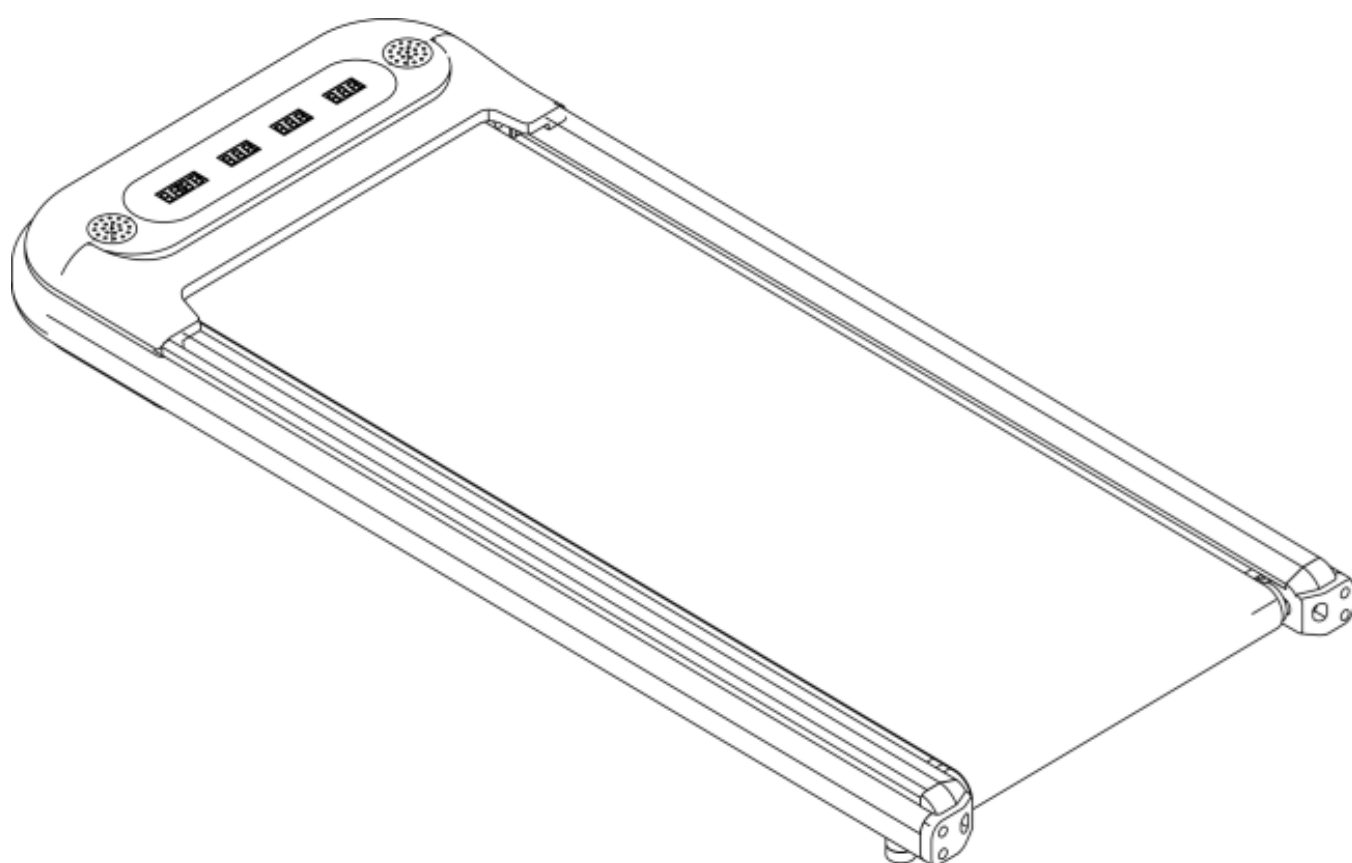




ELECTRIC TREADMILL EASYRUN 100

USER MANUAL



EN / BG / GR / SR / HR / BA

ENGLISH

NOTE:

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

WARNING & SAFETY INFORMATION

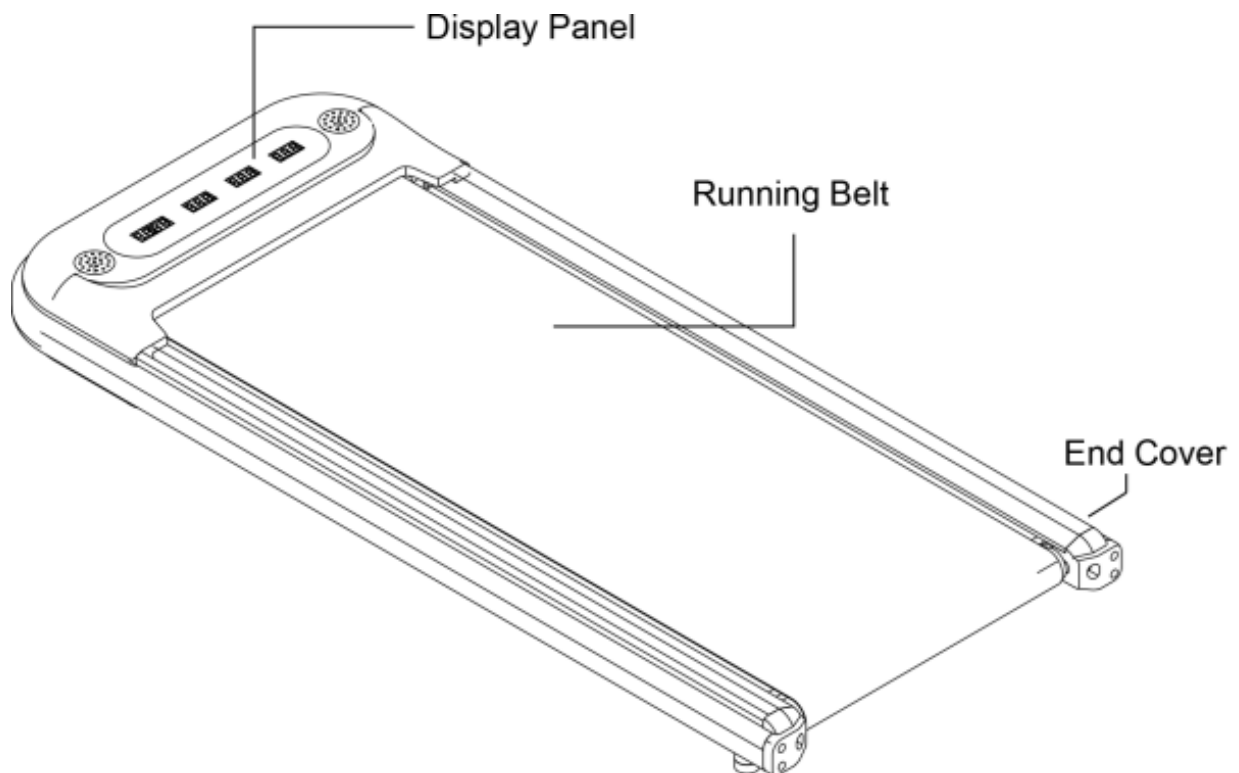
1. Ensure that you read the manual carefully before attempting to assemble or use Power Electric Treadmill.
 2. The Treadmill must be positioned on a firm flat surface.
 3. The Treadmill is designed for indoor use only. It is not to be used outdoors.
 4. Do not position the Treadmill on a deep thick 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

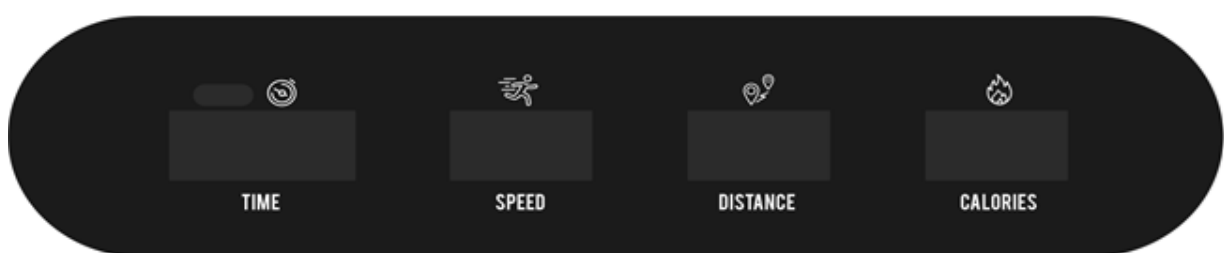
Allen Key



PARTS LIST



CONTROL PANEL



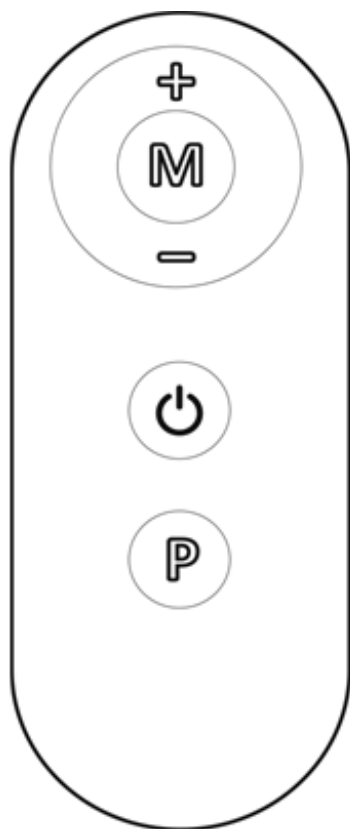
DISPLAY FUNCTIONS:

TIME: Displays your elapsed workout time in minutes and seconds.

SPEED: Displays the current speed from the minimum 1.0 KPH to the maximum 6.0 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-P04) 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.

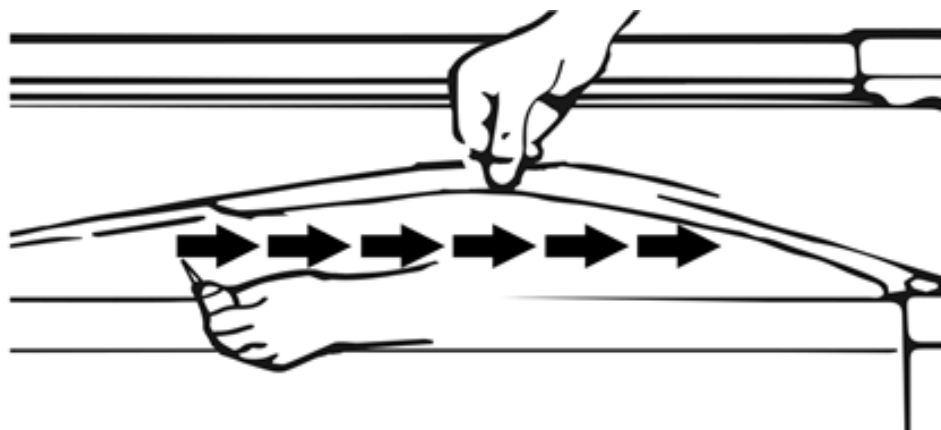
How to apply lubricant

Lift one side of running belt.

