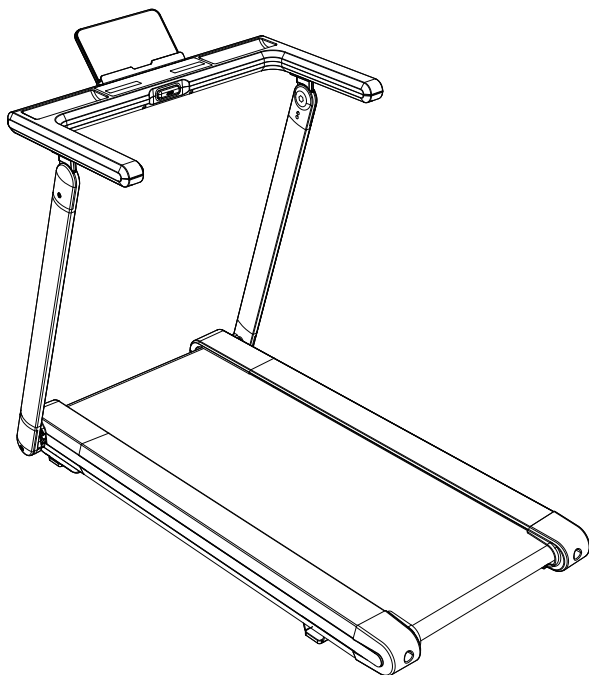




Αναδιπλούμενος διάδρομος τρεξίματος με κλίση

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

X20/AP01



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

1. ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ	1
2. ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ	2
3. ΒΗΜΑΤΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ	4
4. ΟΔΗΓΙΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ.....	6
5. ΚΩΔΙΚΟΙ ΣΦΑΛΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΛΥΣΕΙΣ.....	11
6. ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ	13
7. ΜΕΤΡΑ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	15

1 ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ

Πριν από τη χρήση της συσκευής, διαβάστε προσεκτικά όλες τις οδηγίες.

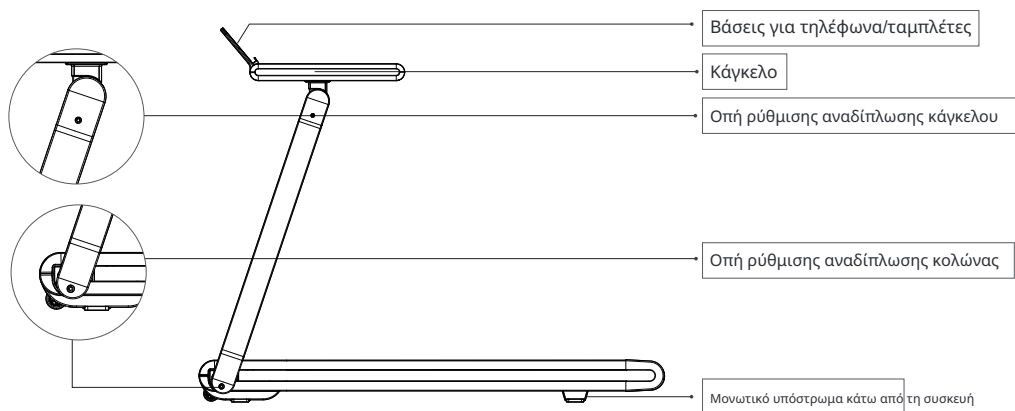
⚠ ΠΡΟΣΟΧΗ: Ακολουθήστε τις παρακάτω οδηγίες για να αποφύγετε τραυματισμό δικό σας ή τρίτων.

01. Πριν από την έναρξη χρήσης του διαδρόμου τρεξίματος, βεβαιωθείτε ότι είναι σωστά γειωμένος, ώστε να περιοριστεί ο κίνδυνος και τα ατυχήματα.
02. Κατά τη χρήση του διαδρόμου, στερεώστε το κλιπ του κλειδιού ασφαλείας (κόκκινου) στο ένδυμα, ώστε σε περίπτωση ανάγκης να μπορείτε άμεσα να αποσπάσετε το κλειδί ασφαλείας και να σταματήσετε τον διάδρομο για τη δική σας προστασία.
03. (1) Πριν από την έναρξη του προγράμματος άσκησης, συμβουλευτείτε ιατρό.
(2) Κατά τη διάρκεια της άσκησης πρέπει να φοράτε κατάλληλα αθλητικά υποδήματα (αποφύγετε το τρέξιμο με παντόφλες, καθώς μπορεί να εμπλακούν στη συσκευή και να προκαλέσουν βλάβη).
(3) Διατηρείτε καθαρό το περιβάλλον γύρω από τον διάδρομο, ώστε να αποφεύγεται η συσσώρευση σκόνης στην ταινία, η οποία μπορεί να προκαλέσει μηχανικά προβλήματα.
04. Αυτό το συγκεκριμένο μοντέλο διαδρόμου έχει σχεδιαστεί αποκλειστικά για ατομική χρήση. Για την αποφυγή τυχόν ατυχημάτων, αποφύγετε πάντα την παρουσία παιδιών ή κατοικίδιων κοντά στον διάδρομο κατά τη λειτουργία του.
05. Μετά την πλήρη ανάπτυξη, πρέπει να εξασφαλιστεί ελάχιστη απόσταση μεταξύ του διαδρόμου τρεξίματος και των τοίχων και επίπλων (τουλάχιστον τρία πόδια από κάθε πλευρά).
06. Σε περίπτωση βλάβης του καλωδίου τροφοδοσίας, η χρήση του διαδρόμου τρεξίματος πρέπει να διακοπεί άμεσα.
07. Σε περίπτωση βλάβης ή δυσλειτουργίας του διαδρόμου τρεξίματος, η χρήση του πρέπει να διακοπεί αμέσως. Παρακαλούμε επικοινωνήστε άμεσα με τον τοπικό διανομέα για άμεση επισκευή.
08. Απαγορεύεται η χειροκίνητη επαφή με οποιαδήποτε κινούμενα μέρη. Παρακαλούμε μη πιέζετε ούτε εισάγετε αντικείμενα στον μηχανισμό του διαδρόμου τρεξίματος.
09. Ο διάδρομος τρεξίματος πρέπει να χρησιμοποιείται αποκλειστικά σε κλειστούς χώρους, αποφεύγοντας την έκθεση σε ακραίες εξωτερικές θερμοκρασίες ή σε πιθανώς ανθυγιεινές συνθήκες γυμναστηρίου.
10. Ο διάδρομος τρεξίματος πρέπει να τοποθετείται σε καθαρή και επίπεδη επιφάνεια, να εξασφαλίζεται η σωστή αερισμός, να βεβαιώνεται ότι δεν υπάρχουν αιχμηρά αντικείμενα κοντά και να μη χρησιμοποιείται κοντά σε πηγές νερού ή θερμότητας.
11. Κατά την επιβίβαση και αποβίβαση από τον διάδρομο τρεξίματος θα πρέπει να χρησιμοποιούνται τα χειρολισθήρια. Απαγορεύεται η αποβίβαση πριν ο διάδρομος τρεξίματος σταματήσει πλήρως. Σε περίπτωση επείγουσας ανάγκης εξόδου από τον διάδρομο τρεξίματος, πρέπει να αφαιρεθεί το κλειδί ασφαλείας προκειμένου να σταματήσει αμέσως ο διάδρομος.
12. Ο διάδρομος τρεξίματος δεν πρέπει να χρησιμοποιείται κοντά σε αναπνευστικές συσκευές ή αερόλυμα ή σπρέι που δημιουργούν ομίχλη.
13. Για να διασφαλιστεί η βέλτιστη λειτουργία του διαδρόμου, δεν επιτρέπεται η εγκατάσταση ή σύνδεση εξαρτημάτων ή στοιχείων που δεν αποτελούν μέρος του αυθεντικού σετ που παρέχεται από τον κατασκευαστή.
14. Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα του διαδρόμου έχουν συναρμολογηθεί και στερεωθεί σωστά.
15. Μετά το πέρας της χρήσης, απενεργοποιήστε πάντα την τροφοδοσία και αποσυνδέστε το καλώδιο παροχής ρεύματος από τον διάδρομο.

