουν προσαρτηθεί τα πόδια σταθεροποίησης (Εικόνες 1 & 2), βεβαιωθείτε ότι το μηχάνημα είναι σταθερό. Εάν το μηχάνημα είναι ασταθές, ρυθμίστε τους μοχλούς ρύθμισης για να ισορροπήσετε το μηχάνημα.





Χρησιμοποίησε το εργαλείο:
6m/m

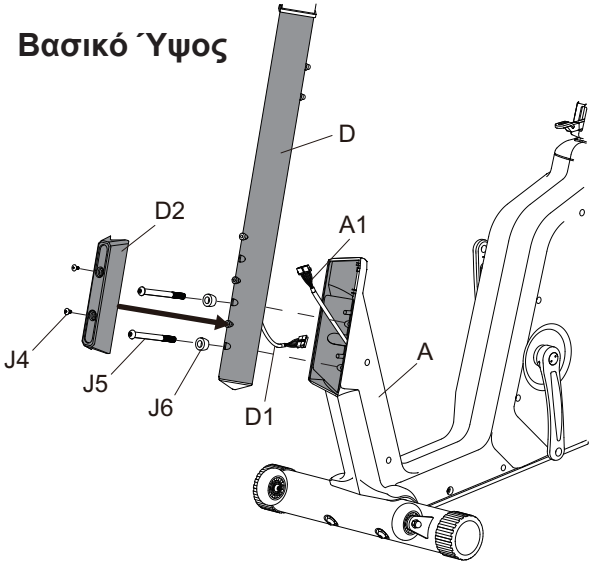
ΕΙΚΟΝΑ 3: Συναρμολόγηση Κεντρικού Ορθοστάτη

Σημείωση: Πιθανώς να χρειαστείτε βοηθό συναρμολόγησης για να συνδέσετε τα καλώδια και να σταθεροποιήσετε τον Κεντρικό Ορθοστάτη (D).

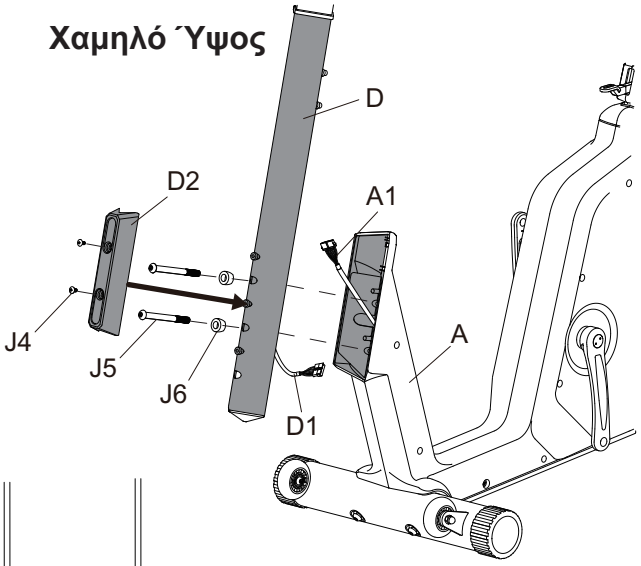
Βήμα 1. Εντοπίστε και συνδέστε το καλώδιο (A1) με το καλώδιο (D1) και βεβαιωθείτε ότι τα καλώδια είναι ορθώς συνδεδεμένα. Προειδοποίηση: Προσέξτε να μην πιέσετε τα καλώδια κατά την προσάρτηση του Κεντρικού Ορθοστάτη (D) στο Κυρίως Πλαίσιο (A).

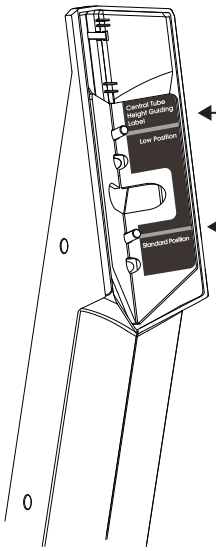
Βήμα 2. Επιλέξτε το ύψος του Κεντρικού Ορθοστάτη (Ψηλά/Χαμηλά). Πάνω στον Κεντρικό Ορθοστάτη και το Κυρίως Πλαίσιο υπάρχουν επισημάνσεις-οδηγοί ύψους.

Βασικό Ύψος



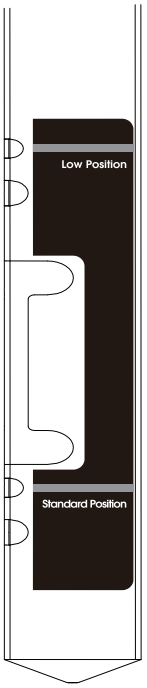
Χαμηλό Ύψος





Θέση Χαμηλού Ύψους Πυλώνα (Κόκκινο)

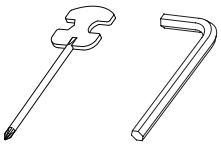
Θέση Βασικού Ύψους Πυλώνα (Μπλε)



Οπή Θέσης Χαμηλού Ύψους (Κόκκινο)

Οπή Θέσης Βασικού Ύψους (Μπλε)

Χρησιμοποιήστε τα εργαλεία:



a. Χαμηλό Ύψος (Standard Height)
Ευθυγραμμίστε την κόκκινη γραμμή επισήμανσης του Κεντρικού Ορθοστάτη με την κόκκινη γραμμή επισήμανσης του Κυρίως Πλαισίου.Αφού ευθυγραμμίσετε τις δύο κόκκινες γραμμές επισήμανσης, μπορείτε να περάσετε τον πυλώνα θέσης χαμηλού ύψους από την οπή θέσης χαμηλού ύψους.

b. Βασικό Ύψος (Low Height)
Ευθυγραμμίστε την μπλε γραμμή επισήμανσης του Κεντρικού Ορθοστάτη με την μπλε γραμμή επισήμανσης του Κυρίως Πλαισίου. Αφού ευθυγραμμίσετε τις δύο μπλε γραμμές επισήμανσης, μπορείτε να περάσετε τον πυλώνα θέσης βασικού ύψους από την οπή θέσης βασικού ύψους.

Μπορείτε επίσης να ανατρέξετε στις εικόνα 3a(P9) & 3b(P10) για πιο λεπτομερείς διευκρινίσεις σχετικά με την συναρμολόγηση του Κεντρικού Ορθοστάτη.

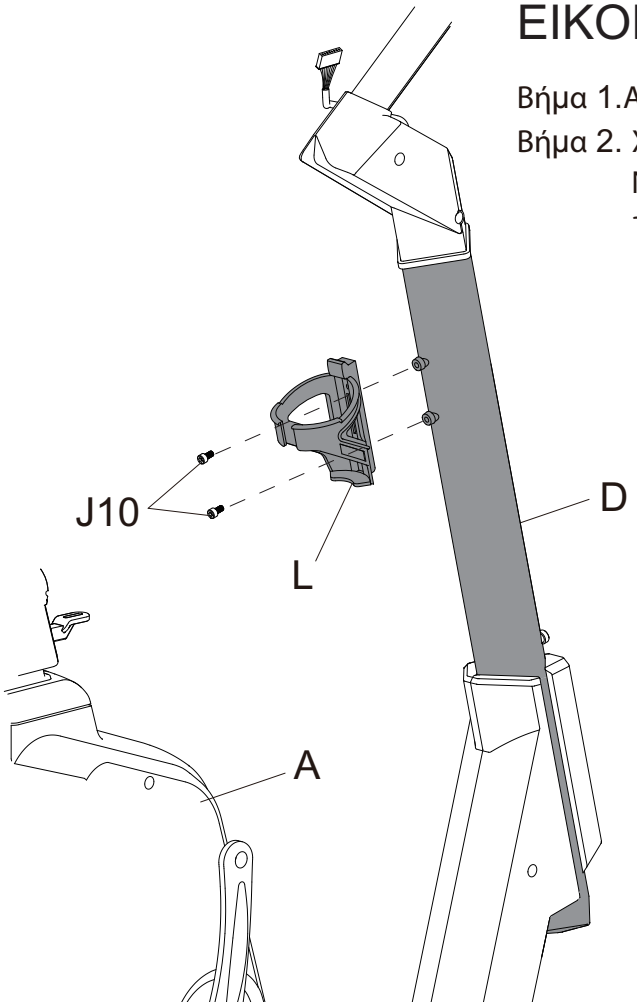
Βήμα 3. Χρησιμοποιήστε ένα κλειδί Allen 6mm για να σφίξετε τις βίδες (J5) πάνω στο Κυρίως Πλαίσιο (A).

Βήμα 4. Τοποθετήστε το Πλαστικό Κάλυμμα (D2) στον Κεντρικό Ορθοστάτη (D) και συνδέστε τα σφιχτά με βίδες (J4).

ΕΙΚΟΝΑ 4: Συναρμολόγηση Βάσης Δοχείου Νερού

Βήμα 1.Αφαιρέστε τις βίδες (J10) από τον Κεντρικό Ορθοστάτη (D).

Βήμα 2. Χρησιμοποιώντας ένα κατσαβίδι, σφίξτε τη Βάση Δοχείου Νερού (L) στον Κεντρικό Ορθοστάτη (D) χρησιμοποιώντας τις ίδιες βίδες (J10).



Χρησιμοποιήστε το Εργαλείο:



ΕΙΚΟΝΑ 5: Συναρμολόγηση Λαβών

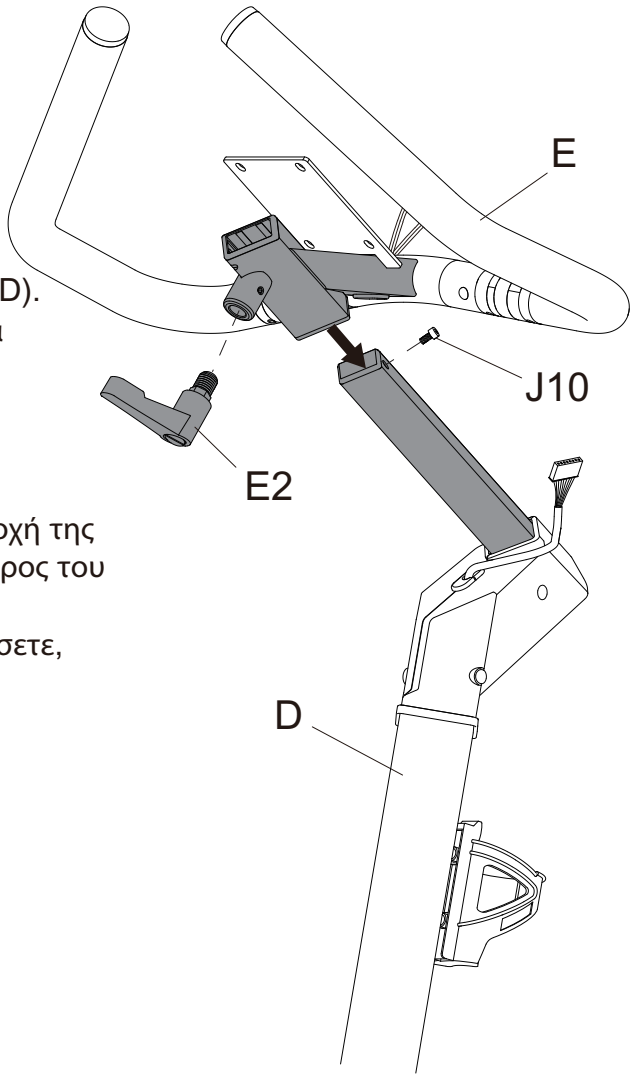
Βήμα 1. Χρησιμοποιήστε κλειδί Allen 4m/m για να αφαιρέσετε τις βίδες (J10) από τον Κεντρικό Ορθοστάτη (D).

Βήμα 2. Ευθυγραμμίσετε τον τετράγωνο κουφωτό σωλήνα πάνω στην Χειρολαβή (E) με τον τετράγωνο σωλήνα στο πάνω μέρος του Κεντρικού Ορθοστάτη (D).

Βήμα 3. Εισάγετε την Χειρολαβή (E) στο πάνω μέρος του Κεντρικού Ορθοστάτη (D).

Βήμα 4. Κουμπώστε τον Μοχλό Ρύθμισης (E2) στην υποδοχή της Χειρολαβής (E), για να την σταθεροποιήσετε στο πάνω μέρος του Κεντρικού Ορθοστάτη (D).

Βήμα 5. Χρησιμοποιήστε κλειδί Allen 4m/m για να κλειδώσετε, πίσω στη θέση τους, τις βίδες (J10) στο πάνω μέρος του Κεντρικού Ορθοστάτη (D).