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

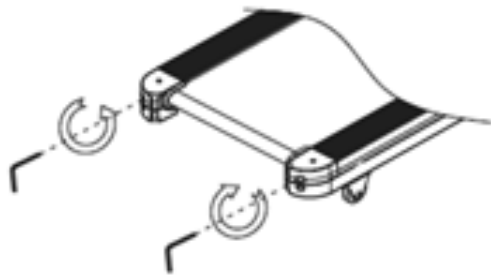
Run on the treadmill at a slow speed for 3 to 5 minutes to evenly distribute lubricant.

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

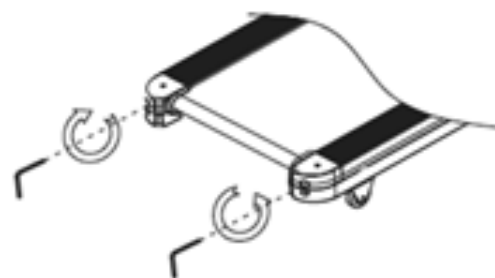


ADJUSTING THE RUNNING BELT

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.

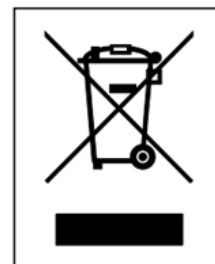


CALF/ACHILLES STRETCH

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.

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, стъпнете 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 съгнетете 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 каквото 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.

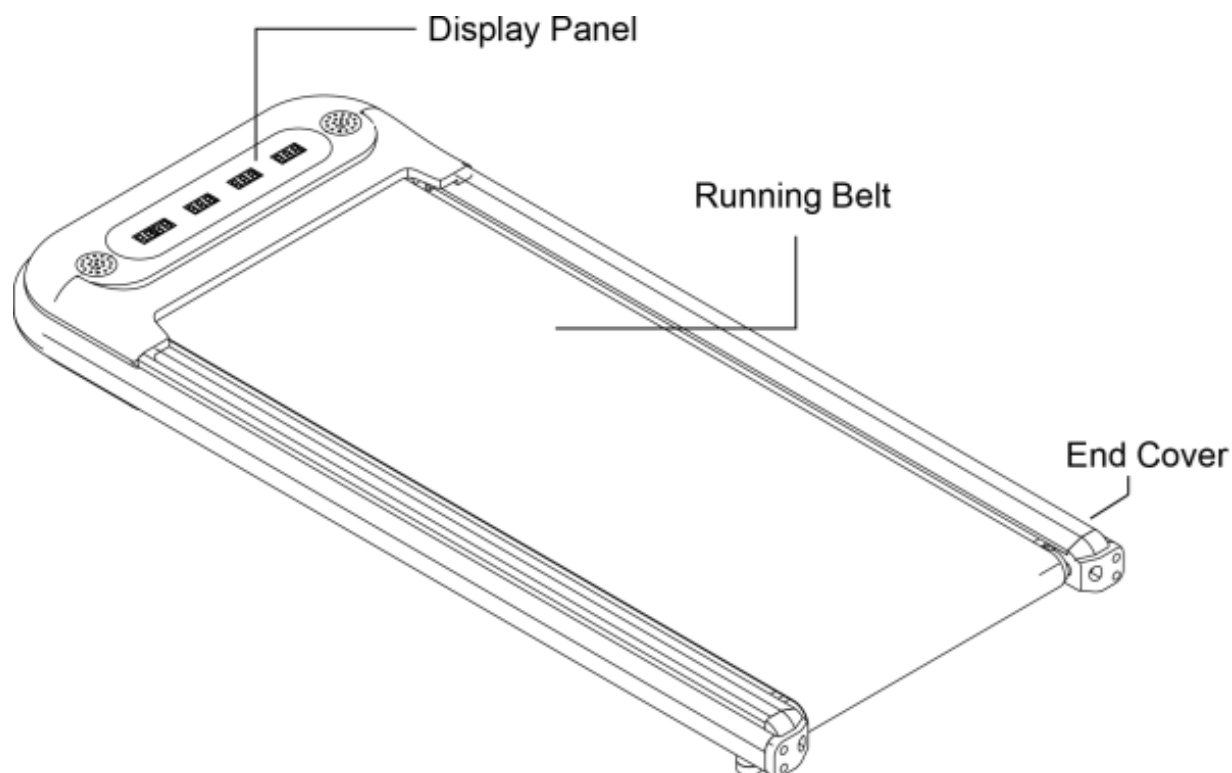
Warning! The device cannot be moved without the power cord being pulled out.

ХАРДУЕРЕН КОМПЛЕКТ

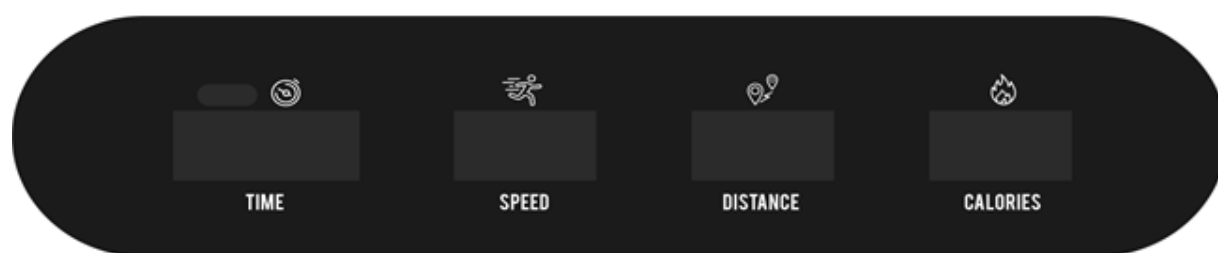
Алърн Кий



СПИСЪК С ЧАСТИ



КОНТРОЛЕН ПАНЕЛ



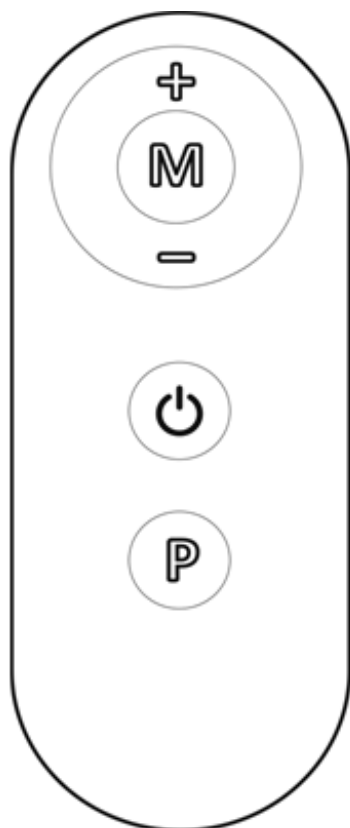
ФУНКЦИИ НА ДИСПЛЕЙ:

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

СКОРОСТ: Показва текущата скорост от минималната 1,0 КРН до максималната 6,0 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-P04) 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

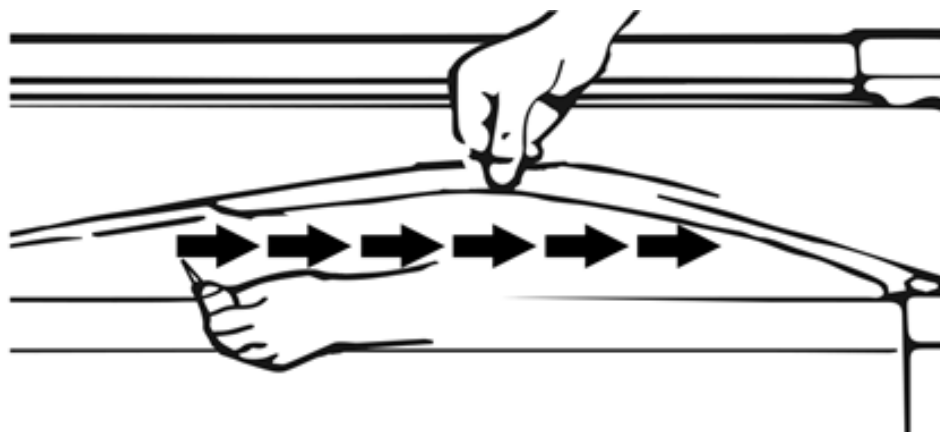
Повдигнете едната страна на лентата за бягане и напипайте горната повърхност на платформата за бягане. Ако повърхността е хлъзгава на допир, не е необходимо допълнително смазване. Ако повърхността е суха на допир, нанесете малко лубрикант.

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.

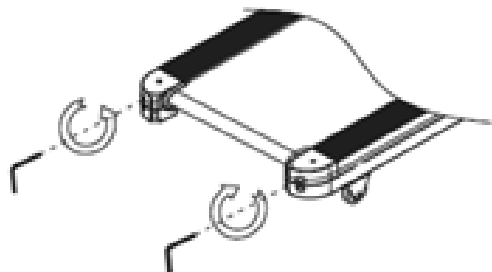
ЗАБЕЛЕЖКА: НЕ прекалявайте с смазването на платформата за движение. Всеки излишен лубрикант, който излиза, трябва да бъде изтрият.

1 бр.

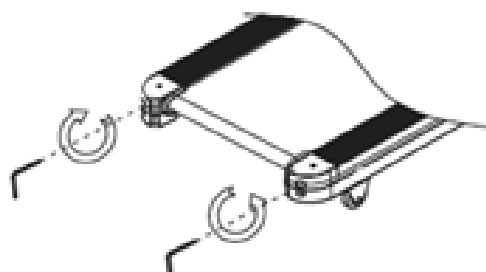


РЕГУЛИРАНЕ НА БЯГАЩИЯ КОЛАН

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.

