



ΚΩΔΙΚΟΣ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ : DBDJYXYS8210L8YBQV0



Φορητός Επαγγελματικός Στύλος Χορού, Ρυθμιζόμενος Ανοξείδωτος 45mm, Ασημί

Μοντέλο: HM-590S

Τεχνική Υποστήριξη και Ηλεκτρονική Εγγύηση

Για τεχνική υποστήριξη και πληροφορίες εγγύησης:

www.vevor.com/support

Χρειάζεστε βοήθεια; Επικοινωνήστε μαζί μας!

Εάν έχετε ερωτήσεις σχετικά με το προϊόν ή χρειάζεστε τεχνική υποστήριξη, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας μέσω της υπηρεσίας τεχνικής υποστήριξης και ηλεκτρονικής εγγύησης.

Το παρόν αποτελεί το πρωτότυπο εγχειρίδιο χρήσης. Παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά όλες τις οδηγίες πριν από τη χρήση του προϊόντος.

Η VEVOR διατηρεί το δικαίωμα τελικής ερμηνείας του παρόντος εγχειριδίου. Η εμφάνιση του προϊόντος ενδέχεται να διαφέρει από το προϊόν που παραλάβατε. Τυχόν τεχνολογικές ή σχεδιαστικές αναβαθμίσεις μπορεί να πραγματοποιηθούν χωρίς προηγούμενη ειδοποίηση.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Προειδοποίηση

Για τη μείωση του κινδύνου τραυματισμού, ο χρήστης πρέπει να διαβάσει προσεκτικά το εγχειρίδιο οδηγιών πριν από τη χρήση.

Οδηγίες Ασφαλείας και Προφυλάξεις

Σας ευχαριστούμε που επιλέξατε αυτό το προϊόν.

Για να διασφαλίσετε τη σωστή και ασφαλή λειτουργία του, διαβάστε προσεκτικά το παρόν εγχειρίδιο πριν από τη χρήση και φυλάξτε το για μελλοντική αναφορά.

Το εγχειρίδιο περιλαμβάνει:

- προειδοποιήσεις ασφαλείας,
- μέτρα προφύλαξης,
- οδηγίες λειτουργίας,
- οδηγίες συντήρησης.

Οι οδηγίες αυτές δεν μπορούν να καλύψουν κάθε πιθανή συνθήκη ή κατάσταση που μπορεί να προκύψει. Η προσοχή και η κοινή λογική πρέπει να εφαρμόζονται πάντοτε από τον χρήστη.

Διαβάστε όλες τις οδηγίες πριν από τη χρήση

- Η συναρμολόγηση πρέπει να πραγματοποιείται ακριβώς σύμφωνα με τις οδηγίες. Η λανθασμένη συναρμολόγηση μπορεί να προκαλέσει σοβαρό κίνδυνο.
- Μη συναρμολογείτε ή χρησιμοποιείτε το προϊόν όταν είστε:
 - κουρασμένοι,
 - υπό την επήρεια αλκοόλ,
 - υπό την επήρεια φαρμάκων ή ουσιών.
- Τα χαρακτηριστικά αντοχής, ελαστικότητας και σταθερότητας ισχύουν μόνο όταν το προϊόν έχει συναρμολογηθεί σωστά και πλήρως.
- Διατηρείτε τον χώρο συναρμολόγησης:
 - καθαρό,
 - καλά φωτισμένο.
- Κρατήστε τρίτα άτομα μακριά από τον χώρο κατά τη συναρμολόγηση.

6. Ο εξοπλισμός αυτός δεν είναι παιχνίδι. Πρέπει να χρησιμοποιείται υπό την καθοδήγηση εκπαιδευμένου ατόμου. Μην επιτρέπετε σε παιδιά ή κατοικίδια να παίζουν ή να πλησιάζουν τον εξοπλισμό χωρίς επίβλεψη.
7. Ελέγχετε τον στύλο πριν από κάθε χρήση. Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν εάν υπάρχουν:
 - ο χαλαρά εξαρτήματα,
 - ο φθαρμένα μέρη,
 - ο ζημιές.
8. Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν για άλλους σκοπούς πέραν αυτών για τους οποίους προορίζεται.
9. Δεν προορίζεται για επαγγελματική ή εμπορική χρήση.
10. Μην καθαρίζετε το προϊόν με λειαντικά ή διαβρωτικά υλικά.
11. Μην αφήνετε ποτέ τον εξοπλισμό χωρίς επίβλεψη κατά τη χρήση.
12. Τα ούρα και τα περιττώματα κατοικίδιων ζώων μπορούν να προκαλέσουν ζημιές στο προϊόν.
13. Μην τοποθετείτε τον στύλο κοντά σε:
 - θερμαντικά σώματα,
 - ηλεκτρικές εστίες,
 - πηγές θερμού αέρα.
14. Τα παιδιά πρέπει να επιβλέπονται συνεχώς ώστε να μην παίζουν με το προϊόν.
15. Τα κατοικίδια πρέπει να παραμένουν μακριά από τον εξοπλισμό.
16. Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν σε εξωτερικό χώρο κατά τη διάρκεια:
 - βροχής,
 - καταιγίδων,
 - έντονων καιρικών φαινομένων.
17. Η ανάρτηση ανθρώπων ή ζώων από τον στύλο με μη προβλεπόμενο τρόπο μπορεί να προκαλέσει σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο.

