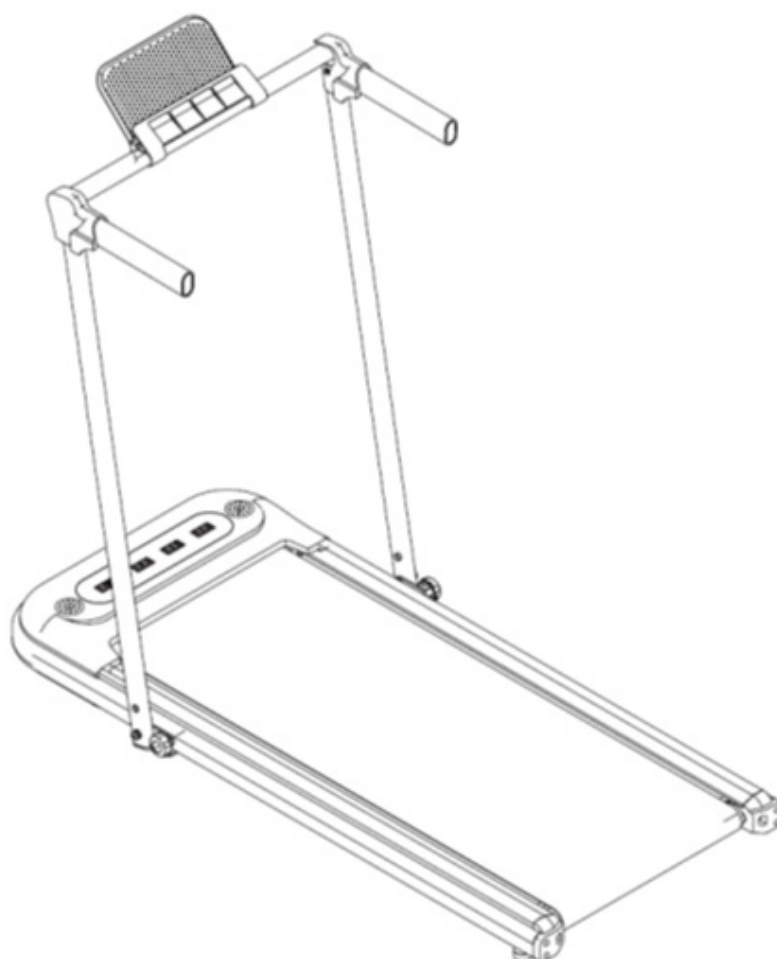




ELECTRIC TREADMILL EASYRUN 300

USER MANUAL



EN / BG / SR / GR / HR / BA

ENGLISH

NOTE:

Before installation and operation, please read this operation manual carefully and save this manual for future reference.

WARNING & SAFETY INFORMATION

1. Ensure that you read the manual carefully before attempting to assemble or use Power Electric Treadmill.
 2. The Power Electric Treadmill must be positioned on a firm flat surface.
 3. The Power Electric Treadmill is designed for indoor use only. It is not to be used outdoors.
 4. Do not position the Power Electric Treadmill on a deep thick carpet as air needs to be able to circulate underneath.
 5. Always wear the correct clothing when using the Treadmill. Do not wear loose or long clothing as this may get caught in the moving belt.
 6. Always ensure that correct foot wear is worn.
 7. Do not stand on the Treadmill belt before operating. Position your feet on either side of the Treadmill belt and as the motor starts step onto the treadmill. Do not step on the belt if the Treadmill is at full speed.
 8. Do not allow children or pets near the Treadmill when in use.
 9. Children and elderly should only use the Treadmill under adult supervision.
 10. Always unplug the Treadmill from the main power supply when not in use.
 11. Regularly clean the Treadmill after use. Remove any dust and sweat from the handles and the running belt. Use a light soapy water mixture to clean the running belt.
- NEVER USE A ROUGH CLEANING AGENT.**
12. When the Treadmill is not in use for an extended period fold away it away and store in a clean dry place.
 13. If any part of the electrical cable or plug is loose or becomes worn, do not use the Treadmill and have a qualified electrician inspect the problem.
 14. The Treadmill is not a toy and is not intended for use by persons (including children) with any physical or mental conditions. The Treadmill should not be used by any person who has not read and understood the manual.
 15. If the user has had any prior medical condition they should consult a doctor before use.

Warning!

The device cannot be moved without the power cord being pulled out.

HARDWARE KIT



Hex bolt x 2



Locking knob x 2



Handlebar knob x 2



Allen Key x 1

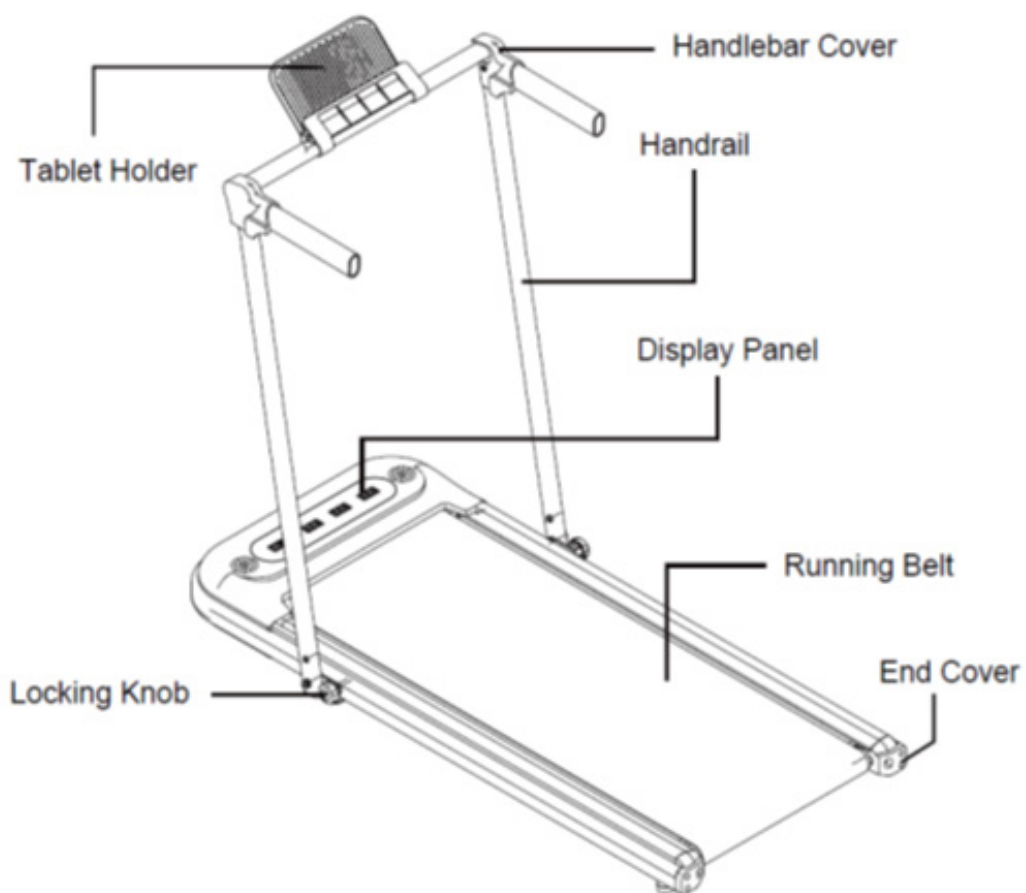


Tablet Holder x1



Handlebar Cover x1 Set

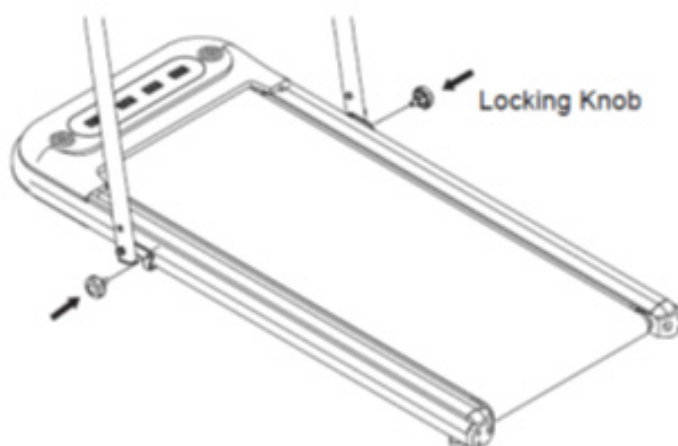
PARTS LIST



ASSEMBLY INSTRUCTIONS

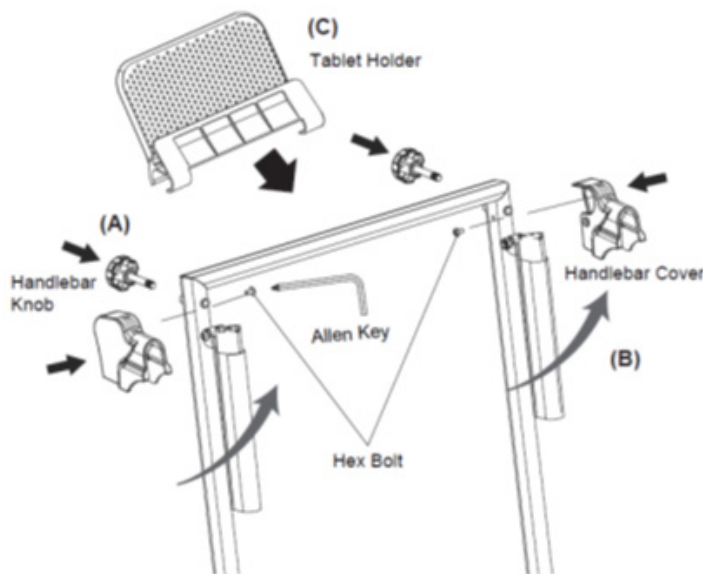
STEP 1:

Lift up the treadmill, use the locking knob to tighten it.



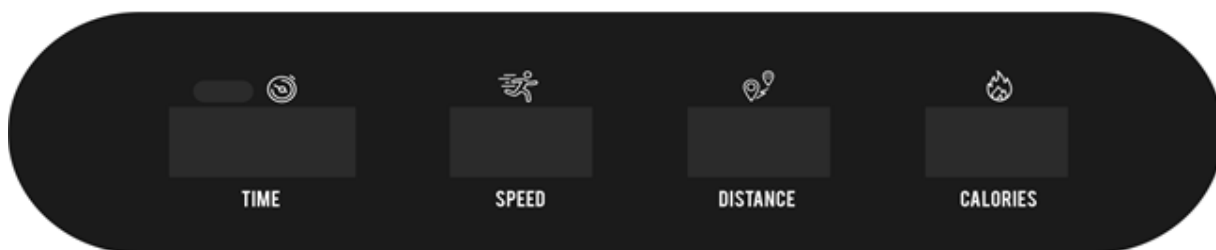
STEP 2:

- A. Lift up the handlebar, tighten it with the Handlebar Knob.
- B. Place the Handlebar Cover onto the handle rail, use two Hex Bolts to tighten them.
- C. Fasten the Tablet Holder onto the handle bar.

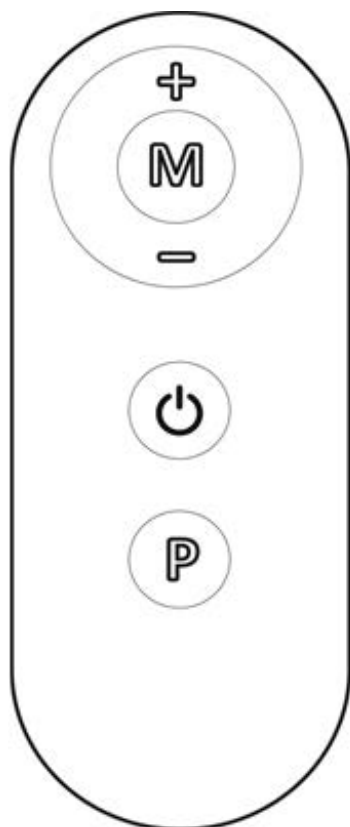


Turn on Bluetooth capability on your device and make it discoverable, choose the shown device "BTMP3" to pair it. Once the device is paired you can start using the application on your device to play, pause and adjust the volume, etc.

CONTROL PANEL

**DISPLAY FUNCTIONS:**

- TIME:** Displays your elapsed workout time in minutes and seconds.
- SPEED:** Displays the current speed from the minimum 1.0 KPH to the maximum 10.0 KPH.
- DISTANCE:** Displays the accumulative distance travelled during workout.
- CALORIES:** Displays the total calories burned during your workout.



FUNCTION BUTTONS:

Press the button to start/stop training on different training mode immediately.

Press the button to select the pre-set training program (P01-P06) mode before training.

Press the MODE button to select different functions (time or distance) for setting exercise goals in manual program mode before training.

Press the button to make upward adjustments for the speed.

Press the button to make backward adjustments for the speed.

LUBRICATION

Lubricating under the running belt will ensure superior performance and extend its life expectancy. After the first 25 hours of use (or 2-3 months) apply some lubricant, and repeat for every following 50 hours of use (or 5-8 months).

How to check running belt for proper lubrication

Lift one side of the running belt and feel the top surface of the running deck.

If the surface is slick to the touch, then no further lubrication is required.

If the surface is dry to the touch, apply some lubricant.

How to apply lubricant

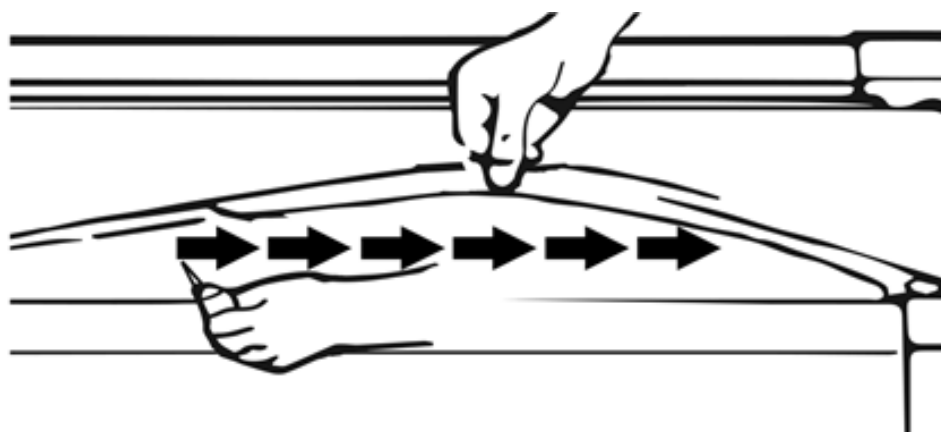
Lift one side of running belt.

Pour some lubricant under the centre of the running belt on the top surface of the running deck.

Run on the treadmill at a slow speed for 3 to 5 minutes to evenly distribute lubricant.

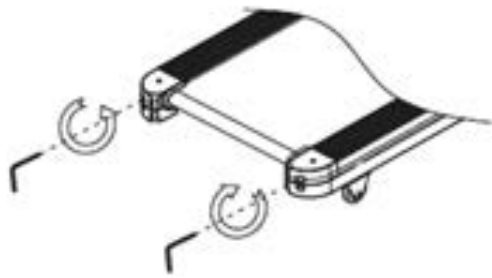
NOTE: DO NOT over lubricate running deck. Any excess lubricant that comes out should be wiped off.

Lubricand 1 pc

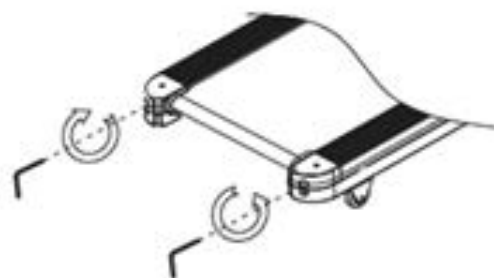


ADJUSTING THE RUNNING BELT

1. The running belt on the Confidence Treadmill will shift slightly after continuous use. This is normal for all treadmills.
2. To straighten/adjust the running belt turn the adjusting bolt on either side of the base, see figure C and D.



PICTURE C



PICTURE D

3. Do not allow for the running belt to catch the sides of the Confidence Treadmill as this will tear the belt.

CARE, MAINTENANCE & TROUBLESHOOTING GUIDE

WARNING: To prevent electrical shock, please turn off and unplug the treadmill before cleaning or performing routine maintenance.

WARNING: Always check the wear and tear components like spring knob and running belt to prevent injury.

CLEANING

After each exercise, ensure that the unit is wiped down and any sweat is removed from the unit.

The treadmill can be cleaned with a soft cloth and mild detergent. Do not use abrasives or solvents. Be careful not to get excessive moisture on the display panel as this might damage the unit and create an electrical hazard.

Please keep the treadmill, especially the computer console, out of direct sunlight to prevent damage to the screen.

STORAGE

Store the treadmill in a clean and dry indoor environment. Never leave or use the unit outdoors. Ensure the master power switch is off and the power cord is un-plugged from wall outlet.

TROUBLESHOOTING GUIDE

Problem	Potential Causes	Corrections
Treadmill will not start.	1. Treadmill not plugged in. 2. Safety Tether Key is not correctly installed. 3. Circuit breaker in the house has been tripped. 4. Treadmill circuit breaker has been tripped.	1. Plug the power cord into a wall outlet. 2. Reinstall the Safety Tether Key. 3. Reset the circuit breaker, or call an electrician to replace the circuit breaker. 4. Wait 5 minutes and then try to restart the treadmill.
Belt slips.	Belt not tight enough.	Adjust belt tension.

Belt hesitates when stepped on.	1. Not enough lubrication applied onto the running deck. 2. Belt is too tight.	1. Apply lubricant. 2. Adjust belt tension.
Belt is not centred.	Running belt tension not even across the rear roller.	Centre the belt.

WARM UP AND COOL DOWN ROUTINE

The **WARM-UP** is an important part of any workout. The purpose of warming up is to prepare your body for exercise and to minimize injuries. Warm up for two to five minutes before aerobic exercising. It should begin every session to prepare your body for more strenuous exercise by heating up and stretching your muscles, increasing your circulation and pulse rate, and delivering more oxygen to your muscles.

COOL DOWN at the end of your workout, repeat these exercises to reduce soreness in tired muscles. The purpose of cooling down is to return the body to its resting state at the end of each exercise session. A proper cool-down slowly lowers your heart rate and allows blood to return to the heart.

HEAD ROLLS

Rotate your head to the right for one count, you should feel a stretching sensation up the left side of your neck. Then rotate your head back for one count, stretching your chin to the ceiling and letting your mouth open. Rotate your head to the left for one count, then drop your head to your chest for one count.



SHOULDER LIFTS

Lift your right shoulder toward your ear for one count. Then lift your left shoulder up for one count as you lower your right shoulder.



SIDE STRETCHES

Open your arms to the side and lift them until they are over your head. Reach your right arm as far toward the ceiling as you can for one count. Repeat this action with your left arm.



QUADRICEPS STRETCH

With one hand against a wall for balance, reach behind you and pull your right foot up. Bring your heel as close to your buttocks as possible. Hold for 15 counts and repeat with left foot.

INNER THIGH STRETCH

Sit with the soles of your feet together and your knees pointing outward. Pull your feet as close to your groin as possible. Gently push your knees toward the floor. Hold for 15 counts.



TOE TOUCHES

Slowly bend forward from your waist, letting your back and shoulders relax as you stretch toward your toes. Reach as far as you can and hold for 15 counts.

HAMSTRING STRETCHES

Extend your right leg. Rest the sole of your left foot against your right inner thigh. Stretch toward your toe as far as possible. Hold for 15 counts. Relax and then repeat with left leg.



CALF/ACHILLES STRETCH

Lean against a wall with your right leg in front of the left and your arms forward. Keep your left leg straight and the right foot on the floor; then bend the right leg and lean forward by moving your hips toward the wall. Hold, then repeat on the other side for 15 counts.

APPLICATION SOFTWARE (APP)

Android



Zwift



IOS

**ZWIFT**

Download, register and log in the Zwift app, enter the setting page: under PAIRED DEVICES page, click RUN for treadmill, and then click POWER SOURCE, and there is a pop-up menu, select Bluetooth code, which is same as the code tagged on the equipment console, then select OK to be paired.

Note: Zwift remembers the devices used in the previous session and may attempt to pair those devices if they are present and available. If you see devices paired that you don't wish to use, you can simply deselect them and select the device you wish to pair.

Android



Kinomap



IOS

**KINOMAP**

Download, register and log in the Kinomap app, enter the setting page: click MORE in the right corner, click EQUIPMENT MANAGEMENT, click + at the right upper area, select for treadmill; Then select the Bluetooth brand of your choice, e.g., Anyrun etc.; Click the content under Interac-

tive, the APP detects found equipment, select the Bluetooth code, which is same as the code tagged on your equipment console, then click ADD NEW EQUIPMENT, it will pop out equipment successfully added. The apps can be downloaded from the App Store for iOS and from Google Play for Android.

Android



FIT&SHOW



IOS

**FITSHOW**

1. Log in the app with your phone number or email box.
2. Switch on the "BLUETOOTH" function before you open the app, then search for the device in the app and connect it well.

3. You can choose the mode you like to control your treadmill.
 4. When you are running, your distance/speed/calories/pulse will show on your phone.
 5. If you choose the MAP mode, you can check your path on your phone.
 6. When finishing your exercise, the app will save your record on your phone.
- The apps can be downloaded from the App Store for iOS and from Google Play for Android.

Check if your mobile device confirms the requirements for the application.

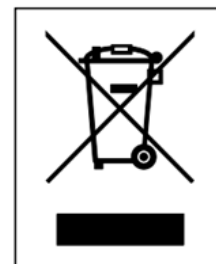
The requirements of each application are shown in the Google PlayStore or AppStore.

Please understand that we are not able to offer you a complete operation guide of the application inside this manual, as the app will be updated from time to time.