РЪКОВОДСТВО ЗА ОТСТРАНЯВАНЕ НА НЕИЗПРАВНОСТИ

проблем	Потенциални причини	Корекции
Бягащата пътека не стартира.	1. Бягащата пътека не е включена. 2. Ключът Safety Tether не е инсталиран правилно. 3. Прекъсвачът в къщата е задействан. 4. Прекъсвачът на бягащата пътека е задействан.	1. Включете захранващия кабел в стенен контакт. 2. Инсталирайте отново ключа за защитна връзка. 3. Нулирайте прекъсвача или се обадете на електротехник, за да смени прекъсвача. 4. Изчакайте 5 минути и след това опитайте да рестартирате бягащата пътека.
Фишове за колан.	Коланът не е достатъчно стегнат.	Регулирайте напрежението на колана.

Фишове за колан.	Коланът не е достатъчно стегнат.	Регулирайте напрежението на колана.
Коланът се колебае при стъпване.	1. Не е нанесено достатъчно смазване върху платформата за движение. 2. Коланът е твърде стегнат.	1. Нанесете лубрикант. 2. Регулирайте напрежението на колана.

РУТИНА ЗА ЗАГРЯВАНЕ И ОХЛАЖДАНЕ

ЗАГРЯВАНЕТО е важна част от всяка тренировка. Целта на загреването 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-напрежени упражнения чрез загреване 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 тавана и оставяйки 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 над главата ви. Протегнете дясната си ръка възможно най-далеч към тавана 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

Сегнете 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.

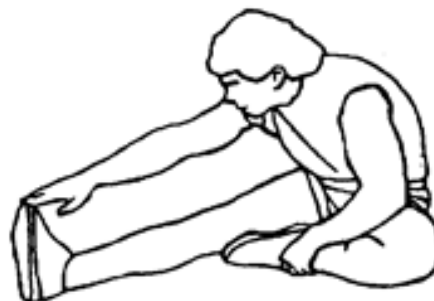


ДОПИРАНЕ НА ПРЪСТИТЕ НА КРАКАТА

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. Подгответе стъпалото на левия крак на гясното вътрешно бедро. Протегнете се към пръстите на крака, доколкото е възможно. Задръжте за 15 броения. Отпуснете се и повторете с левия крак.

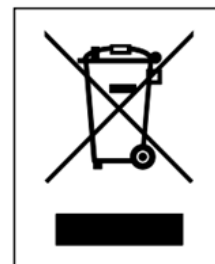


РАЗТЯЖЕНИЕ НА АХИЛЕС

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.

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.



ПЕРИОД НА ГАРАНЦИЯТА

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 законодателство. 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.

КОНТАКТИ:

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

NAPOMENA:

Napomena: Prije instalacije i rada pažljivo pročitajte ovaj priručnik za rukovanje 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.
2. Električna traka za trčanje mora biti postavljena na čvrstu ravnu površinu.
3. Električna traka za trčanje Power je dizajnirana samo za unutarnju upotrebu. Ne smije se koristiti na otvorenom.
4. Nemojte postavljati električnu traku za trčanje na duboki debeli tepih jer zrak mora moći cirkulirati ispod.
5. Uvijek nosite odgovarajuću odjeću kada koristite električnu traku za trčanje Power. Ne nosite široku ili dugu odjeću jer se može zaplesti u pokretni remen.
6. Uvijek pazite da nosite odgovarajuću obuću.
7. Nemojte stajati na pojasu Power Electric trake 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.
8. Ne dopustite djeci ili kućnim ljubimcima blizu električne trake za trčanje dok je u upotrebi.
9. Djeca i starije osobe smiju koristiti električnu traku za trčanje samo pod nadzorom odrasle osobe.
10. 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 upotrebe.

Upozorenje

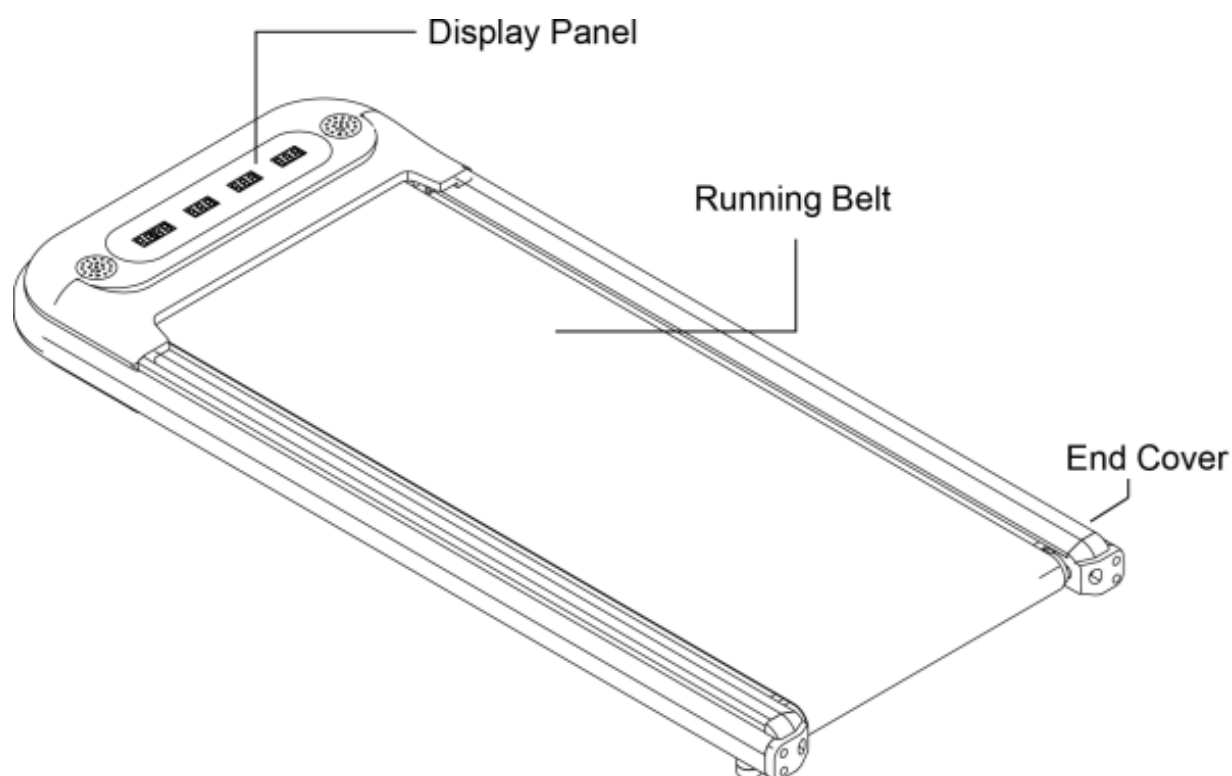
Uređaj se ne može pomicati bez izvlačenja kabela za napajanje.

HARDVERSKI KOMPLET

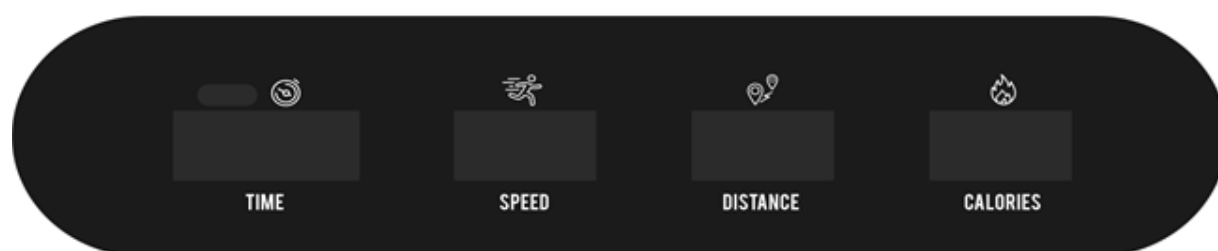
imbus ključ



POPIS DIJELOVA



UPRAVLJAČKA PLOČA

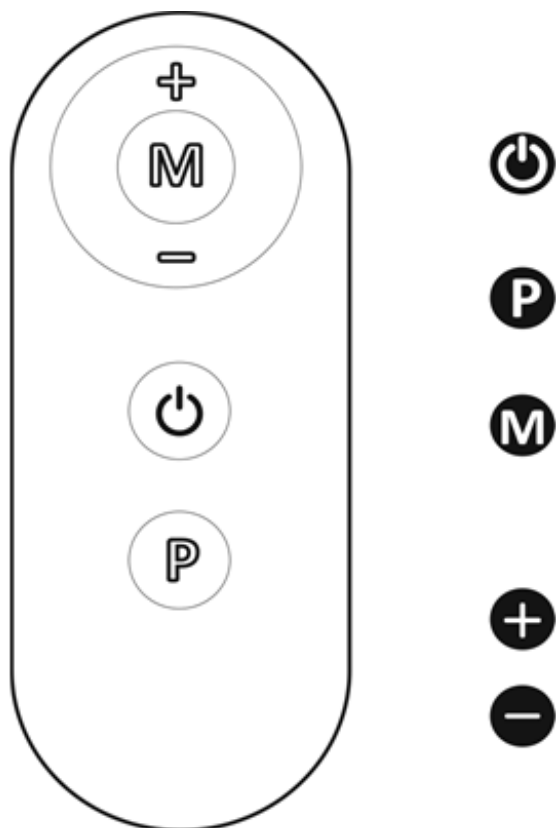


FUNKCIJE PRIKAZA:

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

BRZINA: Prikazuje trenutnu brzinu od najmanje 1,0 KPH do maksimalnih 6,0 KPH.

DISTANCE: Prikazuje akumuliranu udaljenost prijeđenu tijekom vježbanja.



KALORIJE: Prikazuje ukupno sagorjele kalorije tijekom vježbanja. **FUNCTION BUTTONS:**

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

: Pritisnite gumb za odabir unaprijed postavljenog programa treninga (P01-P04) 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) nanesite 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, nanesite malo lubrikanta.

