GIMA

PROFESSIONAL MEDICAL PRODUCTS

MINI CYCLETTE ELETTRICA
MOTORIZED PEDAL EXERCISER
PÉDALIER D'EXERCICE ÉLECTRIQUE
BICICLETA ESTÁTICA ELÉCTRICA
EXERCITADOR MOTORIZADO A PEDAIS
ELEKTRO-MINI-HEIMTRAINER
ΗΛΕΚΤΡΙΚΗ ΣΤΑΤΙΚΗ ΠΕΤΑΛΙΕΡΑ
МИНИ ВЕЛОЕРГОМЕТЪР
MOTORIZOVANÝ PEDÁLOVÝ TRENAŽÉR
ELEKTRISK MINI-MOTIONSCYKEL
MOOTORIGA PEDAALTRENAŽÖÖR
MOOTTOROITU POLJINLAITE
MOTORIZIRANI PEDALNI TRENAŽER
MOTORIZÁLT PEDÁLOS EDZŐGÉP
MOTORIZUOTAS PEDALINIS TRENIRUOKLIS
MOTORIZĒTS PEDĀĻU TRENAŽIERIS
MOTORISERT PEDALTRENER
ELEKTRISCHE MINI HOMETRAINER
ZMOTORYZOWANY MINI ROWEREK TRENINGOWY
MINI BICICLETĂ FITNESS ELECTRICĂ
MOTORIZOVANÝ PEDÁLOVÝ TRENAŽÉR
MINI ELEKTRIČNO KOLO ZA VADBO
MOTORISERAD PEDALTRÄNARE

العربية: جهاز تمارين بدواسة آلية

Manuale utente - User manual - Manuel de l'Utilisateur - Manual del usuario - Manual do utilizador - Benutzerhandbuch - Εγχειρίδιο Χρήσης - Ръководство за потребителя - Uživatelská příručka - Brugsvejledning - Kasutusjuhend - Käyttöopas - Korisnički priručnik - Felhasználói kézikönyv - Naudotojo vadovas - Lietotāja rokasgrāmata - Bruksanvisning - Gebruikershandleiding - Instrukcjaobsługi - Manual de utilizare - Návod na použitie - Navodila za uporabo - Bruksanvisning - دليل المستخدم

GIMA 43153

Fabbricato da/Manufactured by/Fabriqué par/Fabricado por/Fabricado por/Hergestellt von/Κατασκευασμένο από/Výrobce/Fremstillet af/Tootja/Valmistaja/Proizvođač/Gyártó/Gamintojas/Produsert av/Gefabriceerd door/Wyprodukowane przez/Fabricat de/Vyrába/Proizvajalec/Tillverkad av/ قطاوب اه تصنيعت

Zhejiang Todo Hardware Manufacture co., Ltd
31st Floor, Jinmao Building, CBD center, Yongkang, Zhejiang, China
Made in China

REF **TD001-P8**

Importato da/Imported by/Importé par/Importado por/Importado por/Eingeführt von/ Εισαγωγή από/Dovezeno uživatelem/Importeret af/Importija/Tuoja/Uvezeno od strane/Importálta/Importavo/Importēja/Importert av/Geïmporteerd door/Importowane przez/Importat de/Uvozil/Dovážal/ Importerad av/ قطاوب دروتسم

Gima S.p.A. - Via Marconi, 1 - 20060 Gessate (MI) Italy
gima@gimaitaly.com - export@gimaitaly.com
www.gimaitaly.com

M-43153-M-REV.1.11-25

Α. ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

1. Διαβάστε όλες τις οδηγίες του παρόντος εγχειριδίου προτού χρησιμοποιήσετε το προϊόν. Τηρείτε όλες τις προειδοποιήσεις και τις οδηγίες λειτουργίας πριν από τη χρήση.
2. Μην το χρησιμοποιείτε μόνοι σας ή σε χώρο όπου μπορούν να έχουν πρόσβαση παιδιά και κατοικίδια ζώα. Σε καμία περίπτωση το προϊόν δεν πρέπει να χρησιμοποιείται ως παιχνίδι.
3. Ο ιδιοκτήτης πρέπει να διασφαλίζει ότι όλοι οι χρήστες χρησιμοποιούν το προϊόν με ασφάλεια.
4. Το προϊόν προορίζεται αποκλειστικά για οικιακή χρήση.
5. Μην αποθηκεύετε το προϊόν σε χώρο με υγρασία.
6. ΜΗΝ φοράτε χαλαρά ή φαρδιά ρούχα διότι μπορεί να μπλεχτούν στη συσκευή. Αφαιρέστε τυχόν κοσμήματα.
7. Εάν νιώσετε πόνο ή ζάλη κατά τη διάρκεια της άσκησης, σταματήστε αμέσως, ξεκουραστείτε και συμβουλευτείτε έναν γιατρό.
8. Βεβαιωθείτε ότι οι οπές στην πρίζα του τοίχου ταιριάζουν με το φις τροφοδοσίας της συσκευής. Διαφορετικά, συμβουλευτείτε τον προμηθευτή σας.