Χρησιμοποιήστε το Εργαλείο:

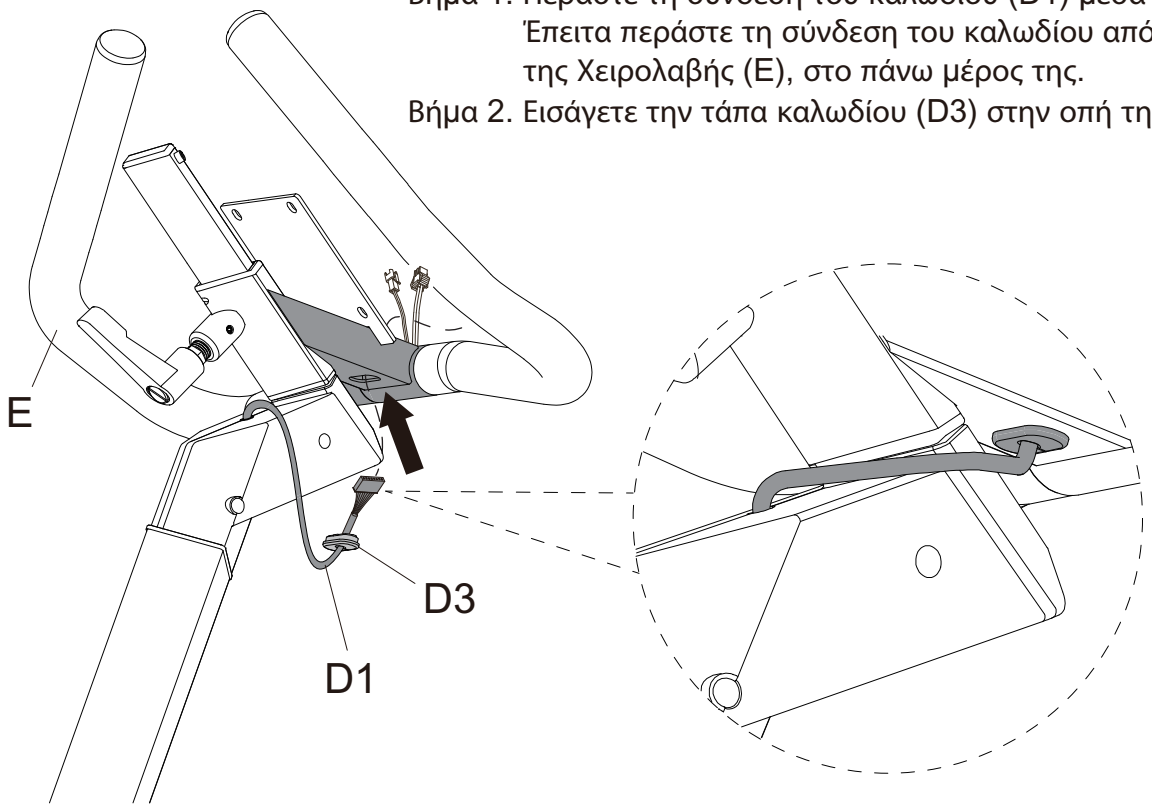
4mm



ΕΙΚΟΝΑ 6: Σύνδεση Καλωδίου Κεντρικού Ορθοστάτη & Καλωδίου Χειρολαβής

Βήμα 1. Περάστε τη σύνδεση του καλωδίου (D1) μέσα από την οπή. Έπειτα περάστε τη σύνδεση του καλωδίου από το κάτω μέρος της Χειρολαβής (E), στο πάνω μέρος της.

Βήμα 2. Εισάγετε την τάπα καλωδίου (D3) στην οπή της Χειρολαβής (E).



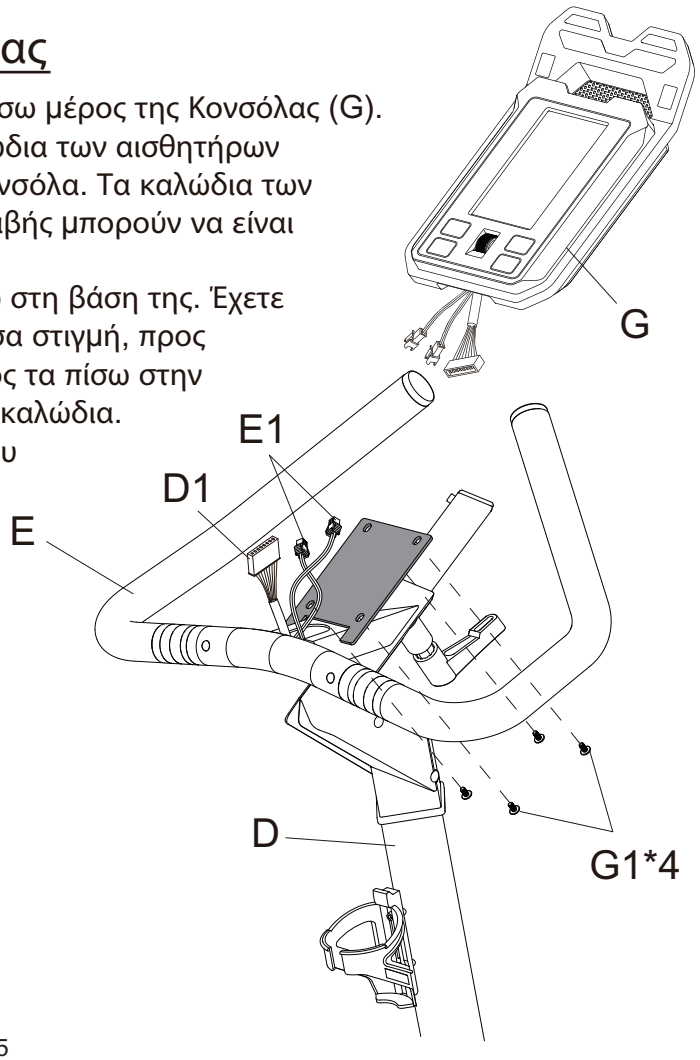
ΕΙΚΟΝΑ 7: Συναρμολόγηση Κονσόλας

Βήμα 1. Αφαιρέστε τις τέσσερις βίδες (G1) από το πίσω μέρος της Κονσόλας (G).

Βήμα 2. Συνδέστε τα καλώδια (D1 & E1) και τα καλώδια των αισθητήρων καρδιακών παλμών της Χειρολαβής στην Κονσόλα. Τα καλώδια των αισθητήρων καρδιακών παλμών της Χειρολαβής μπορούν να είναι να είναι εναλλάξιμα.

Βήμα 3. Τοποθετήστε προσεκτικά την Κονσόλα πάνω στη βάση της. Έχετε υπόψη σας τις θέσεις των καλωδίων ανά πάσα στιγμή, προς αποφυγή πίεσης των καλωδίων. Ωθήστε προς τα πίσω στην οπή της Χειρολαβής (E) τυχόν προεξέχοντα καλώδια. Ωθήστε την Κονσόλα προς τα κάτω, έως ότου φθάσετε το σημείο που δεν μπορείτε να την ωθήσετε περαιτέρω.

Βήμα 4. Χρησιμοποιώντας ένα κατσαβίδι, σφίξτε την Κονσόλα (G), χρησιμοποιώντας τις ίδιες βίδες (G1).

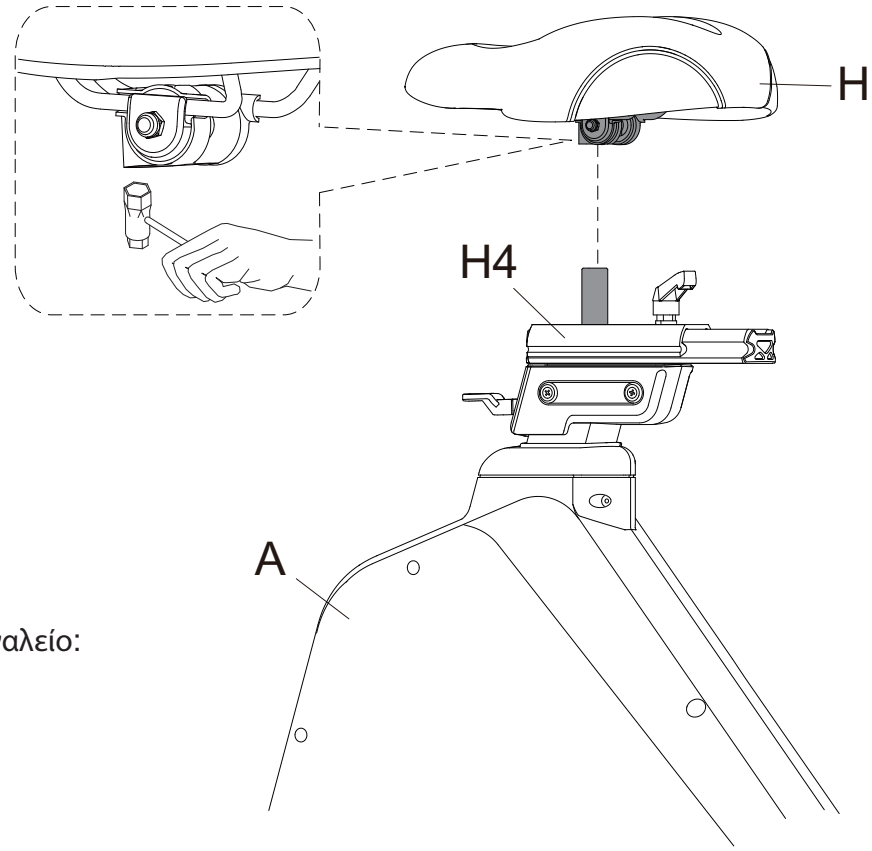


Χρησιμοποιήστε το Εργαλείο:

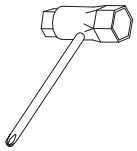


ΕΙΚΟΝΑ 8: Συναρμολόγηση Σέλας

Τοποθετήστε την Σέλα (H) στην Βάση Σέλας (H4) και σφίξτε την χρησιμοποιώντας ένα κατσαβίδι.

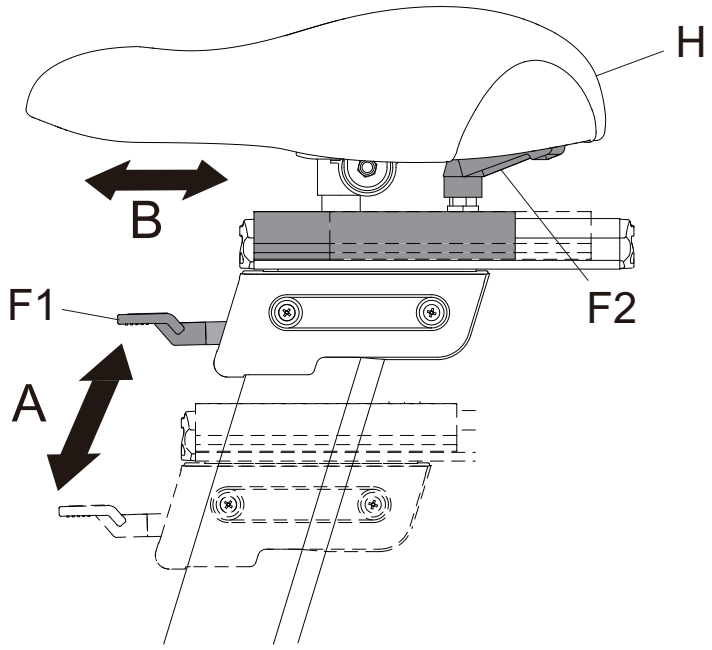


Χρησιμοποιήστε το Εργαλείο:



Πως να ρυθμίσετε τη θέση της Σέλας

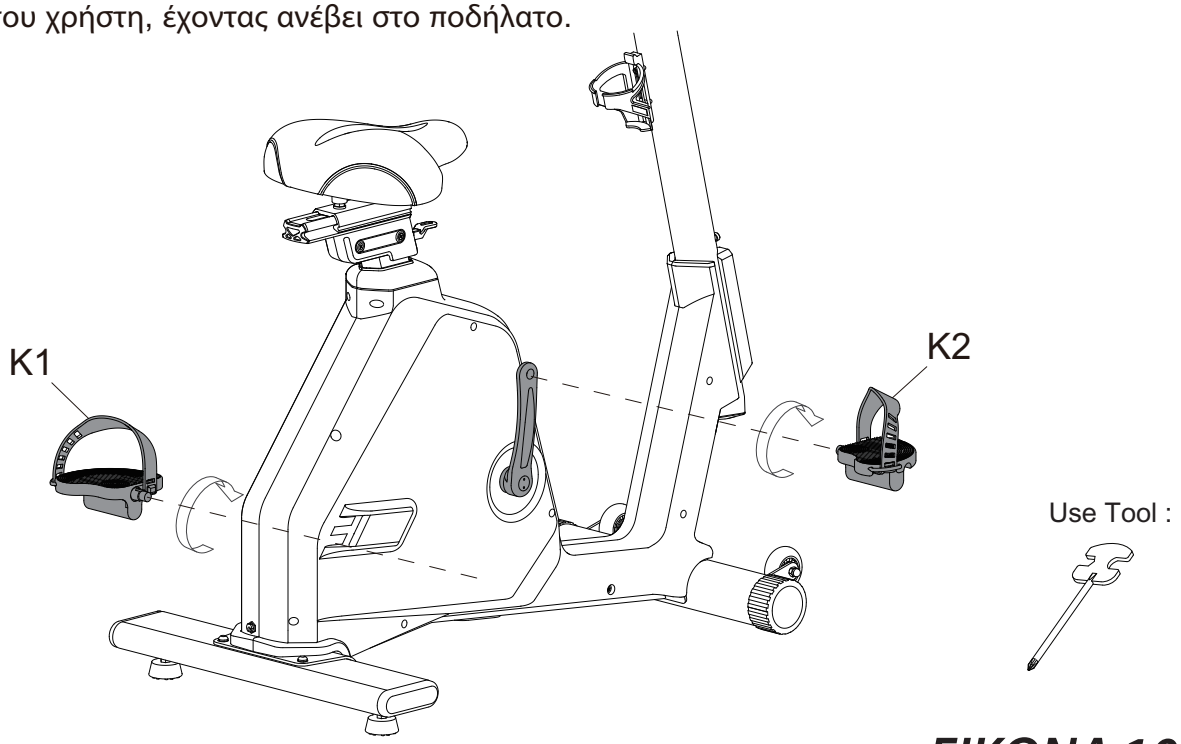
Ρυθμίστε την Σέλα προς τα πάνω, τραβώντας την προς την κατεύθυνση αυτή, σύμφωνα με την κατεύθυνση του βέλους A.
Ρυθμίστε την Σέλα προς τα κάτω, σύμφωνα με την κατεύθυνση του βέλους A, σηκώνοντας το μοχλό F1.
Ρυθμίστε την Σέλα προς τα εμπρός ή πίσω, σύμφωνα με την κατεύθυνση του βέλους B, χαλαρώνοντας τον μοχλό F2.