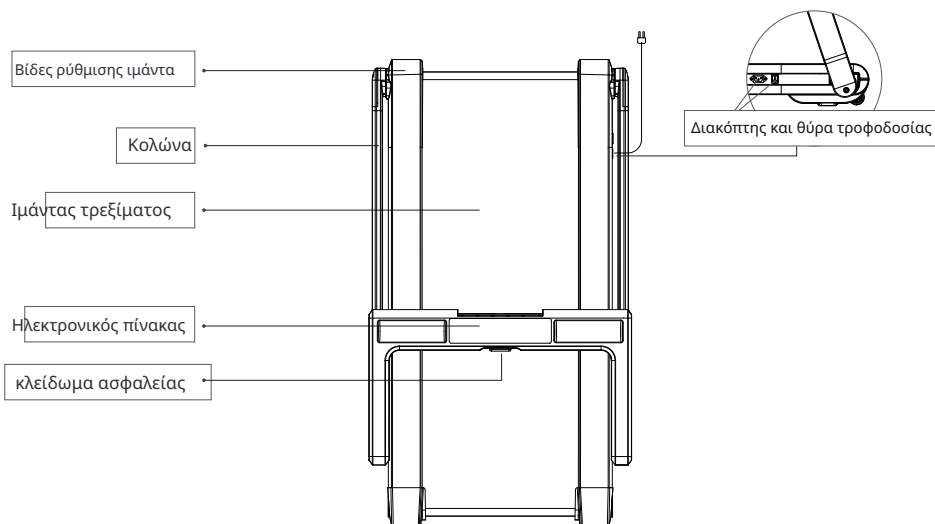
2 ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

ΕΜΦΑΝΙΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Πλάγια όψη



Όψη από πάνω

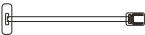


Μοντέλο	AP01/X20
Τάση (V)	220
Ισχύς αιχμής (W)	2610
Μέγιστο Φορτίο (kg)	181
Διαστάσεις Προϊόντος (mm)	1370 * 773 * 1088
Επιφάνεια Εργασίας (mm)	450 * 1300
Ταχύτητα (km/h)	1.0-18.0
Εύρος Κλίσης	1-15
Καθαρό Βάρος (kg)	39.84

Εντοπίστε το μοντέλο της συσκευής μέσα στο κουτί.

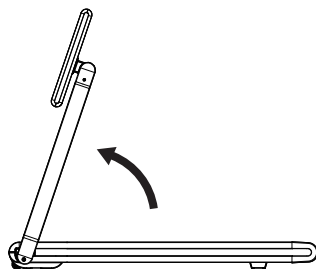
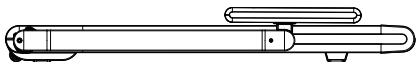
Τα παραπάνω δεδομένα προέρχονται από χειροκίνητες μετρήσεις. Ενδέχεται να υπάρχουν αποκλίσεις. Παρακαλούμε να λαμβάνονται υπόψη τα πραγματικά δεδομένα που έχουν καταγραφεί.

ΛΙΣΤΑ ΜΕΡΩΝ

ΑΡ.	Ονομασία	Εικόνα	Ποσότητα	Προσοχή
1	Κύρια βάση		1 τεμάχιο	
2	Βάσεις για τηλέφωνα/ταμπλέτες		1 τεμάχιο	
3	κλειδωμα ασφαλείας		1 τεμάχιο	
4	Καλώδιο τροφοδοσίας		1 τεμάχιο	
5	Λιπαντικό		1 τεμάχιο	
6	Κλειδί τύπου L 6 mm (δι-πλής χρήσης)		1 τεμάχιο	
7	Κυλινδρική βίδα		2 τεμάχια	
8	Οδηγίες χρήσης		1 τεμάχιο	
9	Συνοπτικός οδηγός		1 τεμάχιο	

3 ΒΗΜΑΤΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ

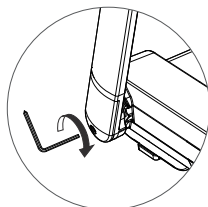
ΒΗΜΑΤΑ ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ



Ανοίξτε τη συσκευασία, αφαιρέστε τον εξοπλισμό και τοποθετήστε τον σε επίπεδη επιφάνεια.



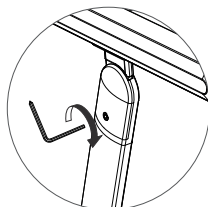
Ανεβάστε τη στήλη από κράμα αλουμινίου προς τα επάνω έως τη μέγιστη γωνία.