Β. ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

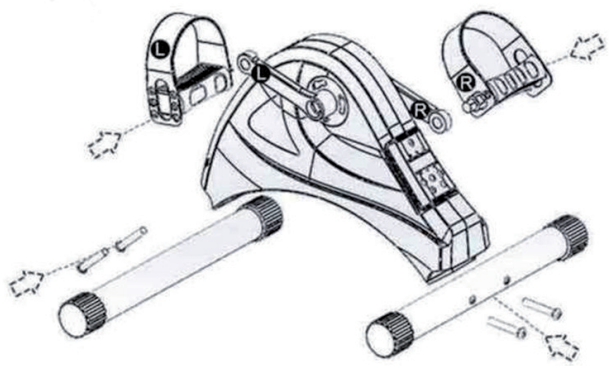
Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας προτού χρησιμοποιήσετε το προϊόν ή άλλα προϊόντα γυμναστικής. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας εάν είστε καρκινοπαθής, αναρρώνετε μετά από χειρουργική επέμβαση, έχετε ιστορικό καρδιακών προβλημάτων, έχετε υποστεί κάταγμα οστού, είστε έγκυος, κτλ.

C. ΜΕΡΗ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ



Αρ.	Όνομα Εξαρτήματος	Ποσότητα
A	Κύρια μονάδα	1
B	Πεντάλ	2
C	Φις τροφοδοσίας	1
D	Σταθεροποιητές	2
E	Τηλεχειριστήριο	1
F	Μπουλόνια	4
G	Κατσαβίδι	1
H	Κλειδί	1

D. ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ



Θα χρειαστείτε μόλις δύο λεπτά για να ολοκληρώσετε τη συναρμολόγηση.

1. 1.Πάρτε τους Σταθεροποιητές (D) και στερεώστε τους όπως φαίνεται στην εικόνα, χρησιμοποιώντας μόνο το κατσαβίδι για να σφίξετε τα μπουλόνια.
2. Οι κατευθύνσεις δεξιά και αριστερά αναφέρονται στη θέση που λαμβάνει ο χρήστης όταν εκτελεί τις ασκήσεις. Εισάγετε το δεξί πεντάλ (με την επισήμανση «R») στη δεξιά μανιβέλα και το αριστερό πεντάλ (με την επισήμανση «L») στην αριστερή μανιβέλα.

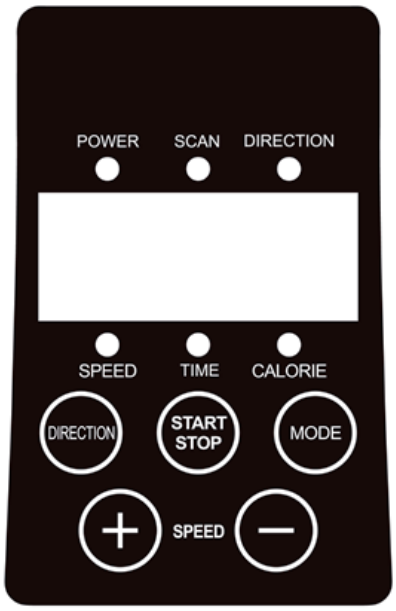
Χρησιμοποιήστε το κλειδί για να συνδέσετε τα πεντάλ. Το δεξί πεντάλ δεξιόστροφα, ενώ το αριστερό πεντάλ αριστερόστροφα.

Ε. ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΡΟΦΟΔΟΣΙΑΣ



Συνδέστε τη μονάδα σε μια πρίζα.

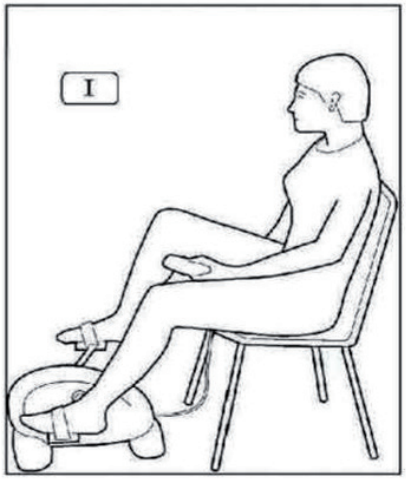
F. ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΘΟΝΗ ΠΡΟΒΟΛΗΣ ΚΑΙ ΤΟ ΤΗΛΕΧΕΙΡΙΣΤΗΡΙΟ