ΕΙΚΟΝΑ 9

ΕΙΚΟΝΑ 9: Συναρμολόγηση Πεντάλ

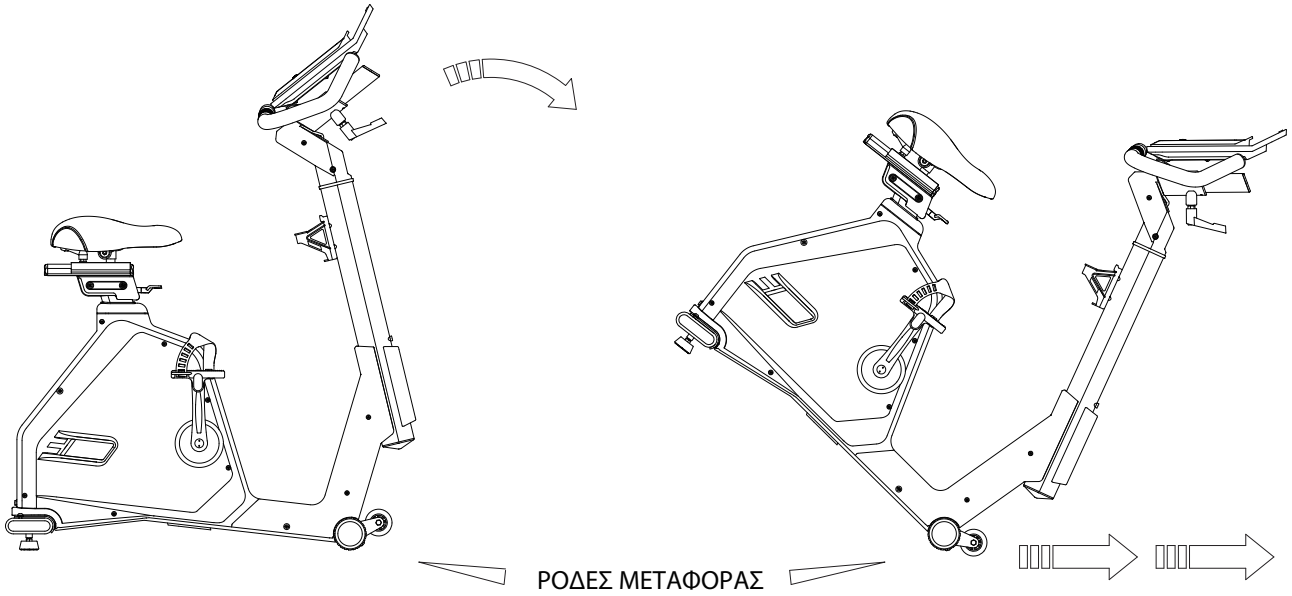
Σημείωση: Εντοπίστε ποιο πεντάλ είναι αριστερό και ποιο δεξί. Πάνω σε κάθε Πεντάλ και σε κάθε Ιμάντα Πεντάλ υπάρχει το αντίστοιχο σύμβολο αριστερό/δεξί, για να τα ξεχωρίζετε.
Βήμα 1. Σφίξτε το Αριστερό Πεντάλ (K1) αριστερόστροφα στην αριστερή μανιβέλα βραχίονα και το Δεξί Πεντάλ (K2) δεξιόστροφα στην δεξιά μανιβέλα βραχίονα. Χρησιμοποιήστε ένα εργαλείο για να σφίξετε κάθε πεντάλ, όσο πιο σφιχτά γίνεται.
Βήμα 2. Εισάγετε τους Ιμάντες Πεντάλ σε κάθε Πεντάλ. Ρυθμίστε τους Ιμάντες σύμφωνα με το μέγεθος παπουτσιού του χρήστη, έχοντας ανέβει στο ποδήλατο.



ΕΙΚΟΝΑ 10

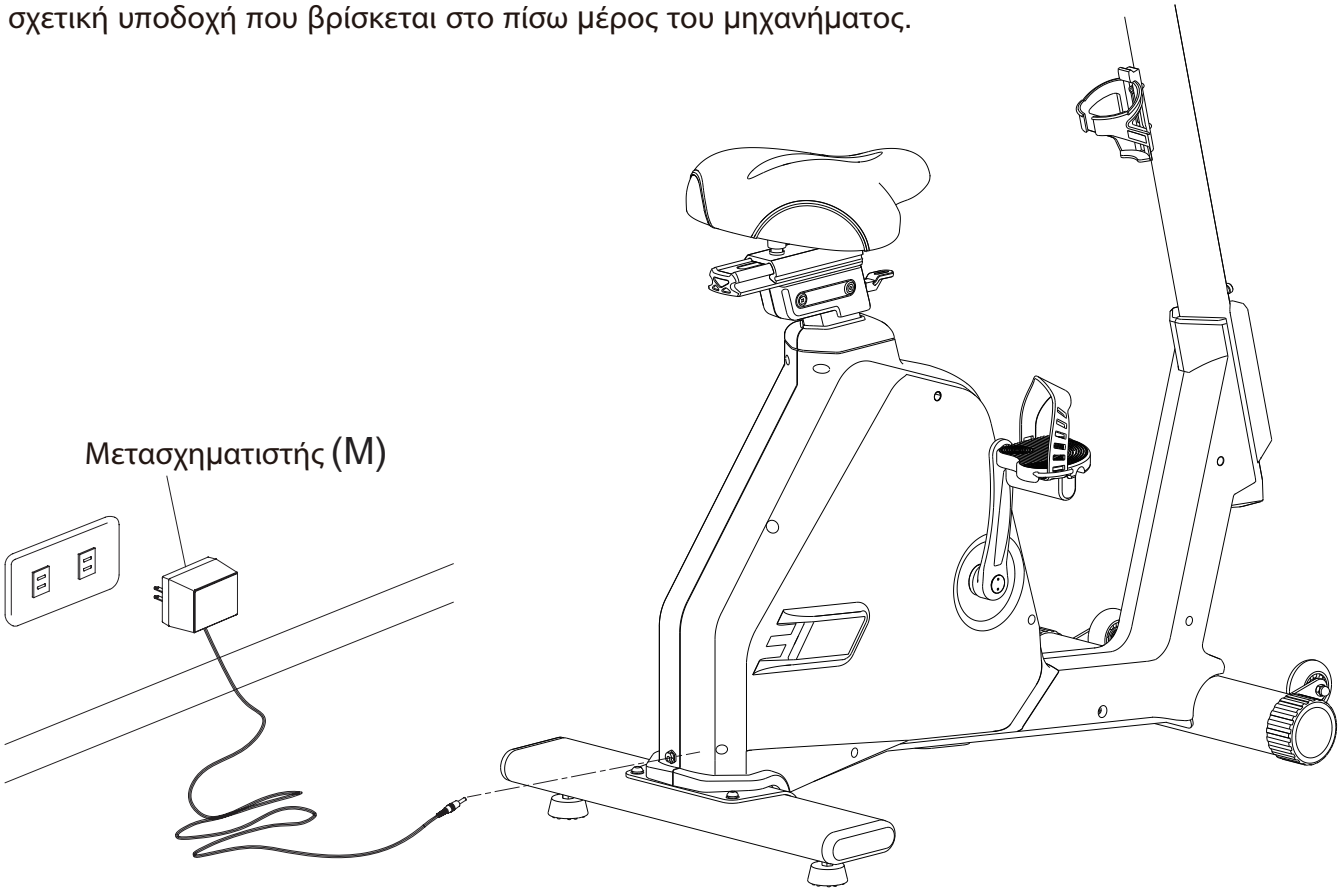
ΕΙΚΟΝΑ 10: Πως να Μετακινήσετε το Ποδήλατο

Εάν το μηχάνημα χρειαστεί να μεταφερθεί σε διαφορετική τοποθεσία, σηκώστε το Πίσω Πόδι Σταθεροποίησης μέχρι οι εμπρόσθιος ρόδες μεταφοράς να αγγίζουν το έδαφος. Τώρα μπορείτε να μεταφέρετε το ποδήλατο στο σημείο που επιθυμείτε. Μετά την μεταφορά, κατεβάστε προσεκτικά το ποδήλατο στην νέα του θέση και ρυθμίστε τα πόδια σταθεροποίσης με τους μοχλούς ρύθμισης, για να σταθεροποιήσετε το μηχάνημα, εάν χρειαστεί.
ΠΡΟΣΟΧΗ: ΜΗΝ επιχειρήσετε ΠΟΤΕ να σηκώσετε το ποδήλατο μόνοι σας, ζητάτε πάντα βοήθεια, και ΠΟΤΕ μην επιχειρήσετε να σηκώσετε το μηχάνημα εάν έχετε κάποιο πρόβλημα υγείας.



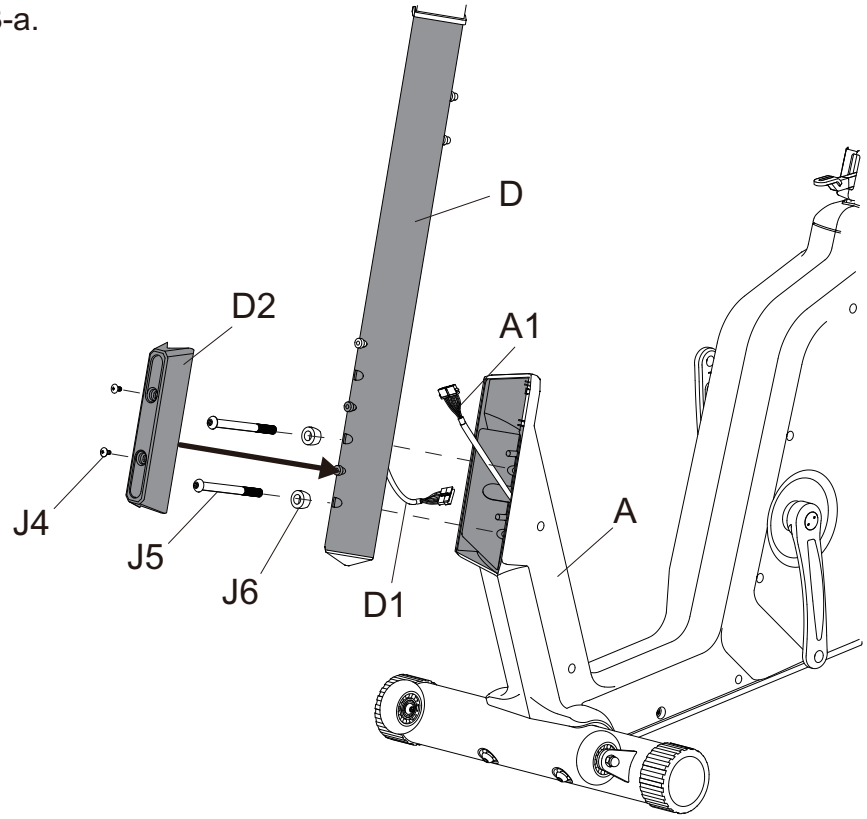
ΕΙΚΟΝΑ 11: Πως να χρησιμοποιήσετε τον Μετασχηματιστή

Χρησιμοποιώντας τον Μετασχηματιστή (M), μπορείτε να τον συνδέσετε με το ποδήλατο με την σχετική υποδοχή που βρίσκεται στο πίσω μέρος του μηχανήματος.