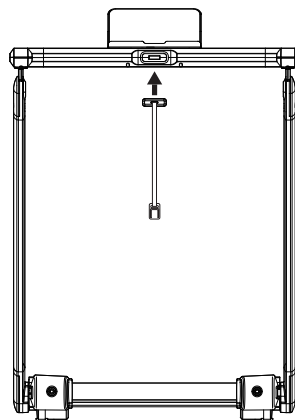
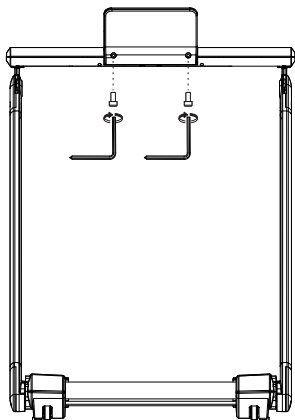
Χρησιμοποιώντας το εξαγωνικό κλειδί, σφίξτε τις αριστερή και δεξιά οπές στερέωσης, στρέφοντας δεξιόστροφα.



Κατεβάστε το υποβραχιόνιο και τον πίνακα ελέγχου στο μέγιστο γωνία κλίσης.



Χρησιμοποιώντας το εξαγωνικό κλειδί, σφίξτε τις αριστερή και δεξιά οπές στερέωσης, στρέφοντας δεξιόστροφα.



Τοποθετήστε τη στήριξη στην οπή του πίνακα ελέγχου, ευθυγραμμίστε τη με τη γραμμή δείκτη και σφίξτε τις βίδες.

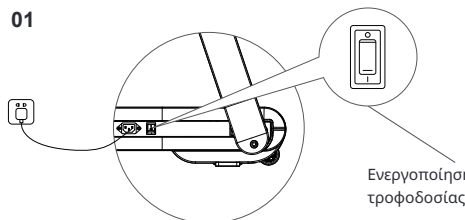


Ρυθμίστε το καλώδιο ασφαλείας στη θέση κλειώματος ασφαλείας, συνδέστε πρώτα το καλώδιο τροφοδοσίας και στη συνέχεια ενεργοποιήστε τον διακόπτη τροφοδοσίας.

4 ΟΔΗΓΙΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΔΙΑΔΡΟΜΟΥ

01



01. Συνδέστε την τροφοδοσία του διαδρόμου και στη συνέχεια ενεργοποιήστε τον διακόπτη (κόκκινο).

(1) Περιμένετε έως ότου ανάψει η οθόνη και μεταβείτε στην αρχική διεπαφή χρήστη.

02



2. Κλείδωμα ασφαλείας

(1). Τοποθετήστε το κλείδωμα ασφαλείας στο κατάλληλο σημείο της ηλεκτρονικής μονάδας ελέγχου για να θέσετε σε λειτουργία τον διάδρομο. Στερεώστε σωστά το κλιπ κλειδώματος στα ρούχα. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, απελευθερώστε αμέσως το κλείδωμα ασφαλείας για να σταματήσει ακαριαία ο κινητήρας του διαδρόμου. Για να συνεχίσετε τη χρήση, αρκεί να επανατοποθετήσετε το κλείδωμα ασφαλείας στη θέση του. Σε κάθε περίπτωση, μπορείτε να σταματήσετε αμέσως το διάδρομο αφαιρώντας το κλείδωμα ασφαλείας.

ΟΘΟΝΗ ΚΑΙ ΠΛΗΚΤΡΑ

Κατά τη λειτουργία της συσκευής, το παράθυρο της οθόνης ανανεώνεται αυτόματα κάθε 5 δευτερόλεπτα. Η ενδεικτική λυχνία στο κάτω μέρος του παραθύρου αλλάζει παράλληλα με την εμφάνιση των δεδομένων. Οι πληροφορίες που εμφανίζονται σε διάφορα παράθρυρα είναι οι εξής:

0.0

Incl.

00:00.0

Time Dist. Pace

0000.00

Steps Cadence

0.00

Speed

incl+

incl-

^

speed x 10

Start

Stop

∨

speed x 10

speed+

speed-

Εύρος εμφάνισης των τιμών του παραθύρου

Ονομασία	Αρχική τιμή	Εύρος εμφάνισης
Κλίση	0	0-15
Χρόνος (λεπτά:δευτερόλεπτα)	0:00	00:00-99:59
Απόσταση (km)	0.00	0.00-99.99
Ρυθμός (λεπτά:δευτερόλεπτα)	0:00	0:00-99:59
Βήματα	0	0-99999
Συχνότητα βημάτων	0	0-99999
Ταχύτητα (km/h)	1.00	1.0-18.0

ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ ΚΟΥΜΠΙΩΝ

Εμφάνιση πίνακα λειτουργίας

0.0

Incl.

00:00.0

Time Dist. Pace

0000.00

Steps Cadence

0.00

Speed

incl+

incl-

^

speed x 10

Start

Stop

∨

speed x 10

speed+

speed-

1. Το κουμπί «incl+» χρησιμοποιείται για αύξηση της κλίσης μετά την ενεργοποίηση του διαδρόμου.

2. Το κουμπί «incl-» χρησιμοποιείται για μείωση της κλίσης μετά την ενεργοποίηση του διαδρόμου.

3. Ταχύτητα x10~~Α~~υξάνει την ταχύτητα του διαδρόμου στον πλησιέστερο ανώτερο ακέραιο αριθμό (στρογγυλοποίηση προς τα πάνω) και στη συνέχεια συνεχίζει την επιτάχυνση σε πολλαπλασιαστικά βήματα.

4. Έναρξη / Διακοπή: Εκκινεί ή σταματά τον διάδρομο. Σε κατάσταση ετοιμότητας, πατήστε το κουμπί Έναρξη για να ενεργοποιήσετε τον διάδρομο. Κατά τη λειτουργία του διαδρόμου, πατήστε το κουμπί Διακοπή για να τον σταματήσετε και να διαγράψετε τα δεδομένα της άσκησης.

5. Ταχύτητα x10~~Μ~~ειώνει την ταχύτητα στο πλησιέστερο μικρότερο ακέραιο (στρογγυλοποίηση προς τα κάτω) και συνεχίζει τη μείωση σε πολλαπλασιαστικά βήματα.

7

6. Το κουμπί «speed +» χρησιμοποιείται για την αύξηση της ταχύτητας.

7. Το κουμπί «speed -» χρησιμοποιείται για τη μείωση της ταχύτητας.

8. Bluetooth: Εμφανίζει την ένδειξη Bluetooth. Το εικονίδιο ανάβει όταν η σύνδεση Bluetooth έχει πραγματοποιηθεί.

9. WiFi: Εμφανίζει την ένδειξη WiFi. Το εικονίδιο ανάβει όταν η σύνδεση WiFi έχει πραγματοποιηθεί.

Προσοχή: Σε περίπτωση αποτυχίας ή παρεμβολής στη σύνδεση WiFi, παρακαλείστε να περιμένετε έως ότου το σήμα WiFi σταθεροποιηθεί και κατόπιν επανεκκινήστε τον διάδρομο για να συνδεθεί ξανά στο Διαδίκτυο.