Kako nanijeti lubrikant

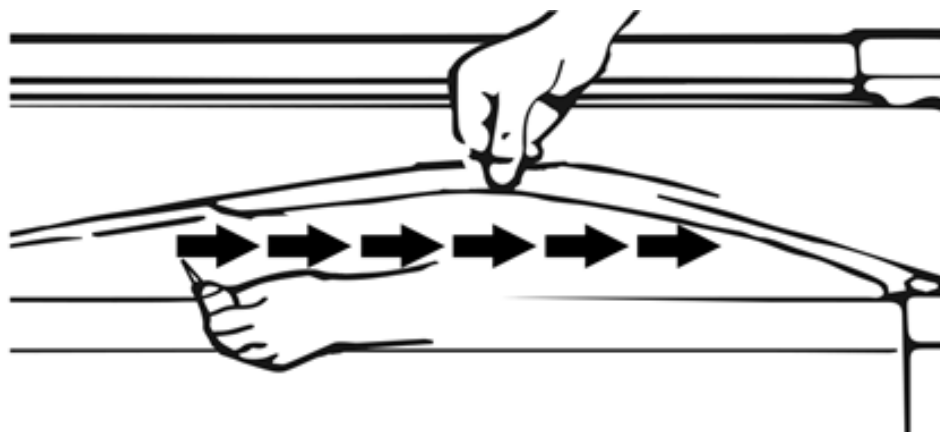
Podignite jednu stranu trake za trčanje.

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.

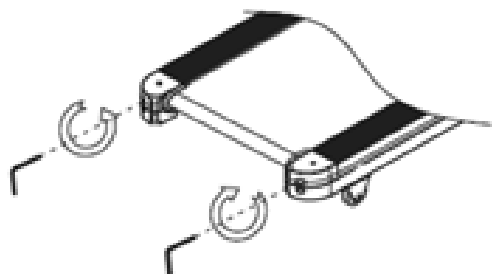
NAPOMENA: NEMOJTE previše podmazivati platformu za trčanje. Svaki višak lubrikanta koji izađe treba obrisati

1 PC

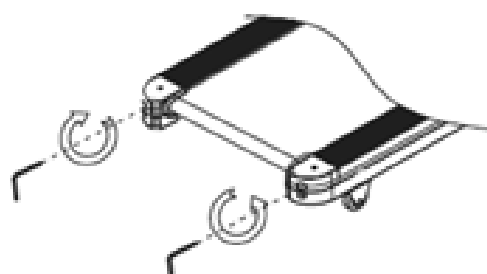


PODEŠAVANJE TRAKE ZA TRČANJE

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. Please keep the traku za trčanje, osobito konzolu računala, podalje 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.

VODIČ ZA RJEŠAVANJE PROBLEMA

Problem	Potential Causes	Corrections
Traka za trčanje se ne pokreće.	1. Traka za trčanje nije priključena. 2. Ključ sigurnosnog remena nije ispravno instaliran. 1. Aktivirao se prekidač strujnog kruga u kući. 4. Aktivirao se prekidač strujnog kruga trake za trčanje.	1. Uključite kabel za napajanje u zidnu utičnicu. 2. Ponovno instalirajte sigurnosni ključ. 1. Ponovno postavite prekidač ili nazovite električara da zamijeni prekidač. 4. Pričekajte 5 minuta i zatim pokušajte ponovno pokrenuti traku za trčanje.
Navlake za pojas.		

Pojas oklijeva kad se na njega nagazi.	Коланът не е достатъчно стегнат.	Регулирайте напрежението на колана.
Pojas nije centriran.	1. Не е нанесено достатъчно смазване върху платформата за движение. 2. Коланът е твърде стегнат.	1. Нанесете лубрикант. 2. Регулирайте напрежението на колана.

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 pripremiло за 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 за едно бројанје, trebali biste osjetiti istezanje uz lijevu stranu vrata. Zatim zakrenite glavu unazad за едно бројанје, istežući bradu до stropa i puštajući usta otvorena. Okrenite glavu ulijevo за едно бројанје, zatim spustite glavu на прса за едно бројанје.



PODIZANJE RAMENA

Podignite desno rame prema uhu на едно бројанје. Zatim podignite lijevo rame на један број док спуштате desno rame.



ISTEZANJA NA BOCI

Raširite ruke u stranu i podignite ih док вам не буду изнад главе. Ispružite desnu ruku što više možete prema stropu на едно бројанје. Ponovite ovu radnju s lijevom rukom.



Q UADRICEPS ISTEZANJE

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

Sjedi s potplatima noge spojene a koljena usmjerena 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.

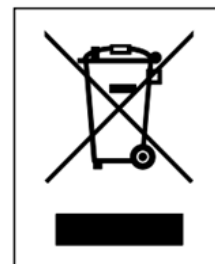


CALF/AHILOVO ISTEZANJE

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.

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.



ПЕРИОД НА ГАРАНЦИЈАТА

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 uredaj 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, uzniknali 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

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.

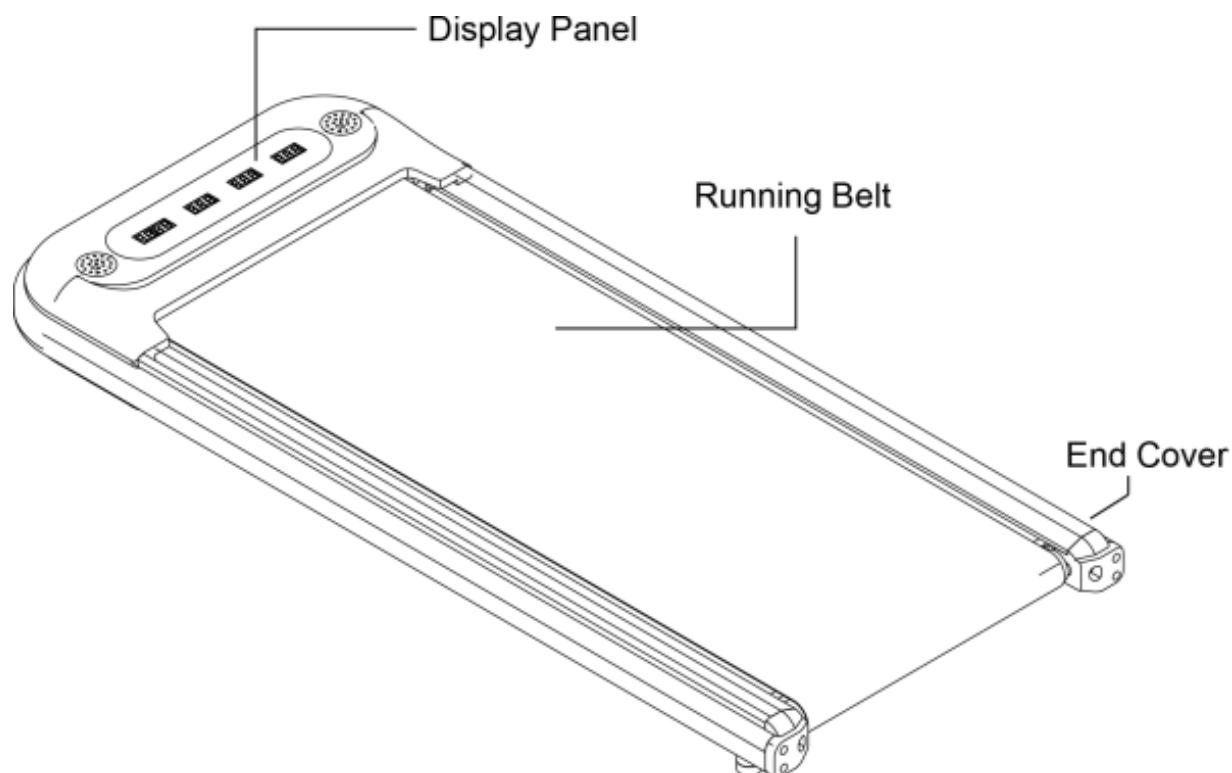
Προσοχή!

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

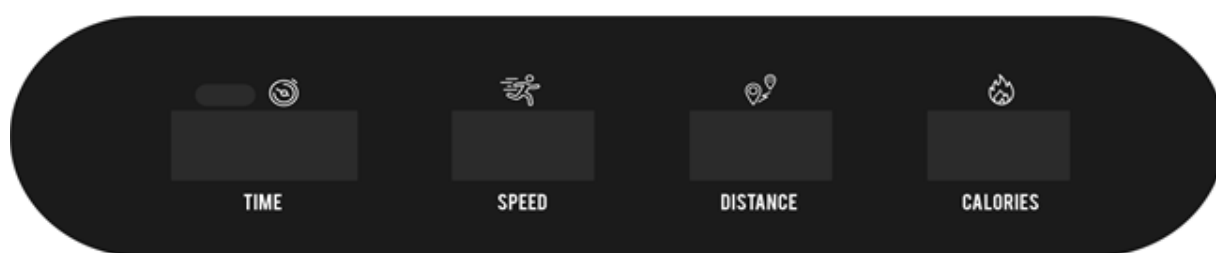
ΚΙΤ ΥΛΙΚΟΥ

Allen Κλειδί





ΠΙΝΑΚΑΣ ΕΛΕΓΧΟΥ CONTROLNA TABLA



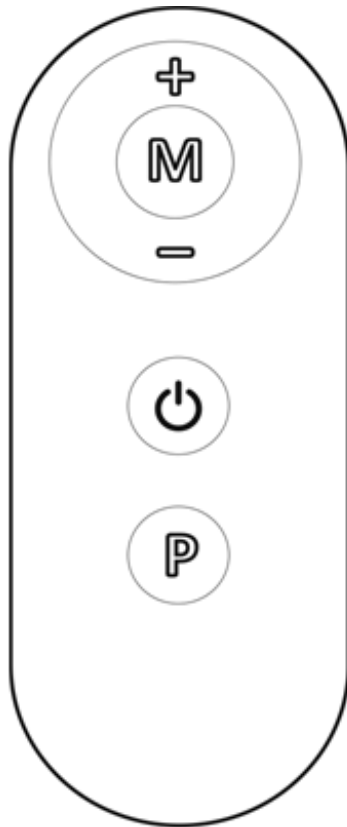
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΟΘΟΝΗΣ:

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 6,0 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 ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ:

: Πατήστε το κουμπί για να ξεκινήσετε/ διακόψετε αμέσως την προπόνηση σε διαφορετική λειτουργία προπόνησης.