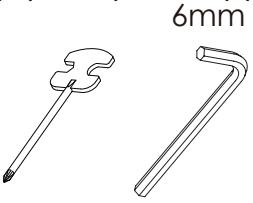


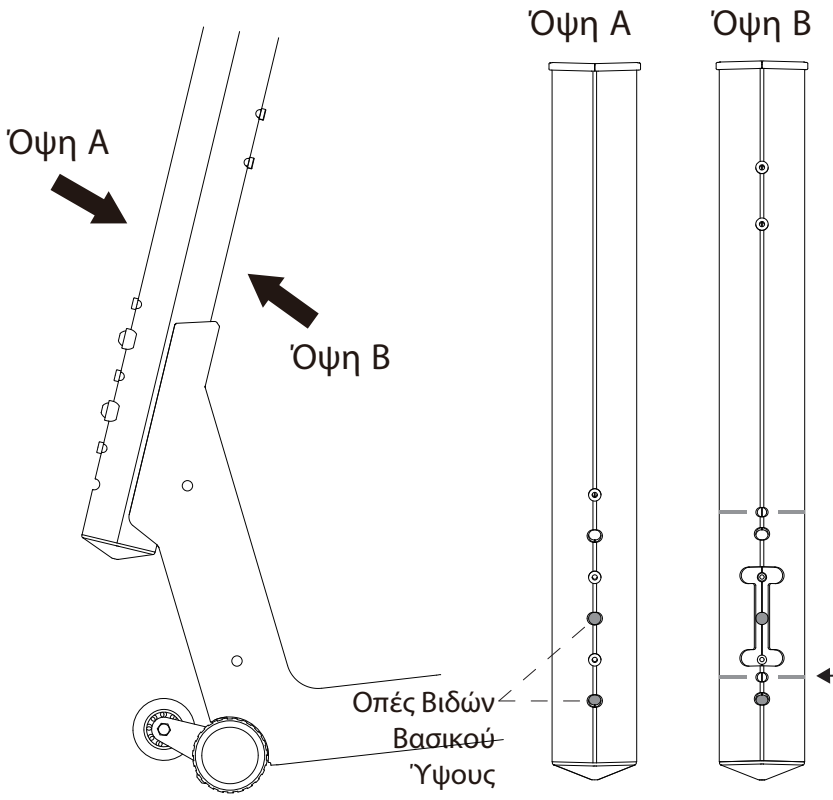
Θέση Βασικού ΄Υψους (3-a)

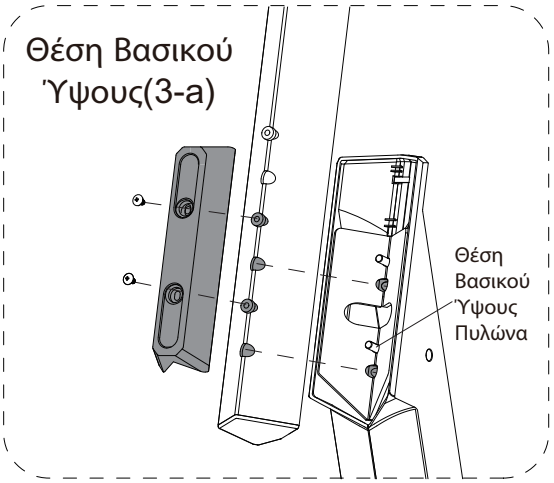
Χρησιμοποιήστε τους Πυλώνες Θέσης Βασικού Ύψους στο Κυρίως Πλαίσιο για να διαπεράσετε τις Οπές Θέσης Βασικού Ύψους, όπως απεικονίζεται στην Εικ. 3-a. Τοποθετήστε πρώτα την J6 στην J5. Έπειτα, τοπθετήστε την J5 (συμπεριλαμβανομένης της J6) στις Οπές Θέσης Βασικού Ύψους, όπως απεικονίζεται στην Εικ. 3-a.



Χρησιμοποιήστε τα Εργαλεία:

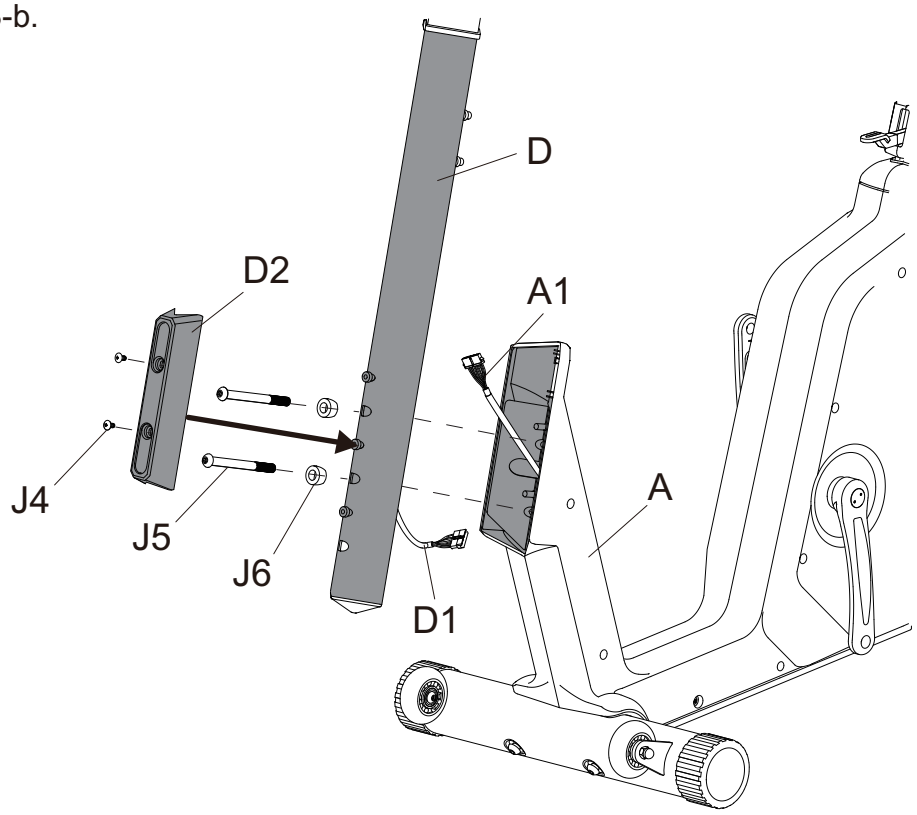


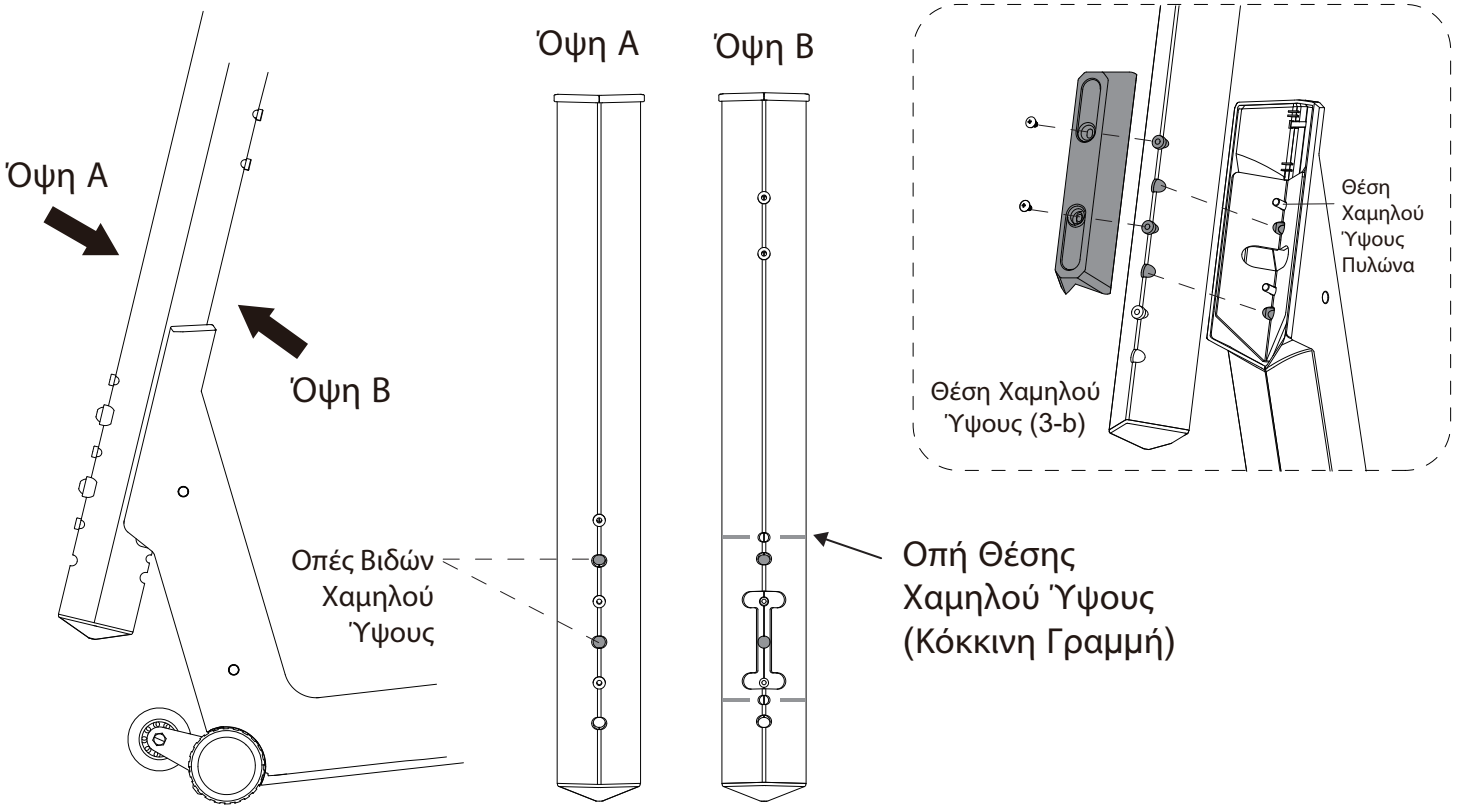


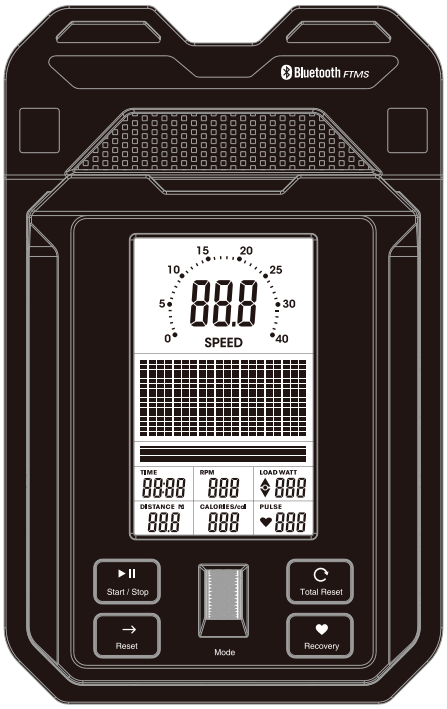


Θέση Χαμηλού Ύψους (3-b)

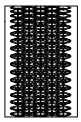
Χρησιμοποιήστε τους Πυλώνες Θέσης Χαμηλού Ύψους στο Κυρίως Πλαίσιο για να διαπεράσετε τις Οπές Θέσης Χαμηλού Ύψους, όπως απεικονίζεται στην Εικ. 3-b. Τοποθετήστε πρώτα την J6 στην J5. Έπειτα, τοπθετήστε την J5 (συμπεριλαμβανομένης της J6) στις Οπές Θέσης Χαμηλού Ύψους, όπως απεικονίζεται στην Εικ. 3-b.







ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΠΛΗΚΤΡΩΝ

	UP	Για να κάνετε ρύθμιση προς τα πάνω σε κάθε δεδομένο λειτουργίας ή να αυξήσετε την αντίσταση στην προπόνηση.
	DOWN	Για να κάνετε ρύθμιση προς τα κάτω σε κάθε δεδομένα λειτουργίας ή να μειώσετε την αντίσταση στην προπόνηση.
	ENTER	Για να επιβεβαιώσετε όλες τις ρυθμίσεις.
▶II Start / Stop	START / STOP	Για να ξεκινήσετε ή να σταματήσετε την εκγύμναση. Πιέστε το πλήκτρο START/STOP ενώ βρίσκεστε στην κατάσταση αναμονής. Μπορεί να λειτουργήσει ως πλήκτρο Γρήγορης Εκκίνησης στο Χειροκίνητο Πρόγραμμα.
→ Reset	RESET	Για να επαναφέρετε τις τρέχουσες ρυθμίσεις και να επιστρέψετε την κονσόλα στην αρχική της επιφάνεια εργασίας, για να επιλέξετε την επιθυμητή λειτουργία.
↻ Total Reset	TOTAL RESET	Πιέστε το πλήκτρο Ολικής Επαναφοράς (TOTAL RESET) για να πραγματοποιήσετε ολική επαναφορά της κονσόλας.
♥ Recovery	RECOVERY	Για να ενεργοποιήσετε την λειτουργία αποκατάστασης (Recovery).

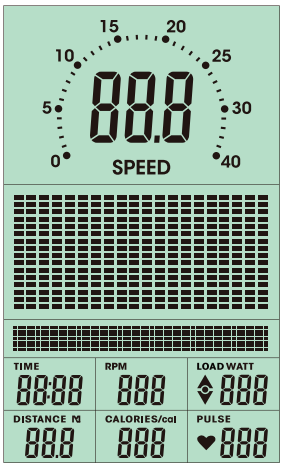
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΩΝ

TIME	Ο χρόνος θα μετράται από το 00:00 έως μέγιστο το 99:00 με προσαύξηση ανά 1 λεπτό.
SPEED	Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα εκγύμνασης. Η μέγιστη ταχύτητα είναι 99.9 KM/H ή ML/H.
RPM	Εμφανίζει τις Περιστροφές Ανά Λεπτό. Το εύρος ένδειξης είναι 0~100 RPM.
DISTANCE	Συσσωρεύει την συνολική απόσταση από 00:0 έως 99.9 KM ή ML. Ο χρήστης μπορεί να προκαθορίσει τον στόχο απόστασης που επιθυμεί να διανύσει, περιστρέφοντας τον τρόχο UP/DOWN (Πάνω/Κάτω). Κάθε περιστροφή αντιστοιχεί σε 0.1 KM ή ML.