This process can make changes to the operation or the design of the application. Please refer to the instructions inside the specific app download store or contact us.

INFORMATION REGARDING RECYCLING

This electronic product should not be disposed of in municipal waste. In order to protect the environment, this product should be recycled after it is no longer in use, according to the law. Please contact an authorized recycling facility that collects this type of waste in your area. By doing so, you will contribute to the conservation of natural resources and the improvement of European environmental protection standards. If you need more information about proper and safe waste disposal methods, please contact the local office of a recycling organization or the unit from which you purchased this product.



WARRANTY PERIOD

WARRANTY PERIOD is subject to the provisions of Directive 2019/771 and Directive EU 2019/770. Regardless of the commercial warranty, the merchant is obliged to respect the warranty period of the products, in accordance with the aforementioned directives.

The warranty is an addition and does not limit the user's rights in any way.

The terms below describe the requirements and application of our warranty. These do not affect your legal rights or obligations to your retailer and your contract with them.

Warranty period: 24 months from the purchase of the product.

We offer warranty services for this device under the following conditions: Free warranty service during the warranty period is not valid in case of non-compliance with the following aspects:

1. There are differences between the data in the warranty document and the purchase documents;
2. Product installed or mounted incorrectly;
3. Lack of original purchase documents or warranty document;
4. Repairs or other interventions carried out by unauthorized persons to perform this activity, or if the device is repaired with non-original spare parts;
5. Appearance of the device - scratches, cracks, and others that were not noticed at the time of purchase, delivery, or installation of the device.
6. Failure to comply with conditions of use, storage, transport, and defects caused by them;
7. For defects caused by improper use, mechanical defects, impacts;
8. In case of defects caused by natural phenomena and other force majeure circumstances;
9. If you use the product for commercial purposes and in public places;
10. Damaged moving components as a result of improper use or installation: pedals, handles, cables, belts, running surface, gaskets, screws, levers, bearings, decorative elements;
11. Improperly stored products.
12. Component parts that can be separated from the main body of the apparatus, plastic decorations, rubber parts with a limited lifetime regulated by the manufacturer;
13. Consumables, parts and elements with limited shelf life - batteries, belts, running surfaces.
14. Accessories - external power supply/adapters;

Complaints about purchased goods are made in accordance with Directive 2019/771 and Directive EU 2019/770.

CONTACT:

Tel: +40311050917

Email: service@sportpartner.ro

БЪЛГАРСКИ

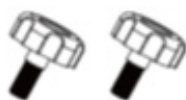
ЗАБЕЛЕЖКА:

Преди инсталиране и работа, моля, прочетете внимателно това ръководство за експлоатация и го запазете за бъдещи справки.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ И ИНФОРМАЦИЯ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

1. Уверете се, че сте прочели ръководството внимателно, преди да се опитате да сглобите или използвате PowerElectric бягаща пътека.
 2. Електрическата бягаща пътека Power трябва да се постави върху твърда равна повърхност.
 3. Електрическата бягаща пътека Power е предназначена само за употреба на закрито. Не трябва да се използва на открито.
 4. Не поставяйте електрическата бягаща пътека Power Electric върху дебел килим, тъй като въздухът трябва да може да циркулира отдолу.
 5. Винаги носете правилното облекло, когато използвате електрическата бягаща пътека. Не носете широки или дълги дрехи, тъй като те могат да се закачат в движещия се колан.
 6. Винаги се уверявайте, че носите правилните обувки.
 7. Не заставайте върху колана на бягащата пътека Power Electric преди работа. Поставете краката си от едната и другата страна на колана на бягащата пътека и когато двигателят започне, стъпете на бягащата пътека. Не стъпвайте върху колана, ако електрическата бягаща пътека Power е на пълна скорост.
 8. Не позволявайте на деца или домашни любимци близо до електрическата бягаща пътека, когато се използва.
 9. Децата и възрастните хора трябва да използват електрическата бягаща пътека Power само под наблюдение на възрастен.
 10. Винаги изключвайте електрическата бягаща пътека Power Electric от основното захранване, когато не я използвате.
 11. Редовно почиствайте Power Electric бягащата пътека след употреба. Отстранете праха и потта от гръжките и лентата за бягане. Използвайте лека смес от сапунена вода, за да почистите лентата за бягане.
- НИКОГА НЕ ИЗПОЛЗВАЙТЕ ГРУБ ПОЧИСТВАЩ СРЕДСТВ.**
12. Когато бягащата пътека Power Electric не се използва за продължителен период от време, я съгнете и съхранявайте на чисто и сухо място.
 13. Ако някоя част от електрическия кабел или щепсел е разхлабена или се износи, не използвайте бягащата пътека PowerElectric и помолете квалифициран електротехник да провери проблема.
 14. Електрическата бягаща пътека Power не е играчка и не е предназначена за използване от хора (включително деца) с каквито и да било физически или психически заболявания. Електрическата бягаща пътека Power не трябва да се използва от лица, които не са прочели и не са разбрали ръководството.
 15. Ако потребителят е имал предишно медицинско състояние, той трябва да се консултира с лекар преди употреба.
- Внимание!**
Устройството не може да бъде преместено, без захранващият кабел да бъде изваден.

АКСЕСОАРИ

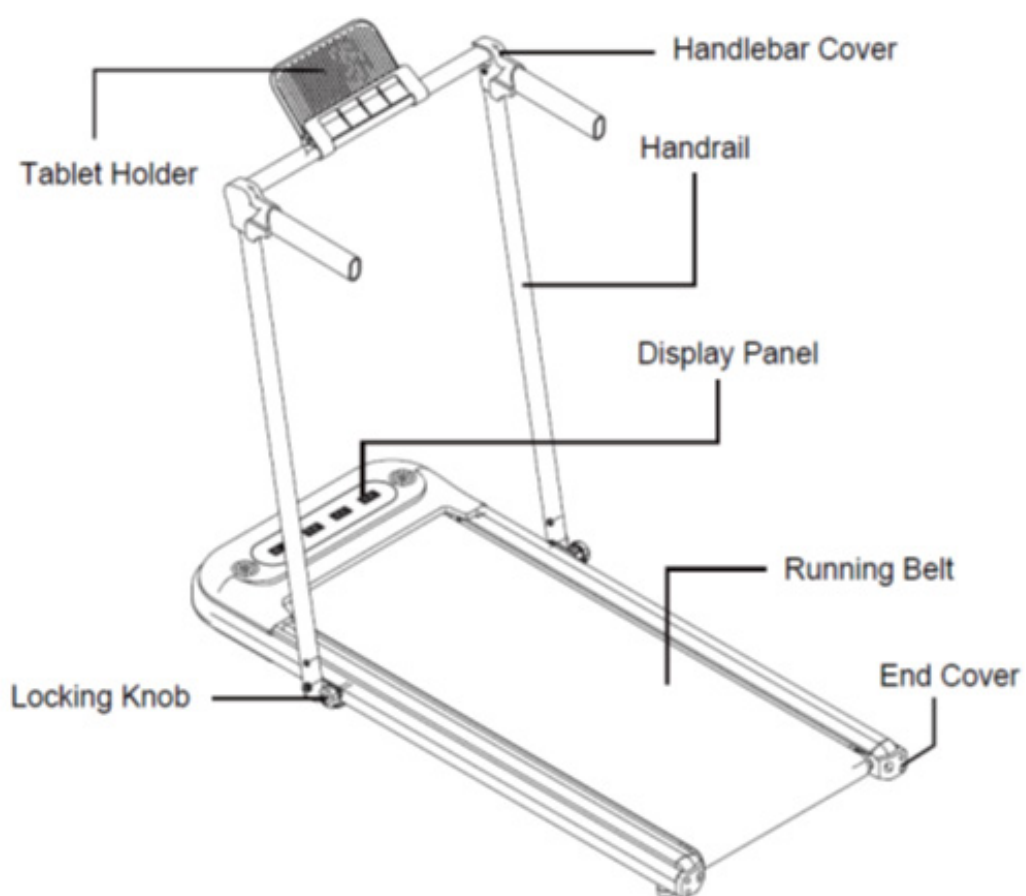


Шестостенен болт x 2 Заключващо копче x 2 Копче на кормилото x 2 Шестограмен ключ x1



Държач за таблет x 1

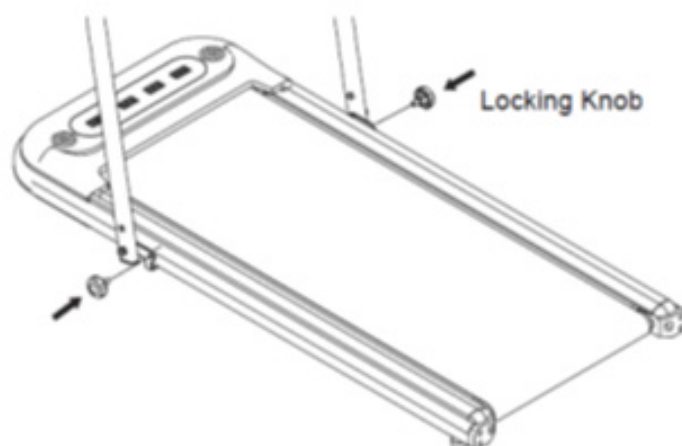
капак на кормилото x 1 комплект.



ИНСТРУКЦИИ ЗА СГЛОБЯВАНЕ

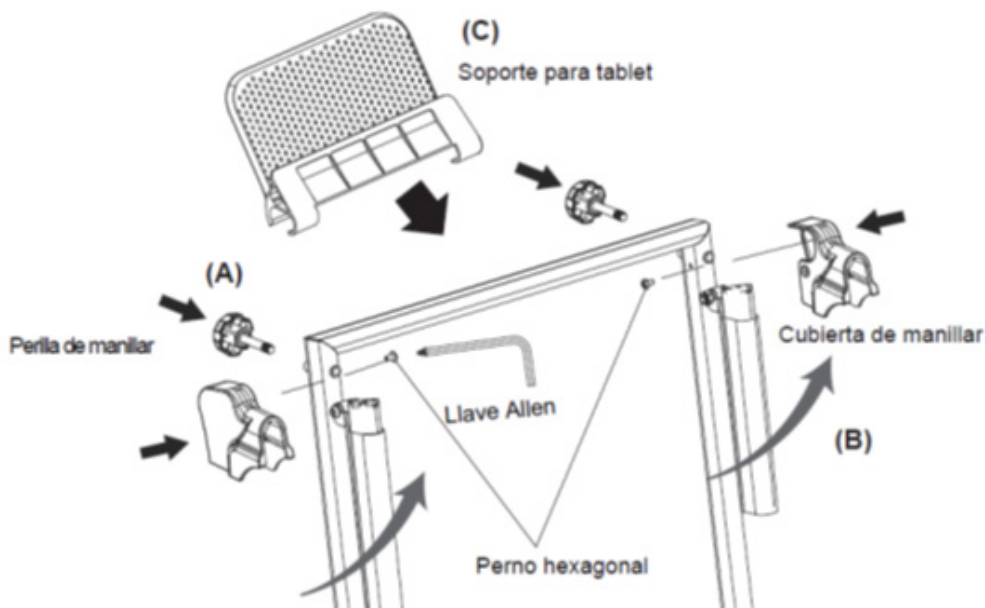
ЕТАП 1

Повдигнете бягащата пътека, използвайте заключващия бутон, за да я затегнете.



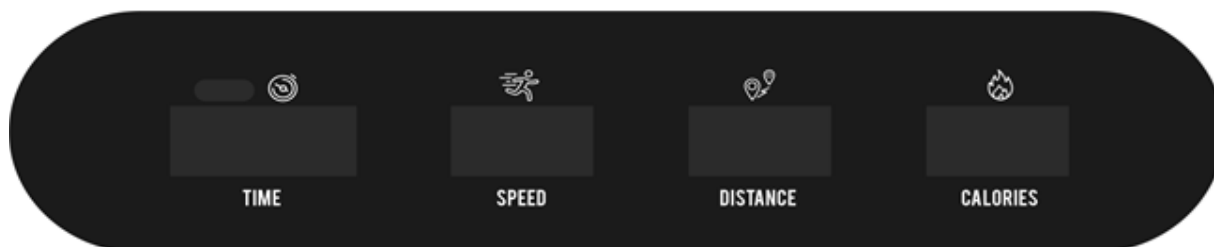
СТЪПКА 2

- А. Повдигнете кормилото, затегнете го с копчето на кормилото.
 В. Поставете капака на кормилото върху релсата на гръжката, използвайте два шестостенни болта, за да ги затегнете.



Включете възможността за Bluetooth на вашето устройство и го направете откриваемо, изберете показаното устройство "BTMP3", за да го свържете. Щом устройството е свързано можете да започнете да използвате приложението на вашето устройство, за да играете,

КОНТРОЛЕН ПАНЕЛ



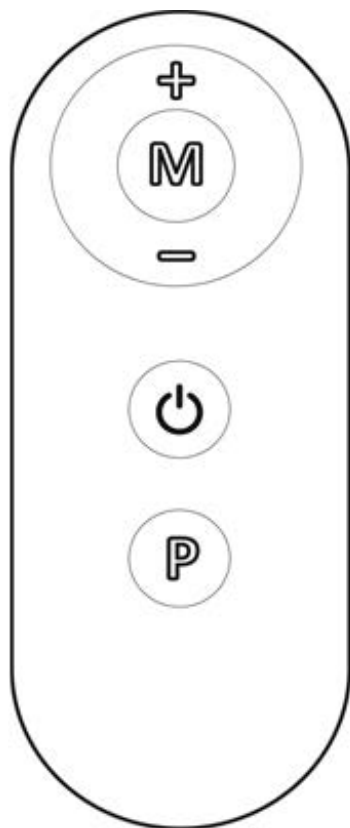
ФУНКЦИИ НА ДИСПЛЕЙ:

ВРЕМЕ: Показва изминалото ви време за тренировка в минути и секунди.

СКОРОСТ: Показва текущата скорост от минималната 1,0 КРН до максималната 10,0 КРН.

ДИСТАНЦИЯ: Показва натрупаното разстояние, изминато по време на тренировка.

КАЛОРИИ: Показва общите изгорени калории по време на вашата тренировка.



ФУНКЦИОНАЛНИ БУТОНИ:

: Натиснете бутона, за да стартирате/спирате незабавно тренировка в различен тренировъчен режим.

: Натиснете бутона, за да изберете режим на предварително зададена тренировъчна програма (P01-P06) преди тренировка.

: Натиснете бутона MODE, за да изберете различни функции (време или разстояние) за задаване на цели за упражнения в ръчен програмен режим преди тренировка.

: Натиснете бутона, за да направите корекции нагоре за скоростта.

: Натиснете бутона, за да направите обратни настройки на скоростта.

СМАЗВАНЕ

Смазването под лентата за бягане ще осигури превъзходна производителност и ще удължи очаквания живот. След първите 25 часа употреба (или 2-3 месеца) нанесете малко лубрикант и повторете за всеки следващи 50 часа употреба (или 5-8 месеца).

Как да проверите лентата за бягане за правилно смазване

Повдигнете едната страна на лентата за бягане и напипайте горната повърхност на платформата за бягане.

Ако повърхността е хлъзгава на допир, не е необходимо допълнително смазване. Ако повърхността е суха на допир, нанесете малко лубрикант.

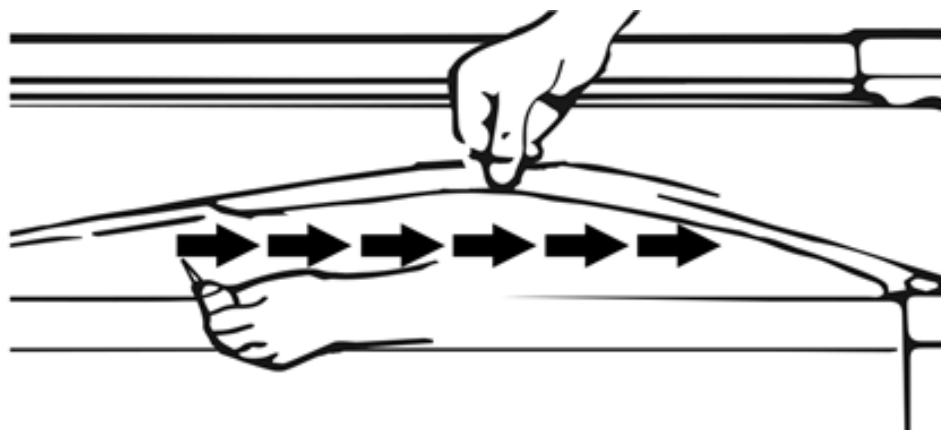
Как да нанесете лубрикант

Повдигнете едната страна на лентата за бягане.

Налейте малко лубрикант под центъра на лентата за бягане върху горната повърхност на платформата за бягане .

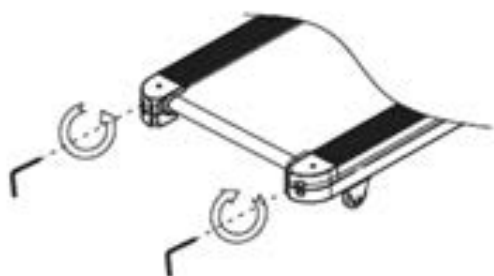
Тичайте на бягащата пътека с бавна скорост за 3 до 5 минути, за да разпределите равномерно лубриканта. **ЗАБЕЛЕЖКА:** НЕ прекалявайте с смазването на платформата за движение. Излишният лубрикант, който излиза, трябва да се избърше.

Lubricant 1 бр.

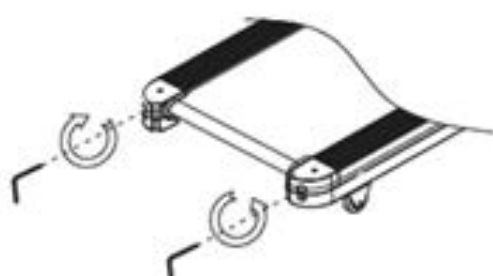


РЕГУЛИРАНЕ НА ЛЕНТАТА

1. Лентата за бягане на електрическата бягаща пътека Confidence Power ще се измести леко след продължителна употреба. Това е нормално за всички бягащи пътеки.
2. За да изправите/регулируете лентата за бягане, завъртете регулиращия болт от двете страни на основата, вижте фигура C и D.



PICTURE C



PICTURE D

3. Не позволявайте на лентата за бягане да захване страните на електрическата бягаща пътека Confidence Power, тъй като това ще разкъса колана.

РЪКОВОДСТВО ЗА ГРИЖИ, ПОДДРЪЖКА И ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: За да предотвратите токов удар, моля, изключете и извадете щепсела на бягащата пътека преди почистване или извършване на рутинна поддръжка.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Винаги проверявайте износващите се компоненти като копчето на пружината и лентата за бягане, за да предотвратите нараняване.

ПОЧИСТВАНЕ

След всяко упражнение уверете се, че уредът е избърсан и всякаква пот е отстранена от уреда.

Бягащата пътека може да се почиства с мека кърпа и мек почистващ препарат. Не използвайте абразиви или разтворители. Внимавайте да не получите прекомерна влага върху панела на дисплея, тъй като това може да повреди устройството и да създаде опасност от токов удар.

Моля, пазете бягащата пътека, особено компютърната конзола, далеч от пряка слънчева светлина, за да предотвратите повреда на екрана.

СЪХРАНЕНИЕ

Съхранявайте бягащата пътека в чиста и суха вътрешна среда. Никога не оставайте и не използвайте уреда на открито. Уверете се, че главният превключвател на захранването е изключен и захранващият кабел е изключен от контакта.

проблем	Потенциални причини	Корекции
Бягащата пътека не стартира.	Бягащата пътека не е включена. Ключът Safety не е инсталиран правилно. Прекъсвачът в къщата е задействан. Прекъсвачът на бягащата пътека е задействан.	Включете захранващия кабел в стенов контакт. Инсталирайте отново ключа за защитна връзка. Нулирайте прекъсвача или се обадете на електротехник, за да смени прекъсвача. Изчакайте 5 минути и след това опитайте да рестартирате бягащата пътека.
Фишове за колан.	Коланът не е достатъчно стегнат.	Регулирайте напрежението на колана.

Коланът се колебае при стъпване.	Не е нанесено достатъчно смазване върху платформата за движение. Коланът е твърде стегнат.	Нанесете лубрикант. Регулирайте напрежението на колана.
Коланът не е центриран.	Опъването на лентата не е дори през задната ролка.	Центрирайте колана.

РУТИНА ЗА ЗАГРЯВАНЕ И ОХЛАЖДАНЕ

ЗАГРЯВАНЕТО е важна част от всяка тренировка. Целта на загряването е да подготви тялото ви за упражнения и да сведе до минимум нараняванията. Загрейте за две до пет минути преди аеробни упражнения. Трябва да започва всяка сесия, за да подготви тялото ви за по-напрегнати упражнения чрез загряване и разтягане на мускулите, увеличаване на кръвообращението и пулса и доставяне на повече кислород към мускулите.

ОХЛАДЕТЕ СЕ в края на вашата тренировка, повторете тези упражнения, за да намалите болката в уморените мускули. Целта на охлаждането е тялото да се върне в състояние на покой в края на всяка тренировъчна сесия. Правилното охлаждане бавно намалява сърдечната честота и позволява на кръвта да се върне към сърцето.

ГЛАВА РОЛКИ

Завъртете главата си надясно за едно преброяване, трябва да почувствате разтягане на лявата страна на врата си. След това завъртете главата си назад за едно броене, опъвайки брадичката си към тава на и оставайки устата си отворена. Завъртете главата си наляво за едно броене, след което отпуснете главата си към гърдите за едно броене.



ПОВДИГАНЕ НА РАМЕНЕ

Повдигнете дясното си рамо към ухото за едно преброяване. След това повдигнете лявото си рамо нагоре за едно броене, докато спускате дясното рамо.