: Πατήστε το κουμπί για να επιλέξετε τη λειτουργία του προκαθορισμένου προγράμματος προπόνησης (P01-P04) 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

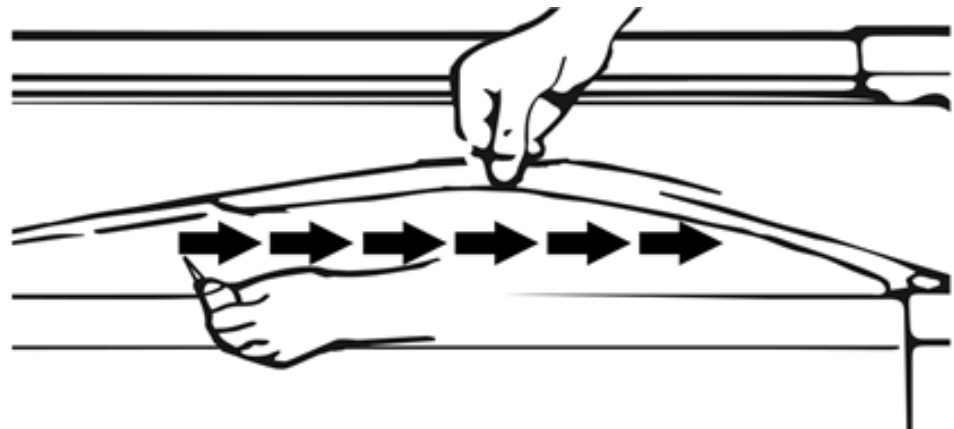
Ανασηκώστε τη μία πλευρά του ιμάντα κίνησης και ψηλαφίστε την επάνω επιφάνεια του καταστρώματος κίνησης. Εάν η επιφάνεια είναι γλιστερή στην αφή, τότε δεν απαιτείται περαιτέρω λίπανση. Εάν η επιφάνεια είναι στεγνή στην αφή, εφαρμόστε λίγο λιπαντικό.

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.

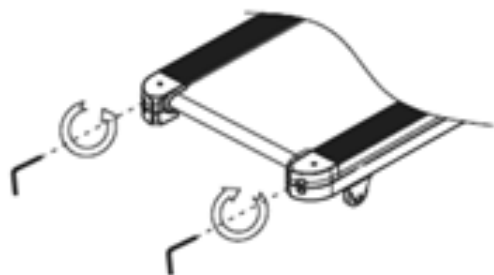
ΣΗΜΕΙΩΣΗ: ΜΗΝ λιπαίνετε υπερβολικά το κατάστρωμα τρεξίματος. Τυχόν περίσσεια λιπαντικού που βγαίνει θα πρέπει να σκουπιστεί.

1 PC

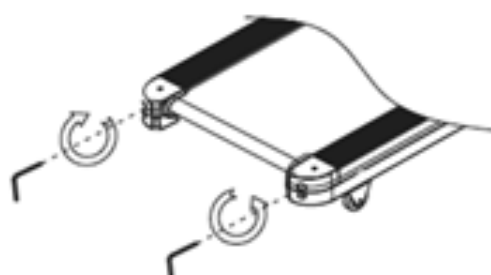


ΡΥΘΜΙΣΗ ΤΟΥ ΙΜΑΝΤΑ ΚΙΝΗΣΗΣ

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
Traka za trčanje se neće pokrenuti.	1. Ο διάδρομος δεν είναι συνδεδεμένος στην πρίζα. 2. Το κλειδί πρόσδεσης ασφαλείας δεν έχει τοποθετηθεί σωστά. 3. Ο διακόπτης στο σπίτι έχει ενεργοποιηθεί. 4. Ο διακόπτης κυκλώματος του διαδρόμου έχει ενεργοποιηθεί.	1. Συνδέστε το καλώδιο ρεύματος σε μια πρίζα τοίχου. 2. Επανατοποθετήστε το κλειδί πρόσδεσης ασφαλείας. 3. Επαναφέρετε το διακόπτη κυκλώματος ή καλέστε έναν ηλεκτρολόγο για να αντικαταστήσει το διακόπτη κυκλώματος. 4. Περιμένετε 5 λεπτά και, στη συνέχεια, προσπαθήστε να επανεκκινήσετε το διάδρομο.
Η ζώνη γλιστράει.	ΡΗ ζώνη δεν είναι αρκετά σφιχτή.	Ρύθμιση της τάσης του ιμάντα.

Ο ιμάντας δε κολλάει όταν τον πατάτε.	1. Δεν εφαρμόζετε αρκετή λίπανση στο κατάστρωμα κίνησης. 2. Η ζώνη είναι πολύ σφιχτή.	1. Εφαρμόστε λιπαντικό. 2. Ρυθμίστε την ένταση του ιμάντα.
ΡΗ 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.

ΑΣΚΗΣΙΕΣ 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 δεξιό 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.

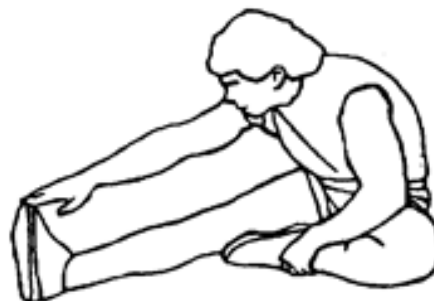


ΑΣΚΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΔΑΧΤΥΛΑ ΠΟΔΙΩΝ

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.

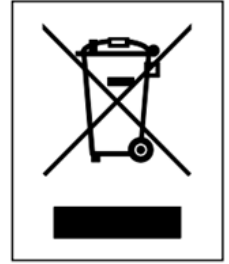


CALF/ACHILLES STRETCH

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.

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.

SPORT DEPOT HELLAS MON. IKE

Διεύθυνση επικοινωνίας:

26ης Οκτωβρίου 43, τ.κ. 54627 Θεσσαλονίκη

(+30) 2311181242

BOSNA

BELEŠKA:

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

UPOZORENJE I BEZBEDNOSNE INFORMACIJE

1. Uverite se da ste pažljivo pročitali uputstvo pre nego što pokušate da sastavite ili koristite PoverElectric traku za trčanje.
 2. Power Electric traka za trčanje je dizajnirana samo za upotrebu u zatvorenom prostoru. Ne sme se koristiti na otvorenom.
 3. 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.
 4. Uvek vodite računa da nosite ispravnu obuću.
 5. 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.
 6. Ne dozvoljavajte deci ili kućnim ljubimcima blizu Pover Electric trake za trčanje kada je u upotrebi.
 7. Deca i starije osobe treba da koriste Pover Electric traku za trčanje samo pod nadzorom odrasle osobe.
- Uvek isključite Pover Electric Traku za trčanje iz glavnog napajanja kada se ne koristi.11. 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.**
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 se istroši, 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!

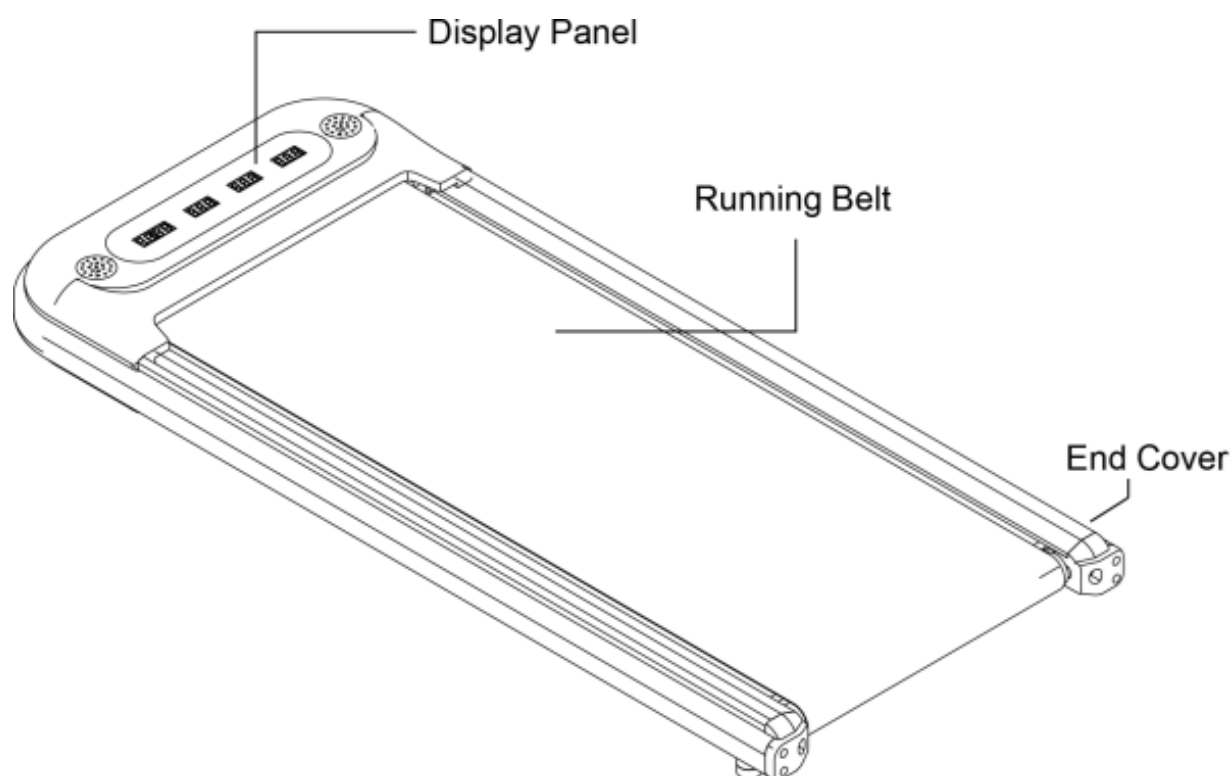
Uređaj se ne može pomerati bez izvlačenja kabla za napajanje.