ΔΙΑΔΡΟΜΟΣ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ ΣΕ ΑΝΤΙΣΤΡΟΦΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Πατήστε και κρατήστε πατημένο το κουμπί Έναρξη/Διακοπή για να μεταβείτε άμεσα σε λειτουργία οπισθοπορείας. Η αρχική ταχύτητα έχει οριστεί στα -1 km/h και η μέγιστη ταχύτητα στα -3 km/h. Πατήστε σύντομα το πλήκτρο Έναρξη/Διακοπή για να σταματήσετε.

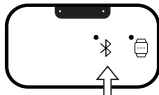
Προσοχή: Κατά την ενεργοποίηση της λειτουργίας οπισθοπορείας, κρατάτε τις πλευρικές χειρολαβές για να αποφύγετε πτώσεις.

ΔΙΑΔΡΟΜΟΣ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ ΣΕ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΔΟΝΗΣΗΣ

Ακολουθήστε τις «ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΡΙΤΡΑΤ» για να κατεβάσετε την εφαρμογή. Έπειτα, ενεργοποιήστε τη λειτουργία δόνησης του διαδρόμου μέσω της διεπαφής της εφαρμογής, για να βοηθήσετε στη χαλάρωση των μυών μετά την προπόνηση.



Προειδοποίηση: Απαιτήσεις συστήματος:
iOS 13 ή νεότερο· Android
Έκδοση 6.0 ή νεότερη.

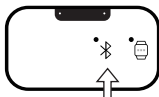


Μετά την εγγραφή, πατήστε το εικονίδιο του διαδρόμου τρεξίματος στο επάνω δεξί μέρος της οθόνης.



01 Περιμένετε μέχρι ο διάδρομος τρεξίματος να συνδεθεί.

02 Αναζητήστε το δίκτυο Wi-Fi.



Όταν η ένδειξη σήματος Wi-Fi γίνει πράσινη, σημαίνει ότι η σύνδεση έχει επιτευχθεί.

Ο διάδρομος επιτρέπει σύνδεση με το τηλέφωνο μέσω Bluetooth.

1. Κατεβάστε την εφαρμογή PitPat στο τηλέφωνό σας και εγκαταστήστε την ή σαρώστε τον ακόλουθο κωδικό QR για να την κατεβάσετε και να την εγκαταστήσετε.
2. Ανοίξτε την εφαρμογή PitPat και ακολουθήστε τις οδηγίες για να συνδεθείτε ή να δημιουργήσετε τον λογαριασμό σας.
3. Συνδέστε τον διάδρομο

(1) Ενεργοποιήστε τη λειτουργία Bluetooth στο κινητό σας (Android) και ενεργοποιήστε τη λειτουργία εντοπισμού θέσης.

(2) Ανοίξτε την εφαρμογή PitPat. Εάν η εφαρμογή ζητήσει άδεια, παραχωρήστε τα απαραίτητα δικαιώματα.

(3) Μεταβείτε στην αρχική σελίδα της εφαρμογής και πατήστε το εικονίδιο του διαδρόμου στην πάνω δεξιά γωνία για να εισέλθετε στη διεπαφή αναζήτησης.

Τηλέφωνο αυτόματα θα εντοπίσει συσκευές κοντά. Ενεργοποιήστε τον διάδρομο τρεξίματος (η συσκευή με όνομα που αρχίζει από PitPat-T είναι ο διάδρομός σας), για να επιτρέψετε τη σύνδεση.

Όταν ο διάδρομος εκπέμψει ηχητικό σήμα, σημαίνει ότι η σύνδεση έγινε και το εικονίδιο Bluetooth στον πίνακα του διαδρόμου θα ανάψει.

Προειδοποίηση: Κατά τη σύνδεση βεβαιωθείτε ότι το τηλέφωνο είναι συνδεδεμένο στο Διαδίκτυο, για να ελέγχετε τον διάδρομο μέσω Bluetooth.

Λεπτομέρειες για τη ρύθμιση δικτύου είναι διαθέσιμες στην περιγραφή της εφαρμογής.

ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΔΙΚΤΥΟ WIFI

Μετά την επιτυχή σύνδεση του διαδρόμου με την εφαρμογή κινητού, θα μεταβείτε στην οθόνη ρύθμισης Wi-Fi του διαδρόμου. Παρακαλούμε σημειώστε ότι το μοντέλο μας είναι συμβατό αποκλειστικά με το εύρος συχνότητας 2,4 GHz (σύμφωνα με τις πληροφορίες στην εφαρμογή, θα εμφανίζονται μόνο τα δίκτυα Wi-Fi 2,4 GHz που ανιχνεύει ο διάδρομος). Επομένως, πρέπει να βεβαιωθείτε ότι το σημείο πρόσβασης στο Internet υποστηρίζει συχνότητες 2,4 GHz.

01. Εντοπίστε το δίκτυο με το οποίο επιθυμείτε να συνδεθείτε.

02. Εισάγετε τον απαιτούμενο κωδικό WiFi σύμφωνα με τις οδηγίες που εμφανίζονται στην οθόνη. Μετά τη σύνδεση στο διαδίκτυο, θα ακούσετε έναν ηχητικό τόνο.

03. Προσοχή: Σε περίπτωση βλάβης ή διακοπής της σύνδεσης WiFi, περιμένετε έως ότου σταθεροποιηθεί το σήμα WiFi και στη συνέχεια επανεκκινήστε τον διάδρομο για να επανασυνδεθεί στο Internet.