СТРАНИЧНИ СТРЕЧКИ

Разтворете ръцете си настрани и ги повдигнете, докато са наг главата ви. Протегнете дясната си ръка възможно най-далеч към тава на за едно броене. Повторете това действие с лявата си ръка.



РАЗТЯГАНЕ НА КВАДРИЦЕПС

С една ръка на стената за баланс, протегнете ръка зад себе си и издърпайте десния си крак нагоре. Приближете петата възможно най-близо до задните части. Задръжте за 15 броения и повторете с левия крак.

РАЗТЯГАНЕ НА ВЪТРЕШНАТА ЧАСТ НА БЕДРАТА

Седнете със събрани стъпала и колене, сочещи навън. Издърпайте краката си възможно най-близо до слабините. Внимателно натиснете коленете си към пода. Задръжте за 15 броения.



ДОПИРАНЕ НА ПРЪСТИТЕ НА КРАКАТА

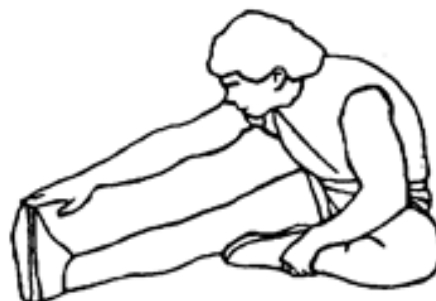
Бавно се наведете напред от кръста, оставяйки гърба и раменете да се отпуснат, докато се разтягате към пръстите на краката. Досегнете се колкото можете и задръжте за 15 броения.

РАЗТЯЖЕНИЯ НА КОЛЯНА

Изпънете десния крак. Подгпрете стъпалото на левия крак на дясното вътрешно бедро. Протегнете се към пръстите на крака, доколкото е възможно. Задръжте за 15 броения.



Отпуснете се и повторете с левия крак.



РАЗТЯЖЕНИЕ НА ПЛЕЦ/АХИЛЕС

Облегнете се на стена с десния крак пред левия и ръцете напред. Дръжте левия си крак изправен, а десния крак на пода; след това огънете десния крак и се наведете напред, като движите бедрата си към стената. Задръжте, след това повторете от другата страна за 15 броения.



APPLICATION SOFTWARE (APP)

Android



Zwift



IOS

**ZWIFT**

Изтеглете, регистрирайте се и влезте в приложението Zwift, влезте в страницата за настройки: в страницата за СВЪРЗАНИ УСТРОЙСТВА щракнете върху RUN за бягащата пътека, а след това върху POWER SOURCE и се появява изскачащо меню, изберете Bluetooth код, който е същият като

кода, маркиран на конзолата на оборудването, след което изберете ОК, за да бъдете свързани. Забележка: Zwift запомня устройствата, използвани в предишната сесия, и може да се опита да свърже тези устройства, ако те са предварително заявени и налични. Ако видите свързани устройства, които не желаете да използвате, можете просто да премахнете избора им и да изберете устройството, което желаете да свържете.

Приложенията могат да се изтеглят от App Store за iOS и от Google Play за Android.

Android



Kinomap



IOS

**KINOMAP**

Изтеглете, регистрирайте се и влезте в приложението Kinomap, влезте в страницата за настройки: щракнете върху ПОВЕЧЕ в десния ъгъл, щракнете върху УПРАВЛЕНИЕ НА ОБОРУДВАНЕТО, щракнете върху + в горната дясна област, изберете за

бягаща пътека;

След това изберете марката Bluetooth по ваш избор, например Anyrun и т.н.; Щракнете върху съдържанието под Интерактивно, APP открива намереното оборудване, изберете Bluetooth код, който е същият като код, маркиран на конзолата за оборудване, след което щракнете върху Добавяне на ново оборудване, ще се появи успешно добавено оборудване.

Приложенията могат да се изтеглят от App Store за iOS и от Google Play за Android.

Android



FIT&SHOW



iOS

**FITSHOW**

Влезте в приложението с телефонния си номер или имейла си.

1. Включете функцията "BLUETOOTH", преди да отворите приложението, след това потърсете устройството в приложението и го свържете.

2. Можете да изберете желания от вас режим за управление на бягащата пътека.

3. Когато бягате, разстоянието/скоростта/калориите/импулсите се показват на телефона ви.

4. Ако изберете режима MAP, можете да проверите пътя си на телефона.

5. След приключване на упражнението приложението ще запази записа в телефона ви.

Приложенията могат да се изтеглят от App Store за iOS и от Google Play за Android.

Проверете дали вашето мобилно устройство отговаря на изискванията за приложението. Изискванията на всяко приложение са показани в Google PlayStore или AppStore.

Моля, разберете, че не сме в състояние да ви предложим пълно ръководство за работа на приложението в това ръководство, тъй като приложението ще се актуализира от време на време.

Този процес може да направи промени в работата или дизайна на приложението. Моля, вижте инструкциите в конкретния магазин за изтегляне на приложения или се свържете с нас.

УСЛОВИЯ ЗА ГАРАНЦИЯ

Независимо от търговската гаранция, търговеца отговаря за липсата на съответствие на потребителската стока с договора за продажба съгласно ЗПЦСЦУПС и ЗЗП.

Гаранцията е допълнение и не ограничава по никакъв начин правата на потребителя, съгласно Българското законодателството.

Долните условия описват изискванията и обхвата на нашата гаранция. Те не оказват влияние върху законните ви права или задълженията на вашия търговец на гребно и договора ви с него. Гаранционен срок: 24 месеца (от покупката на уреда)!

Ние предоставяме гаранционно обслужване за този уред при следните условия:

Услугата се предоставя на цялата територия на Р. България. Моля да се свържете с нашия отдел за обслужване на клиенти – eshop@sportdepot.bg; Телефон на клиента: 0701 90009

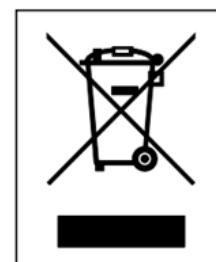
Безплатното гаранционно обслужване по време на гаранционния период не обхваща следните точки:

1. Има разлики между данните в гаранционния документ и документите на устройството;
2. Неправилно инсталирани или монтирани уреди;
3. Липса на оригинални документи за покупка или гаранционен документ;
4. Поправки или други интервенции извършени от лица, неупълномощени от нас за извършване на тази дейност, или ако уредът е ремонтиран с неоригинални резервни части;
5. Външен вид на устройството - граскотини, пукнатини и други, които не са забелязани при покупката, доставката или при монтажа на уреда.
6. неспазване на условията за използване, съхранение, транспортиране и причинените от тях дефекти;
7. За дефекти, причинени от неправилна употреба, механични дефекти, удари;
8. При дефекти, възникнали в резултат на природни явления и други форсмажорни обстоятелства;
9. При използване на устройства за търговски цели и на обществени места;
10. Подвижни компоненти, повредени в резултат на неправилна употреба или монтаж: педали, ръкохватки, кабели, ремъци, ленти, уплътнения, винтове и болтове, лостове, лагери, декоративни елементи;
11. Неподдържани и неправилно съхранявани устройства.
12. Дизайнерски части и такива, които могат да бъдат отделени от основното тяло на устройството, пластмасови декорации, гумени части с ограничен живот, регламентиран от производителя;
13. Консумативи, части и елементи с ограничен срок на годност - батерии, ремъци, ленти.
14. Аксесоари – външно захранване/ адаптори;

Рекламации на закупените стоки се извършват по правилата на ЗПЦСЦУПС и ЗЗП съобразно сроковете и условията на търговската им гаранция.

ИНФОРМАЦИЯ ЗА РЕЦИКЛИРАНЕ

Този продукт не трябва да се изхвърля в битовите отпадъци. За да се запази околната среда, този продукт трябва да се рециклира след полезния му живот, както се изисква от закона. Моля, използвайте съоръжения и пунктовете за рециклиране на електрически и електронни машини и уреди, които са упълномощени да събират този вид отпадъци във вашия район. По този начин ще помогнете за опазването на природните ресурси и ще подобрите европейските стандарти за опазване на околната среда. Ако имате нужда от повече информация относно безопасни и правилни методи за изхвърляне, моля, свържете се с местната градска служба или с предприятието, откъдето сте закупили този продукт.



РЕГИСТРАЦИЯ НА ИЗВЪРШЕНИ ГАРАНЦИОННИ РЕМОНТИ:

Дата на приемане	Дата на завършване	Сервизна Поръчка №	Описание на извършения ремонт	Друг вид удовлетвореност на рекламацията	Име и подпис на техник

АДРЕСИ НА ОТОРИЗИРАНИ СЕРВИЗИ И МОНТАЖНИ ЦЕНТРОВЕ:

София-Централен Сервиз Спорт Дено	Млагост 4, Бизнес парк София, сграда Спорт Дено/ заг Технополис/	service@sportdepot.bg	02/4016507 0896/775297
Бургас-Сервиз Хриса	Комплекс "Меген Рудник" с/у бл.491	Svetoslav_mv@abv.bg	056/853900
Варна- Спорт Дено	Бул "Ян Палах" N10 Търговски център, сграда Спорт Дено	shopvarna@sportdepot.bg	052/69 96 20 0896/641929
Русе- Спорт Дено	ул. Независимост 3, МЕГА МОЛ РУСЕ	shop.plovdiv@sportdepot.bg	0897049250 052/69 96 20
Стара Загора- Спорт Дено	Бул "Никола Петков" 52 ПАРК МОЛ ,ет.2, маг.2.241	shop.stzagora@sportdepot.bg	0895/416 314

Нашите сервизи са готови да осигурят и извънгаранционно обслужване на Вашата стока при най-високо качество на ремонта и конкурентна цена! В Сервизната мрежа на Спорт Дено може да поръчате и закупите оригинални резервни части!

Можете да посетите и нашата Интернет страница на адрес: www.sportdepot.bg, където може да откриете подробна информация както за закупеният от Вас продукт, така за останалите предлагани от нас уреди и аксесоари.

КОНТАКТИ

“Спорт Дено” АД
ж.к.Млагост IV,
ул. “Васил Радославов” 6,
София 1766, сграда Sport Depot

HRVATSKI

BILJEŠKA:

Prije instalacije i rada pažljivo pročitajte ovaj priručnik za rad i spremite ga za buduću upotrebu.

UPOZORENJE I INFORMACIJE O SIGURNOSTI

1. Provjerite jeste li pažljivo pročitali priručnik prije nego što pokušate sastaviti ili koristiti PowerElectric traku za trčanje.
1. 2. Električna traka za trčanje mora biti postavljena na čvrstu ravnu površinu.
2. Električna traka za trčanje namijenjena je samo za unutarnju upotrebu. Ne smije se koristiti na otvorenom.
3. Nemojte postavljati električnu traku za trčanje na duboki debeli tepih jer zrak mora moći cirkulirati ispod.
4. Uvijek nosite odgovarajuću odjeću kada koristite električnu traku za trčanje. Ne nosite široku ili dugu odjeću jer se može zaplesti u pokretni remen.
5. Uvijek pazite da nosite odgovarajuću obuću.
6. Nemojte stajati na Power Electric traci za trčanje prije rada. Postavite svoja stopala s obje strane pojasa trake za trčanje i kada motor počne stajati na traci za trčanje. Nemojte stati na pojas ako je električna traka za trčanje u punoj brzini.
7. Nemojte dopustiti djeci ili kućnim ljubimcima blizu Power Electric trake za trčanje dok je u upotrebi.
8. Djeca i starije osobe smiju koristiti električnu traku za trčanje samo pod nadzorom odrasle osobe.
9. Električnu traku za trčanje Power Electric uvijek isključite iz glavnog napajanja kada nije u upotrebi.
11. Redovito čistite Power Electric treadmill nakon uporabe.
- Uklonite svu prašinu i znoj s ručki i trake za trčanje. Koristite laganu mješavinu sapunaste vode za čišćenje trake za trčanje.
- NIKADA NEMOJTE KORISTITI GRUBO SREDSTVO ZA ČIŠĆENJE.**
12. Kada se električna traka za trčanje ne koristi dulje vrijeme, sklopite je i pohranite na čisto suho mjesto.
13. Ako je bilo koji dio električnog kabela ili utikača olabavljen ili se istroši, nemojte koristiti PowerElectric traku za trčanje i neka kvalificirani električar pregleda problem.
14. Električna traka za trčanje Power nije igračka i nije namijenjena osobama (uključujući djecu) s bilo kakvim fizičkim ili mentalnim problemima. Električnu traku za trčanje Power ne smije koristiti osoba koja nije pročitala i razumjela priručnik.
15. Ako je korisnik prethodno imao bilo kakvo zdravstveno stanje, trebao bi se posavjetovati s liječnikom prije uporabe.

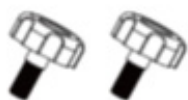
Upozorenje

Uređaj se ne može pomicati bez izvlačenja kabela za napajanje.

ACCESSORIES



Šesterokutni vijak x 2



Gumb za zaključavanje x 2



Ručica upravljača x 2



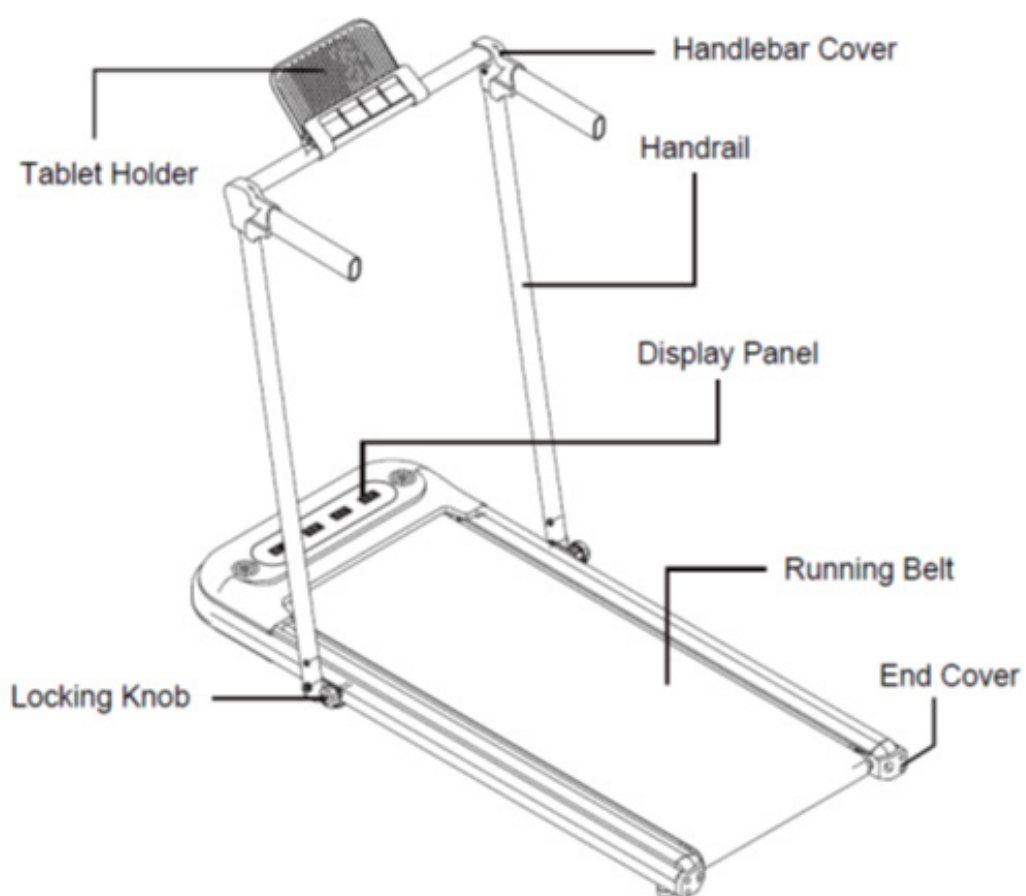
Allen Key x1



Držać tableta x 1



Poklopac upravljača x 1 Set.

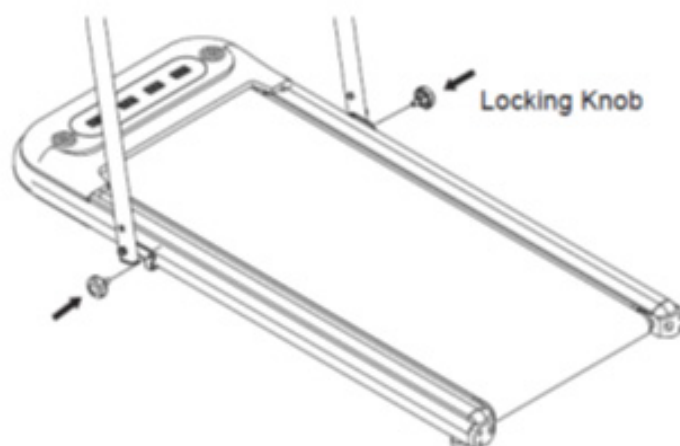


ASSEMBLY INSTRUCTIONS

KORAK 1

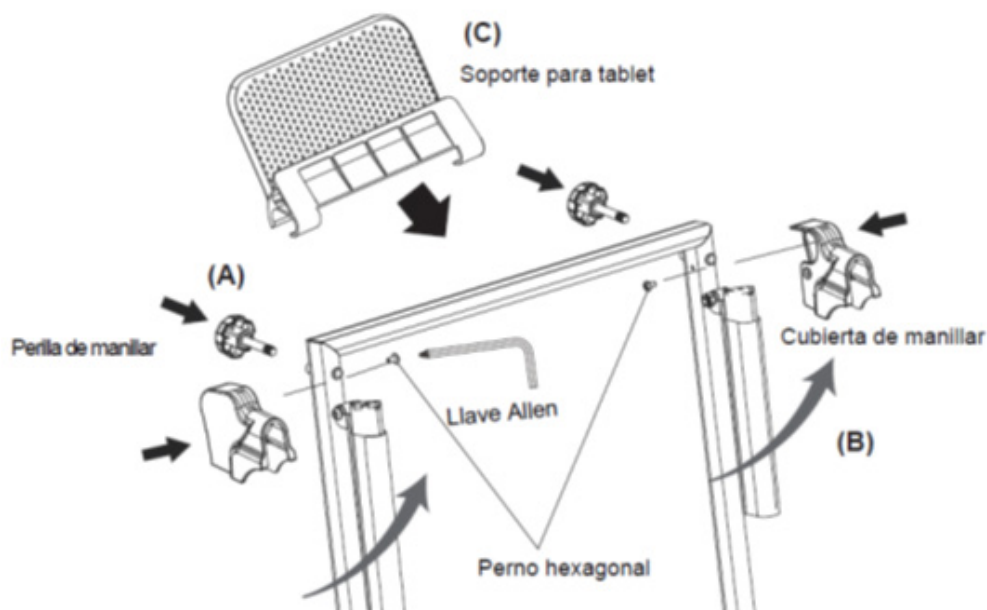
Podignite traku za trčanje, zategnite je pomoću gumba za zaključavanje.

Knob



KORAK 2

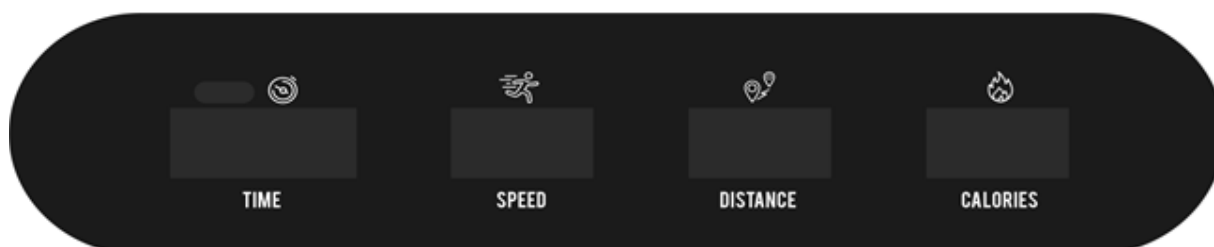
- A. Podignite upravljač, zategnite ga pomoću gumba upravljača.
 B. Postavite poklopac upravljača na šinu ručke, upotrijebite dva šesterokutna vijka da ih zategnete.
 C. Pričvrstite držač tableta na ručku.



Uključite Bluetooth mogućnost na svom uređaju i učinite ga vidljivim, odaberite prikazani uređaj "BTMP3" da biste ga uparili.

Jednom uređaj je uparen, možete početi koristiti aplikaciju na svom uređaju za reprodukciju, pauziranje

UPRAVLJAČKA PLOČA



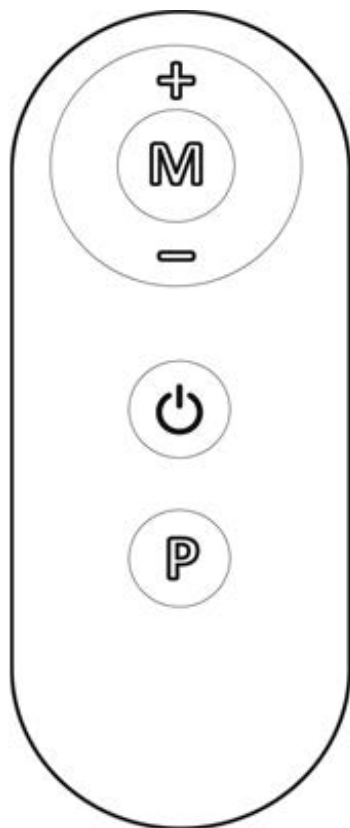
FUNKCIJE PRIKAZA:

VRIJEME: Prikazuje vaše proteklo vrijeme vježbanja u minutama i sekundama.

BRZINA: Prikazuje trenutnu brzinu od najmanje 1,0 KPH do najviše 10,0 KPH.