HARDWARE KIT

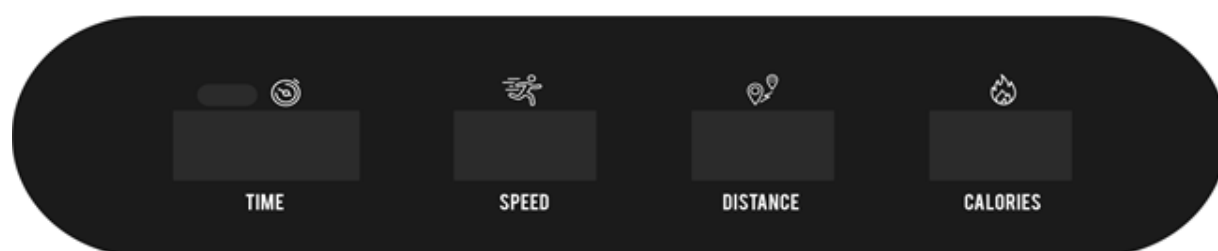
Allen Key



PARTS LIST



KONTROLNA TABLA



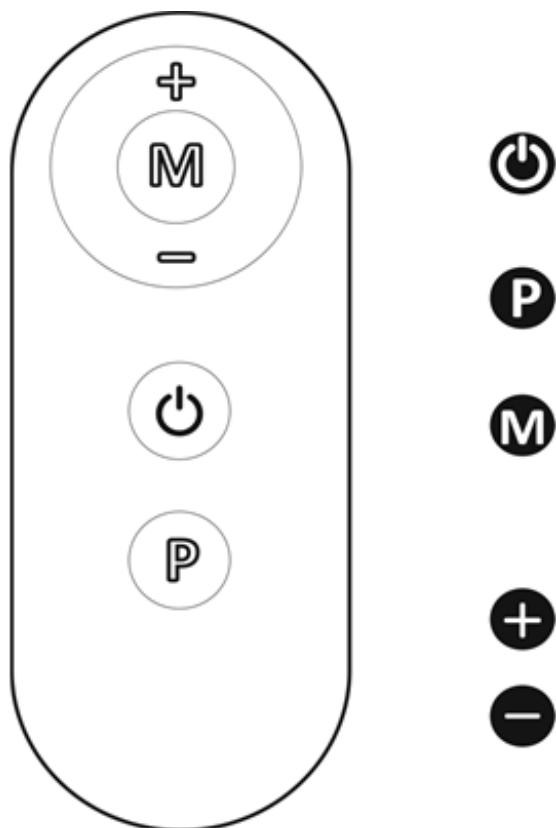
FUNKCIJE EKRANA:

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

BRZINA: Displays the current speed from the minimum 1.0 KPH to the maximum 6.0 KPH.

DISTANCA: Displays the accumulative distance travelled during workout.

KALORIJE: Prikazuje ukupne kalorije sagorele 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-P04) pre treninga.

: Pritisnite dugme MODE da biste izabrali različite funkcije (vreme ili udaljenost) za postavljanje ciljeva vježbanja 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 će obezbediti vrhunske performanse i produžiti njegov životni vek. Nakon prvih 25 sati upotrebe (ili 2-3 meseca) nanosite malo lubrikanta i ponovite svakih narednih 50 sati upotrebe (ili 5-8 meseci).

Kako proveriti ispravno podmazivanje kaiša za trčanje

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

Ako je površina glatka na dodir, nije potrebno dalje podmazivanje. Ako je površina suva na dodir, nanosite malo maziva.

Kako naneti lubrikant

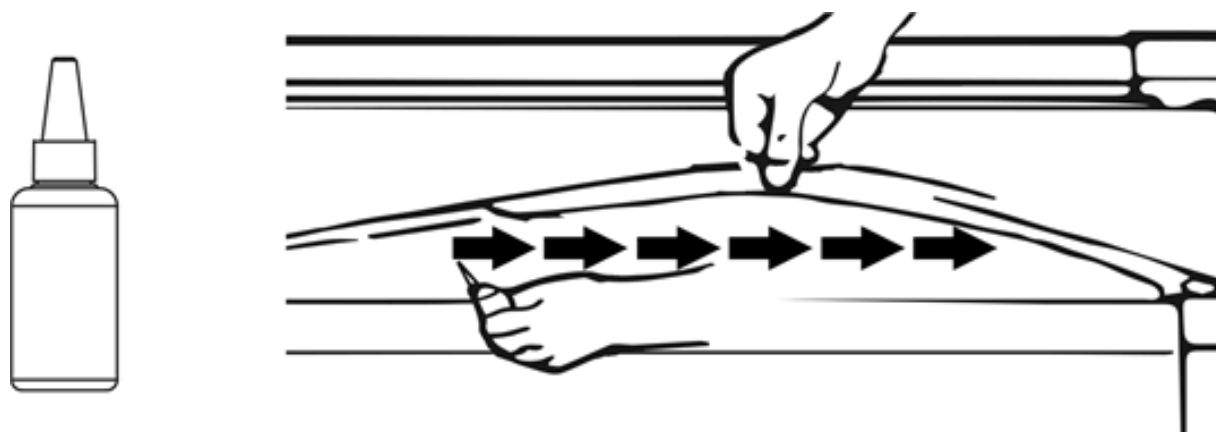
Podignite jednu stranu pojasa za trčanje.

Sipajte malo maziva ispod sredine trake za trčanje na gornjoj površini palube za trčanje.

Trčite na traci za trčanje malom brzinom 3 do 5 minuta da ravnomerno rasporedite mazivo.

NAPOMENA: NEMOJTE preterano podmazati platformu za trčanje. Svaki višak maziva koji izađe trebalo bi

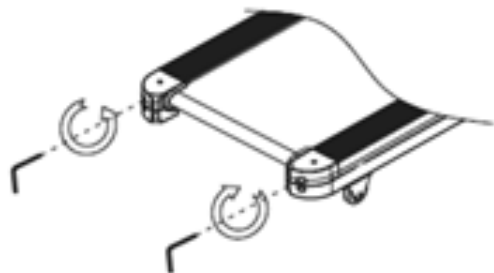
1 PC



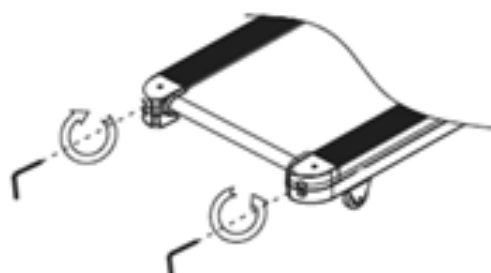
PODEŠAVANJE PODLOGE ZA TRČANJE

Podloga za trčanje na električnoj traci za trčanje Confidence Pover će se lagano pomeriti nakon kontinuirane upotrebe. Ovo je normalno za sve trake za trčanje.

1. Za ispravljanje/podešavanje kaiša za trčanje okrenite zavrtnje za podešavanje sa obe strane osnove, pogledajte slike C
2. Ne dozvolite da kaiš za trčanje zakači bočne strane električne trake za trčanje Confidence Pover jer će to pokidati pojas.



PICTURE C



PICTURE D

VODIČ ZA NEGU, ODRŽAVANJE I REŠAVANJE PROBLEMA

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

UPOZORENJE: Uvek proveravajte komponente koje se habaju i habaju, kao što su dugme opruge i kaiš da biste sprečili povrede.

ČIŠĆENJE

Posle svake vežbe, uverite se da je jedinica obrisana i da li je sav znoj uklonjen sa jedinice.

Traka za trčanje se može čistiti mekom krpom i blagim deterdžentom. Nemojte koristiti abrazivna sredstva ili rastvarače. Pazite da ne dobijete prekomernu vlagu na displeju jer to može oštetiti jedinicu i stvoriti opasnost od strujnog udara.

Držite traku za trčanje, posebno kompjutersku konzolu, podalje od direktne sunčeve svetlosti kako biste sprečili oštećenje ekrana.

SKLADIŠTENJE

Čuvajte traku za trčanje u čistom i suvom zatvorenom okruženju. Nikada ne ostavljajte niti koristite jedinicu na otvorenom. Uverite se da je glavni prekidač za napajanje isključen i da je kabl za napajanje izvučen iz zidne utičnice.

TROUBLESHOOTING GUIDE

Problem	Potential Causes	Corrections
Traka za trčanje se neće pokrenuti.	1. Traka za trčanje nije uključena. 2. Sigurnosni tether ključ nije pravilno instaliran. 3. Isključen je prekidač u kući. 4. Isključen je prekidač trake za trčanje.	1. Uključite kabl za napajanje u zidnu utičnicu. 2. Ponovo instalirajte Safeti Tether ključ. 3. Resetujte prekidač ili pozovite električara da zameni prekidač. 4. Sačekajte 5 minuta, a zatim pokušajte da ponovo pokrenete traku za trčanje.
Pojas klizi.	Pojas nije dovoljno zategnut	Podesite napetost pojasa.

Pojas okleva kada se nagazi.	1. Nema dovoljno podmazivanja na platformi za trčanje. 2. Pojas je suviše zategnut..	1. Nanesite mazivo. 2. Podesite napetost pojasa.
Pojas nije centriran.	Zategnutost trake nije čak ni preko zadnjeg valjka.	Centrirajte pojas.

RUTINA ZAGREVANJA I OPUŠTANJA

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

OPUSTITE se na kraju treninga, ponovite ove vežbe da biste smanjili bol u umornim mišićima. Svrha hlađenja je da se telo vrati u stanje mirovanja na kraju svake vežbe. Pravilno opuštanje i disanje polako smanjuje broj otkucaja srca i omogućava da se krv vrati u srce.

OKRETANJE GLAVE

Okrenite glavu udesno za jedan broj, trebalo bi da osetite istezanje na levoj strani vrata. Zatim okrenite glavu unazad za jedan broj, ispružite bradu do plafona i pustite usta da se otvore. Okrenite glavu ulevo za jedno brojanje, a zatim spustite glavu na grudi za jedno brojanje.



PODIZANJE RAMENA

Podignite desno rame prema uhu za jedno brojanje. Zatim podignite levo rame za jedan broj dok spuštate desno rame.



ISTEZANJE STRANA

Otvorite ruke u stranu i podignite ih dok ne budu iznad glave. Ispružite desnu ruku što dalje prema plafonu za jedan broj. Ponovite ovu radnju sa levom rukom.



ISTEZANJE KVADRICEPSA

Jednom rukom uza zid radi ravnoteže, posegnite iza sebe i povucite desnu nogu gore. Približite petu zadnjici što je više moguće. Zadržite 15 brojanja i ponovite levom nogom.

ISTEZANJE UNUTRAŠNJE BUTINE

Sedite sa spojenim tabanima i kolenima okrenutim ka spolja. Povucite stopala što bliže preponama. Lagano gurnite kolena prema podu. Zadržite 15 brojanja.



DODIRIVANJE PRSTIJU NA NOGAMA

Polako se savijte napred od struka, pustite da se leđa i ramena opuste dok se protežete prema nožnim prstima. Dosegnite što dalje možete i zadržite 15 brojeva.



ISTEZANJE LEĐA I ZADNJE LOŽE

Ispružite desnu nogu. Oslonite taban leve noge na unutrašnju desnu butinu. Istegnite se prema nožnom prstu što je više moguće. Zadržite 15 brojanja. Opustite se, a zatim ponovite sa levom nogom.