5 ΚΩΔΙΚΟΙ ΣΦΑΛΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΛΥΣΕΙΣ

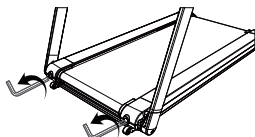
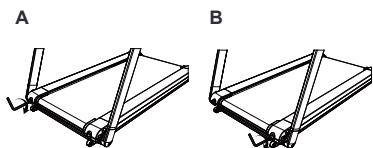
1. Περιγραφή εμφάνισης σφαλμάτων και κωδικών σφαλμάτων

Κωδικός σφάλματος	Περιγραφή σφάλματος	Λύση
— — — —	Πρόβλημα με το μηχανισμό ασφάλειας	Αντικαταστήστε την πλακέτα διακόπτη ασφαλείας.
		Αντικαταστήστε το ηλεκτρονικό ρολόι.
		Επανεγκαταστήστε το κλείδωμα ασφαλείας.
E01	Απώλεια φάσης	1. Μετά την αποσύνδεση της τροφοδοσίας, επανεκκινήστε τον διάδρομο και πραγματοποιήστε εκ νέου βαθμονόμηση της συσκευής. Προσοχή: Το όργανο πρέπει να επανεργοποιηθεί μετά την απενεργοποίηση και την απώλεια ένδειξης στον πίνακα. 2. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης.
E02	Υπερθέρμανση IPM	1. Μετά την απενεργοποίηση και την ψύξη του διαδρόμου, πρέπει να τον επανεκκινήσετε. 2. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον ανεμιστήρα κινητήρα. 3. Ελέγξτε και αντικαταστήστε το χειριστήριο.
E03	Υπερθέρμανση κινητήρα	1. Μετά την απενεργοποίηση και την ψύξη του διαδρόμου, πρέπει να τον επανεκκινήσετε. 2. Ελέγξτε την ταινία του διαδρόμου (λύση: προσθέστε λιπαντικό έλαιο). 3. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον ανεμιστήρα κινητήρα. 4. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης.
E04	Αποτυχία αυτοελέγχου (καμία καταγραφή)	1. Μετά την αποσύνδεση της τροφοδοσίας, επανεκκινήστε τον διάδρομο και πραγματοποιήστε εκ νέου βαθμονόμηση της συσκευής. Προσοχή: Το όργανο πρέπει να επανεργοποιηθεί μετά την απενεργοποίηση και την απώλεια ένδειξης στον πίνακα. 2. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης.
E05	Ανεξέλεγκτες δονήσεις	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης.
E06	Βλάβη ENC	1. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης.
E07	Ξαφνική ανεπιθύμητη επιτάχυνση ή επείγουσα πέδηση	1. Ελέγξτε και αντικαταστήστε το χειριστήριο.
E08	Υπερτάση	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε και αντικαταστήστε το χειριστήριο. 3. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης.
E09	Σφάλμα ανίχνευσης φάσης του αριστερού κινητήρα ανύψωσης	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E10	Σφάλμα επαναφοράς του αριστερού κινητήρα ανύψωσης	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E11	Μπλοκαρισμένος αριστερός κινητήρας ανύψωσης	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E12	Ο αριστερός κινητήρας ανύψωσης δεν μπορεί να σταματήσει	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.

Κωδικός σφάλματος	Περιγραφή σφάλματος	Λύση
E13	Σφάλμα προγράμματος του κινητήρα του αριστερού ανυψωτήρα	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E14	Σφάλμα ανίχνευσης φάσης του δεξιού κινητήρα ανύψωσης	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E15	Σφάλμα επαναφοράς δεξιού κινητήρα ανυψωτήρα	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E16	Ακίνητοποιημένος κινητήρας δεξιού ανυψωτήρα	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E17	Ο κινητήρας του δεξιού ανυψωτήρα δεν μπορεί να σταματήσει	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E18	Σφάλμα προγράμματος δεξιού κινητήρα ανύψωσης	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης.
E30	Άλλα σφάλματα (συμπεριλαμβανομένης ταυτόχρονης αναφοράς πολλαπλών σφαλμάτων)	1. Μετά την αποκοπή ρεύματος πρέπει να επανεκκινήσετε τον διάδρομο. 2. Ελέγξτε ή αντικαταστήστε τον κινητήρα ανύψωσης. 3. Ελέγξτε και αντικαταστήστε τον βασικό κινητήρα κίνησης. 4. Ελέγξτε και αντικαταστήστε το χειριστήριο.

6 ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΗΣ ΤΑΙΝΙΑΣ ΤΡΕΞΙΜΑΤΟΣ



01. Α: Όταν η ταινία τρεξίματος μετακινείται προς τα αριστερά, στρέψτε τη ρυθμιστική βίδα στο αριστερό πίσω κάλυμμα 1-2 στροφές προς τα δεξιά.

Β: Όταν η ταινία τρεξίματος μετακινείται προς τα δεξιά, στρέψτε τη ρυθμιστική βίδα στο δεξί πίσω κάλυμμα 1-2 στροφές προς τα δεξιά.

Στη συνέχεια, πραγματοποιήστε δοκιμή. Εάν η ταινία τρεξίματος εξακολουθεί να είναι μετατοπισμένη σε σχέση με το κέντρο, επαναλάβετε τις παραπάνω ενέργειες μέχρι η ταινία να ευθυγραμμιστεί σωστά.

02. Όταν η ταινία τρεξίματος είναι υπερβολικά τεντωμένη, δημιουργείται μεγαλύτερη αντίσταση.

Παρακαλώ στρέψτε τις βίδες και στις δύο πλευρές προς τα αριστερά κατά 1-2 στροφές. Χαλαρώστε την ταινία τρεξίματος μέχρι να σταματήσει να γλιστρά ή να σταματήσει εντελώς.

Όταν η ταινία τρεξίματος είναι υπερβολικά χαλαρή, στρέψτε τις βίδες και στις δύο πλευρές 1-2 στροφές προς τα δεξιά.

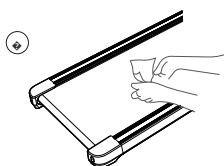
⚠ Προσοχή! Μην σφίγγετε υπερβολικά το ρολό! Αυτό μπορεί να προκαλέσει μόνιμη βλάβη στο ρουλεμάν!

ΛΙΠΑΝΣΗ

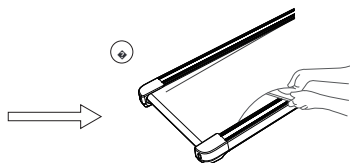
01. Η ταινία τρεξίματος πρέπει να λιπαίνεται μετά από εξάμηνη χρήση ή μετά από 100 ώρες λειτουργίας. Προσθέστε από 1/3 έως 1/2 μπουκαλιού κάθε φορά.

02. Ελέγξτε την κατάσταση λίπανσης. Με απενεργοποιημένο το διάδρομο, σηκώστε την ταινία τρεξίματος από τη μία πλευρά και προσεγγίστε την επιφάνεια κάτω από την ταινία. Εάν ο λιπαντικός παράγοντας είναι αντιληπτός, δεν απαιτείται προσθήκη επιπλέον ποσότητας. Εάν όμως ο λιπαντικός παράγοντας έχει στεγνώσει, συμπληρώστε τον. (Χρησιμοποιείτε αποκλειστικά λιπαντικά μη πετρελαϊκής βάσης).