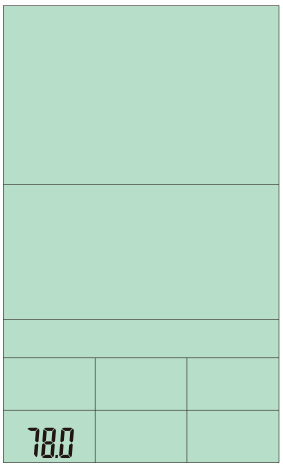
CALORIES	Συσσωρεύει την συνολική καύση θερμίδων κατάτ την διάρκεια της προπόνησης από το 0 έως μέγιστο όριο 990 θερμίδες. Κάθε μονάδα για αύξηση ή μείωση είναι 10 KCL. (Τα δεδομένα αυτά αποτελούν ένα πρόχειρο οδηγό, προς σύγκριση με διαφορετικές συνεδρίες εκγύμνασης, και δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ιατρική περίθαλψη).
PULSE	Ο χρήστης μπορεί να ορίσει στόχο καρδιακών παλμών από 30 έως 230.
WATTS	Εμφανίζει τα τρέχοντα Watts προπόνησης. Το εύρος ένδειξης είναι 0-999.

ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ

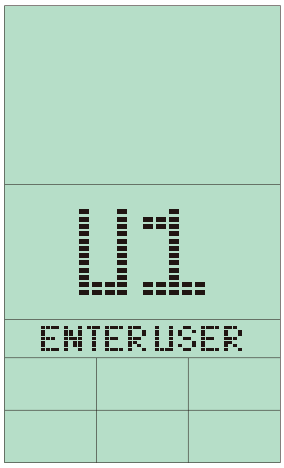
1. Συνδέστε την παροχή ρεύματος στην κονσόλα ή πιέστε παρατεταμένα το πλήκτρο RESET για 2 δευτερόλεπτα. Η οθόνη LCD θα εμφανίσει όλα τα τμήματα με ένα μακρύ ήχο beep, για 2 δευτερόλεπτα, και θα εμφανίσει την ένδειξη 78.0, όπως παρακάτω (Εικόνες 1 & 2).
2. Ο χρήστης μπορεί να κυλίσει τον τροχό επιλογής για να επιλέξει προφίλ χρήστη USER 1-4 και κατόπιν να πατήσει το ENTER για επιβεβαίωση (Εικόνες 3 & 4). Έπειτα μπορεί να επαναφέρει τα δεδομένα χρήστη για SEX (φύλο), AGE (ηλικία), HEIGH (ύψος) και WEIGHT (βάρος), για ρύθμιση. (Εικόνες 4-7)



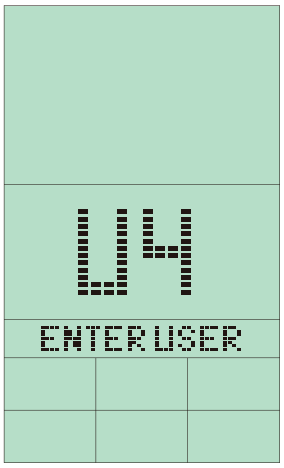
ΕΙΚΟΝΑ 1



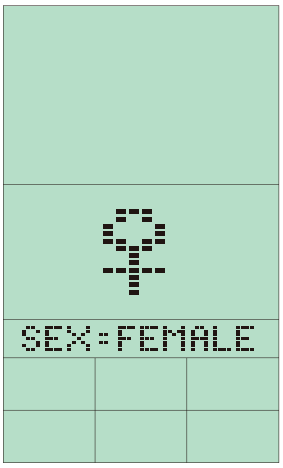
ΕΙΚΟΝΑ 2



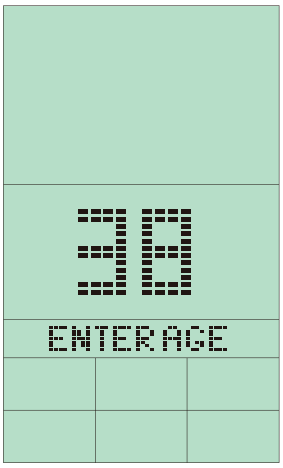
ΕΙΚΟΝΑ 3



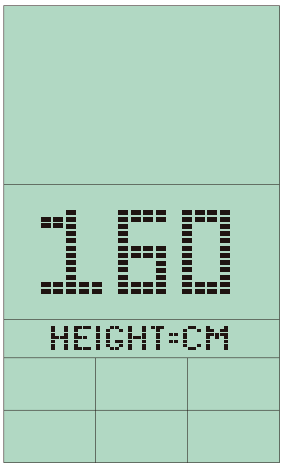
ΕΙΚΟΝΑ 4



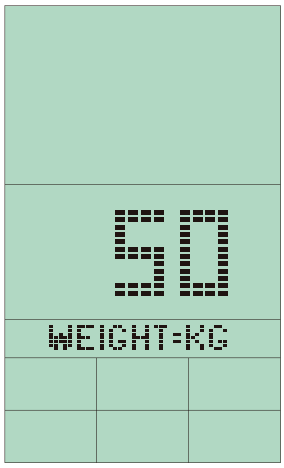
ΕΙΚΟΝΑ 5



ΕΙΚΟΝΑ 6



ΕΙΚΟΝΑ 7

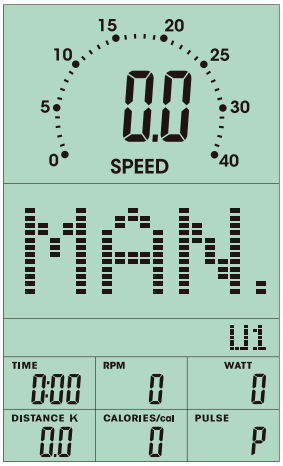


ΕΙΚΟΝΑ 7

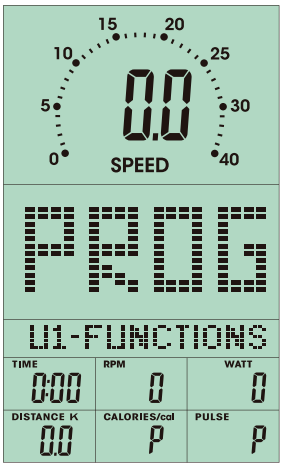
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ

1. Οι επιλογές προγραμμάτων είναι MANUAL → PROGRAM → USER PROGRAM → H.R.C. → WATT (ΕΙΚΟΝΕΣ 8~12)

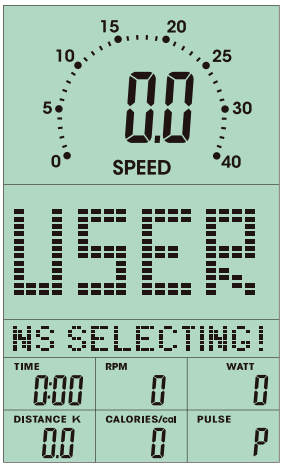
2. Κυλίστε τον τροχό κύλισης για να επιλέξετε το πρόγραμμα που επιθυμείτε και πατήστε το ENTER για επιβεβαίωση. Ή πιέστε το START/STOP για να ξεκινήσετε άμεσα την Χειροκίνητη (MANUAL) λειτουργία.



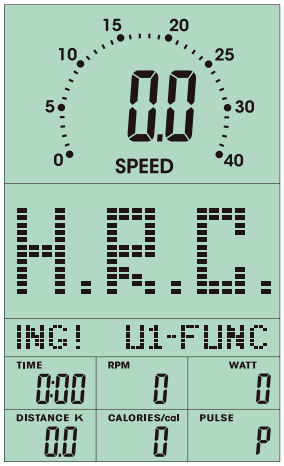
ΕΙΚΟΝΑ 8



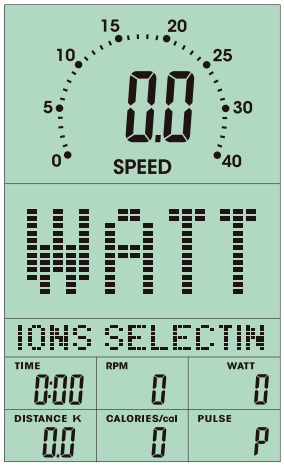
ΕΙΚΟΝΑ 9



ΕΙΚΟΝΑ 10



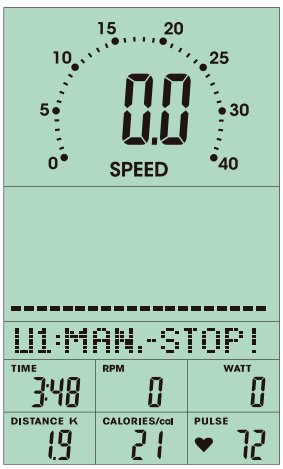
ΕΙΚΟΝΑ 11



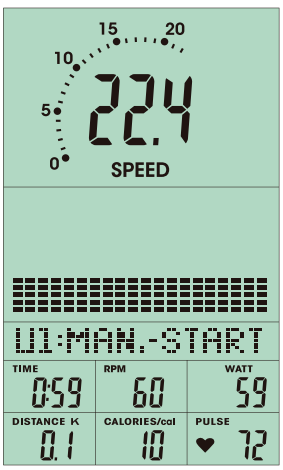
ΕΙΚΟΝΑ 12

ΓΡΗΓΟΡΗ ΕΚΚΙΝΗΣΗ ΣΤΗΝ ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

1. Πιέστε το ENTER για να μπείτε στην Χειροκίνητη (MANUAL) λειτουργία και η οθόνη θα αναβοσβήσει (ΕΙΚΟΝΑ 13).
2. Πιέστε το START/STOP για να ξεκινήσετε την εκγύμναση. Το επίπεδο αντίστασης είναι ρυθμιζόμενο κατά την διάρκεια της άσκησης. (ΕΙΚΟΝΑ 14).
3. Ο χρήστης μπορεί να πιέσει το START/STOP για να σταματήσει την άσκηση.



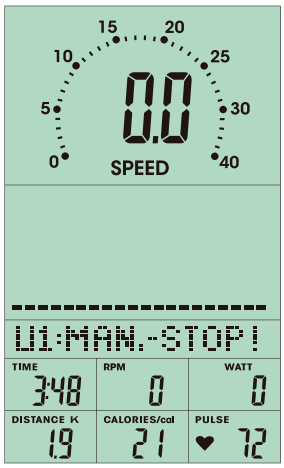
ΕΙΚΟΝΑ 13



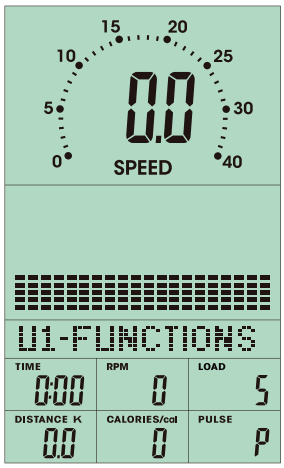
ΕΙΚΟΝΑ 14

ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ (MANUAL MODE)

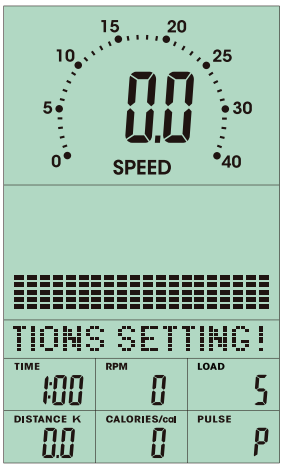
1. Μετά την επιλογή της Χειροκίνητης (MANUAL) λειτουργίας (ΕΙΚΟΝΑ 13), ο χρήστης μορεί να χρησιμοποιήσει τον τροχό επιλογής UP/DOWN (Πάνω/Κάτω) για να αυξομειώσει επίπεδο (από 1 έως 16) και να πιέσει το ENTER για επιβεβαίωση.
2. Ο χρήστης μπορεί να προκαθορίσει τα δεδομένα εκγύμνασης (TIME, DISTANCE, CALORIES, PULSE) και να πιέσει START/STOP για να ξεκινήσει την άσκηση.
   Ο χρήστης μπορεί να πιέσει RESET για να επιστρέψει στις ρυθμίσεις της Χειροκίνητης Λειτουργίας.
3. Το επίπεδο είναι ρυθμιζόμενο κατά τη διάρκεια της άσκησης.