DISTANCE: Prikazuje akumuliranu udaljenost prijeđenu tijekom vježbanja.

KALORIJE: Prikazuje ukupno sagorjele kalorije tijekom vježbanja.



FUNKCIJSKI GUMBI:

: Pritisnite gumb kako biste odmah pokrenuli/zaustavili trening na drugom modu treninga.

: Pritisnite gumb za odabir unaprijed postavljenog programa treninga (P01-P06) prije treninga.

: Pritisnite tipku MODE za odabir različitih funkcija (vrijeme ili udaljenost) za postavljanje ciljeva vježbanja u ručnom programskom načinu prije treninga.

: Pritisnite gumb za podešavanje brzine prema gore.

: Pritisnite gumb za podešavanje brzine unatrag.

PODMAZIVANJE

Podmazivanje ispod trkaće trake osigurat će vrhunsku izvedbu i produljiti njezin životni vijek. Nakon prvih 25 sati korištenja (ili 2-3 mjeseca) nanosite malo lubrikanta i ponovite svakih sljedećih 50 sati korištenja (ili 5-8 mjeseci).

Kako provjeriti je li pojas za trčanje dobro podmazan

Podignite jednu stranu trake za trčanje i osjetite gornju površinu platforme za trčanje.

Ako je površina glatka na dodir, nije potrebno dodatno podmazivanje. Ako je površina suha na dodir, nanosite malo lubrikanta.

Kako nanijeti lubrikant

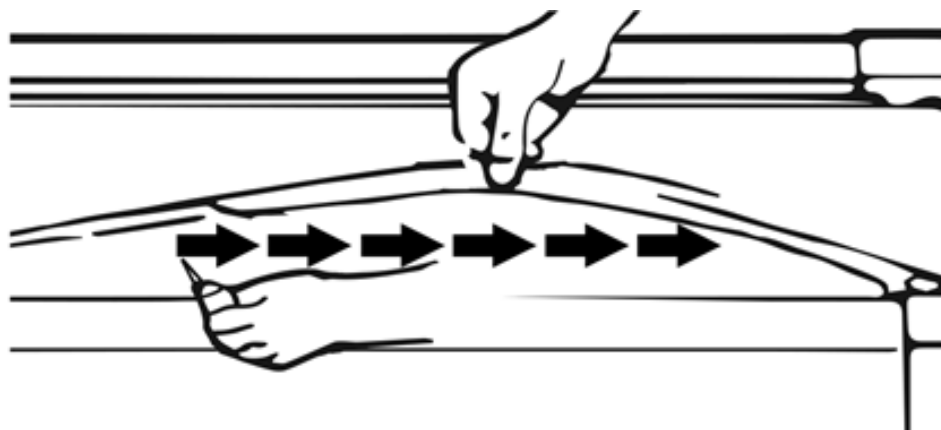
Podignite jednu stranu trake za trčanje.

Ulijte malo maziva ispod središta trake za trčanje na gornjoj površini platforme za trčanje.

Trčite na traci za trčanje laganom brzinom 3 do 5 minuta kako biste ravnomjerno rasporedili lubrikant.

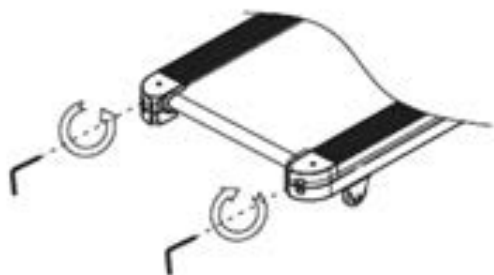
NAPOMENA: NEMOJTE previše podmazivati platformu za trčanje. Svaki višak lubrikanta koji izađe treba obrisati.

1 PC

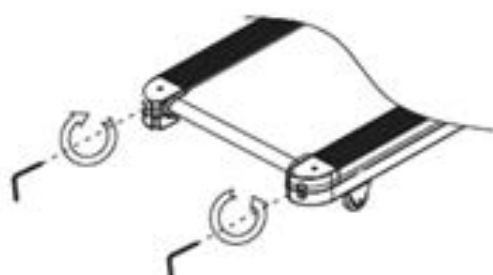


PODEŠAVANJE TRAKE ZA TRČANJE

1. Traka za trčanje na električnoj traci za trčanje Confidence Power malo će se pomaknuti nakon ne-prestane uporabe. To je normalno za sve trake za trčanje.
2. Za izravnavanje/podešavanje trake za trčanje okrenite vijak za podešavanje s obje strane baze, pogledajte sliku C i D.



PICTURE C



PICTURE D

3. Nemojte dopustiti da traka za trčanje uhvati rubove električne trake za trčanje Confidence Power jer će to potrgati traku.

VODIČ ZA NJEGU, ODRŽAVANJE I RJEŠAVANJE PROBLEMA

UPOZORENJE:

Kako biste spriječili strujni udar, molimo isključite traku za trčanje i odspojite je iz struje prije čišćenja ili obavljanja rutinskog održavanja.

UPOZORENJE: Uvijek provjerite istrošene komponente kao što su gumb opruge i pojas za trčanje kako biste spriječili ozljede.

ČIŠĆENJE

Nakon svake vježbe osigurajte da je jedinica obrisana i da je sav znoj uklonjen s jedinice.

Traka za trčanje se može čistiti mekom krpom i blagim deterdžentom. Nemojte koristiti abrazive ili otapala. Pazite da ne dođe do prekomjerne vlage na ploči zaslona jer bi to moglo oštetiti jedinicu i izazvati opasnost od strujnog udara.

Držite traku za trčanje, posebno konzolu računala, dalje od izravne sunčeve svjetlosti kako biste spriječili oštećenje zaslona.

SKLADIŠTENJE

Čuvajte traku za trčanje u čistom i suhom zatvorenom prostoru. Nikada nemojte ostavljati niti koristiti jedinicu na otvorenom. Uvjerite se da je glavni prekidač isključen i da je kabel za napajanje isključen iz zidne utičnice.

Problem Potencijalni Uzroci Ispravci	Problem Potencijalni Uzroci Ispravci	Problem Potencijalni Uzroci Ispravci
Traka za trčanje se ne pokreće. Traka za trčanje nije priključena.	Traka za trčanje se ne pokreće. Traka za trčanje nije priključena.	Traka za trčanje se ne pokreće. Traka za trčanje nije priključena.
Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.	Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.	Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.

Aktivirao se prekidač strujnog kruga u kući.	Aktivirao se prekidač strujnog kruga u kući.	Aktivirao se prekidač strujnog kruga u kući.
Aktivirao se prekidač strujnog kruga trake za trčanje. Uključite kabel za napajanje u zidnu utičnicu.	Aktivirao se prekidač strujnog kruga trake za trčanje. Uključite kabel za napajanje u zidnu utičnicu.	Aktivirao se prekidač strujnog kruga trake za trčanje. Uključite kabel za napajanje u zidnu utičnicu.

RUTINA ZAGRIJAVANJA I HLAĐENJA

ZAGRIJAVANJE je važan dio svakog treninga. Svrha zagrijavanja je pripremiti vaše tijelo za vježbanje i smanjiti ozljede na minimum. Zagrijte se dvije do pet minuta prije aerobne vježbe. Trebalo bi započeti svaku sesiju kako bi se vaše tijelo pripremilo za napornije vježbanje zagrijavanjem i istezanjem mišića, povećanjem cirkulacije i pulsa te dopremanjem više kisika u mišiće.

OHLADITE se na kraju treninga, ponovite ove vježbe kako biste smanjili bol u umornim mišićima. Svrha hlađenja je vratiti tijelo u stanje mirovanja na kraju svake vježbe. Pravilno hlađenje polako smanjuje broj otkucaja srca i omogućuje povratak krvi u srce.

GLAVA VALJKA

Okrenite glavu udesno za jedno brojanje, trebali biste osjetiti istezanje uz lijevu stranu vrata. Zatim zakrenite glavu unazad za jedno brojanje, istežući bradu do stropa i puštajući usta otvorena. Okrenite glavu ulijevo za jedno brojanje, zatim spustite glavu na prsa za jedno brojanje.



SHOULDER LIFTS

Podignite desno rame prema uhu na jedno brojanje. Zatim podignite lijevo rame na jedan broj dok spuštate desno rame.



ISTEZANJA NA BOCI

Raširite ruke u stranu i podignite ih dok vam ne budu iznad glave. Ispružite desnu ruku što više možete prema stropu na jedno brojanje. Ponovite ovu radnju s lijevom rukom.



ISTEZANJE KVADRICEPSA

S jednom rukom na zidu radi ravnoteže, posegnite iza sebe i podignite desnu nogu. Približite petu što je moguće bliže stražnjici. Zadržite 15 brojanja i ponovite lijevom nogom.

ISTEZANJE UNUTARNJEG DIJELA BEDRA

Sjednite sa spojenim tabanima i koljenima usmjerenim prema van.

Privucite stopala što bliže preponama. Nježno gurnite koljena prema podu. Zadržite 15 brojanja.

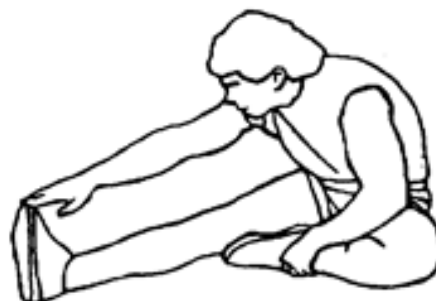


DODIRANJE NOŽNIH PRSTA

Polako se savijte prema naprijed iz struka, puštajući leđa i ramena da se opuste dok se protežete prema nožnim prstima. Posegnite što dalje možete i zadržite 15 brojanja.

RASTEZANJA TETIVA

Ispružite desnu nogu. Taban lijevog stopala oslonite na unutarnju stranu desnog bedra. Istegnite se prema nožnom prstu što je više moguće. Zadržite 15 brojanja. Opustite se i zatim ponovite s lijevom nogom.



TELE/AHILOVO ISTEZANJE

Naslonite se na zid s desnom nogom ispred lijeve i rukama naprijed. Držite lijevu nogu ravno, a desno stopalo na podu; zatim savijte desnu nogu i nagnite se naprijed pomičući kukove prema zidu. Zadržite, zatim ponovite na drugu stranu 15 brojanja.

APPLICATION SOFTWARE (APP)

Android



Zwift



IOS

**ZWIFT**

Preuzmite, registrirajte se i prijavite se u aplikaciju Zwift, uđite na stranicu s postavkama: na stranici UPARENI UREĐAJI kliknite RUN za traku za trčanje i kliknite IZVOR NAPAJANJA i pojavit će se skočni izbornik, odaberite Bluetooth kod, koji je isti kao kod označen na konzoli opreme, zatim odaberite U

redu za uparivanje.

Napomena: Zwift pamti uređaje korištene u prethodnoj sesiji i može pokušati upariti te uređaje ako su prisutni i dostupni. Ako vidite uparene uređaje koje ne želite koristiti, jednostavno ih poništite i odaberite uređaj koji želite upariti.

Aplikacije se mogu preuzeti s App Storea za iOS i s Google Playa za Android.

Android



Kinomap



IOS

**KINOMAP**

Preuzmite, registrirajte se i prijavite se u aplikaciju Kinomap, uđite na stranicu postavki: kliknite VIŠE u desnom kutu, kliknite UPRAVLJANJE OPREMOM, kliknite + u gornjem desnom dijelu, odaberite traku za trčanje; Zatim odaberite Bluetooth marku po svom izboru,

npr. Anyrun itd.; Kliknite sadržaj pod Interaktivno, APP detektira pronađenu opremu, odaberite Bluetooth kod, koji je isti kao kod označen na vašoj konzoli opreme, zatim kliknite DODAJ NOVU OPREMU, iskočit će oprema uspješno dodana.

Aplikacije se mogu preuzeti s App Storea za iOS i s Google Playa za Android.

Android



FIT&SHOW



iOS

**FITSHOW**

1. Prijavite se u aplikaciju sa svojim telefonskim brojem ili pretincem e-pošte.
2. Uključite funkciju "BLUETOOTH" prije nego što otvorite aplikaciju, zatim potražite uređaj u aplikaciji i dobro ga povežite.

ežite.

3. Možete odabrati željeni način upravljanja svojom trakom za trčanje.
 4. Kada trčite, vaša udaljenost/brzina/kalorije/puls će se prikazati na vašem telefonu.
 5. Ako odaberete MAP mod, možete provjeriti svoj put na svom telefonu.
 6. Kada završite s vježbanjem, aplikacija će spremiti vaš zapis na vaš telefon.
- Aplikacije se mogu preuzeti s App Storea za iOS i s Google Playa za Android.

Provjerite ispunjava li vaš mobilni uređaj zahtjeve za aplikaciju.

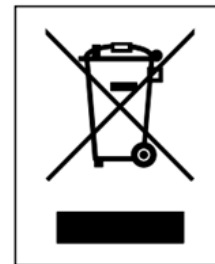
Zahtjevi svake aplikacije prikazani su u Google PlayStore ili AppStore.

Imajte na umu da vam nismo u mogućnosti ponuditi potpuni vodič za rad aplikacije unutar ovog priručnika jer će se aplikacija ažurirati s vremena na vrijeme.

Ovaj proces može promijeniti rad ili dizajn aplikacije. Molimo pogledajte upute u određenoj trgovini za preuzimanje aplikacije ili nas kontaktirajte.

INFORMACIJA ZA RECIKLIRANJE

Ovaj elektronički proizvod ne mora se izbaciti u bitni otpad. Kako bi zaštitio okoliš, ovaj proizvod mora se reciklirati nakon svog korisnog života, kako to zahtijeva zakon. Molimo, upotrijebite sredstva za recikliranje koja su u potpunosti dostupna za prikupljanje ovog vida otpada u vašoj četvrti. Na ovaj način će se pomoći u zaštiti prirodnih resursa i postići najbolji europski standardi u zaštiti okoliša. Ako su vam potrebne dodatne informacije o sigurnim i pravilnim metodama za izbacivanje, obratite se lokalnoj gradskoj službi ili poduzeću gdje ste kupili ovaj proizvod.



GARANCIJA

Neovisno o jamstvu trgovca, trgovac odgovara za nedostatak u skladu s potrošačkom stokom s ugovorom o prodaji sukladno Hrvatskim zakonodavcem.

Garancija je dodatak i ne ograničava na bilo koji način prava korisnika, u skladu s Hrvatskim zakonodavcem.

Dolni uvjeti opisuju zahtjeve i prihvaćaju našu garanciju. Ne pomažete utjecaju na vaša zakonska prava ili obveze vašeg trgovca na malo i ugovor s njim.

Garancijski rok: 24 mjeseca (od kupovine ureda)!

Nudimo jamstvenu uslugu za ovaj ured pod sljedećim uvjetima:

Usluga se pruža na cijeloj teritoriji Hrvatske. Molimo kontaktirajte naš odjel za usluge klijentima – esh-op@sportdepot.hr

Besplatno jamstveno korištenje tijekom razdoblja jamstva ne obuhvaća sljedeće točke:

1. Postoje razlike između podataka u jamstvenom dokumentu i dokumentima na ustrojstvu;
2. Nepravilno instalirani ili montirani uredi;
3. Lipsa na originalni dokument za kupnju ili garancijski dokument;
4. Popravke ili druge intervencije izvršene od strane lica, neispunjene od nas za obavljanje ove radnje, ili ako je uređaj popravljen s neoriginalnim rezervnim dijelovima;
5. Vanjski izgled upravljanja - draskotini, puknatini i drugi, koji nisu zabilježeni pri kupnji, isporuci ili pri montaži uređaja.
6. nepoštovanje uvjeta za korištenje, skladištenje, transport i uzroke njihovih nedostataka;
7. Za defekte, zbog nepravilne upotrebe, mehanički defekti, udari;
8. Pri defektima, uzrokovani u rezultatu prirodnih pojava i drugim formacijskim okolnostima;
9. Korištenje uređaja za trgovinske svrhe i na društvenim mjestima;
10. Pokretne komponente, povezane s rezultatom nepravilne uporabe ili montaže: pedala, rukohvata, kabela, remova, leća, učvršćenja, vijaka i vijaka, guma, lagera, dekorativnih elemenata;
11. Nepodržani i nepravilno skladišteni uređaji.
12. Dizajnerski dijelovi su i takvi, koji se mogu odvojiti od osnovnog tijela na uređaju, plastične dekoracije, gumeni dijelovi s ograničenim životom, regulirani od proizvođača;
13. Konzumati, dijelovi i elementi s ograničenim rokom trajanja - baterije, rem ci, leće.
14. Dodaci – vanjsko napajanje/ adapteri;

KONTAKTI

Sport Depot
ul. Palmira Toljatija 5/21
11070 Novi Beograd
TC Stari Merkator
I sprat, lokal 21
tel. 011/2608-162

BELEŠKA:

Pre instalacije i rada, pažljivo pročitajte ovo uputstvo za upotrebu i sačuvajte ga za buduću upotrebu.

UPOZORENJE I BEZBEDNOSNE INFORMACIJE

Uverite se da ste pažljivo pročitali uputstvo pre nego što pokušate da sastavite ili koristite PoverElectric traku za trčanje.

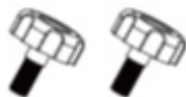
1. Pover Electric traka za trčanje mora biti postavljena na čvrstu ravnu površinu.
 2. Pover Electric traka za trčanje je dizajnirana samo za upotrebu u zatvorenom prostoru. Ne sme se koristiti na otvorenom.
 3. Ne postavljajte Pover Electric traku za trčanje na duboki debeli tepih jer vazduh mora da može da cirkuliše ispod.
 4. Uvek nosite ispravnu odeću kada koristite Pover Electric traku za trčanje. Ne nosite široku ili dugu odeću jer se ona može zakačiti za pojas koji se kreće.
 5. Uvek vodite računa da nosite ispravnu obuću.
 6. Nemojte stajati na Pover Electric pojasu trake za trčanje pre upotrebe. Postavite stopala sa jedne strane trake za trčanje i kada motor počne, stanite na traku za trčanje. Nemojte gaziti na pojas ako je Pover Electric traka za trčanje u punoj brzini.
 7. Ne dozvolite deci ili kućnim ljubimcima blizu Pover Electric trake za trčanje kada je u upotrebi.
 8. Deca i starije osobe treba da koriste Pover Electric traku za trčanje samo pod nadzorom odrasle osobe.
 9. Uvek isključite Pover Electric Traku za trčanje iz glavnog napajanja kada nije u upotrebi.
 10. Redovno čistite Pover Electric traku za trčanje nakon upotrebe. Uklonite svu prašinu i znoj sa ručki i kaiša za trčanje. Koristite laganu mešavinu vode sa sapunom za čišćenje trake za trčanje.
- NIKADA NE KORISTITE GRUBO SREDSTVO ZA ČIŠĆENJE.**
11. Kada se Pover Electric traka za trčanje ne koristi duže vreme, odložite je i odložite na čisto i suvo mesto.
 12. Ako je bilo koji deo električnog kabla ili utikača labav ili istrošen, nemojte koristiti PoverElectric traku za trčanje i neka kvalifikovani električar pregleda problem.
 13. Pover Electric traka za trčanje nije igračka i nije namenjena za upotrebu od strane osoba (uključujući decu) sa bilo kakvim fizičkim ili mentalnim stanjem. Pover Electric traku za trčanje ne bi trebalo da koristi bilo koja osoba koja nije pročitala i razumela uputstvo.
 14. Ako je korisnik imao neko prethodno zdravstveno stanje, treba da se konsultuje sa lekarom pre upotrebe.

UPOZORENJE

Uređaj se ne može pomerati bez izvlačenja kabla za napajanje.

PRIBOR

Hex Bolt x 2



Locking Knob x2



Handlebar Knob x 2



Allen Key x1

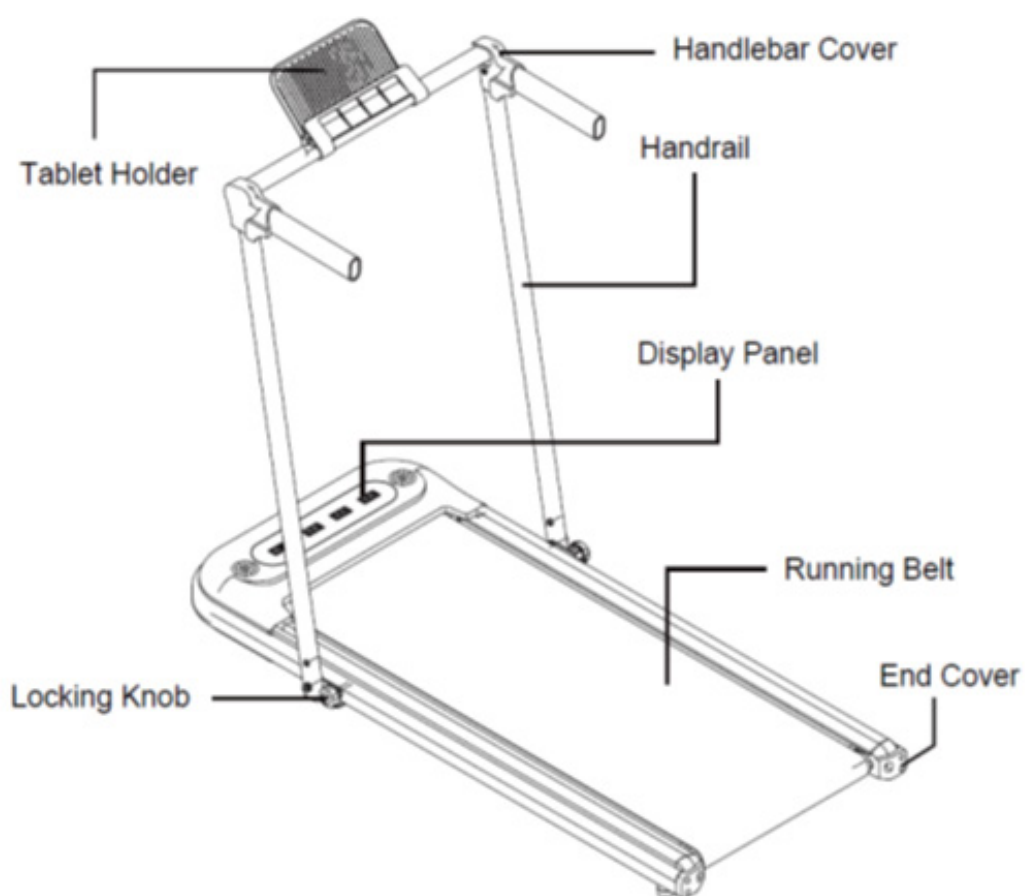


Tablet Holder x 1



Handlebar Cover x 1 Set.