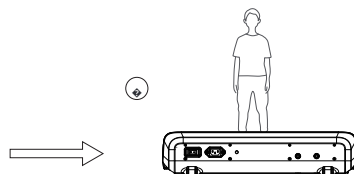
03. Ακολουθήστε την παρακάτω εικόνα για τη σωστή προσθήκη λιπαντικού.



(1). Καθαρίστε την ταινία τρεξίματος.



(2). Απενεργοποιήστε την τροφοδοσία, σηκώστε την ταινία τρεξίματος και ρίξτε σιλικονούχο λάδι στην εσωτερική επιφάνεια της ταινίας.



(3). Ενεργοποιήστε τον διάδρομο και λιπάνετε με ταχύτητα 4,8 km/h για 10-20 δευτερόλεπτα.

Η σωστή συντήρηση διατηρεί τον διάδρομο σε βέλτιστη κατάσταση, ενώ η ακατάλληλη μπορεί να προκαλέσει βλάβη ή να μειώσει τη διάρκεια ζωής του.

01. Καθαρίζετε και συντηρείτε τακτικά τον διάδρομο, φροντίζοντας ώστε όλα τα εξαρτήματα να βρίσκονται σε άριστη κατάσταση.

02. Μετά από κάθε χρήση του διαδρόμου, καθαρίστε τα βασικά μέρη, όπως την κονσόλα, με καθαρή πετσέτα ή πανί, αφαιρώντας τον ιδρώτα και τις ακαθαρσίες. Προσέξτε ώστε τα ηλεκτρικά μέρη ή η ταινία τρεξίματος να μην έρχονται σε επαφή με νερό.

καθαρό, στεγνό και χωρίς υγρασία. Πριν την αποθήκευση, βεβαιωθείτε ότι η συσκευή είναι απενεργοποιημένη και αποσυνδεδεμένη από την πρίζα.

04. Το προϊόν αυτό προσφέρει ευκολία μεταφοράς λόγω των ροδακιών που επιτρέπουν την ομαλή μετακίνηση. Πριν από τη μετακίνηση του διαδρόμου, βεβαιωθείτε ότι είναι αποσυνδεδεμένος από την τροφοδοσία και σωστά αναδιπλωμένος.

05. Ελέγχετε τακτικά τα επιμέρους μέρη του διαδρόμου και βεβαιωθείτε ότι είναι καλά στερεωμένα.

Τα εξαρτήματα που εμφανίζουν σημάδια φθοράς πρέπει να αντικαθίστανται άμεσα.

06. Πριν από την έναρξη των ασκήσεων, η ταινία τρεξίματος έχει ρυθμιστεί κατάλληλα, όμως η συνεχής χρήση μπορεί να προκαλέσει επιμήκυνση σε διάφορους βαθμούς.

Αυτό μπορεί να προκαλέσει φθορά της ταινίας λόγω εκτροπής από το κέντρο και τριβής με τον πλευρικό κύλινδρο και την πίσω κάλυψη. Με τον χρόνο, η ταινία τρεξίματος γλιστράει συχνά. Εάν η ταινία τρεξίματος γλιστράει ή μπλοκάρει κατά τη διάρκεια της χρήσης του διαδρόμου, μπορεί να ρυθμιστεί για καλύτερη απόδοση.

7 ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

Ζέσταμα

Πριν από κάθε λειτουργία απαιτείται άσκηση ζεστάματος διάρκειας 5-10 λεπτών.

Αναπνοή

Μην κρατάτε την αναπνοή κατά τη διάρκεια της λειτουργίας. Συνήθως, όταν είστε έτοιμοι να επαναφέρετε τις κινήσεις, αναπνέετε από τη μύτη και εκπνέετε από το στόμα. Η αναπνοή πρέπει να συγχρονίζεται με τις κινήσεις. Εάν αναπνέετε πολύ γρήγορα, διακόψτε αμέσως την άσκηση.

Συχνότητα

Οι μύες στην ίδια περιοχή πρέπει να ξεκουράζονται για 48 ώρες, πράγμα που σημαίνει ότι η ίδια περιοχή μπορεί να προπονείται την επόμενη ημέρα.

Φορτίο

Ανάλογα με την ατομική φυσική κατάσταση, πρέπει να καθορίζεται η ένταση της προπόνησης και στη συνέχεια να ασκείστε σύμφωνα με τον κανόνα του ασυμπτωτικού φορτίου. Ο πόνος στους μύες είναι φυσιολογικός στην αρχή της προπόνησης, αλλά αν συνεχίσετε την άσκηση, αυτός ο πόνος μπορεί να εξαλειφθεί.

Χαλάρωση

Μετά από κάθε άσκηση πρέπει να εκτελείτε πέντε λεπτά ασκήσεων αποκατάστασης, ειδικά όταν οι μύες των ποδιών είναι τεντωμένοι και χαλαροί, ώστε να αποφεύγεται η μακροχρόνια θρόμβωση και να διατηρείται η ελαστικότητα των μυών.

Διατροφή

Για την προστασία του πεπτικού συστήματος, μπορείτε να ασκηθείτε μία ώρα μετά το γεύμα. Μετά την προπόνηση πρέπει να φάτε τουλάχιστον μισή ώρα αργότερα. Κατά τη διάρκεια της άσκησης πρέπει να πίνετε μικρότερες ποσότητες νερού, ειδικά μεγάλες δόσεις, για να αποφευχθεί η αύξηση του φορτίου στην καρδιά και τους νεφρούς.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Πριν ξεκινήσετε αυτό ή οποιοδήποτε πρόγραμμα άσκησης, συμβουλευτείτε οπωσδήποτε τον ιατρό σας.

Οι ασκήσεις προθέρμανσης βελτιώνουν την κυκλοφορία του αίματος, παρέχοντας καλύτερη οξυγόνωση στους μύες, αυξάνουν τη θερμοκρασία του σώματος και προετοιμάζουν για τη σωματική προσπάθεια.

Κάθε συνεδρία προπόνησης πρέπει να ξεκινά με πεντάλεπτη ή δεκάλεπτη προθέρμανση, η οποία περιλαμβάνει διατακτικές ασκήσεις και ήπιες κινήσεις. Οι παρακάτω εικόνες παρουσιάζουν διάφορες βασικές διατακτικές ασκήσεις.

Συνιστάται η εκτέλεση προθέρμανσης πριν από την έναρξη της προπόνησης. Για να αποκομίσετε πλήρη οφέλη από την προθέρμανση, κάθε διατακτική άσκηση πρέπει να επαναληφθεί τρεις φορές συνεχόμενα.