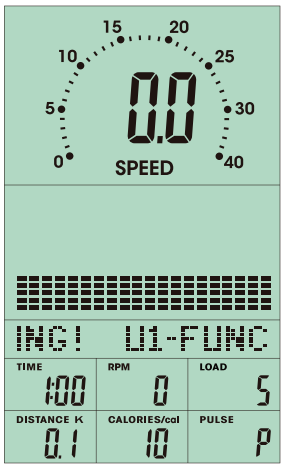
ΕΙΚΟΝΑ 13



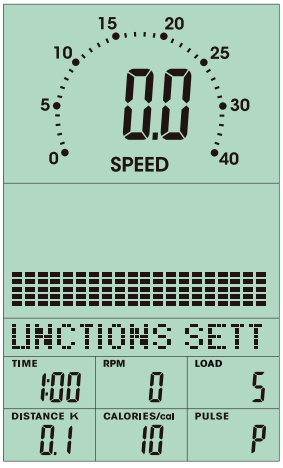
ΕΙΚΟΝΑ 14



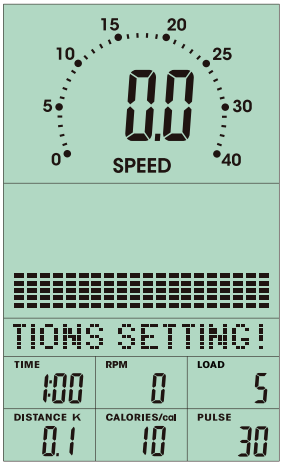
ΕΙΚΟΝΑ 15



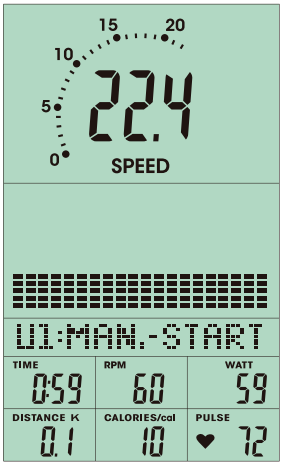
ΕΙΚΟΝΑ 16



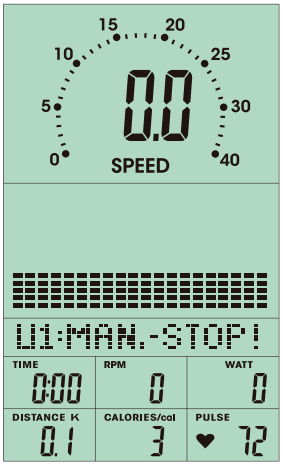
ΕΙΚΟΝΑ 17



ΕΙΚΟΝΑ 18

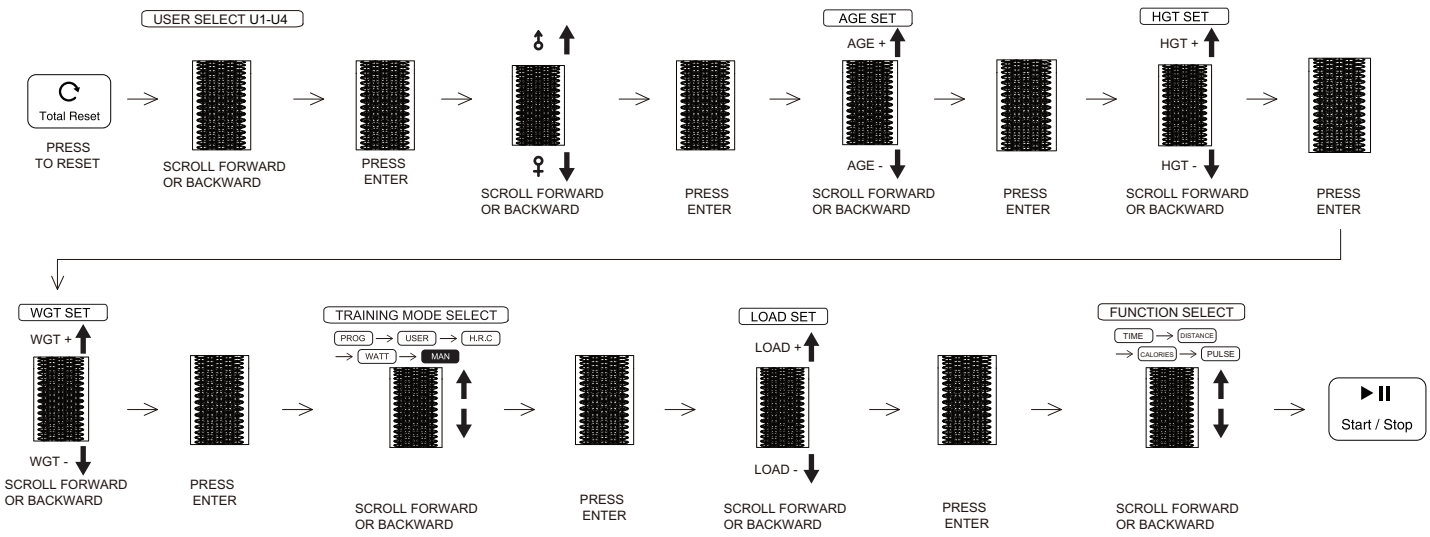


ΕΙΚΟΝΑ 19



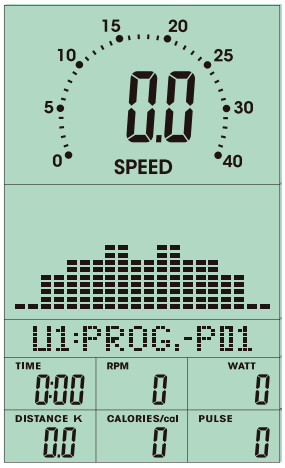
ΕΙΚΟΝΑ 20

ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΗ Λειτουργία (MANUAL mode)

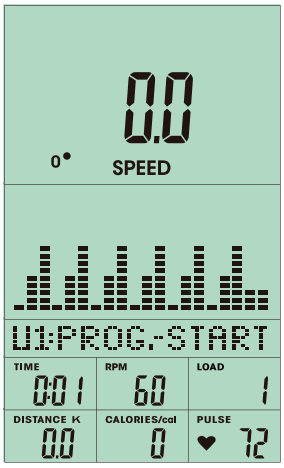


ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ (PROGRAM MODE)

1. Αφού μπει στην Λειτουργία Προγραμμάτων, ο χρήστης μπορεί να κυλίσει τον τροχό επιλογής για να επιλέξει το προφίλ προγράμματος από P1-P12, και έπειτα να πιέσει ENTER για επιβεβαίωση.
2. Ο χρήστης μπορεί να επαναφέρει τα δεδομένα χρόνου και να πιέσει το START/STOP για να ξεκινήσει την άσκηση.
3. Μετά την έναρξη της εκγύμνασης, ο Χρόνος θα αρχίσει να μετράται αντίστροφα. Όταν ο Χρόνος φτάσει στο 0, η οθόνη αναβοσβήνει και ακούγεται ηχητικό σήμα. Ο χρήστης μπορεί να πιέσει οποιοδήποτε πλήκτρο για να σταματήσει το ηχητικό σήμα.



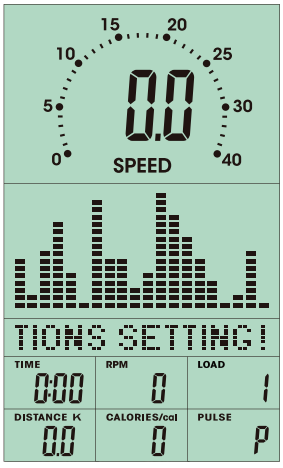
ΕΙΚΟΝΑ 21



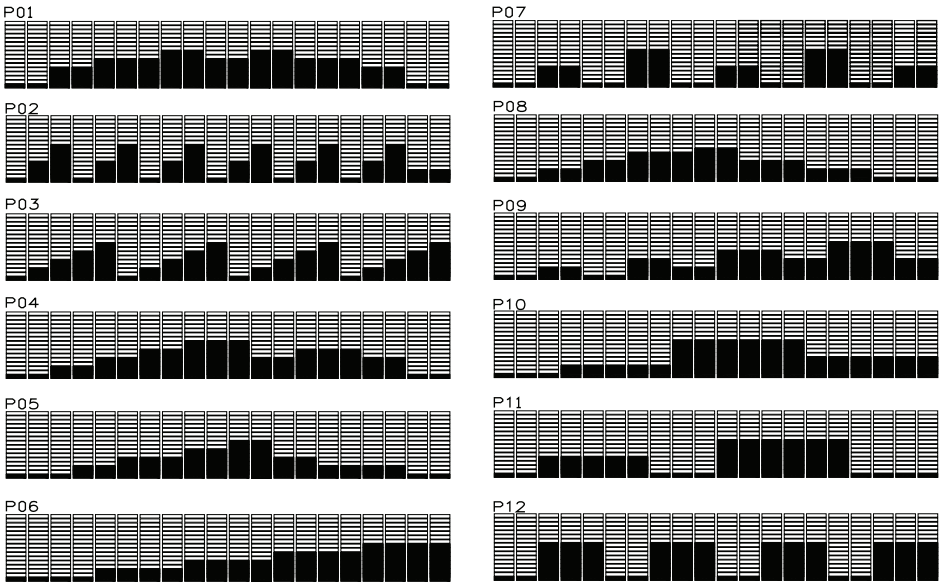
ΕΙΚΟΝΑ 22



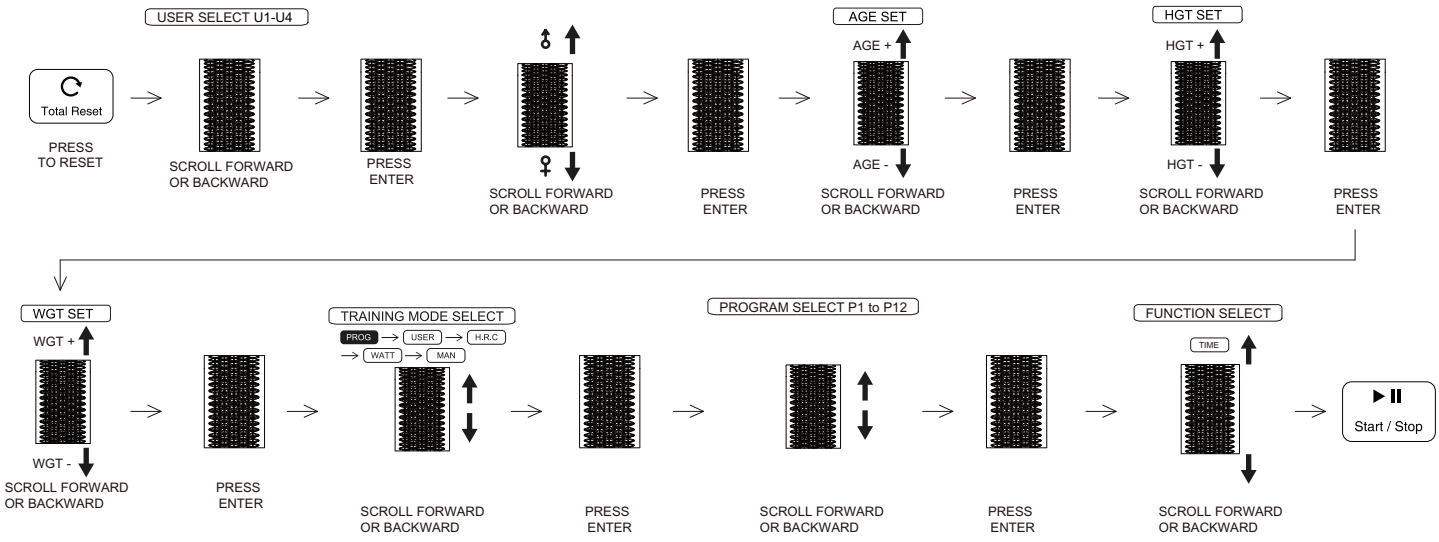
ΕΙΚΟΝΑ 23



ΕΙΚΟΝΑ 24

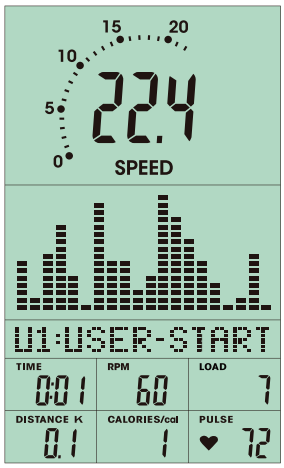


Λειτουργία ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ (PROGRAM mode)

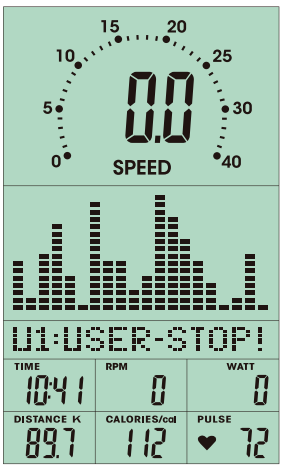


ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΧΡΗΣΤΗ (USER PROGRAM)

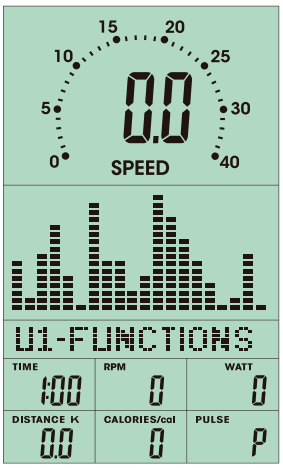
1. Κατόπιν εισαγωγής στη Λειτουργία Προγράμματος Χρήστη,η πρώτη στήλη του προφίλ αναβοσβήνει (ΕΙΚΟΝΑ 25). Ο χρήστης μπορεί να χρησιμοποιήσει τον τροχό επιλογής για να ρυθμίσει το επίπεδο αντίστασης (ΕΙΚΟΝΑ 26), ώστε να δημιουργήσει το δικού του/της προφίλ χρήστη.
2. Μετά την ρύθμιση (από την στήλη 1 έως την 20), ο χρήστης μπορεί να πατήσει παρατεταμένα για δύο δευτερόλεπτα το πλήκτρο MODE για να σταματήσει την ρύθμιση του προφίλ και να περάσει στην ρύθμιση Χρόνου.
3. Ενώ πραγματοποιεί τις ρυθμίσεις προφίλ, ο χρήστης μπορεί να πιέσει το RESET για να επιστρέψει στο μενού.
4. Μετά την έναρξη της εκγύμνασης (ΕΙΚΟΝΑ 27-29), ο Χρόνος θα αρχίσει να μετράται αντίστροφα. Όταν ο Χρόνος φτάσει στο 0, η οθόνη αναβοσβήνει και ακούγεται ηχητικό σήμα. Ο χρήστης μπορεί να πιέσει οποιοδήποτε πλήκτρο για να σταματήσει το ηχητικό σήμα.