LISTA DELOVA

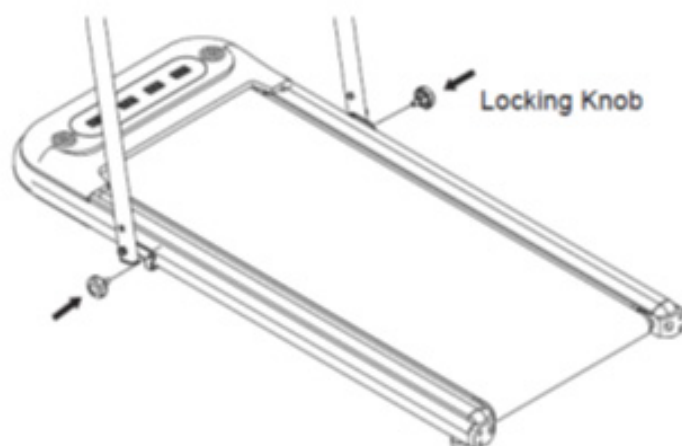


UPUTSTVO ZA MONTAŽU

KORAK 1

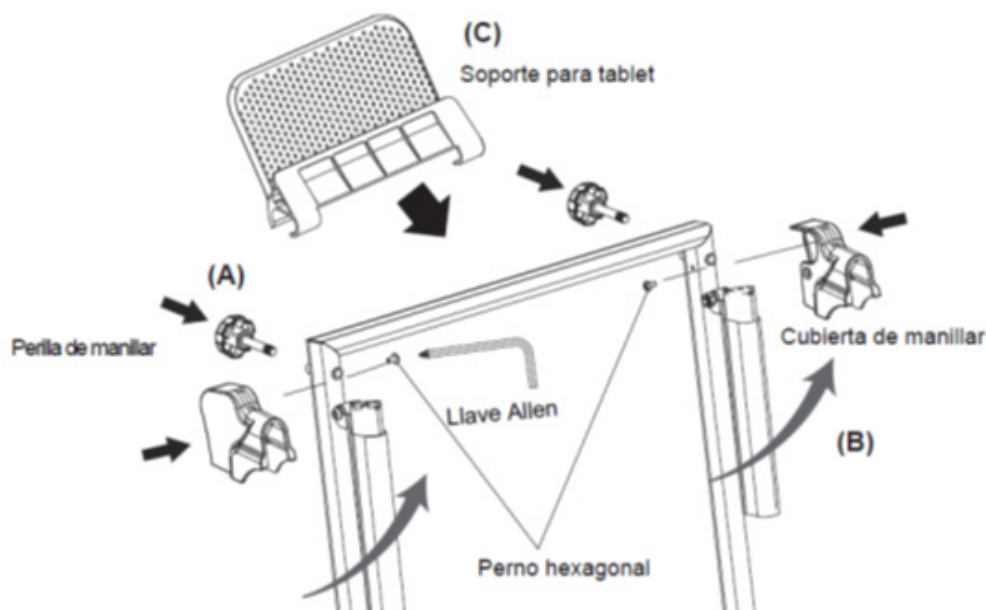
Podigni traku za trčanje, koristi kvaku za zaključavanje da je zagreješ.

Knob



KORAK 2

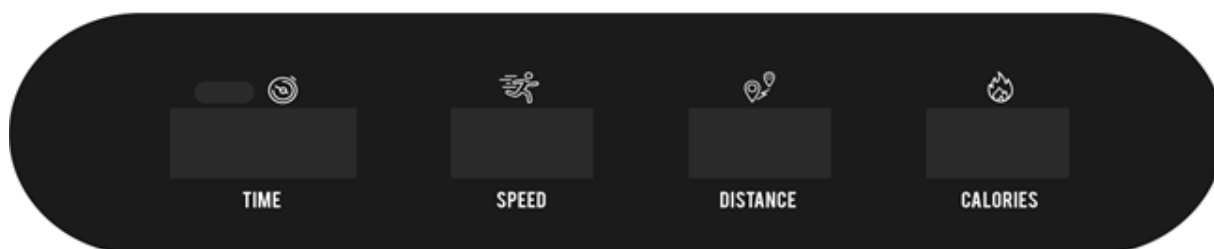
1. Podigni ručica, zategni je sa Kvakom.
2. Stavite ručica na dršku, koristite dva Hex Bolta da ih stegnete.
3. Pričvrstite držač za tablet računar na traku za dršku.



Uključite Bluetooth mogućnost na svom uređaju i učinite ga vidljivim, izaberite prikazani uređaj „BTMP3“ da biste ga uparili

. Kada je uređaj uparen možete početi da koristite aplikaciju na svom uređaju za reprodukciju, pauziranje i podešavanje jačine zvuka, itd.

KONTROLNA TABLA



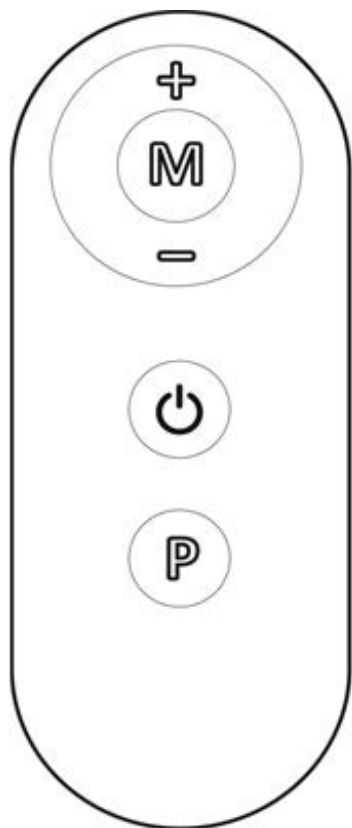
FUNKCIJA PRIKAZA:

VREME: Prikazuje vaše proteklo vreme vežbanja u minutima i sekundama.

BRZINA: Prikazuje trenutnu brzinu od minimalnih 1,0 KPH do maksimalnih 10,0 KPH.

DISTANCA: Prikazuje ukupnu pređenu udaljenost tokom vežbanja.

KALORIJE: Prikazuje ukupne kalorije potrošene tokom treninga.



FUNKCIONALNA DUGMAD:

: Pritisnite dugme da biste odmah započeli/zaustavili trening u drugom režimu treninga.

: Pritisnite dugme da izaberete unapred podešeni režim treninga (P01-P06) pre treninga.

: Pritisnite dugme MODE da biste izabrali različite funkcije (vreme ili udaljenost) za postavljanje ciljeva vežbanja u režimu ručnog programa pre treninga.

: Pritisnite dugme da biste podesili brzinu naviše.

: Pritisnite dugme da biste podesili brzinu unazad.

PODMAZIVANJE

Podmazivanje ispod pojasa za trčanje osiguraće superiorne performanse i produžiti njegov životni vek. Nakon prvih 25 sati korišćenja (ili 2-3 meseca) nanosite malo lubrikanta, i ponavljajte na svakih sledećih 50 sati korišćenja (ili 5-8 meseci).

Kako proveriti da li u pojasu za trčanje ima pravilno podmazivanje

Podignite jednu stranu pojasa za trčanje i osetite gornju površinu palube za trčanje.

Ako je površina klizava na dodir, onda nije potrebno dalje podmazivanje. Ako je površina suva na dodir, nanosite malo lubrikanta.

Kako naneti lubrikant

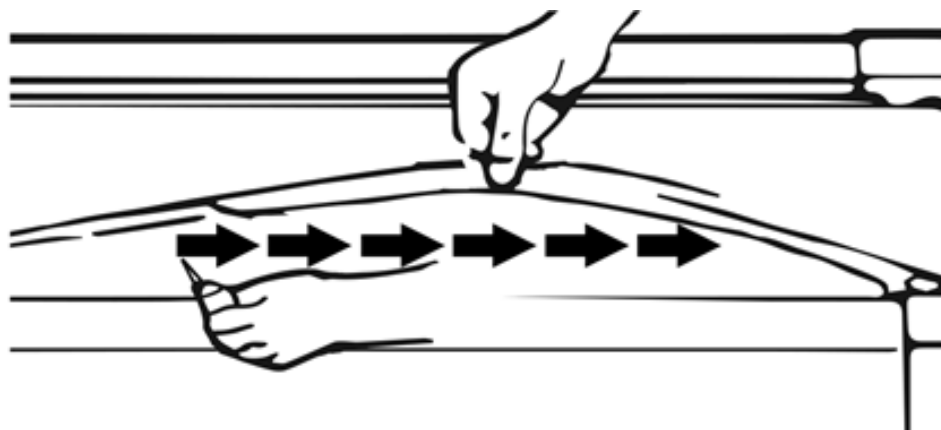
Podigni jednu stranu pojasa za trčanje.

Sipajte malo lubrikanta ispod centra pojasa za trčanje na gornjoj površini palube za trčanje.

Trčite na traci za trčanje laganom brzinom 3 do 5 minuta da biste ravnomerno rasporedili lubrikant.

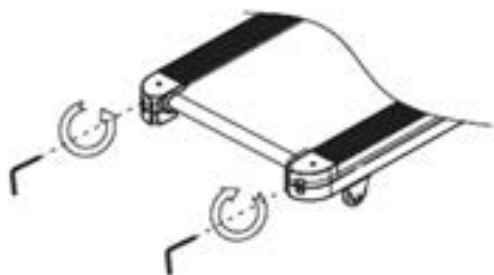
NAPOMENA: NEMOJTE preko podmazivanja špila za trčanje. Svaki višak lubrikanta koji izađe treba obrisati.

1 PC

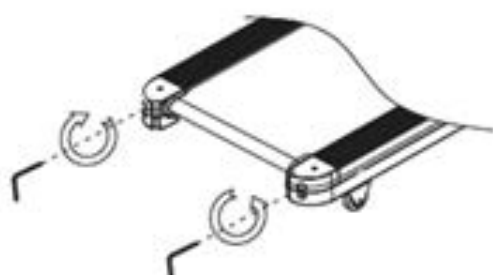


PODEŠAVANJE PODLOGE ZA TRČANJE

1. Podloga za trčanje na Power Electric traci za trčanje će se neznatno pomeriti nakon neprekidne upotrebe. Ovo je normalno za sve trake za trčanje.
2. Da biste ispravili/podesili podlogu za trčanje okrenite podesivi šraf sa obe strane baze, pogledajte crtež C i D.



PICTURE C



PICTURE D

3. Ne dozvolite da podloga za trčanje uhvati bočne strane Power Electric trake za trčanje jer će ovo pocepati podlogu.

VODIČ ZA NEGU, ODRŽAVANJE & REŠAVANJE PROBLEMA

UPOZORENJE: Da biste sprečili električni šok, isključite i isključite traku za trčanje pre čišćenja ili obavljanja rutinskog održavanja.

UPOZORENJE: Uvek proverite komponente habanja i cepanja kao što su prolećna kvaka i kaiš za trčanje kako biste sprečili povrede.

ODRŽAVANJE

Nakon svakog treninga, uverite se da je traka suva, da nema tragova znoja ili tečnosti na spravi.

Traka za trčanje se može očistiti mekom krpom i blagim deterdžentom. Nemojte koristiti abrazive ili rastvarače. Pazite da ne dobijete prekomernu vlagu na displej panelu jer ovo može oštetiti jedinicu i stvoriti električnu opasnost.

Držite traku za trčanje, posebno kompjutersku konzolu, van direktne sunčeve svetlosti da biste sprečili oštećenje ekrana.

SKLADIŠTENJE

Traku za trčanje uskladištite u čisto i suvo zatvoreno okruženje. Nikada ne napuštajte ili koristite jedinicu na otvorenom. Uverite se da je glavni prekidač za napajanje isključen, a kabl za napajanje isključen iz zidne utičnice.

VODIČ ZA REŠAVANJE PROBLEMA

Problem	Potencijalni uzroci	Ispravke
Traka za trčanje neće početi.	Traka za trčanje nije priključena. Bezbednosni ključ nije ispravno instaliran. Prekidač strujnog kola u kući je iskočio. Prekidač za pokretanje trake se isključio.	Priključite kabl za napajanje u zidnu utičnicu. Ponovo instalirajte Sigurnosni tether ključ. Resetuj prekidač strujnog kola, ili pozovi električara da zameni prekidač strujnog kola. Sačekajte 5 minuta, a zatim pokušajte ponovo da pokrenete traku za trčanje.
Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.	Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.	Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.

Podloga zapinje pri pokretanju	Nema dovoljno podmazivanja na tekućoj palubi. Podloga je prenapregnuta.	Nanesite lubrikant. Podesite napetost podloge.
Podloga nije u centrirana.	Traka nije dobro nalegla preko zadnjeg točka.	Centrirajte traku

ZAGREJTE SE I OPUSTITE TELO NAKON TRENINGA

ZAGREVANJE je važan deo svakog treninga. Svrha zagrevanja je da pripremite svoje telo za vežbanje i da umanjite povrede. Zagrejte se dva do pet minuta pre aerobnog vežbanja. Trebalo bi da započne svaku sesiju kako bi pripremila vaše telo za napornije vežbanje zagrevanjem i istezanjem mišića, povećanjem cirkulacije i pulsa i isporučivanje više kiseonika vašim mišićima.

OPUSTITE se na kraju treninga, ponovite ove vežbe kako biste smanjili bol u umornim mišićima. Svrha hlađenja je da se telo vrati u stanje odmaranja na kraju svake vežbe. Pravilno hlađenje polako snižava otkucaje srca i omogućava krvi da se vrati u srce.

POMERANJE GLAVE

Okrenite glavu udesno za jednu tačku, trebalo bi da osetite osećaj istezanja uz levu stranu vrata. Zatim okrenite glavu unazad za jednu tačku, protegnuvši bradu do plafona i pustite usta otvorena. Okrenite glavu ulevo za jednu tačku, a zatim spustite glavu na grudi za jednu tačku.



PODIZANJE RAMENA

Podigni desno rame prema uvetu za jednu tačku. Zatim podignite levo rame za jednu tačku dok spuštate desno rame.



BOČNA ISTEZANJA

Ruke sa strane i podigni ih dok ti ne nisu preko glave. Dohvatite desnu ruku što dalje ka plafonu za jednu tačku. Ponovite ovu akciju levom rukom.



ISTEZANJE KVADRICEPSA

Jednom rukom uza zid za ravnotežu, posegni za sobom i povuci desnu nogu gore. Približite petu zadnjici što je više moguće. Držite 15 tačaka i ponovite levom nogom.

UNUTRAŠNJE ISTEZANJE BUTINA

Sedite zajedno sa tabanima i kolenima usmerenim ka spolja. Povucite noge što je više moguće blizu prepona. Nežno gurni kolena prema podu. Sačekajte 15 tačaka.

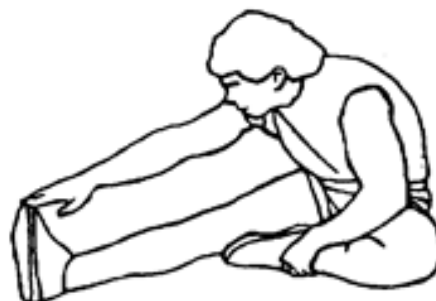


DODIRI VRHOVA NOŽNIH PRSTIJU

Polako se savijte napred od struka, puštajući leđa i ramena da se opuštaju dok se protežete ka prstima. Dosegnite što dalje možete i držite po 15 sekundi.

HAMSTRING ISTEZANJE

Ispruži desnu nogu. Prislonite leve noge uz desnu unutrašnju butinu. Ispružite se prema vašem donjem delu što je više moguće. Sačekajte 15 sekundi. Opustite se, a zatim ponovite levom nogom.



ISTEZANJE LISTOVA I AHILOVE TETIVE SE PROTEŽE

Nasloni se na zid sa desnom nogom ispred leve i rukama napred. Drži levu nogu pravo i desnu nogu na podu; zatim savijte desnu nogu i nagnite se napred pomerajući kukove prema zidu. Sačekajte, a zatim ponovite sa druge strane po 15 sekundi.

SOFTVER APLIKACIJE (APP)

Android



Zwift



IOS

**ZWIFT**

Преузмите, региструјте се и пријавите се у апликацију ZWIFT, уђите на страницу са подешавањима: на страници УПАРЕНИ УРЕЂАЈИ, кликните на RUN за траку за трчање и кликните на ИЗВОР НАПАЈАЊА и појавиће се искачући мени, изаберите Блуеџоотх ког, који је исти као ког означен на

конзоли опреме, а затим изаберите ОК да бисте били упарени.

Напомена : Звифт памти уређаје коришћене у претходној сесији и може покушати да упари те уређаје ако су присутни и доступни. Ако видите упарене уређаје које не желите да користите, можете једноставно да поништите њихов избор и изаберете уређај који желите да упарите. Апликације се могу преузети са App store-а за IOS и са google play-а за Android.

Android



Kinomap



IOS

**KINOMAP**

Преузмите, региструјте се и пријавите се у апликацију Киноман, уђите на страницу са подешавањима: кликните ЈОШ у десном углу, кликните УПРАВЉАЊЕ ОПРЕМЕ, кликните на + у десном горњем делу, изаберите за траку за трчање;

Затим изаберите Блуеџоотх бренд по свом избору, нпр. Анирун итд.;Кликните на садржај под Интерактивно, АПП детектује пронађену опрему, изаберите Блуеџоотх ког, који је исти као ког означен на конзоли ваше опреме, а затим кликните на ДОДАЈ НОВУ ОПРЕМУ, појавиће се опрема која је успешно гогата.

Апликације се могу преузети са App Store-а за iOS и са Гоогле Плаи-а за Android.

Android



FIT&SHOW



iOS

**FITSHOW**

1. Пријавите се у апликацију са својим бројем телефона или е-маил кутијом.
2. Укључите функцију „БЛУЕѢООТХ“ пре него што отворите апликацију, затим потражите уређај у апликацију и добро

га повежите.

3. Можете да изаберете режим који желите да контролишете своју траку за трчање.

4. Када трчите, ваша удаљеност/брзина/калорије/пулс ће се приказати на вашем телефону.

5. Ако изаберете режим МАП, можете да проверите своју путању на свом телефону.

6. Када завршите са вежбањем, апликација ће сачувати ваш запис на телефону.

Апликације се могу преузети са App Store-а за iOS и са Гоогле Плаи-а за Android.

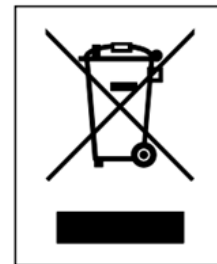
Proverite da li vaš mobilni uređaj prepoznaje navedene aplikacije
Zahtevi svake aplikacije su prikazani u Google PlayStore i AppStore.

Imajte na umu da nismo u mogućnosti da vam ponudimo kompletan vodič za upotrebu aplikacije u ovom priručniku, jer će se aplikacija s vremena na vreme ažurirati.

Ovaj proces može da promeni rad ili dizajn aplikacije. Pogledajte uputstva unutar određene prodavnice za preuzimanje aplikacija ili nas kontaktirajte.

INFORMACIJA ZA RECIKLIRANJE

Ovaj elektronički proizvod ne mora se izbaciti u bitni otpad. Kako bi zaštitio okoliš, ovaj proizvod mora se reciklirati nakon svog korisnog života, kako to zahtijeva zakon. Molimo, upotrijebite sredstva za recikliranje koja su u potpunosti dostupna za prikupljanje ovog vida otpada u vašoj četvrti. Na ovaj način će se pomoći u zaštiti prirodnih resursa i postići najbolji europski standardi u zaštiti okoliša. Ako su vam potrebne dodatne informacije o sigurnim i pravilnim metodama za izbacivanje, obratite se lokalnoj gradskoj službi ili poduzeću gdje ste kupili ovaj proizvod.



ГАРАНЦИЈА

Независно од трговачке гаранције, увозник одговора за одсуство усаглашености квалитета производа који је предмет овог купопродајног уговора.

Гаранција је годатак и неограничава ни на један начин право коришћења и поседовања овог производа који се већ регулисани законом о облигационим односима конкретне државе где је купопродаја настала. Овде су описани услови гаранције, као и обавезе продавца уколико гође го испуњења услова за рекламирање производа. Гарантни рок: 24 месеца (од куповине уређаја)!