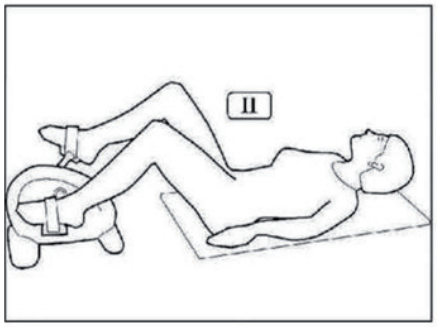
Οθόνη Προβολής:
1.SCAN: Τα δεδομένα αφορούν την ταχύτητα, τον χρόνο και τις θερμίδες.
2.START/STOP: Εκκίνηση ή διακοπή λειτουργίας της συσκευής.
3.DIRECTION: Αλλαγή της κατεύθυνσης της κίνησης των πεντάλ.
4.MODE: Πατήστε αυτό το κουμπί για να επιλέξετε τον αυτόματο ή τον χειροκίνητο τρόπο λειτουργίας.
5.SPEED +-: Όταν η συσκευή είναι στη χειροκίνητη λειτουργία, μπορείτε να πατήσετε το κουμπί αυτό για να ρυθμίσετε την ταχύτητα.
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ
1.Συνδέστε το βύσμα του προσαρμογέα στο συνεχές ρεύμα.
2.Σε κατάσταση διακοπής λειτουργίας, πατήστε το κουμπί **MODE** για να επιλέξετε τους διάφορους τρόπους λειτουργίας, δηλαδή τον αυτόματο και τον χειροκίνητο τρόπο λειτουργίας. Στον χειροκίνητο τρόπο λειτουργίας, στην οθόνη αναβοσβήνει η ένδειξη **-HA-.** Στον αυτόματο τρόπο λειτουργίας, στην οθόνη εμφανίζεται η ένδειξη **P1, P2, P3.**
3.Πατήστε το κουμπί **MODE**, στην οθόνη αναβοσβήνει η ένδειξη **-HA-**, έπειτα πατήστε το κουμπί **START** και η μονάδα θα αρχίσει να λειτουργεί στο επίπεδο ταχύτητας 1. Μπορείτε να πατήσετε το κουμπί **SPEED** για να προσαρμόσετε την ταχύτητα από το επίπεδο 1 ως το 6.
4.Πατήστε το κουμπί **STOP** για να σταματήσει η λειτουργία της μονάδας.
5.Ο προεπιλεγμένος χρόνος λειτουργίας είναι 30 λεπτά. Η συσκευή θα σταματήσει αυτόματα να λειτουργεί μόλις ο χρόνος λειτουργίας υπερβεί τα 30 λεπτά.
6.Πατήστε το κουμπί **DIRECTION** και το μηχάνημα θα αλλάξει την κατεύθυνση περιστροφής των πεντάλ.

Σχετικά με το τηλεχειριστήριο:
Οι οδηγίες για τα κουμπιά του τηλεχειριστηρίου είναι ίδιες με αυτές που αναφέρονται παραπάνω.
Ο χρήστης πρέπει να εισάγει 2 μπαταρίες AAA.

G. ΑΣΚΗΣΗ



Γυμναστική για τα πόδια ενώ κάθεστε
1.Χρησιμοποιήστε μια σταθερή και γερή καρέκλα.
2.Βεβαιωθείτε ότι έχετε τοποθετήσει τη συσκευή σε άνετη απόσταση από την καρέκλα.
3.Καθίστε και τοποθετήστε τα πόδια σας στα πεντάλ.
4.Χρησιμοποιήστε το τηλεχειριστήριο για να θέσετε σε λειτουργία τη συσκευή και να ξεκινήσετε τη γυμναστική σας.



Γυμναστική για τα πόδια ενώ είστε ξαπλωμένοι
Όταν είστε ξαπλωμένοι, βεβαιωθείτε ότι η μέση σας (οσφυική περιοχή) στηρίζεται ενώ χρησιμοποιείτε το προϊόν. Συνιστάται να τοποθετείτε ένα μικρό μαξιλάρι κάτω από την οσφυική περιοχή και κάτω από το κεφάλι σας.



Γυμναστική για τα χέρια
1.Βεβαιωθείτε ότι έχετε τοποθετήσει
1.Βεβαιωθείτε ότι έχετε τοποθετήσει τη συσκευή σε άνετη απόσταση από την καρέκλα.
2.Καθίστε και τοποθετήστε τα χέρια σας στα πεντάλ.
3.Χρησιμοποιήστε το τηλεχειριστήριο ή την οθόνη ελέγχου για να θέσετε σε λειτουργία τη συσκευή και να ξεκινήσετε τη γυμναστική σας.

H. ΤΕΧΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

Ονομαστική Τάση	24 V
Ισχύς	80W
Μικτό Βάρος/Καθαρό Βάρος	4.8/4.2 kg
Προεπιλεγμένος Χρόνος Λειτουργίας	30 λεπτά
Μέγιστο Φορτίο	40kg
Διαστάσεις Συσκευασίας	40,2*32*14,5 cm

ΟΡΟΙ ΕΓΓΥΗΣΗΣ GIMA
Ισχύει η τυπική εγγύηση B2B της Gima διάρκειας 12 μηνών.