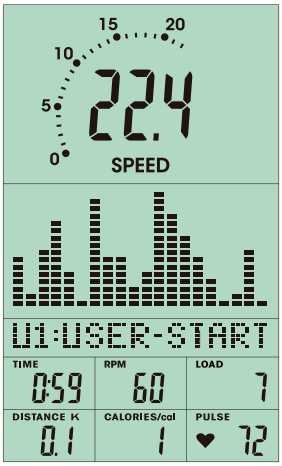
ΕΙΚΟΝΑ 25



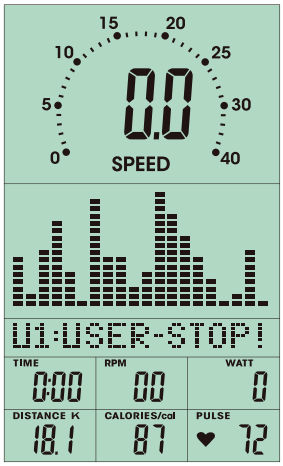
ΕΙΚΟΝΑ 26



ΕΙΚΟΝΑ 27

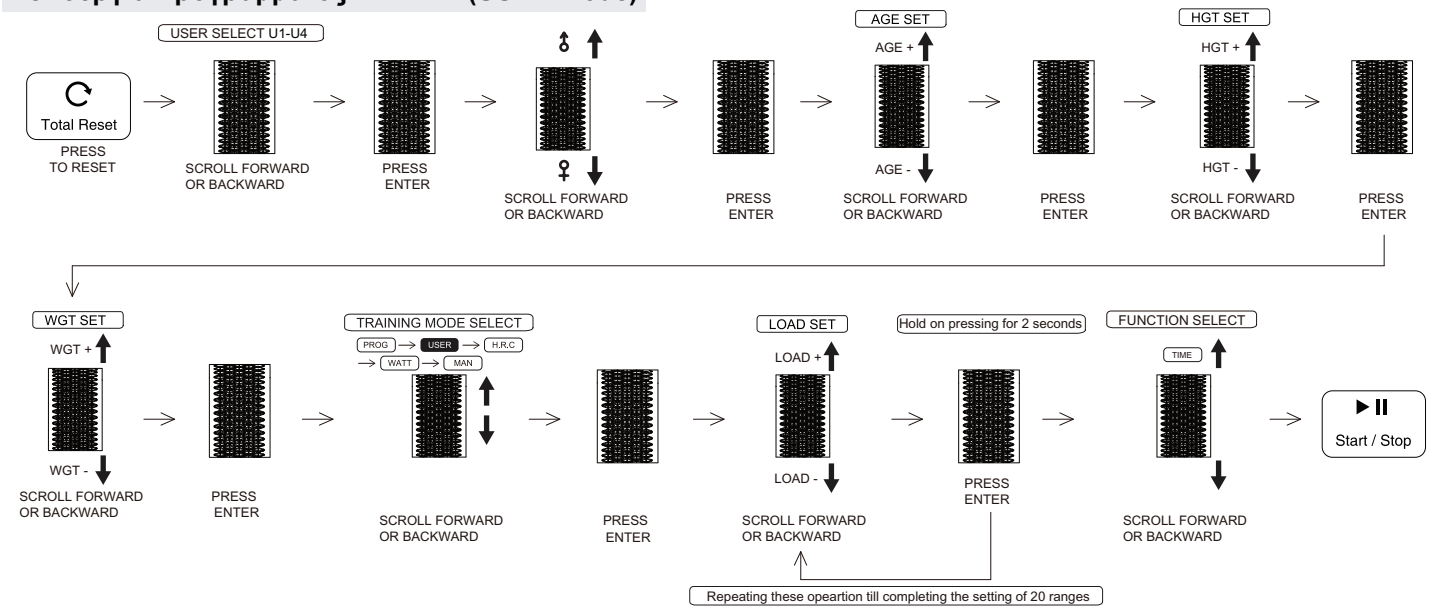


ΕΙΚΟΝΑ 28



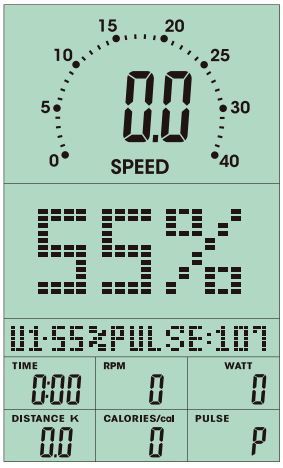
ΕΙΚΟΝΑ 29

Λειτουργία Προγράμματος ΧΡΗΣΤΗ (USER mode)

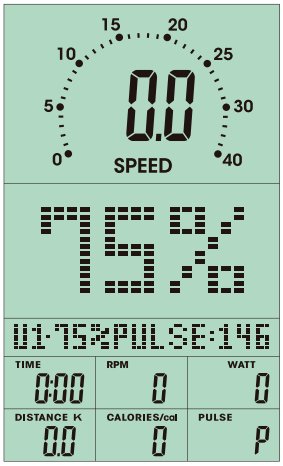


ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΡΔΙΑΚΩΝ ΠΑΛΜΩΝ (HEART RATE CONTROL)

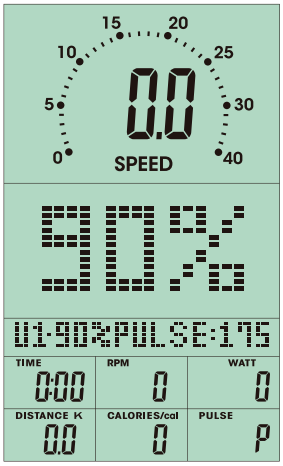
1. Αφού μπείτε στην Λειτουργία Ελέγχου Καρδιακών Παλμών, η οθόνη θα εμφανίσει ποσοστό καρδιακών παλμών 55%, 75%, 90% και TARGET (Στόχος). Ο χρήστης μπορεί να επιλέξει ποσοστό καρδιακών παλμών κυλώντας τον τροχό επιλογής.
2. Ο χρήστης μπορεί να προκαθορίσει τα δεδομένα Χρόνου (TIME) και έπειτα να πιέσει START/STOP για να ξεκινήσει
3. την άσκηση.
   Μετά την έναρξη της εκγύμνασης, ο Χρόνος θα αρχίσει να μετράται αντίστροφα. Όταν ο Χρόνος φτάσει στο 0, η οθόνη αναβοσβήνει και ακούγεται ηχητικό σήμα. Ο χρήστης μπορεί να πιέσει οποιοδήποτε πλήκτρο για να σταματήσει το ηχητικό σήμα. Εάν δεν υπάρξει εισαγωγή δεδομένων HR (Καρδιακών Παλμών) για 5 δευτερόλεπτα, η οθόνη LCD Θα εμφανίσει την ένδειξη  μέχρι να ληφθεί σήμα HR.



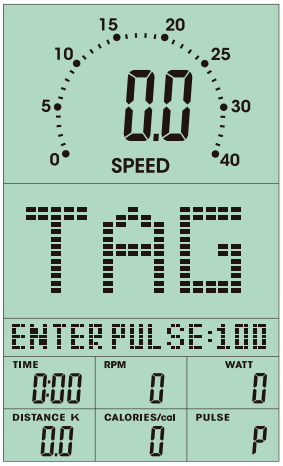
ΕΙΚΟΝΑ 29



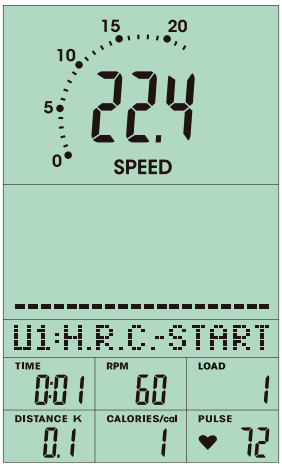
ΕΙΚΟΝΑ 30



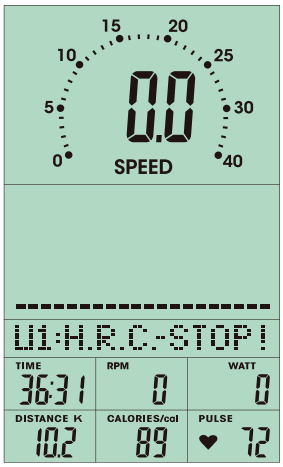
ΕΙΚΟΝΑ 31



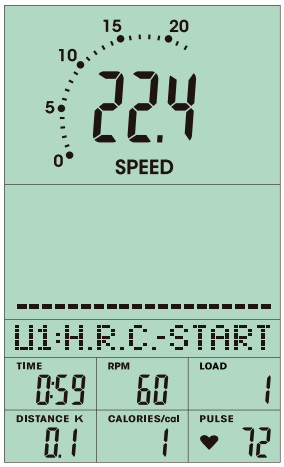
ΕΙΚΟΝΑ 32



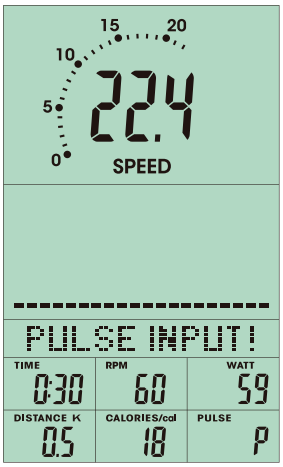
ΕΙΚΟΝΑ 33



ΕΙΚΟΝΑ 34

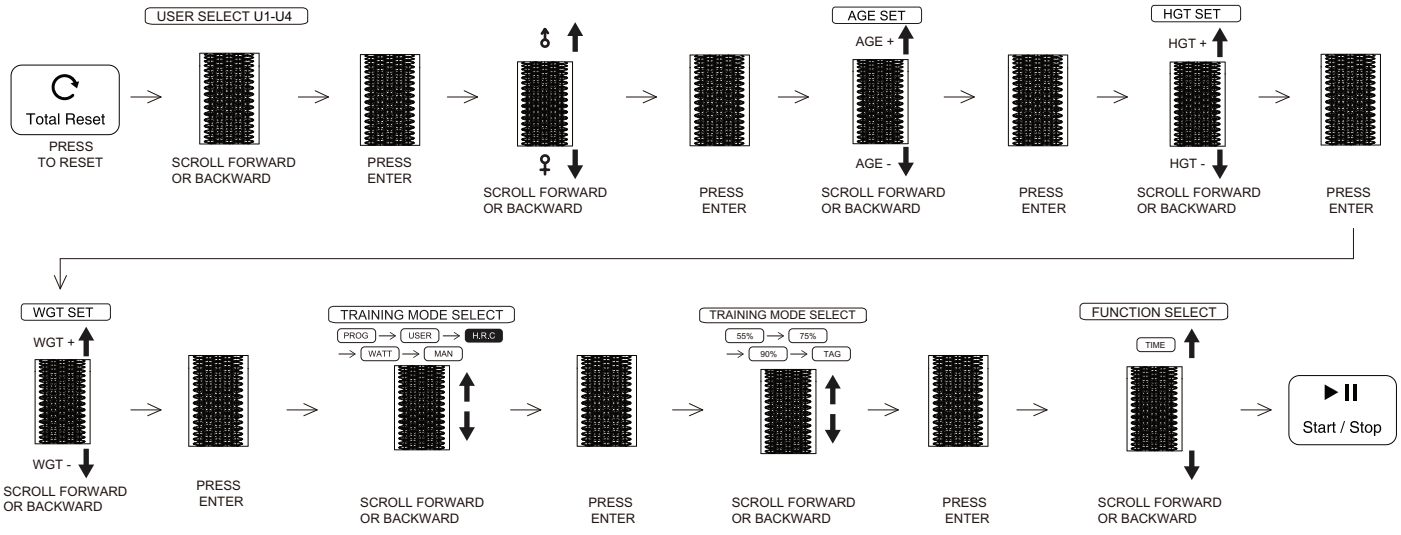


ΕΙΚΟΝΑ 35



ΕΙΚΟΝΑ 36

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΡΔΙΑΚΩΝ ΠΑΛΜΩΝ (H.R.C. mode)



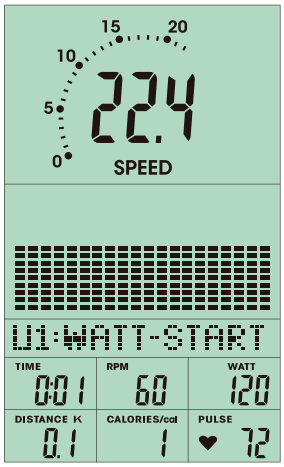
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ WATT

1. Στην κατάσταση αναμονής, επιλέξτε WATT και έπειτα πιέστε ENTER για επιβεβαίωση.
2. Η προεπιλεγμένη αξία WATT 120 θα αναβοσβήσει στην οθόνη. Κυλίστε τον τροχό επιλογής για να καθορίσετε την στοχευμένη αξία Watt από 10-350. Πιέστε START για να ξεκινήσετε.
3. Ο χρήστης μπορεί να καθορίσει τα δεδομένα Χρόνου (TIME) και να πιέσει START/STOP για να ξεκινήσει την άσκηση.
4. Μετά την έναρξη της εκγύμνασης, ο Χρόνος θα αρχίσει να μετράται αντίστροφα. Όταν ο Χρόνος φτάσει στο 0, η οθόνη αναβοσβήνει και ακούγεται ηχητικό σήμα. Ο χρήστης μπορεί να πιέσει οποιοδήποτε πλήκτρο για να σταματήσει το ηχητικό σήμα.
5. Η αξία WATT είναι ρυθμιζόμενη κατά την διάρκεια της άσκησης. Ο χρήστης μπορεί να κυλίσει τον τροχό επιλογής για να ρυθμίσει τα WATT σύμφωνα με τις οδηγίες:

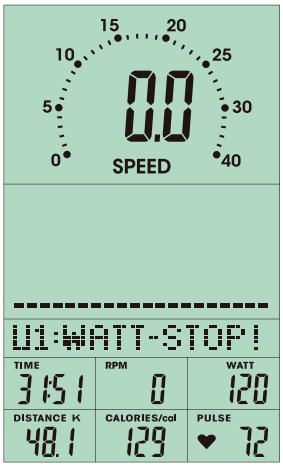
▲ : Αξία Watt > Ρυθμισμένη αξία 25% --- Ο χρήστης πρέπει να επιβραδύνει.