Ми нудимо гаранцију за овај уређај под следећим условима :

Сервис сепружа на целој територији Републике Србије. Молимо вас да контактирате наше _ одељење за услуга на купци – (062 270 179)

Бесплатна гаранцијска услуга од стране продавца за време трајања гаранцијског периода не покрива следеће тачке :

1. Постоји Разлике између податке у документу гаранције и спецификацији на самом уређају ;
2. Погрешно инсталиран или монтиран уређај ;
3. Недостаје оригинални рачун о куповини или гаранционли лист;
4. Поправке или друге интервенције које врше лица која нису овлашћена за обављање ове делатности, или ако се апарат поправља са неоригиналним резервним деловима;
5. Спољна оштећења уређаја - огреботине , пукотине и друго што се није констатовало при куповини , испоруци или монтажи уређаја.
6. Неусаглашеност са условима за употребу , складиштење , транспорт као узрок дефеката на уређају ;
7. Дефекти изазвани неадекватним коришћењем , механички дефекти , улубљења, огреботине;
8. Недостаци који настају као резултат природних непогода, оштећења инсталације, хаварија на месту коришћења, под утицајем више силе;
9. Коришћење уређаја у комерцијалне сврхе, за тренинг више особа у фирми, хотелу или другом простору јавне намене ;
10. Покретне компоненте оштећене као резултат неадекватног коришћења уређаја : педале , ручке , сајле , каишеви , траке , заптивке , шrafoви и завртњи , полуке , лежајеви , декоративни елементи;
11. Неадекватно складиштење уређаја .
12. Декоративни, украсни делови, делови које се могу одвојити од тела уређаја, пластични украси, гумени делови, делови који имају краћи век трајања од трајања целог уређаја који је прописао сам произвођач, а у складу са нашим законодавством
13. Потрошни материјал , делови и артикли са ограниченим веком трајања - батерије , каишеви, траке.
14. Прибор - екстерни напајање / исправљач за струјно напајање, кабл за мобилне уређаје, андрoиде ;

Рекламације на купљену робу спроводе се по правилима нашег законодавства а у складу са условима из гарантног листа који добијате уз уређај

КОНТАКТИ

Sport Depot
ul. Palmira Toljatiја 5/21
11070 Novi Beograd
TC Stari Merkator
I sprat, lokal 21
tel. 011/2608-162

BOSNA

BELEŠKA:

Pre instalacije i rada, pažljivo pročitajte ovo uputstvo za upotrebu i sačuvajte ga za buduću upotrebu.

UPOZORENJE I BEZBEDNOSNE INFORMACIJE

Uverite se da ste pažljivo pročitali uputstvo pre nego što pokušate da sastavite ili koristite PoverElectric traku za trčanje.

1. Pover Electric traka za trčanje mora biti postavljena na čvrstu ravnu površinu.
2. Pover Electric traka za trčanje je dizajnirana samo za upotrebu u zatvorenom prostoru. Ne sme se koristiti na otvorenom.
3. Ne postavljajte Pover Electric traku za trčanje na duboki debeli tepih jer vazduh mora da može da cirkuliše ispod.
4. Uvek nosite ispravnu odeću kada koristite Pover Electric traku za trčanje. Ne nosite široku ili dugu odeću jer se ona može zakačiti za pojas koji se kreće.
5. Uvek vodite računa da nosite ispravnu obuću.
6. Nemojte stajati na Pover Electric pojasu trake za trčanje pre upotrebe. Postavite stopala sa jedne strane trake za trčanje i kada motor počne, stanite na traku za trčanje. Nemojte gaziti na pojas ako je Pover Electric traka za trčanje u punoj brzini.
7. Ne dozvolite deci ili kućnim ljubimcima blizu Pover Electric trake za trčanje kada je u upotrebi.
8. Deca i starije osobe treba da koriste Pover Electric traku za trčanje samo pod nadzorom odrasle osobe.
9. Uvek isključite Pover Electric Traku za trčanje iz glavnog napajanja kada nije u upotrebi.
10. Redovno čistite Pover Electric traku za trčanje nakon upotrebe. Uklonite svu prašinu i znoj sa ručki i kaiša za trčanje. Koristite laganu mešavinu vode sa sapunom za čišćenje trake za trčanje.
11. NIKADA NE KORISTITE GRUBO SREDSTVO ZA ČIŠĆENJE.
12. Kada se Pover Electric traka za trčanje ne koristi duže vreme, odložite je i odložite na čisto i suvo mesto.
13. Ako je bilo koji deo električnog kabla ili utikača labav ili istrošen, nemojte koristiti PoverElectric traku za trčanje i neka kvalifikovani električar pregleda problem.
14. Pover Electric traka za trčanje nije igračka i nije namenjena za upotrebu od strane osoba (uključujući decu) sa bilo kakvim fizičkim ili mentalnim stanjem. Pover Electric traku za trčanje ne bi trebalo da koristi bilo koja osoba koja nije pročitala i razumela uputstvo.
15. Ako je korisnik imao neko prethodno zdravstveno stanje, treba da se konsultuje sa lekarom pre upotrebe.

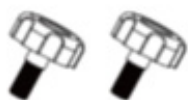
UPOZORENJE

Uređaj se ne može pomerati bez izvlačenja kabla za napajanje.

PRIBOR



Hex Bolt x 2



Locking Knob x2



Handlebar Knob x 2



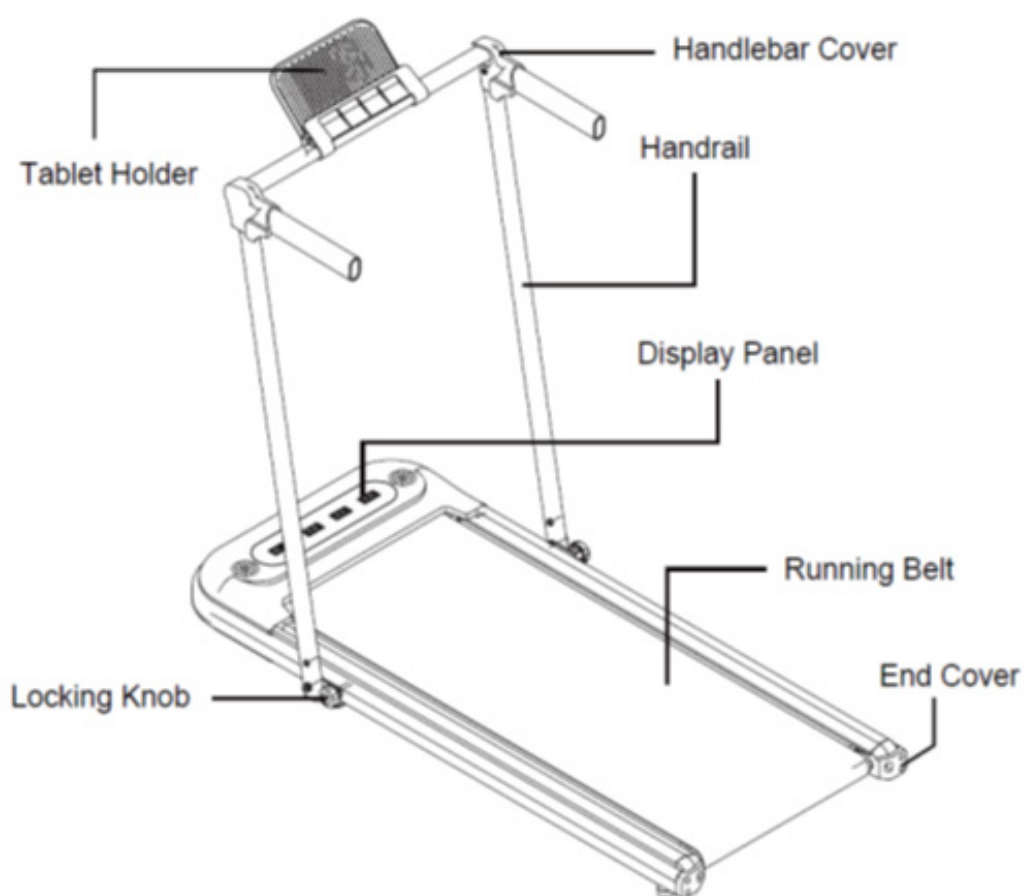
Allen Key x1



Tablet Holder x 1



Handlebar Cover x 1 Set.

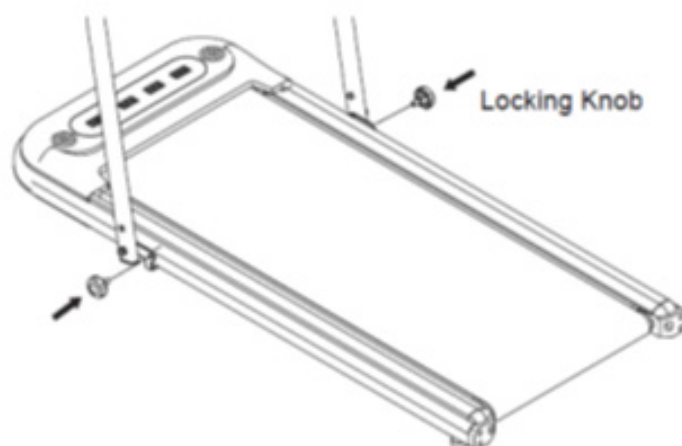


UPUTSTVO ZA MONTAŽU

KORAK 1

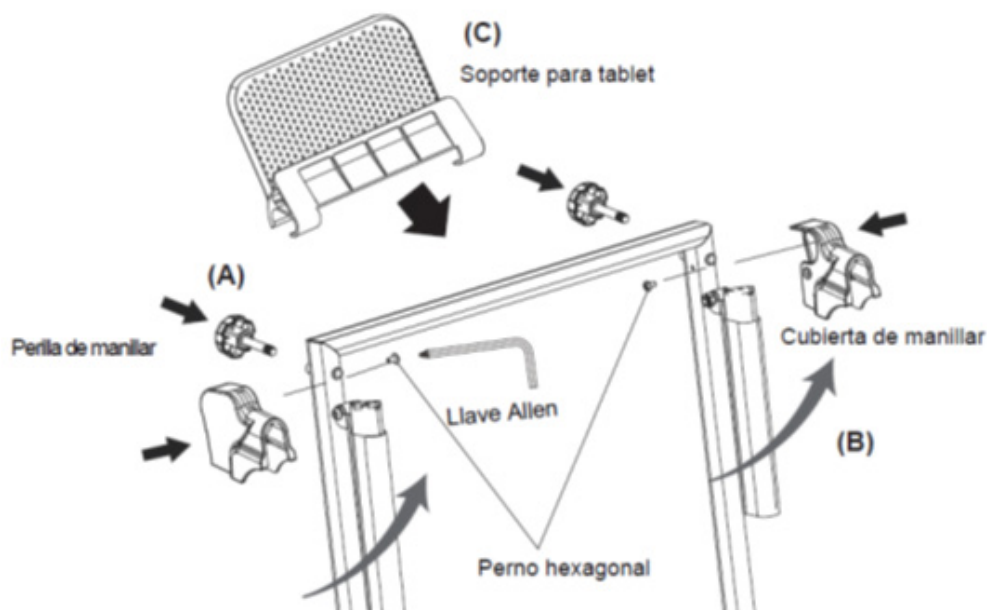
Podigni traku za trčanje, koristi kvaku za zaključavanje da je zagreješ.

Knob



KORAK 2

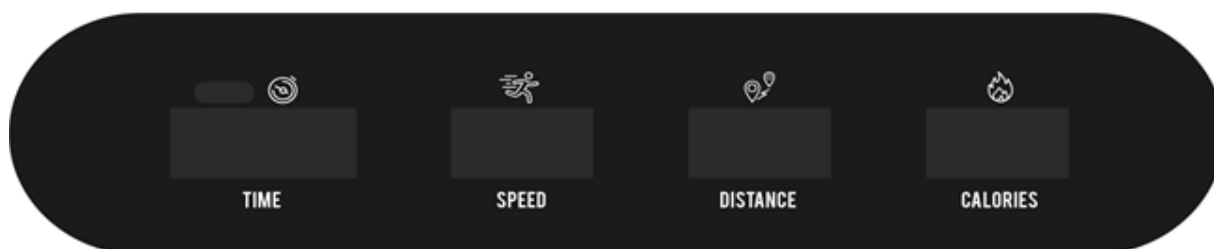
1. Podigni ručica, zategni je sa Kvakom.
2. Stavite ručica na dršku, koristite dva Hex Bolta da ih stegnete.
3. Pričvrstite držač za tablet računar na traku za dršku.



Uključite Bluetooth mogućnost na svom uređaju i učinite ga vidljivim, izaberite prikazani uređaj „BTMP3“ da biste ga uparili

. Kada je uređaj uparen možete početi da koristite aplikaciju na svom uređaju za reprodukciju, pauziranje i podešavanje jačine zvuka, itd.

KONTROLNA TABLA



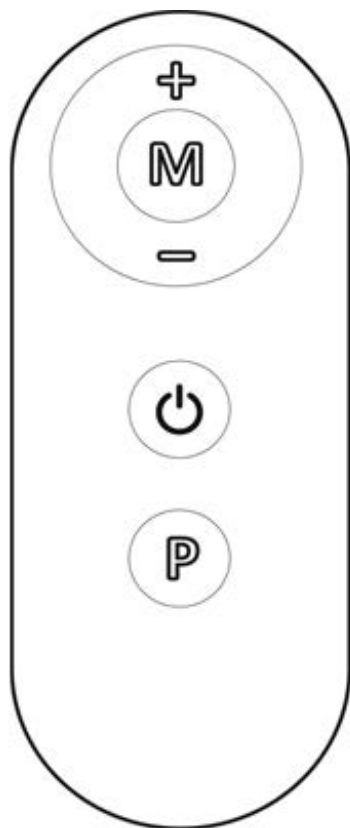
FUNKCIJA PRIKAZA:

VREME: Prikazuje vaše proteklo vreme vežbanja u minutima i sekundama.

BRZINA: Prikazuje trenutnu brzinu od minimalnih 1,0 KPH do maksimalnih 10,0 KPH.

DISTANCA: Prikazuje ukupnu pređenu udaljenost tokom vežbanja.

KALORIJE: Prikazuje ukupne kalorije potrošene tokom treninga.



FUNKCIONALNA DUGMAD:

: Pritisnite dugme da biste odmah započeli/zaustavili trening u drugom režimu treninga.

: Pritisnite dugme da izaberete unapred podešeni režim treninga (P01-P06) pre treninga.

: Pritisnite dugme MODE da biste izabrali različite funkcije (vreme ili udaljenost) za postavljanje ciljeva vežbanja u režimu ručnog programa pre treninga.

: Pritisnite dugme da biste podesili brzinu naviše.

: Pritisnite dugme da biste podesili brzinu unazad.

PODMAZIVANJE

Podmazivanje ispod pojasa za trčanje osiguraće superiorne performanse i produžiti njegov životni vek. Nakon prvih 25 sati korišćenja (ili 2-3 meseca) nanosite malo lubrikanta, i ponavljajte na svakih sledećih 50 sati korišćenja (ili 5-8 meseci).

Kako proveriti da li u pojasu za trčanje ima pravilno podmazivanje

Podignite jednu stranu pojasa za trčanje i osetite gornju površinu palube za trčanje.

Ako je površina klizava na dodir, onda nije potrebno dalje podmazivanje. Ako je površina suva na dodir, nanosite malo lubrikanta.

Kako naneti lubrikant

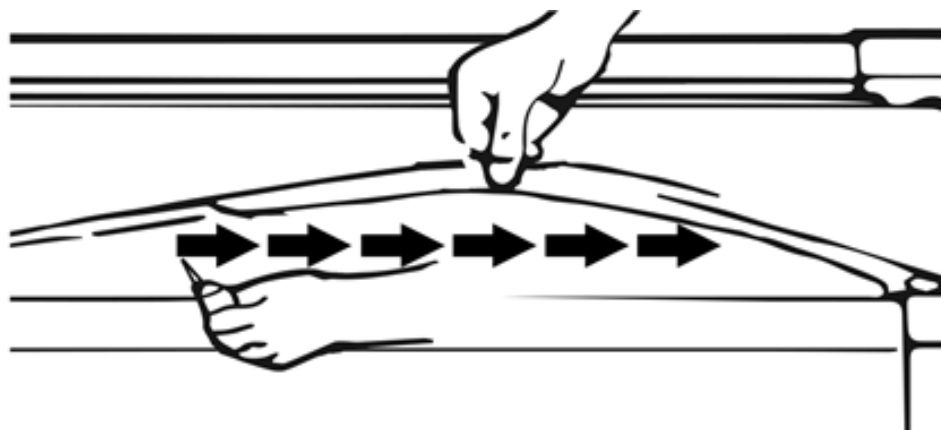
Podigni jednu stranu pojasa za trčanje.

Sipajte malo lubrikanta ispod centra pojasa za trčanje na gornjoj površini palube za trčanje.

Trčite na traci za trčanje laganom brzinom 3 do 5 minuta da biste ravnomerno rasporedili lubrikant.

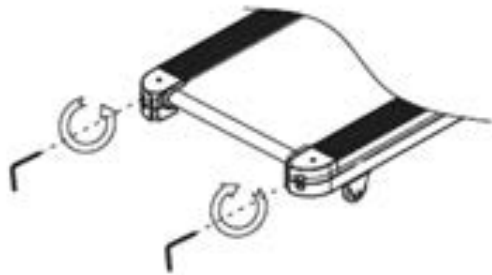
NAPOMENA: NEMOJTE preko podmazivanja špila za trčanje. Svaki višak lubrikanta koji izađe treba obrisati.

1 PC



PODEŠAVANJE PODLOGE ZA TRČANJE

1. Podloga za trčanje na Power Electric traci za trčanje će se neznatno pomeriti nakon neprekidne upotrebe. Ovo je normalno za sve trake za trčanje.
2. Da biste ispravili/podesili podlogu za trčanje okrenite podesivi šraf sa obe strane baze, pogledajte crtež C i D.



PICTURE C



PICTURE D

3. Ne dozvolite da podloga za trčanje uhvati bočne strane Power Electric trake za trčanje jer će ovo pocepati podlogu.

VODIČ ZA NEGU, ODRŽAVANJE & REŠAVANJE PROBLEMA

UPOZORENJE: Da biste sprečili električni šok, isključite i isključite traku za trčanje pre čišćenja ili obavljanja rutinskog održavanja.

UPOZORENJE: Uvek proverite komponente habanja i cepanja kao što su prolećna kvaka i kaiš za trčanje kako biste sprečili povrede.

ODRŽAVANJE

Nakon svakog treninga, uverite se da je traka suva, da nema tragova znoja ili tečnosti na spravi.

Traka za trčanje se može očistiti mekom krpom i blagim deterdžentom. Nemojte koristiti abrazive ili rastvarače. Pazite da ne dobijete prekomernu vlagu na displej panelu jer ovo može oštetiti jedinicu i stvoriti električnu opasnost.

Držite traku za trčanje, posebno kompjutersku konzolu, van direktne sunčeve svetlosti da biste sprečili oštećenje ekrana.

SKLADIŠTENJE

Traku za trčanje uskladištite u čisto i suvo zatvoreno okruženje. Nikada ne napuštajte ili koristite jedinicu na otvorenom. Uverite se da je glavni prekidač za napajanje isključen, a kabl za napajanje isključen iz zidne utičnice.

VODIČ ZA REŠAVANJE PROBLEMA

Problem	Potencijalni uzroci	Ispravke
Traka za trčanje neće početi.	Traka za trčanje nije priključena. Bezbednosni ključ nije ispravno instaliran. Prekidač strujnog kola u kući je iskočio. Prekidač za pokretanje trake se isključio.	Priključite kabl za napajanje u zidnu utičnicu. Ponovo instalirajte Sigurnosni tether ključ. Resetuj prekidač strujnog kola, ili pozovi električara da zameni prekidač strujnog kola. Sačekajte 5 minuta, a zatim pokušajte ponovo da pokrenete traku za trčanje.
Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.	Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.	Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran.

Podloga zapinje pri pokretanju	Nema dovoljno podmazivanja na tekućoj palubi. Podloga je prenapregnuta.	Nanesite lubrikant. Podesite napetost podloge.
Podloga nije u centrirana.	Traka nije dobro nalegla preko zadnjeg točka.	Centrirajte traku

ZAGREJTE SE I OPUSTITE TELO NAKON TRENINGA

ZAGREVANJE je važan deo svakog treninga. Svrha zagrevanja je da pripremite svoje telo za vežbanje i da umanjite povrede. Zagrejte se dva do pet minuta pre aerobnog vežbanja. Trebalo bi da započne svaku sesiju kako bi pripremila vaše telo za napornije vežbanje zagrevanjem i istezanjem mišića, povećanjem cirkulacije i pulsa i isporučivanje više kiseonika vašim mišićima.

OPUSTITE se na kraju treninga, ponovite ove vežbe kako biste smanjili bol u umornim mišićima. Svrha hlađenja je da se telo vrati u stanje odmaranja na kraju svake vežbe. Pravilno hlađenje polako snižava otkucaje srca i omogućava krvi da se vrati u srce.

POMERANJE GLAVE

Okrenite glavu udesno za jednu tačku, trebalo bi da osetite osećaj istezanja uz levu stranu vrata. Zatim okrenite glavu unazad za jednu tačku, protegnuvši bradu do plafona i pustite usta otvorena. Okrenite glavu ulevo za jednu tačku, a zatim spustite glavu na grudi za jednu tačku.



PODIZANJE RAMENA

Podigni desno rame prema uvetu za jednu tačku. Zatim podignite levo rame za jednu tačku dok spuštate desno rame.



BOČNA ISTEZANJA

Ruke sa strane i podigni ih dok ti ne nisu preko glave. Dohvatite desnu ruku što dalje ka plafonu za jednu tačku. Ponovite ovu akciju levom rukom.



ISTEZANJE KVADRICEPSA

Jednom rukom uza zid za ravnotežu, posegni za sobom i povuci desnu nogu gore. Približite petu zadnjici što je više moguće. Držite 15 tačaka i ponovite levom nogom.

UNUTRAŠNJE ISTEZANJE BUTINA

Sedite zajedno sa tabanima i kolenima usmerenim ka spolja. Povucite noge što je više moguće blizu prepona. Nežno gurni kolena prema podu. Sačekajte 15 tačaka.



DODIRI VRHOVA NOŽNIH PRSTIJU

Polako se savijte napred od struka, puštajući leđa i ramena da se opuštaju dok se protežete ka prstima. Dosegnite što dalje možete i držite po 15 sekundi.