ISTEZANJE LISTOVA I AHILOVE TETIVE

Naslonite se na zid sa desnom nogom ispred leve i rukama napred. Držite levu nogu ravno, a desnu na podu; zatim savijte desnu nogu i nagnite se napred pomerajući kukove prema zidu. Zadržite, a zatim ponovite na drugoj strani 15 brojanja.

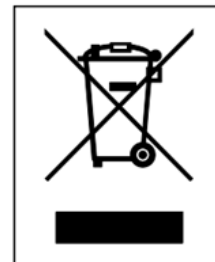
ГАРАНЦИЈА

производа који је предмет овог купопродајног уговора.

Гаранција је додатак 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 дође до 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 купцу – (062 270 179)



БЕСПЛАТНА ГАРАНЦИЈСКА УСЛУГА

Garancija se odnosi samo na kućnu (privatnu) upotrebu. Garancija se ni pod kojim uslovima ne odnosi na polukomerцијалну или комерцијалну upotrebu.

Ova garancija je izričito ograničena na zamjenu neispravnog motora, elektronskih komponenti i fabrički neispravnih dijelova (koji imaju nedostatke u materijalu i izradi).

Besplatan servis tokom garantnog roka ne važi ako:

- Postoje razlike između podataka u garantnom listu i dokumentacije uređaja;
- Falsifikovanje garantnog lista;
- Nedostatak originalne kupoprodajne dokumentacije ili garantnog lista;
- Popravke ili druge intervencije (modifikacije uređaja) koje izvode lica koja nisu ovlašćena za izvođenje ove djelatnosti, ili ako se uređaj popravljа sa neoriginalnim rezervnim dijelovima;
- Izgled uređaja - ogrebotine, pukotine i drugo koje nisu primjećene u trenutku kupovine uređaja;
- Nepoštovanje uslova za korišćenje, skladištenje, transport i nedostatke koji su zbog njih nastali;
- Za nedostatke uzrokovane nepravilnom upotrebom, mehaničke nedostatke, udare;
- U slučaju kvarova nastalih kao posljedica prirodnih pojava i drugih okolnosti više sile;
- Prilikom korišćenja uređaja u komercijalne svrhe i na javnim mjestima;
- Pokretne komponente oštećene kao rezultat nepravilne upotrebe ili instalacije: pedale, ručke, kablovi, kaiševi, trake, zaptivke, šrafovi i zavrtnji, poluge, ležajevi, dekorativni elementi (kućišta od plastike/ebonita);
- Nepravilno sastavljeni uređaji;
- Uređaji koji su bili preopterećeni (težinom korisnika ili korišćenjem dužim od preporučenog vremena-trake za trčanje);
- Neodržavani, zanemarivani i nepropisno uskladišteni uređaji.
- Dizajnerski dijelovi i oni koji se mogu odvojiti od glavnog tijela uređaja, plastični ukrasi, gumeni dijelovi ograničenog vijeka trajanja koji regulише proizvođač;
- Potrošni materijal, dijelovi i elementi sa ograničenim rokom trajanja – remenje, kaiševi, trake, baterije, sijalice, filteri, mediji – softver;
- Pribor – eksterno napajanje, adapteri.

Prodavac nije odgovoran za slučajnu или послједиčnu štetu.

CONTACT

I krajiškog korpusa br.50
78000 Banja Luka
Tel.: 00387 51 263 445

BELEŠKA:

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

UPOZORENJE I BEZBEDNOSNE INFORMACIJE

1. Uverite se da ste pažljivo pročitali uputstvo pre nego što pokušate da sastavite ili koristite PoverElectric traku za trčanje.
 2. Power Electric traka za trčanje je dizajnirana samo za upotrebu u zatvorenom prostoru. Ne sme se koristiti na otvorenom.
 3. 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.
 4. Uvek vodite računa da nosite ispravnu obuću.
 5. 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.
 6. Ne dozvoljavajte deci ili kućnim ljubimcima blizu Pover Electric trake za trčanje kada je u upotrebi.
 7. Deca i starije osobe treba da koriste Pover Electric traku za trčanje samo pod nadzorom odrasle osobe.
- Uvek isključite Pover Electric Traku za trčanje iz glavnog napajanja kada se ne koristi.11. 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.**
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 se istroši, 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!

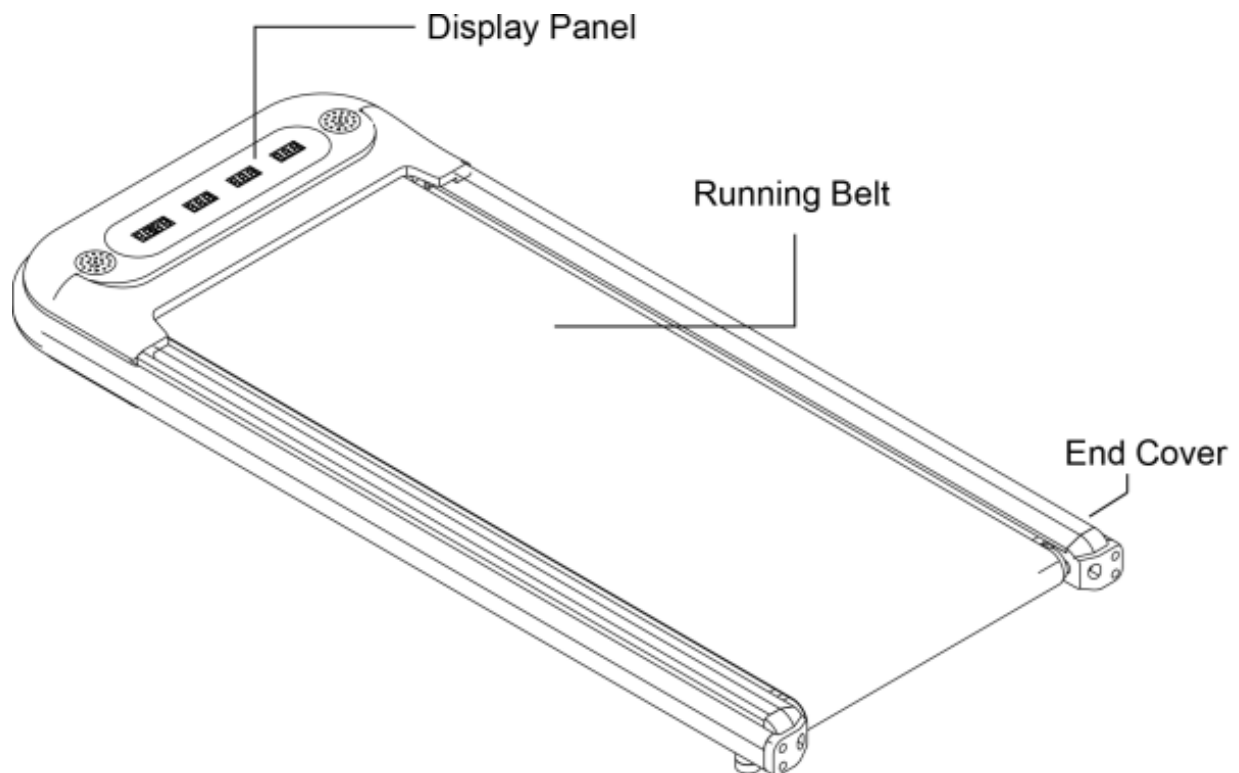
Uređaj se ne može pomerati bez izvlačenja kabla za napajanje.

HARDWARE KIT

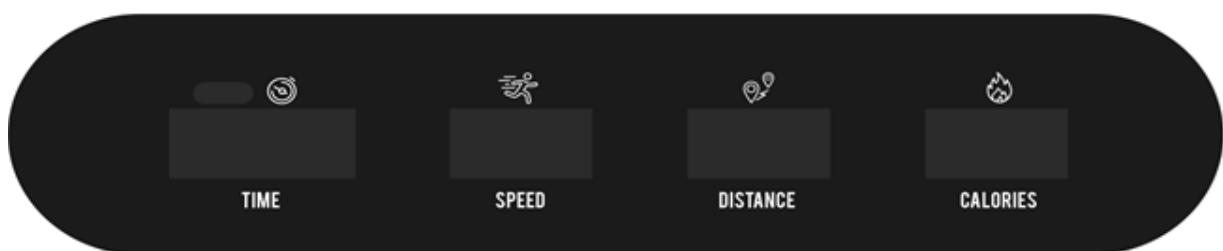
Allen Key



PARTS LIST



KONTROLNA TABLA



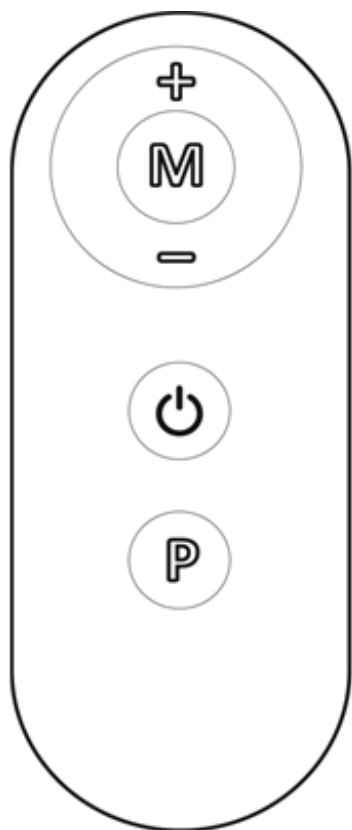
FUNKCIJE EKRANA:

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

BRZINA: Displays the current speed from the minimum 1.0 KPH to the maximum 6.0 KPH.

DISTANCA: Displays the accumulative distance travelled during workout.

KALORIJE: Prikazuje ukupne kalorije sagorele 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-P04) pre treninga.

: Pritisnite dugme MODE da biste izabrali različite funkcije (vreme ili udaljenost) za postavljanje ciljeva vježbanja 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 će obezbediti vrhunske performanse i produžiti njegov životni vek. Nakon prvih 25 sati upotrebe (ili 2-3 meseca) nanosite malo lubrikanta i ponovite svakih narednih 50 sati upotrebe (ili 5-8 meseci).

Kako proveriti ispravno podmazivanje kaiša za trčanje

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

Ako je površina glatka na dodir, nije potrebno dalje podmazivanje. Ako je površina suva na dodir, nanosite malo maziva.