● : Αξία Watt ίση με την ρυθμισμένη αξία 25% --- Ο χρήστης πρέπει να διατηρήσει την ίδια ταχύτητα.

▼ : Αξία Watt < Ρυθμισμένη αξία 25% --- Ο χρήστης πρέπει να επιταχύνει.

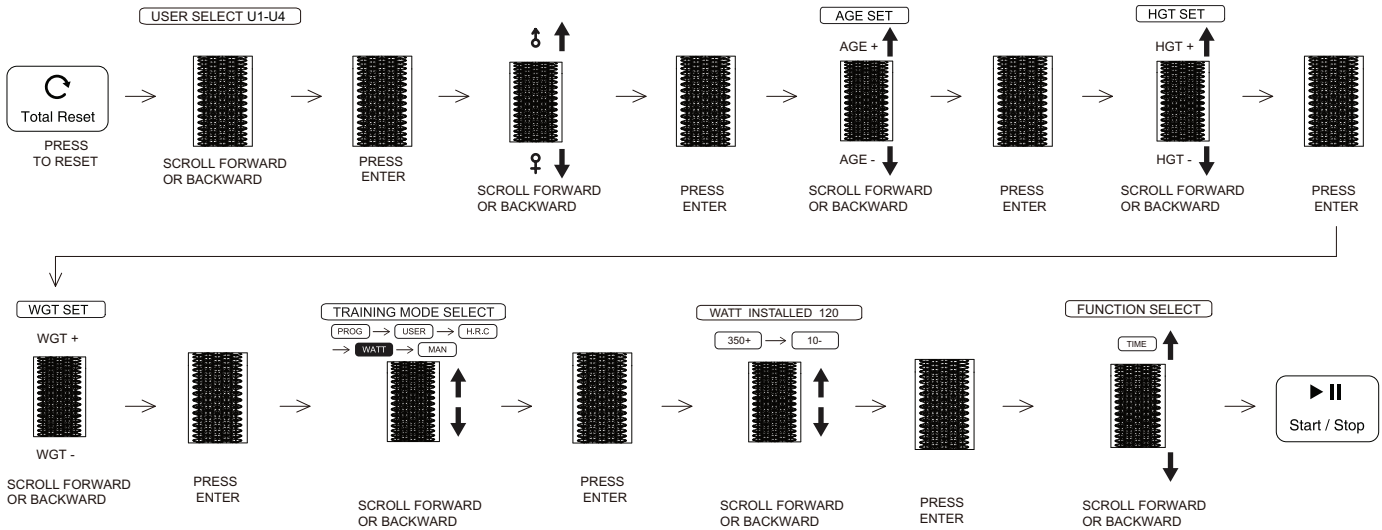


ΕΙΚΟΝΑ 37



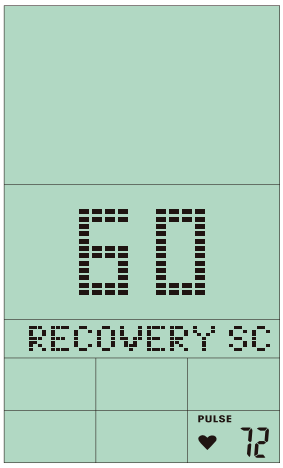
ΕΙΚΟΝΑ 38

Λειτουργία WATT (WATT mode)

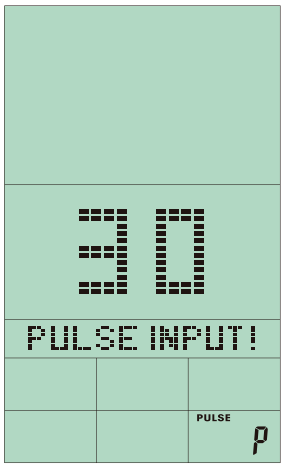


ΑΠΟΚΑΤΑΣΤΑΣΗ (RECOVERY)

Μετά την εκγύμναση, διατηρήστε για κάποιο διάστημα τα χέρια σας πάνω στις χειρολαβές και πιέστε το πλήκτρο “RECOVERY”.
Όλες οι ενδείξεις λειτουργίας θα σταματήσουν εκτός από την ένδειξη χρόνου (TIME), που θα μετρήσει αντίστροφα από το 00:60 - 00:00. Η οθόνη θα εμφανίσει το επίπεδο αποκατάστασης των καρδιακών σας παλμών με την ένδειξη F1, F2, ... F6. F1 είναι το βέλτιστο και το F6 το χείριστο. Ο χρήστης μπορεί να συνεχίσει την άσκηση για να βελτιώσει την αποκατάσταση των καρδιακών παλμών του. (Πιέστε εκ νέου το RECOVERY για να επιστρέψετε στην αρχική οθόνη.)



ΕΙΚΟΝΑ 39



ΕΙΚΟΝΑ 40

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

1. Όταν ο χρήστης σταματήσει το πεντάλ για 4 λεπτά, ο υπολογιστής θα περάσει στην Λειτουργία Εξοικονόμησης Ρεύματος και όλες οι ρυθμίσεις και τα δεδομένα άσκησης θα αποθηκευθούν, έως ότου ο χρήστης συνεχίσει την άσκηση.
2. Η κονσόλα αυτή απαιτεί μετασχηματιστή 9V / 1A.
3. Όταν η κονσόλα δεν λειτουργεί φυσιολογικά, παρακαλούμε αφαιρέστε και επανασυνδέστε τον μετασχηματιστή.

ΣΥΝΔΕΣΙΜΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Η κονσόλα αυτή είναι εξοπλισμένη με συνδεσιμότητα Bluetooth. Παρακαλούμε λάβετε υπ' όψιν σας ότι η συσκευή κινητού σας θα πρέπει να είναι συμβατή με την εκδοχή αυτή του Bluetooth (bluetooth 4.0).

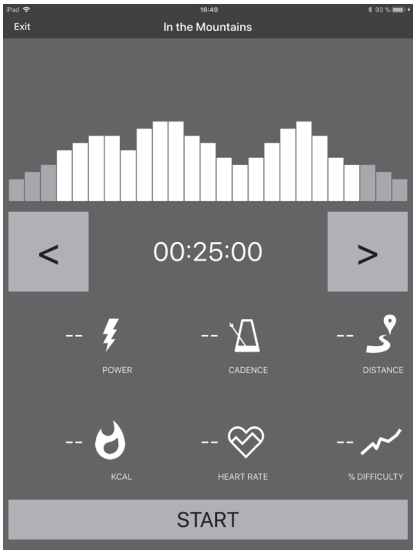
Για να χρησιμοποιήσετε εφαρμογές εκγύμνασης θα πρέπει να ενεργοποιήσετε την λειτουργία Bluetooth στην συσκευή σας (tablet ή κινητό smartphone) και να ανοίξετε την εφαρμογή. Επιλέξτε τον εξοπλισμό σας. Παρακαλούμε ακολουθήστε τις οδηγίες που σας δίνονται στην εφαρμογή. Θα βρείτε την ονομασία του εξοπλισμού σας πάνω σε ένα μικρό αυτοκόλλητο, στο πίσω μέρος της κονσόλας.

Θα βρείτε τις εφαρμογές εκγύμνασης στα αντίστοιχα καταστήματα εφαρμογών της Google ή της Apple. Εκεί θα βρείτε τις εφαρμογές “Kinomap” ή “Zwift”. Παρακαλούμε λάβετε υπ' όψιν σας ότι εν λόγω εφαρμογές παρέχονται από εξωτερικό κατασκευαστή.

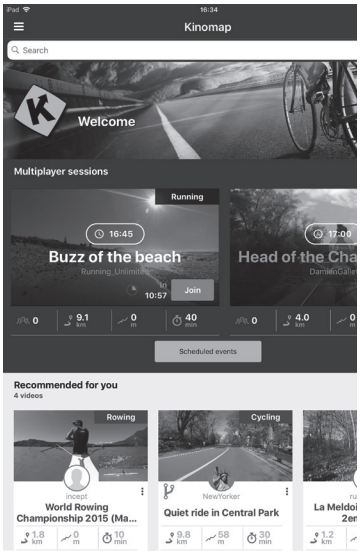
ZWIFT

ANDROID APP ON Google play

Download on the App Store

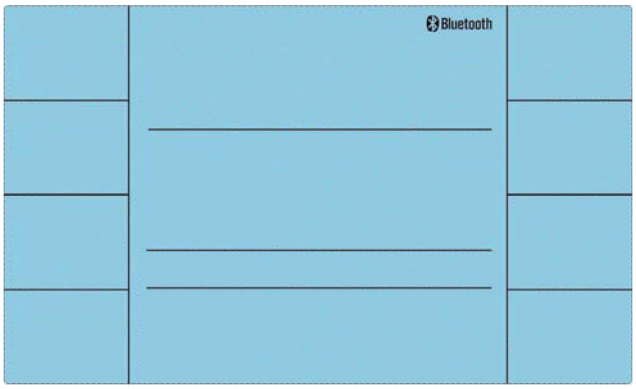






Παράδειγμα: Kinomap

Ενώ η κονσόλα συνδέεται με επιτυχία με την συσκευή σας μέσω Bluetooth, η οθόνη της κονσόλας θα γίνει όπως στην εικόνα 64.



ΕΙΚΟΝΑ 64

ΕΓΓΥΗΣΗ ΓΝΗΣΙΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ

ΕΓΓΥΗΣΗ ΚΑΙ ΧΡΟΝΙΚΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΥΤΗΣ

Η ΜΕΚΜΑ Α.Ε. εγγυάται όλα τα μέρη του μηχανήματος, 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 βαρύνει τον πελάτη. Η ευθύνη της ΜΕΚΜΑ Α.Ε. περιλαμβάνει νέα ή ανακατασκευασμένα μέρη, στην επιλογή της, και τεχνική υποστήριξη στην έδρα της ή στους κατά τόπους 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 χρονική διάρκεια της ΕΓΓΥΗΣΗΣ ισχύει:

Πλαίσιο 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 μηχανήματος σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται σε αυτό το εγχειρίδιο.
3. Κατάλληλη εγκατάσταση από μια εξουσιοδοτημένη επιχείρηση υπηρεσιών σύμφωνα με τις οδηγίες που παρέχονται στο μηχάνημα.
4. 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.

5. Οι ζημίες του μηχανήματος 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 την 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 βαραίνουν 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. 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 ή κακή συναρμολόγηση του χρήστη.
4. Όταν γενικώς δεν έχουν ακολουθηθεί οι οδηγίες χρήσης που αναγράφονται στο εγχειρίδιο.
5. Όταν η συσκευή χρησιμοποιείται σε γυμναστήρια, γυμναστικούς συλλόγους, studio's, ή άλλη εμπορική ή επαγγελματική χρήση.

ΕΠΙΣΚΕΥΗ
Κρατήστε την απόδειξη αγοράς σας (ή αντίγραφό 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.
2. Ελάτε σε επαφή με το τμήμα service (210) 2758228.

ΜΗ ΣΤΕΙΛΕΤΕ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΜΗΧΑΝΗΜΑ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΙΑ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗ ΕΓΚΡΙΣΗ.
Όλα τα μηχανήματα που φθάνουν χωρίς έγκριση θα απορρίπτονται.
Η αποστολή στο τμήμα επισκευών, γίνεται με ευθύνη και έξοδα του πελάτη, ο οποίος είναι υπεύθυνος για την μεταφορά.

Για περισσότερες πληροφορίες, ή για να έρθετε σε επαφή με το τμήμα service, επικοινωνήστε στο:
ΜΕΚΜΑ Α.Ε.
Γρηγορίου Λαμπράκη 21 Λυκόβρυση Τ.Κ. 14123
Τηλέφωνο: (210) 2758228 – Fax (210)2774798
E-mail: service@mekma.gr

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