HAMSTRING ISTEZANJE

Ispruži desnu nogu. Prislonite leve noge uz desnu unutrašnju butinu. Ispružite se prema vašem donjem delu što je više moguće. Sačekajte 15 sekundi. Opustite se, a zatim ponovite levom nogom.



ISTEZANJE LISTOVA I AHILOVE TETIVE SE PROTEŽE

Nasloni se na zid sa desnom nogom ispred leve i rukama napred. Drži levu nogu pravo i desnu nogu na podu; zatim savijte desnu nogu i nagnite se napred pomerajući kukove prema zidu. Sačekajte, a zatim ponovite sa druge strane po 15 sekundi.

SOFTVER APLIKACIJE (APP)

Android



Zwift



IOS

**ZWIFT**

Преузмите, региструјте се и пријавите се у апликацију ZWIFT, уђите на страницу са подешавањима: на страници УПАРЕНИ УРЕЂАЈИ, кликните на RUN за траку за трчање и кликните на ИЗВОР НАПАЈАЊА и појавиће се искачући мени, изаберите Блуеџоотх ког, који је исти као ког означен на

конзоли опреме, а затим изаберите ОК да бисте били упарени.

Напомена : Звифт памти уређаје коришћене у претходној сесији и може покушати да упари те уређаје ако су присутни и доступни. Ако видите упарене уређаје које не желите да користите, можете једноставно да поништите њихов избор и изаберете уређај који желите да упарите. Апликације се могу преузети са App store-а за IOS и са google play-а за Android.

Android



Kinomap



IOS

**KINOMAP**

Преузмите, региструјте се и пријавите се у апликацију Киномап, уђите на страницу са подешавањима: кликните ЈОШ у десном углу, кликните УПРАВЉАЊЕ ОПРЕМЕ, кликните на + у десном горњем делу, изаберите за траку за трчање;

Затим изаберите Блуеџоотх бренд по свом избору, нпр. Анирун итд.;Кликните на садржај под Интерактивно, АПП детектује пронађену опрему, изаберите Блуеџоотх ког, који је исти као ког означен на конзоли ваше опреме, а затим кликните на ДОДАЈ НОВУ ОПРЕМУ, појавиће се опрема која је успешно гогата.

Апликације се могу преузети са App Store-а за iOS и са Гоогле Плаи-а за Android.

Android



FIT&SHOW



iOS

**FITSHOW**

1. Пријавите се у апликацију са својим бројем телефона или е-маил кутијом.
2. Укључите функцију „БЛУЕѢООТХ“ пре него што отворите апликацију, затим потражите уређај у апликацију и добро

га повежите.

3. Можете да изаберете режим који желите да контролишете своју траку за трчање.

4. Када трчите, ваша удаљеност/брзина/калорије/пулс ће се приказати на вашем телефону.

5. Ако изаберете режим МАП, можете да проверите своју путању на свом телефону.

6. Када завршите са вежбањем, апликација ће сачувати ваш запис на телефону.

Апликације се могу преузети са App Store-а за iOS и са Гоогле Плаи-а за Android.

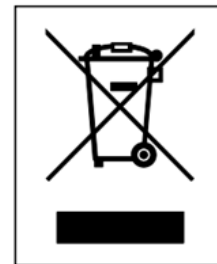
Proverite da li vaš mobilni uređaj prepoznaje navedene aplikacije
Zahtevi svake aplikacije su prikazani u Google PlayStore i AppStore.

Imajte na umu da nismo u mogućnosti da vam ponudimo kompletan vodič za upotrebu aplikacije u ovom priručniku, jer će se aplikacija s vremena na vreme ažurirati.

Ovaj proces može da promeni rad ili dizajn aplikacije. Pogledajte uputstva unutar određene prodavnice za preuzimanje aplikacija ili nas kontaktirajte.

ИНФОРМАЦИЈА ЗА РЕЦИКЛИРАЊЕ

Ovaj elektronički proizvod ne mora se izbaciti u bitni otpad. Kako bi zaštitio okoliš, ovaj proizvod mora se reciklirati nakon svog korisnog života, kako to zahtijeva zakon. Molimo, upotrijebite sredstva za recikliranje koja su u potpunosti dostupna za prikupljanje ovog vida otpada u vašoj četvrti. Na ovaj način će se pomoći u zaštiti prirodnih resursa i postići najbolji europski standardi u zaštiti okoliša. Ako su vam potrebne dodatne informacije o sigurnim i pravilnim metodama za izbacivanje, obratite se lokalnoj gradskoj službi ili poduzeću gdje ste kupili ovaj proizvod.



ГАРАНЦИЈА

Независно од трговачке гаранције, увозник одговора за одсуство усаглашености квалитета производа који је предмет овог купопродајног уговора.

Гаранција је годатак и неограничава ни на један начин право коришћења и поседовања овог производа који се већ регулисани законом о облигационим односима конкретне државе где је купопродаја настала. Овде су описани услови гаранције, као и обавезе продавца уколико гође го испуњења услова за рекламирање производа. Гарантни рок: 24 месеца (од куповине уређаја)!

Ми нудимо гаранцију за овај уређај под следећим условима :

Сервис сепружа на целој територији Републике Србије. Молимо вас да контактирате наше _ одељење за услуга на купци – (062 270 179)

Бесплатна гаранцијска услуга од стране продавца за време трајања гаранцијског периода не покрива следеће тачке :

1. Постоји Разлике између податке у документу гаранције и спецификацији на самом уређају ;
2. Погрешно инсталиран или монтиран уређај ;
3. Недостаје оригинални рачун о куповини или гаранционли лист;
4. Поправке или друге интервенције које врше лица која нису овлашћена за обављање ове делатности, или ако се апарат поправља са неоригиналним резервним деловима;
5. Спољна оштећења уређаја - огреботине , пукотине и друго што се није констатовало при куповини , испоруци или монтажи уређаја.
6. Неусаглашеност са условима за употребу , складиштење , транспорт као узрок дефеката на уређају ;
7. Дефекти изазвани неадекватним коришћењем , механички дефекти , улубљења, огреботине;
8. Недостаци који настају као резултат природних непогода, оштећења инсталације, хаварија на месту коришћења, под утицајем више силе;
9. Коришћење уређаја у комерцијалне сврхе, за тренинг више особа у фирми, хотелу или другом простору јавне намене ;
10. Покретне компоненте оштећене као резултат неадекватног коришћења уређаја : педале , ручке , сајле , каишеви , траке , заптивке , шrafoви и завртњи , полуке , лежајеви , декоративни елементи;
11. Неадекватно складиштење уређаја .
12. Декоративни, украсни делови, делови које се могу одвојити од тела уређаја, пластични украси, гумени делови, делови који имају краћи век трајања од трајања целог уређаја који је прописао сам произвођач, а у складу са нашим законодавством
13. Потрошни материјал , делови и артикли са ограниченим веком трајања - батерије , каишеви, траке.
14. Прибор - екстерни напајање / исправљач за струјно напајање, кабл за мобилне уређаје, андрoиде ;

Рекламације на купљену робу спроводе се по правилима нашег законодавства а у складу са условима из гарантног листа који добијате уз уређај

КОНТАКТИ

Sport Depot
ul. Palmira Toljatiја 5/21
11070 Novi Beograd
TC Stari Merkator
I sprat, lokal 21
tel. 011/2608-162

ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Πριν από την εγκατάσταση και λειτουργία, διαβάστε προσεκτικά το παρόν εγχειρίδιο λειτουργίας και αποθηκεύστε το για μελλοντική αναφορά.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ & ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

1. Βεβαιωθείτε ότι έχετε διαβάσει προσεκτικά το εγχειρίδιο πριν επιχειρήσετε να συναρμολογήσετε ή να χρησιμοποιήσετε το διάδρομο PowerElectric.
2. Ο ηλεκτρικός διάδρομος πρέπει να τοποθετηθεί σε σταθερή επίπεδη επιφάνεια.
3. Ο ηλεκτρικός διάδρομος Power Electric έχει σχεδιαστεί μόνο για χρήση σε εσωτερικούς χώρους. Δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σε εξωτερικούς χώρους.
4. Μην τοποθετείτε τον ηλεκτρικό διάδρομο Power Electric πάνω σε βαθύ και παχύ χαλί, καθώς ο αέρας πρέπει να μπορεί να κυκλοφορεί από κάτω.
5. Φοράτε πάντα τον κατάλληλο ρουχισμό όταν χρησιμοποιείτε τον ηλεκτρικό διάδρομο Power Electric. Μην φοράτε φαρδιά ή μακριά ρούχα, καθώς αυτά μπορεί να πιαστούν στον κινούμενο ιμάντα.
6. Φροντίζετε πάντα να φοράτε τα σωστά παπούτσια.
7. Μην στέκεστε πάνω στον ιμάντα του ηλεκτρικού διαδρόμου Power Electric πριν από τη λειτουργία. Τοποθετήστε τα πόδια σας εκατέρωθεν του ιμάντα του διαδρόμου και καθώς ο κινητήρας ξεκινάει, ανεβείτε στον διάδρομο. Μην πατάτε πάνω στον ιμάντα εάν ο ηλεκτρικός διάδρομος Power Electric βρίσκεται σε πλήρη ταχύτητα.
8. Μην αφήνετε παιδιά ή κατοικίδια κοντά στον ηλεκτρικό διάδρομο κατά τη χρήση.
9. Τα παιδιά και οι ηλικιωμένοι πρέπει να χρησιμοποιούν τον ηλεκτρικό διάδρομο μόνο υπό την επίβλεψη ενηλίκων.
10. Αποσυνδέετε πάντα τον ηλεκτρικό διάδρομο Power Electric από την κύρια παροχή ρεύματος όταν δεν τον χρησιμοποιείτε.
11. Καθαρίζετε τακτικά τον ηλεκτρικό διάδρομο Power Electric μετά τη χρήση. Απομακρύνετε τυχόν σκόνη και ιδρώτα από τις λαβές και τον ιμάντα τρεξίματος. Χρησιμοποιήστε ένα ελαφρύ μείγμα σαπουνόνερου για να καθαρίσετε τον ιμάντα τρεξίματος. ΠΟΤΕ ΜΗ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΤΕ ΣΚΛΗΡΟ ΚΑΘΑΡΙΣΤΙΚΟ
12. Όταν ο ηλεκτρικός διάδρομος Power Electric δεν χρησιμοποιείται για μεγάλο χρονικό διάστημα, διπλώστε τον και αποθηκεύστε τον σε καθαρό και στεγνό μέρος.
13. Εάν οποιοδήποτε μέρος του ηλεκτρικού καλωδίου ή του βύσματος είναι χαλαρό ή φθαρμένο, μην χρησιμοποιείτε τον διάδρομο PowerElectric και ζητήστε από έναν εξειδικευμένο ηλεκτρολόγο να επιθεωρήσει το πρόβλημα.
14. Ο ηλεκτρικός διάδρομος δεν είναι παιχνίδι και δεν προορίζεται για χρήση από άτομα (συμπεριλαμβανομένων των παιδιών) με σωματικές ή πνευματικές παθήσεις. Ο ηλεκτρικός διάδρομος Power Electric δεν πρέπει να χρησιμοποιείται από άτομα που δεν έχουν διαβάσει και κατανοήσει το εγχειρίδιο χρήσης.
15. Εάν ο χρήστης έχει οποιαδήποτε προηγούμενη ιατρική κατάσταση, θα πρέπει να συμβουλευτεί έναν γιατρό πριν από τη χρήση.

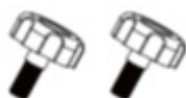
Προσοχή!

Η συσκευή δεν μπορεί να μετακινηθεί χωρίς να τραβηχτεί το καλώδιο τροφοδοσίας.

ΑΞΕΣΟΥΑΡ



Εξαγωνικό Μπουλόνι x 2



ουμπί Κλειδώματος x 2



Πόμολο Τιμονιού x 2



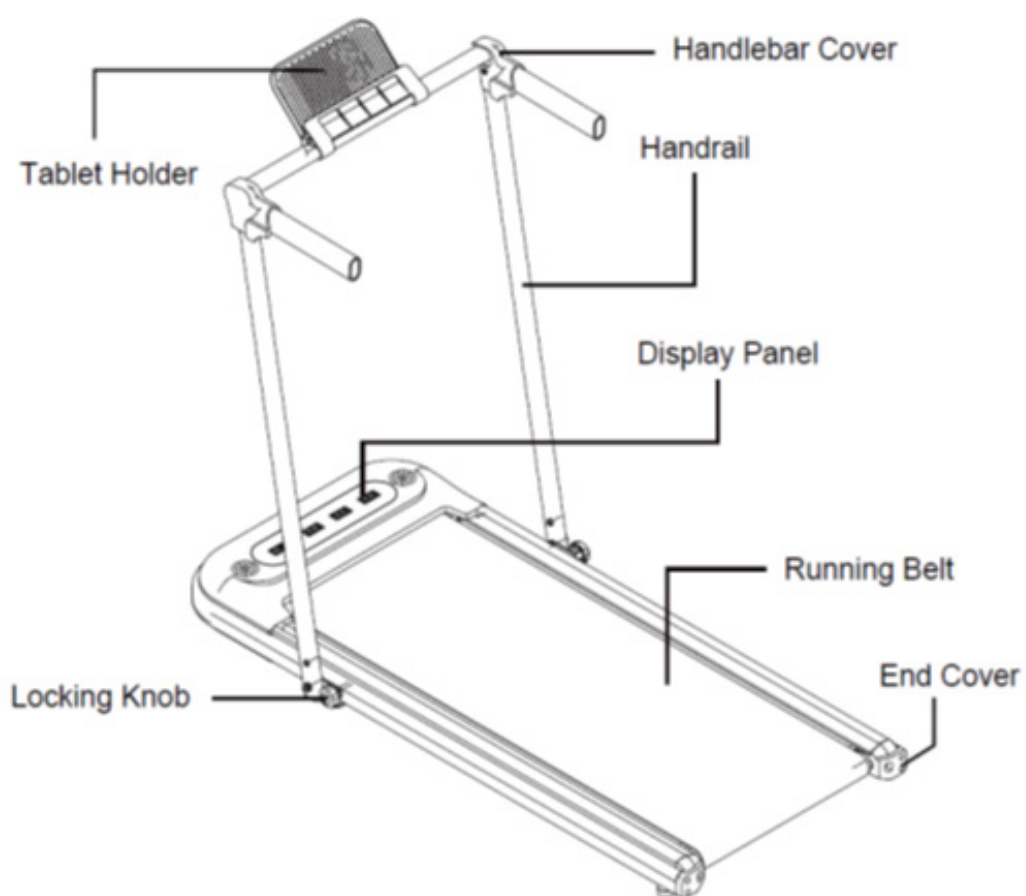
Allen Κλειδί x1



Tablet Θήκη x 1



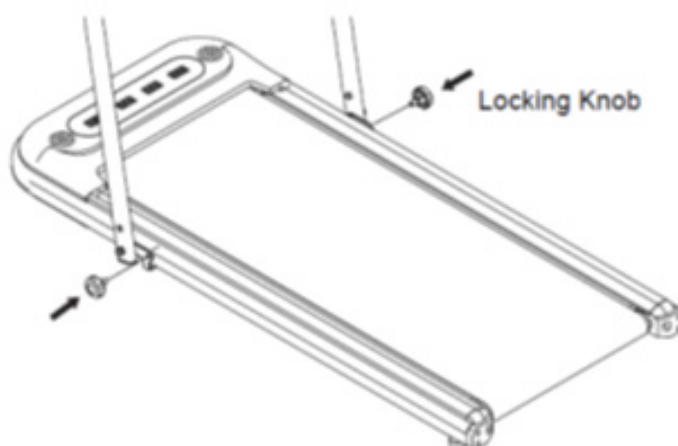
Κάλυμμα Τιμονιού x 1 Σετ.



ΟΔΗΓΙΕΣ ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

ΒΗΜΑ 1

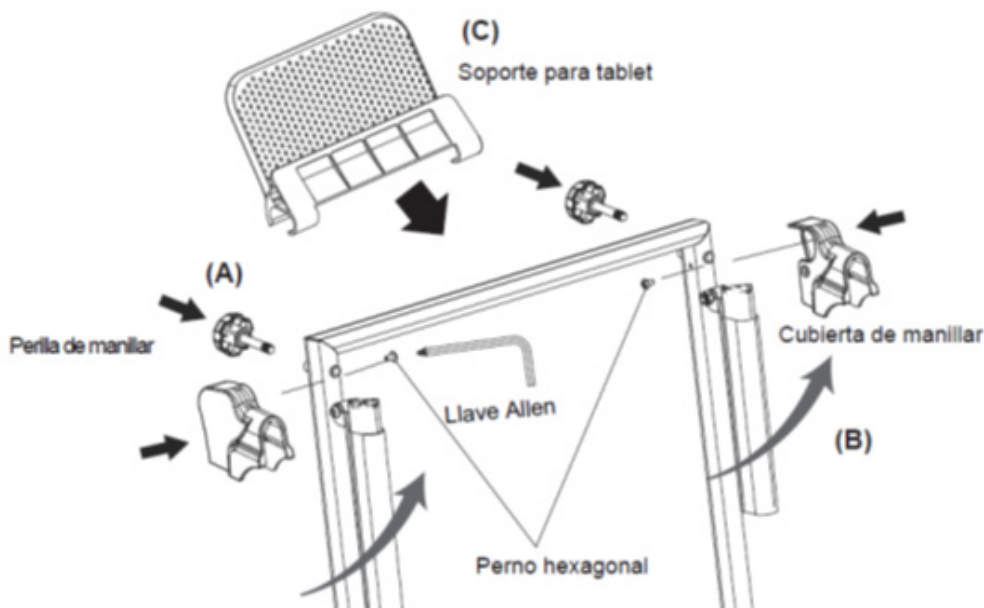
Σηκώστε τον διάδρομο, χρησιμοποιήστε το κουμπί ασφάλισης για να τον σφίξετε.
Knob



ΒΗΜΑ 2

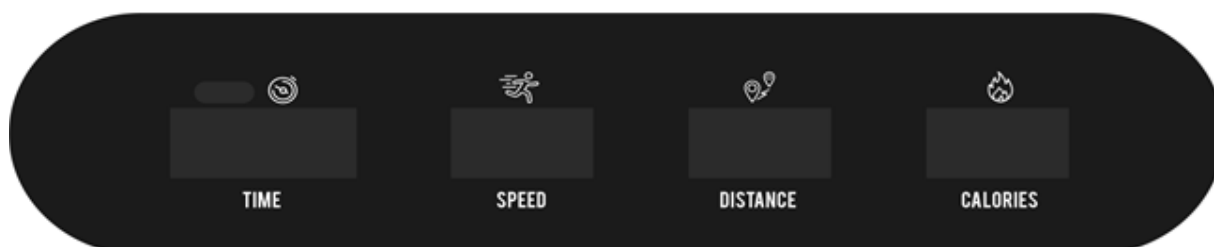
A. Ανασηκώστε το τιμόνι, σφίξτε το με το πόμολο του τιμονιού

B. Τοποθετήστε το κάλυμμα του τιμονιού στη ράγα της λαβής, χρησιμοποιήστε δύο εξάγωνα μπουλόνια για να τα σφίξετε. Fasten the Tablet Holder onto the handle bar.



Ενεργοποιήστε τη δυνατότητα Bluetooth στη συσκευή σας και κάντε την ανιχνεύσιμη, επιλέξτε την εμφανιζόμενη συσκευή "BTMP3" για να την αντιστοιχίσετε. Μια φορά η συσκευή έχει αντιστοιχιστεί, μπορείτε να αρχίσετε να χρησιμοποιείτε την εφαρμογή στη συσκευή σας για αναπαραγωγή, παύση και ρύθμιση της έντασης ήχου κ.λπ.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΛΕΓΧΟΥ



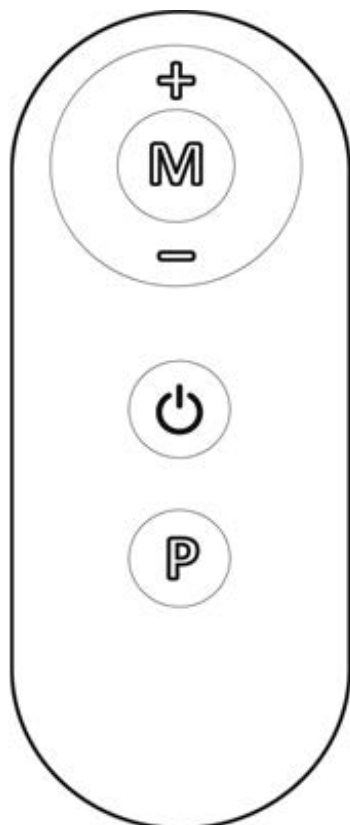
DISPLAY FUNCTIONS:

ΩΡΑ: Εμφανίζει τον χρόνο προπόνησης που έχει παρέλθει σε λεπτά και δευτερόλεπτα.

ΤΑΧΥΤΗΤΑ: Εμφανίζει την τρέχουσα ταχύτητα από το ελάχιστο 1,0 KPH έως το μέγιστο 10,0 KPH.

ΑΠΟΣΤΑΣΗ: Εμφανίζει τη συσσωρευμένη απόσταση που διανύθηκε κατά τη διάρκεια της προπόνησης

ΘΕΡΜΙΔΕΣ: Εμφανίζει τις συνολικές θερμίδες που κάψατε κατά τη διάρκεια της προπόνησής σας



ΚΟΥΜΠΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ:

: Πατήστε το κουμπί για άμεση έναρξη/διακοπή της προπόνησης σε διαφορετική λειτουργία προπόνησης.

: Πατήστε το κουμπί για να επιλέξετε τη λειτουργία του προκαθορισμένου προγράμματος προπόνησης (P01-P06) πριν από την προπόνηση.