1. Τέντωμα προς τα κάτω:

Λυγίστε ελαφρώς τα γόνατα, σκύψτε αργά, χαλαρώστε την πλάτη και τους ώμους, και στη συνέχεια φτάστε με τα χέρια όσο το δυνατόν πιο μακριά προς τα δάχτυλα των ποδιών. Κρατήστε τη θέση για 10–15 δευτερόλεπτα και χαλαρώστε. Επαναλάβετε τις παραπάνω κινήσεις 3 φορές (βλ. σχήμα 1).



2. Τέντωμα των οπισθίων μηριαίων μυών:

Καθίστε σε καθαρό μαξιλάρι και τεντώστε το ένα πόδι. Φέρτε το άλλο πόδι προς τα μέσα, ώστε να εφάπτεται στο εσωτερικό μέρος του τεντωμένου ποδιού. Αγγίξτε με τα δάχτυλα των χεριών τα δάχτυλα των ποδιών όσο το δυνατόν περισσότερο. Κρατήστε τη θέση για 10–15 δευτερόλεπτα και χαλαρώστε. Επαναλάβετε τις παραπάνω κινήσεις 3 φορές για κάθε πόδι (βλ. σχήμα 2).



3. Διάταση του γαστροκνημίου και της πτέρνας:

Σταθείτε στηριζόμενοι με τα δύο χέρια σε τοίχο ή δέντρο, έχοντας ένα πόδι πίσω. Κρατήστε το πίσω πόδι ίσιο και την πτέρνα στο έδαφος, στηριζόμενοι στον τοίχο ή το δέντρο. Κρατήστε τη θέση για 10–15 δευτερόλεπτα και χαλαρώστε. Επαναλάβετε τις παραπάνω κινήσεις 3 φορές για κάθε πόδι (βλ. σχήμα 3).



4. Διάταση του τετρακεφάλου μύος:

Διατηρήστε την ισορροπία σας στηριζόμενοι με το αριστερό χέρι σε τοίχο ή τραπέζι, στη συνέχεια πιάστε με το δεξί χέρι τη δεξιά πτέρνα και τραβήξτε αργά προς το ισχίο, μέχρι να νιώσετε ένταση στους εμπρόσθιους μύς του μηρού. Κρατήστε για 10–15 δευτερόλεπτα και χαλαρώστε. Επαναλάβετε τις παραπάνω κινήσεις 3 φορές για κάθε πόδι (βλ. σχήμα 4).



5. Διάταση μύος sartorius (μυών της έσω πλευράς μηρού):

Καθίστε με τα πόδια να κοιτούν το ένα το άλλο και τα γόνατα να δείχνουν προς τα έξω.

Πιάστε τα πόδια με τα δύο χέρια και τραβήξτε προς τη μασχάλη.

Κρατήστε τη θέση για 10–15 δευτερόλεπτα και χαλαρώστε. Επαναλάβετε τις παραπάνω κινήσεις 3 φορές για κάθε πόδι (βλ. σχήμα 5).

Το προϊόν αυτό προορίζεται αποκλειστικά για οικιακή χρήση. Οποιαδήποτε ανωμαλία που σχετίζεται με εμπορική χρήση δεν καλύπτεται από την εγγύησή μας.

Σε περίπτωση οποιαδήποτε προβλήματος στη λειτουργία του προϊόντος, παρακαλούμε επικοινωνήστε με τον τοπικό διανομέα για την εξυπηρέτηση πελατών.



Προσοχή: Εάν η συσκευή καλύπτεται από εγγύηση ενεργοποίησης, πριν από την κανονική χρήση, πρέπει να ακολουθήσετε τις οδηγίες που περιέχονται στην κάρτα γρήγορης εγκατάστασης για την ενεργοποίηση της συσκευής

✉ Email: support@deerruntreadmill.com

📷 INS: [deerrun_official](#)

🎵 TIKTOK: [deerrun_official](#)

EU	REP
----	-----

SUCCESS COURIER SL
CALLE RIO TORMES NUM. 1, PLANTA 1, DERECHA,
OFICINA 3, Fuenlabrada, Madrid, 28947 Spain
successservice2@hotmail.com

UK	REP
----	-----

EVATOST CONSULTING LTD
Office 101 32 Threadneedle Street, London,
United Kingdom, EC2R 8AY
contact@evatost.com



Made in China

Κατασκευαστής: RUYU HOLDING LIMITED

Room 40G, Block AD, 19/F,Golden Bear Industrial Centre,66 - 82 Chai Wan Kok Street,Tsuen Wan, New Territories, HK

support@deerruntreadmill.com

Υπεύθυνος στην ΕΕ: CALLE RIO TORMES NUM. 1, PLANTA 1, DERECHA, OFICINA 3, Fuenlabrada, Μαδρίτη, 28947 Ισπανία

support@deerruntreadmill.com

ΑΠΛΟΠΟΙΗΜΈΝΗ ΔΗΛΩΣΗ ΣΥΜΜΌΡΦΩΣΗΣ ΕΕ

Η RUYU HOLDING LIMITED δηλώνει ότι ο τύπος ραδιοσυσκευής Αναδιπλούμενος διάδρομος τρεξίματος με κλίση DeerRun X20 συμμορφώνεται με την οδηγία 2014/53/ΕΕ. Το πλήρες κείμενο της δήλωσης συμμόρφωσης ΕΕ είναι διαθέσιμο στη διεύθυνση διαδικτύου:

Διεύθυνση κατασκευαστή: Room 40G, Block AD, 19/F, Golden Bear Industrial Centre, 66 - 82 Chai Wan Kok Street, Tsuen Wan, New Territories, HK

Ραδιοσυχνότητα: 2400 MHz-2483,5 MHz

Μέγιστη ισχύς ραδιοσυχνοτήτων: <20dBm

Προστασία του περιβάλλοντος



Ο απορριπτόμενος ηλεκτρονικός εξοπλισμός που φέρει σήμανση σύμφωνα με την Οδηγία της Ευρωπαϊκής Ένωσης δεν επιτρέπεται να απορρίπτεται μαζί με τα οικιακά απορρίμματα. Υπόκειται σε επιλεκτική συλλογή και ανακύκλωση σε καθορισμένα σημεία. Η σωστή απόρριψή του αποτρέπει πιθανές αρνητικές συνέπειες για το περιβάλλον και την ανθρώπινη υγεία.

Το σύστημα συλλογής αποβλήτων ηλεκτρονικού εξοπλισμού συμμορφώνεται με τις τοπικές ισχύουσες περιβαλλοντικές διατάξεις για τη διαχείριση αποβλήτων. Πληροφορίες σχετικά με το θέμα μπορούν να ληφθούν από τον δήμο, τη μονάδα καθαρισμού ή το κατάστημα αγοράς του προϊόντος.