Kako naneti lubrikant

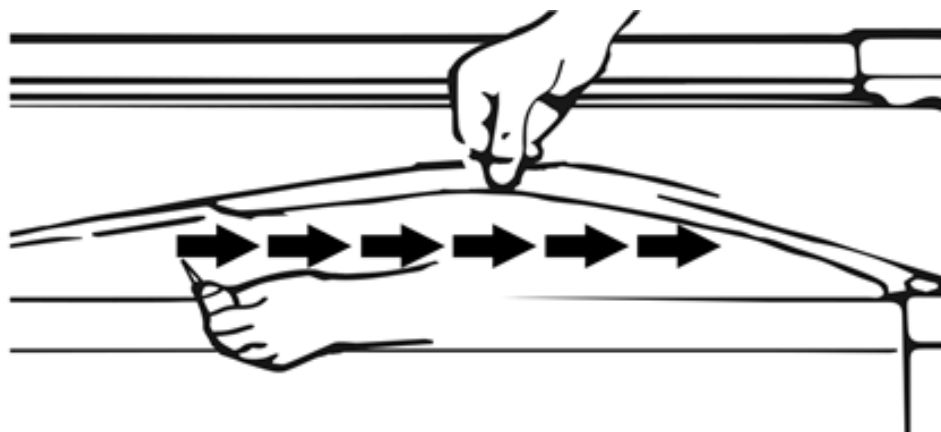
Podignite jednu stranu pojasa za trčanje.

Sipajte malo maziva ispod sredine trake za trčanje na gornjoj površini palube za trčanje.

Trčite na traci za trčanje malom brzinom 3 do 5 minuta da ravnomerno rasporedite mazivo.

NAPOMENA: NEMOJTE preterano podmazati platformu za trčanje. Svaki višak maziva koji izađe trebalo bi

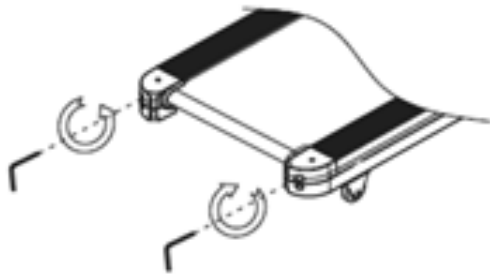
1 PC



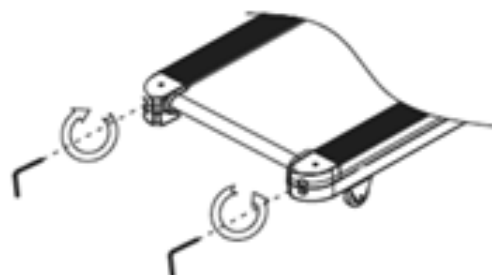
PODEŠAVANJE PODLOGE ZA TRČANJE

Podloga za trčanje na električnoj traci za trčanje Confidence Pover će se lagano pomeriti nakon kontinuirane upotrebe. Ovo je normalno za sve trake za trčanje.

1. Za ispravljanje/podešavanje kaiša za trčanje okrenite zavrtnje za podešavanje sa obe strane osnove, pogledajte slike C
2. Ne dozvolite da kaiš za trčanje zakači bočne strane električne trake za trčanje Confidence Pover jer će to pokidati pojas.



PICTURE C



PICTURE D

VODIČ ZA NEGU, ODRŽAVANJE I REŠAVANJE PROBLEMA

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

UPOZORENJE: Uvek proveravajte komponente koje se habaju i habaju, kao što su dugme opruge i kaiš da biste sprečili povrede.

ČIŠĆENJE

Posle svake vežbe, uverite se da je jedinica obrisana i da li je sav znoj uklonjen sa jedinice.

Traka za trčanje se može čistiti mekom krpom i blagim deterdžentom. Nemojte koristiti abrazivna sredstva ili rastvarače. Pazite da ne dobijete prekomernu vlagu na displeju jer to može oštetiti jedinicu i stvoriti opasnost od strujnog udara.

Držite traku za trčanje, posebno kompjutersku konzolu, podalje od direktne sunčeve svetlosti kako biste sprečili oštećenje ekrana.

SKLADIŠTENJE

Čuvajte traku za trčanje u čistom i suvom zatvorenom okruženju. Nikada ne ostavljajte niti koristite jedinicu na otvorenom. Uverite se da je glavni prekidač za napajanje isključen i da je kabl za napajanje izvučen iz zidne utičnice.

TROUBLESHOOTING GUIDE

Problem	Potential Causes	Corrections
Traka za trčanje se neće pokrenuti.	1. Traka za trčanje nije uključena. 2. Sigurnosni tether ključ nije pravilno instaliran. 3. Isključen je prekidač u kući. 4. Isključen je prekidač trake za trčanje.	1. Uključite kabl za napajanje u zidnu utičnicu. 2. Ponovo instalirajte Safeti Tether ključ. 3. Resetujte prekidač ili pozovite električara da zameni prekidač. 4. Sačekajte 5 minuta, a zatim pokušajte da ponovo pokrenete traku za trčanje.
Pojas klizi.	Pojas nije dovoljno zategnut	Podesite napetost pojasa.

Pojas okleva kada se nagazi.	1. Nema dovoljno podmazivanja na platformi za trčanje. 2. Pojas je suviše zategnut..	1. Nanesite mazivo. 2. Podesite napetost pojasa.
Pojas nije centriran.	Zategnutost trake nije čak ni preko zadnjeg valjka.	Centrirajte pojas.

RUTINA ZAGREVANJA I OPUŠTANJA

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

OPUSTITE se na kraju treninga, ponovite ove vežbe da biste smanjili bol u umornim mišićima. Svrha hlađenja je da se telo vrati u stanje mirovanja na kraju svake vežbe. Pravilno opuštanje i disanje polako smanjuje broj otkucaja srca i omogućava da se krv vrati u srce.

OKRETANJE GLAVE

Okrenite glavu udesno za jedan broj, trebalo bi da osetite istezanje na levoj strani vrata. Zatim okrenite glavu unazad za jedan broj, ispružite bradu do plafona i pustite usta da se otvore. Okrenite glavu ulevo za jedno brojanje, a zatim spustite glavu na grudi za jedno brojanje.



PODIZANJE RAMENA

Podignite desno rame prema uhu za jedno brojanje. Zatim podignite levo rame za jedan broj dok spuštate desno rame.



ISTEZANJE STRANA

Otvorite ruke u stranu i podignite ih dok ne budu iznad glave. Ispružite desnu ruku što dalje prema plafonu za jedan broj. Ponovite ovu radnju sa levom rukom.



ISTEZANJE KVADRICEPSA

Jednom rukom uza zid radi ravnoteže, posegnite iza sebe i povucite desnu nogu gore. Približite petu zadnjici što je više moguće. Zadržite 15 brojanja i ponovite levom nogom.

ISTEZANJE UNUTRAŠNJE BUTINE

Sedite sa spojenim tabanima i kolenima okrenutim ka spolja. Povucite stopala što bliže preponama. Lagano gurnite kolena prema podu. Zadržite 15 brojanja.



DODIRIVANJE PRSTIJU NA NOGAMA

Polako se savijte napred od struka, pustite da se leđa i ramena opuste dok se protežete prema nožnim prstima. Dosegnite što dalje možete i zadržite 15 brojeva.

ISTEZANJE LEĐA I ZADNJE LOŽE

Ispružite desnu nogu. Oslonite taban leve noge na unutrašnju desnu butinu. Istegnite se prema nožnom prstu što je više moguće. Zadržite 15 brojanja. Opustite se, a zatim ponovite sa levom nogom.



ISTEZANJE LISTOVA I AHILOVE TETIVE

Naslonite se na zid sa desnom nogom ispred leve i rukama napred. Držite levu nogu ravno, a desnu na podu; zatim savijte desnu nogu i nagnite se napred pomerajući kukove prema zidu. Zadržite, a zatim ponovite na drugoj strani 15 brojanja.

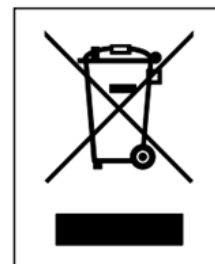
ГАРАНЦИЈА

производа који је предмет овог купопродајног уговора.

Гаранција је додатак 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 дође до 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

Garancija se odnosi samo na kućnu (privatnu) upotrebu. Garancija se ni pod kojim uslovima ne odnosi na polukomerцијалну или комерцијалну upotrebu.

Ova garancija je izričito ograničena na zamjenu neispravnog motora, elektronskih komponenti i fabrički neispravnih dijelova (koji imaju nedostatke u materijalu i izradi).

Besplatan servis tokom garantnog roka ne važi ako:

- Postoje razlike između podataka u garantnom listu i dokumentacije uređaja;
- Falsifikovanje garantnog lista;
- Nedostatak originalne kupoprodajne dokumentacije ili garantnog lista;
- Popravke ili druge intervencije (modifikacije uređaja) koje izvode lica koja nisu ovlašćena za izvođenje ove djelatnosti, ili ako se uređaj popravljа sa neoriginalnim rezervnim dijelovima;
- Izgled uređaja - ogrebotine, pukotine i drugo koje nisu primjećene u trenutku kupovine uređaja;
- Nepoštovanje uslova za korišćenje, skladištenje, transport i nedostatke koji su zbog njih nastali;
- Za nedostatke uzrokovane nepravilnom upotrebom, mehaničke nedostatke, udare;
- U slučaju kvarova nastalih kao posljedica prirodnih pojava i drugih okolnosti više sile;
- Prilikom korišćenja uređaja u komercijalne svrhe i na javnim mjestima;
- Pokretne komponente oštećene kao rezultat nepravilne upotrebe ili instalacije: pedale, ručke, kablovi, kaiševi, trake, zaptivke, šrafovi i zavrtnji, poluge, ležajevi, dekorativni elementi (kućišta od plastike/ebonita);
- Nepravilno sastavljeni uređaji;
- Uređaji koji su bili preopterećeni (težinom korisnika ili korišćenjem dužim od preporučenog vremena-trake za trčanje);
- Neodržavani, zanemarivani i nepropisno uskladišteni uređaji.
- Dizajnerski dijelovi i oni koji se mogu odvojiti od glavnog tijela uređaja, plastični ukrasi, gumeni dijelovi ograničenog vijeka trajanja koji regulише proizvođač;
- Potrošni materijal, dijelovi i elementi sa ograničenim rokom trajanja – remenje, kaiševi, trake, baterije, sijalice, filteri, mediji – softver;
- Pribor – eksterno napajanje, adapteri.

Prodavac nije odgovoran za slučajnu или послједиčnu štetu.

CONTACT

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