: Πατήστε το κουμπί MODE για να επιλέξετε διαφορετικές λειτουργίες (χρόνος ή απόσταση) για τον καθορισμό των στόχων άσκησης στη λειτουργία χειροκίνητου προγράμματος πριν από την προπόνηση.

: Πατήστε το κουμπί για να κάνετε ρυθμίσεις της ταχύτητας προς τα πάνω.

: Πατήστε το κουμπί για να κάνετε ρυθμίσεις της ταχύτητας προς τα πίσω.

ΛΙΠΑΝΣΗ

Η λίπανση κάτω από τον ιμάντα κίνησης θα εξασφαλίσει ανώτερη απόδοση και θα παρατείνει το προσδόκιμο ζωής του. Μετά τις πρώτες 25 ώρες χρήσης (ή 2-3 μήνες) εφαρμόστε λίγο λιπαντικό και επαναλάβετε για κάθε επόμενες 50 ώρες χρήσης (ή 5-8 μήνες).

Πώς να ελέγξετε τον ιμάντα λειτουργίας για σωστή λίπανση

Ανασηκώστε τη μία πλευρά του ιμάντα κίνησης και ψηλαφίστε την επάνω επιφάνεια του καταστρώματος κίνησης.

Εάν η επιφάνεια είναι γλιστερή στην αφή, τότε δεν απαιτείται περαιτέρω λίπανση. Εάν η επιφάνεια είναι στεγνή στην αφή, εφαρμόστε λίγο λιπαντικό.

Πώς να εφαρμόσετε το λιπαντικό

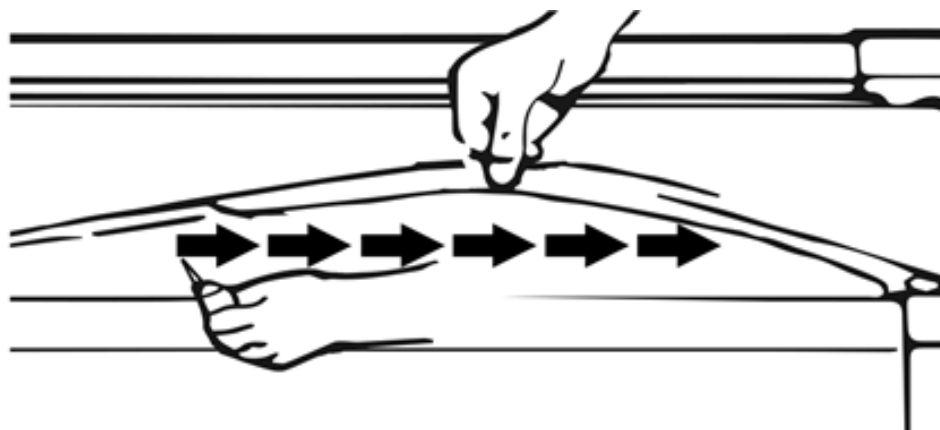
Σηκώστε τη μία πλευρά του ιμάντα λειτουργίας.

Ρίξτε λίγο λιπαντικό κάτω από το κέντρο του ιμάντα κίνησης στην επάνω επιφάνεια του καταστρώματος κίνησης.

Τρέξτε στο διάδρομο με αργή ταχύτητα για 3 έως 5 λεπτά για να διανεμηθεί ομοιόμορφα το λιπαντικό.

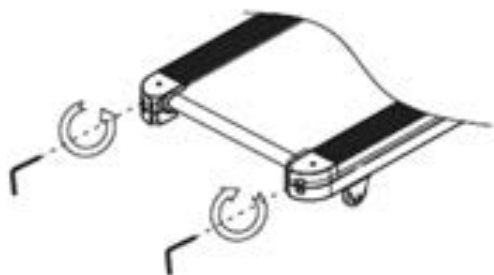
ΣΗΜΕΙΩΣΗ: ΜΗΝ λιπαίνετε υπερβολικά το κατάστρωμα τρεξίματος. Τυχόν περίσσεια λιπαντικού που βγαίνει θα πρέπει να σκουπιστεί

1 PC

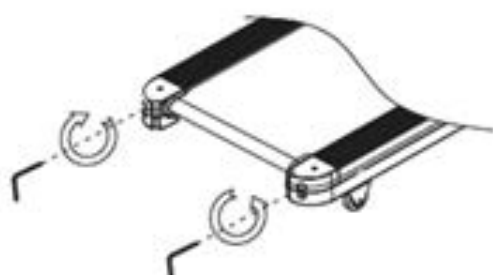


ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΟΥ ΙΜΑΝΤΑ ΚΙΝΗΣΗΣ

1. Ο ιμάντας στον ηλεκτρικό διάδρομο Confidence Power θα μετατοπιστεί ελαφρώς μετά από συνεχή χρήση. Αυτό είναι φυσιολογικό για όλους τους διαδρόμους.
2. Για να ισιώσετε/ρυθμίσετε τον ιμάντα κίνησης, γυρίστε το μπουλόνι ρύθμισης σε κάθε πλευρά της βάσης, βλέπε σχήμα C και D.



PICTURE C



PICTURE D

3. Μην επιτρέπετε στον ιμάντα να πιάσει τα πλαϊνά του ηλεκτρικού διαδρόμου Confidence Power, καθώς αυτό θα σκίσει τον ιμάντα.

ΟΔΗΓΟΣ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ, ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Για την αποφυγή ηλεκτροπληξίας, απενεργοποιήστε και αποσυνδέστε τον διάδρομο από την πρίζα πριν από τον καθαρισμό ή την εκτέλεση της συνήθους συντήρησης.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Ελέγχετε πάντα τα εξαρτήματα φθοράς, όπως το εξόγκωμα ελατηρίου και τον ιμάντα κίνησης, για να αποφύγετε τραυματισμούς.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

Μετά από κάθε άσκηση, φροντίστε να σκουπίζετε τη μονάδα και να απομακρύνετε τυχόν ιδρώτα.

Ο διάδρομος μπορεί να καθαριστεί με ένα μαλακό πανί και ήπιο απορρυπαντικό. Μην χρησιμοποιείτε λειαντικά ή διαλύτες. Προσέξτε να μην πέσει υπερβολική υγρασία στον πίνακα οθόνης, καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει βλάβη στη μονάδα και να δημιουργήσει ηλεκτρικό κίνδυνο.

Παρακαλείσθε να κρατάτε τον διάδρομο, ειδικά την κονσόλα του υπολογιστή, μακριά από το άμεσο ηλιακό φως για να αποφύγετε τη ζημιά στην οθόνη.

ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ

Αποθηκεύστε τον διάδρομο σε καθαρό και στεγνό εσωτερικό περιβάλλον. Ποτέ μην αφήνετε ή χρησιμοποιείτε τη μονάδα σε εξωτερικούς χώρους. Βεβαιωθείτε ότι ο κύριος διακόπτης λειτουργίας είναι απενεργοποιημένος και ότι το καλώδιο τροφοδοσίας έχει αποσυνδεθεί από την πρίζα τοίχου

ΟΔΗΓΟΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ

Πρόβλημα	Πιθανές Αιτίες	Διορθώσεις
Ο διάδρομος δεν ξεκινά.	Ο διάδρομος δεν είναι συνδεδεμένος στην πρίζα. Το κλειδί πρόσδεσης ασφαλείας δεν έχει τοποθετηθεί σωστά. Ο διακόπτης στο σπίτι έχει ενεργοποιηθεί. Ο διακόπτης κυκλώματος του διαδρόμου έχει ενεργοποιηθεί	Συνδέστε το καλώδιο ρεύματος σε μια πρίζα τοίχου. Επανατοποθετήστε το κλειδί πρόσδεσης ασφαλείας. Περιμένετε 5 λεπτά και, στη συνέχεια, προσπαθήστε να επανεκκινήσετε το διάδρομο.
Η ζώνη γλιστράει.	Η ζώνη δεν είναι αρκετά σφιχτή.	Ρύθμιση της τάσης του ιμάντα..

Ο ιμάντας δε κολλάει όταν τον πατάτε.	Δεν εφαρμόζετε αρκετή λίπανση στο κατάστρωμα κίνησης. Η ζώνη είναι πολύ σφιχτή.	Εφαρμόστε λιπαντικό. Ρυθμίστε την ένταση του ιμάντα.
Η ζώνη δεν είναι κεντραρισμένη.	Η τάση του ιμάντα λειτουργίας δεν είναι ομοιόμορφη στον πίσω κύλινδρο.	Κεντράρετε τον ιμάντα.

ΡΟΥΤΙΝΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗΣ ΚΑΙ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

Η ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ είναι ένα σημαντικό μέρος κάθε προπόνησης. Ο σκοπός της προθέρμανσης είναι να προετοιμάσετε το σώμα σας για την άσκηση και να ελαχιστοποιήσετε τους τραυματισμούς. Κάντε προθέρμανση για δύο έως πέντε λεπτά πριν από την αερόβια άσκηση. Θα πρέπει να ξεκινάει κάθε προπόνηση για να προετοιμάσει το σώμα σας για πιο έντονη άσκηση, θερμαίνοντας και τεντώνοντας τους μύες σας, αυξάνοντας την κυκλοφορία και τους παλμούς σας και παρέχοντας περισσότερο οξυγόνο στους μύες σας.

ΧΑΛΑΡΩΣΗ στο τέλος της προπόνησής σας, επαναλάβετε αυτές τις ασκήσεις για να μειώσετε τον πόνο στους κουρασμένους μύες. Ο σκοπός της ψύξης είναι να επαναφέρετε το σώμα στην κατάσταση ηρεμίας του στο τέλος κάθε άσκησης. Μια σωστή ψύξη μειώνει αργά τους καρδιακούς σας παλμούς και επιτρέπει στο αίμα να επιστρέψει στην καρδιά.

ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΚΕΦΑΛΙΟΥ

Περιστρέψτε το κεφάλι σας προς τα δεξιά για ένα μέτρημα, θα πρέπει να αισθανθείτε μια αίσθηση τεντώματος στην αριστερή πλευρά του λαιμού σας.

Στη συνέχεια, περιστρέψτε το κεφάλι σας προς τα πίσω για ένα μέτρημα, τεντώνοντας το πηγούνι σας προς το ταβάνι και αφήνοντας το στόμα σας να ανοίξει. Περιστρέψτε το κεφάλι σας προς τα αριστερά για ένα μέτρημα, στη συνέχεια ρίξτε το κεφάλι σας στο στήθος σας για ένα μέτρημα



ΑΝΥΨΩΣΕΙΣ ΛΑΙΜΟΥ

Σηκώστε τον δεξιό σας ώμο προς το αυτί σας για ένα μέτρημα. Στη συνέχεια, σηκώστε τον αριστερό σας ώμο προς τα πάνω για ένα μέτρημα καθώς κατεβάζετε τον δεξί σας ώμο.



ΠΛΕΥΡΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΣΕΙΣ

Ανοίξτε τα χέρια σας στο πλάι και σηκώστε τα μέχρι να βρεθούν πάνω από το κεφάλι σας. Τεντώστε το δεξί σας χέρι όσο πιο μακριά μπορείτε προς το ταβάνι για ένα μέτρημα. Επαναλάβετε αυτή την ενέργεια με το αριστερό σας χέρι



ΔΙΑΤΑΣΕΙΣ ΤΕΤΡΑΚΕΦΑΛΟΥ

Με το ένα χέρι στον τοίχο για ισορροπία, φτάστε πίσω σας και τραβήξτε το δεξί σας πόδι προς τα πάνω. Φέρτε τη φτέρνα σας όσο το δυνατόν πιο κοντά στους γλουτούς σας. Κρατήστε για 15 μετρήσεις και επαναλάβετε με το αριστερό πόδι.

ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΤΕΝΤΩΜΑ ΜΗΡΩΝ

Καθίστε με τα πέλματα των ποδιών σας ενωμένα και τα γόνατά σας στραμμένα προς τα έξω. Τραβήξτε τα πόδια σας όσο το δυνατόν πιο κοντά στη βουβωνική χώρα. Σπρώξτε απαλά τα γόνατά σας προς το πάτωμα. Κρατήστε για 15 μετρήσεις.

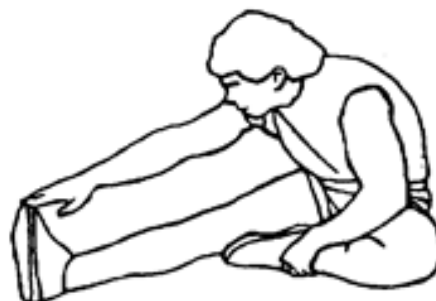


ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΔΑΧΤΥΛΑ ΠΟΔΙΩΝ

Σκύψτε αργά προς τα εμπρός από τη μέση σας, αφήνοντας την πλάτη και τους ώμους σας να χαλαρώσουν καθώς τεντώνετε προς τα δάχτυλα των ποδιών σας. Φτάστε όσο πιο μακριά μπορείτε και κρατήστε το για 15 μετρήσεις.

HAMSTRING STRETCHES - ΙΓΝΥΑΚΟΣ ΤΕΝΟΝΤΑΣ

Επεκτείνετε το δεξί σας πόδι. Ακουμπήστε το πέλμα του αριστερού σας ποδιού στο δεξιό εσωτερικό μηρό. Τεντώστε όσο το δυνατόν περισσότερο προς το δάχτυλο του ποδιού σας. Κρατήστε για 15 μετρήσεις. Χαλαρώστε και μετά επαναλάβετε με το αριστερό πόδι.



CALF/ACHILLES STRETCH

Επεκτείνετε το δεξί σας πόδι. Ακουμπήστε το πέλμα του αριστερού σας ποδιού στο δεξιό εσωτερικό μηρό. Τεντώστε όσο το δυνατόν περισσότερο προς το δάχτυλο του ποδιού σας. Κρατήστε για 15 μετρήσεις. Χαλαρώστε και μετά επαναλάβετε με το αριστερό πόδι.

ΛΟΓΙΣΜΙΚΟ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ (APP)

Android



Zwift



IOS



ZWIFT

Преузмите, региструјте се и пријавите се у апликацију ZWIFT, уђите на страницу са подешавањима: на страници УПАРЕНИ УРЕЂАЈИ, кликните на RUN за траку за трчање и кликните на ИЗБОР НАПАЈАЊА и појавиће се искачући мени, изаберите Блуетоотх ког, који је исти као ког означен на

конзоли опреме, а затим изаберите ОК да бисте били упарени.

Напомена : Звифт памти уређаје коришћене у претходној сесији и може покушати да упари те уређаје ако су присутни и доступни. Ако видите упарене уређаје које не желите да користите, можете једноставно да поништите њихов избор и изаберете уређај који желите да упарите. Апликације се могу преузети са App store-а за IOS и са google play-а за Android.

Android



Kinomap



IOS



KINOMAP

Преузмите, региструјте се и пријавите се у апликацију Киноман, уђите на страницу са подешавањима: кликните ЈОШ у десном углу, кликните УПРАВЉАЊЕ ОПРЕМЕ, кликните на + у десном горњем делу, изаберите за траку за трчање;

Затим изаберите Блуетоотх бренд по свом избору, нпр. Анирун итд.;Кликните на садржај под Интерактивно, АПП детектује пронађену опрему, изаберите Блуетоотх ког, који је исти као ког означен на конзоли ваше опреме, а затим кликните на ДОДАЈ НОВУ ОПРЕМУ, појавиће се опрема која је успешно гогата.

Апликације се могу преузети са App Store-а за iOS и са Гоогле Плаи-а за Android.

Android



FIT&SHOW



iOS



FITSHOW

1. Пријавите се у апликацију са својим бројем телефона или е-маил кутијом.
2. Укључите функцију „БЛУЕТООТХ“ пре него што отворите апликацију, затим потражите уређај у апликацију и добро

га повежите.

3. Можете да изаберете режим који желите да контролишете своју траку за трчање.

4. Када трчите, ваша удаљеност/брзина/калорије/пулс ће се приказати на вашем телефону.

5. Ако изаберете режим МАП, можете да проверите своју путању на свом телефону.

6. Када завршите са вежбањем, апликација ће сачувати ваш запис на телефону.

Апликације се могу преузети са App Store-а за iOS и са Гоогле Плаи-а за Android.

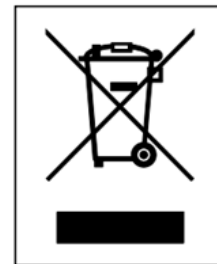
Proverite da li vaš mobilni uređaj prepoznaje navedene aplikacije
Zahtevi svake aplikacije su prikazani u Google PlayStore i AppStore.

Imajte na umu da nismo u mogućnosti da vam ponudimo kompletan vodič za upotrebu aplikacije u ovom priručniku, jer će se aplikacija s vremena na vreme ažurirati.

Ovaj proces može da promeni rad ili dizajn aplikacije. Pogledajte uputstva unutar određene prodavnice za preuzimanje aplikacija ili nas kontaktirajte.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ

Αυτό το ηλεκτρονικό προϊόν δεν πρέπει να απορρίπτεται στα οικιακά απορρίμματα. Για την προστασία του περιβάλλοντος, πρέπει να ανακυκλώνεται μετά την ωφέλιμη χρήση του, όπως απαιτείται από τη νομοθεσία. Χρησιμοποιήστε εγκαταστάσεις ανακύκλωσης που είναι εξουσιοδοτημένες για τη συλλογή αυτού του τύπου απορριμμάτων στην περιοχή σας. Με αυτόν τον τρόπο, θα συμβάλετε στην προστασία των φυσικών πόρων και στη βελτίωση των ευρωπαϊκών προτύπων για την προστασία του περιβάλλοντος. Εάν χρειάζεστε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τις ασφαλείς και σωστές μεθόδους απορριμμάτων, επικοινωνήστε με το τοπικό γραφείο της πόλης σας ή την εταιρεία από την οποία αγοράσατε αυτό το προϊόν.



ΕΓΓΥΗΣΗ

Ανεξάρτητα από την εμπορική εγγύηση, ο έμπορος είναι υπεύθυνος για τη μη συμμόρφωση των καταναλωτικών αγαθών με τη σύμβαση πώλησης σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία. Η εγγύηση είναι συμπληρωματική και δεν περιορίζει σε καμία περίπτωση τα δικαιώματα του χρήστη, σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία. Οι παρακάτω όροι περιγράφουν τις απαιτήσεις και το εύρος της εγγύησής σας. Δεν επηρεάζουν τα νόμιμα δικαιώματά σας ή τις υποχρεώσεις του λιανοπωλητή σας και τη σύμβασή σας μαζί του.

Περίοδος εγγύησης: 24 μήνες (από την αγορά της συσκευής)!

Παρέχουμε υπηρεσίες εγγύησης για αυτήν τη συσκευή υπό τις ακόλουθες προϋποθέσεις:

Η υπηρεσία παρέχεται σε όλη την Ελλάδα. Επικοινωνήστε με το τμήμα εξυπηρέτησης πελατών μας στο τηλέφωνο (+30) 2311181242.

Η δωρεάν υπηρεσία εγγύησης κατά τη διάρκεια της περιόδου εγγύησης δεν καλύπτει τα ακόλουθα στοιχεία:

1. Υπάρχουν διαφορές μεταξύ των δεδομένων στο έγγραφο εγγύησης και των εγγράφων της συσκευής.
2. Συσκευές που έχουν εγκατασταθεί ή τοποθετούνται σωστά.
3. Έλλειψη πρωτότυπων εγγράφων αγοράς ή εγγράφου εγγύησης.
4. Επισκευές ή άλλες επεμβάσεις που πραγματοποιούνται από άτομα που δεν είναι εξουσιοδοτημένα από εμάς για την εκτέλεση αυτής της δραστηριότητας ή εάν η συσκευή επισκευάζεται με μη γνήσια ανταλλακτικά.
5. Εμφάνιση της συσκευής - γρατσουνιές, ρωγμές και άλλα που δεν παρατηρήθηκαν κατά την αγορά, παράδοση ή εγκατάσταση της συσκευής.
6. Μη συμμόρφωση με τις προϋποθέσεις χρήσης, αποθήκευσης, μεταφοράς και τα ελαττώματα που προκαλούνται από αυτές
7. Για ελαττώματα που προκαλούνται από ακατάλληλη χρήση, μηχανικά ελαττώματα, κρούσεις.
8. Σε περίπτωση ελαττωμάτων που προκύπτουν ως αποτέλεσμα φυσικών φαινομένων και άλλων περιστάσεων ανωτέρας βίας.
9. Όταν χρησιμοποιείτε συσκευές για εμπορικούς σκοπούς και σε δημόσιους χώρους.
10. Κινητά εξαρτήματα που έχουν υποστεί ζημιά ως αποτέλεσμα ακατάλληλης χρήσης ή εγκατάστασης: πεντάλ, λαβές, καλώδια, ιμάντες, ταινίες, παρεμβύσματα, βίδες και μπουλόνια, μοχλοί, ρουλεμάν, διακοσμητικά στοιχεία.
11. Μη υποστηριζόμενες και ακατάλληλα αποθηκευμένες συσκευές.
12. Εξαρτήματα σχεδιαστών και αυτά που μπορούν να διαχωριστούν από το κύριο σώμα της συσκευής, πλαστικά διακοσμητικά, εξαρτήματα από καουτσούκ με περιορισμένη διάρκεια ζωής που ρυθμίζεται από τον κατασκευαστή.
13. Αναλώσιμα, εξαρτήματα και στοιχεία με περιορισμένη διάρκεια ζωής - μπαταρίες, ζώνες, ταινίες.
14. Αξεσουάρ – εξωτερικό τροφοδοτικό/ αντάπτορες.

ΚΟΝΤΑΚΤΙ

SPORT DEPOT HELLAS MON. IKE

Διεύθυνση επικοινωνίας:

26ης Οκτωβρίου 43, τ.κ. 54627 Θεσσαλονίκη

(+30) 2311181242