CE Το προϊόν πληροί τις απαιτήσεις των οδηγιών της λεγόμενης Νέας Προσέγγισης της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ), που αφορούν θέματα ασφάλειας χρήσης, προστασίας υγείας και προστασίας του περιβάλλοντος, ορίζοντας τους κινδύνους που πρέπει να εντοπιστούν και να εξαλειφθούν.

Το παρόν έγγραφο αποτελεί μετάφραση του πρωτότυπου εγχειριδίου οδηγιών που συντάχθηκε από τον κατασκευαστή.

Λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με τους όρους εγγύησης του διανομέα/κατασκευαστή είναι διαθέσιμες στην ιστοσελίδα <https://serwis.innpro.pl/gwarancja>

Το προϊόν πρέπει να συντηρείται (καθαρίζεται) τακτικά είτε από τον χρήστη είτε από εξειδικευμένα σημεία σέρβις, με έξοδα και ευθύνη του χρήστη. Σε περίπτωση έλλειψης πληροφοριών σχετικά με τις απαραίτητες περιοδικές ή τεχνικές ενέργειες συντήρησης στο εγχειρίδιο οδηγιών, πρέπει να αξιολογείται τακτικά, τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα, η απόκλιση της φυσικής κατάστασης του προϊόντος από αυτήν ενός καινούργιου προϊόντος. Σε περίπτωση ανίχνευσης ή διαπίστωσης οποιασδήποτε απόκλισης, πρέπει να ληφθούν άμεσα μέτρα συντήρησης (καθαρισμός) ή τεχνικής εξυπηρέτησης. Η έλλειψη κατάλληλης συντήρησης (καθαρισμού) και αντίδρασης κατά την ανίχνευση της απόκλισης μπορεί να προκαλέσει μόνιμη ζημιά στο προϊόν. Ο εγγυητής δεν φέρει ευθύνη για ζημιές που προκύπτουν από παραμέληση.

Εισαγωγέας:

INNPRO Robert Błędowski sp. z o.o.
Οδός Rudzka 65c
44-200 Rybnik, Πολωνία
Τηλ. +48 533 234 303
hurt@innpro.pl
www.innpro.pl

Προειδοποιήσεις και πληροφορίες ασφαλείας

Όλες οι πληροφορίες σχετικά με τη λειτουργία της συσκευής περιέχονται στο εγχειρίδιο οδηγιών. Πριν ξεκινήσετε τη χρήση, διαβάστε προσεκτικά το περιεχόμενο του και ακολουθήστε τις οδηγίες που περιέχει.

Πριν από τη χρήση, ενημερωθείτε επίσης για τις ακόλουθες πληροφορίες:

Προειδοποιήσεις σχετικά με τη χρήση

- Ο διάδρομος τρεξίματος προορίζεται αποκλειστικά για χρήση σύμφωνα με το εγχειρίδιο οδηγιών. Η μη τήρηση των οδηγιών μπορεί να προκαλέσει σοβαρούς τραυματισμούς.
- Το προϊόν δεν προορίζεται για παιδιά κάτω των 14 ετών. Η χρήση από άτομα κάτω αυτής της ηλικίας πρέπει να γίνεται μόνο υπό την επίβλεψη ενηλίκων.
- Αποφύγετε την επαφή με τα κινούμενα μέρη. Μην τοποθετείτε τα χέρια ή αντικείμενα κάτω από τη ζώνη του διαδρόμου ή κοντά σε κινούμενα μέρη της συσκευής.
- Βεβαιωθείτε ότι ο διάδρομος τρεξίματος είναι τοποθετημένος σε σταθερή και ομαλή επιφάνεια. Η χρήση σε ανώμαλο πάτωμα μπορεί να προκαλέσει πτώση ή ζημιά στη συσκευή.
- Μην υπερβαίνετε το μέγιστο επιτρεπτό βάρος χρήστη που αναφέρεται στις τεχνικές προδιαγραφές του διαδρόμου τρεξίματος.

Πληροφορίες για τη σωστή χρήση

- Για να διασφαλιστεί ασφαλής και ορθή λειτουργία, πραγματοποιείτε τακτικούς ελέγχους και συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.
- Συνδέετε τον διάδρομο μόνο σε κατάλληλη παροχή ρεύματος με τις προδιαγραφές που αναφέρονται στο εγχειρίδιο οδηγιών.
- Φοράτε κατάλληλα αθλητικά υποδήματα και ενδύματα για να αποφύγετε τυχαία εμπλοκή με κινούμενα μέρη της συσκευής.

• Συνιστάται η εκτέλεση ασκήσεων προθέρμανσης πριν από τη χρήση του διαδρόμου και η κατάλληλη αποθεραπεία μετά το τέλος της προπόνησης.

• Μετά την ολοκλήρωση της προπόνησης, σταματήστε τη συσκευή και αποσυνδέστε την από την παροχή ρεύματος.

Επιπλέον μέτρα προφύλαξης

- Ο διάδρομος πρέπει να φυλάσσεται σε ξηρό χώρο, μακριά από υγρασία και πηγές θερμότητας, ώστε να αποφεύγεται η βλάβη των ηλεκτρικών εξαρτημάτων.
- Διασφαλίστε ότι η επιφάνεια του διαδρόμου είναι στεγνή και απαλλαγμένη από ρύπους, προκειμένου να αποτραπεί η ακούσια ολίσθηση.
- Μην αγγίζετε ποτέ τη συσκευή με βρεγμένα χέρια και αποφύγετε τη χρήση του διαδρόμου κατά τη διάρκεια καταιγίδας.
- Κατά τη χρήση του διαδρόμου βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχουν άλλα άτομα ή ζώα σε άμεση γειτνίαση.
- Σε περίπτωση ανίχνευσης δυσλειτουργίας ή βλάβης, σταματήστε αμέσως τη χρήση και επικοινωνήστε με εξουσιοδοτημένο service.

Δήλωση Συμμόρφωσης

Το προϊόν έχει σχεδιαστεί σύμφωνα με τις απαιτήσεις ασφαλείας που ορίζονται στον Κανονισμό (ΕΕ) 2023/988.

Πληροί τα αντίστοιχα τεχνικά πρότυπα, συμπεριλαμβανομένων αυτών για ηλεκτρομαγνητική συμβατότητα (EMC), ηλεκτρική ασφάλεια και προστασία των χρηστών από μηχανικούς και περιβαλλοντικούς κινδύνους.