Εύρεση Κατάλληλου Χώρου Άσκησης και Χορού

Πριν από την εγκατάσταση του στύλου, είναι απαραίτητο να επιλέξετε έναν κατάλληλο χώρο.

Ο στύλος πρέπει να τοποθετηθεί σε σημείο όπου θα μπορείτε να περιστρέφεστε γύρω του με τα χέρια πλήρως τεντωμένα χωρίς να αγγίζετε:

- τοίχους,
- έπιπλα,
- φωτιστικά,
- άλλα αντικείμενα.

Για να ελέγξετε τον διαθέσιμο χώρο:

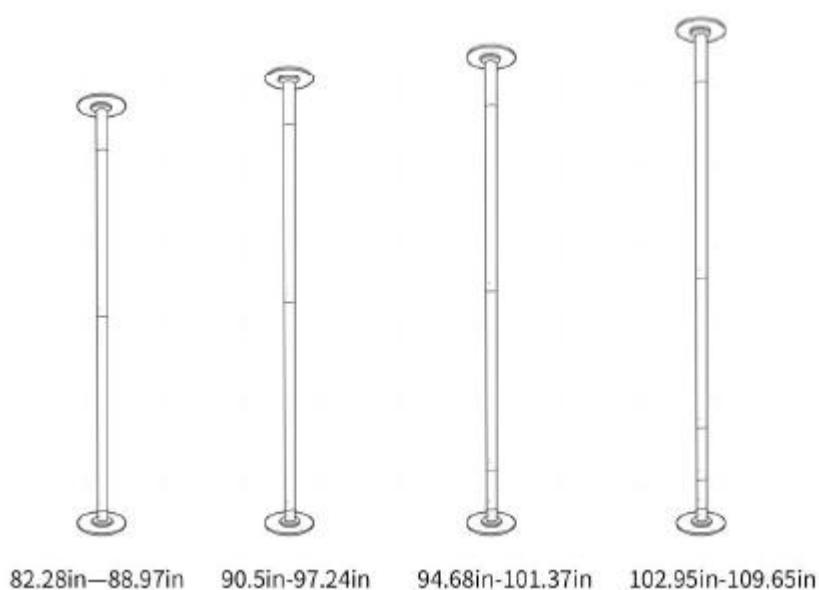
1. Σταθείτε στο σημείο που σκοπεύετε να τοποθετήσετε τον στύλο.
2. Τεντώστε πλήρως τα χέρια σας.
3. Περιστραφείτε κυκλικά γύρω από ένα νοητό κέντρο.

Εναλλακτικά μπορείτε να μετρήσετε έναν ελεύθερο κύκλο διαμέτρου:

3,0 – 3,5 μέτρων

(10 – 11,5 πόδια)

Αυτός ο χώρος επιτρέπει την ασφαλή εκτέλεση των περισσότερων κινήσεων και περιστροφών.



Έλεγχος Οροφής

Αφού επιλέξετε τη θέση εγκατάστασης:

- εντοπίστε τα δοκάρια ή τα ισχυρά σημεία στήριξης της οροφής,
- βεβαιωθείτε ότι η επιφάνεια είναι ανθεκτική και σταθερή.

Η επάνω βάση του στύλου πρέπει να εφαρμόζει σε στιβαρή επιφάνεια ώστε να εξασφαλίζεται η ασφαλής λειτουργία.

Μέτρηση Ύψους Δωματίου

Πριν από τη συναρμολόγηση:

- Μετρήστε το ύψος από το δάπεδο έως την οροφή.
- Επιλέξτε την κατάλληλη προέκταση (Extension Pole) σύμφωνα με το ύψος του χώρου.

Ενδεικτικά ύψη εγκατάστασης

Διαμόρφωση	Ύψος Οροφής
Χωρίς προέκταση	209 – 226 cm
Με Extension Pole D	230 – 247 cm
Με Extension Pole C	240 – 257 cm
Με Extension Pole C + D	261 – 278 cm

Σημαντική Σημείωση Εγκατάστασης

Κατά τη συναρμολόγηση:

- μην σφίγγετε πλήρως τα τμήματα από την αρχή,
- ολοκληρώστε πρώτα τη συναρμολόγηση όλων των εξαρτημάτων,
- πραγματοποιήστε το τελικό σφίξιμο στο τέλος της διαδικασίας.

Πριν Χρησιμοποιήσετε τον Στύλο

Η λανθασμένη χρήση ενός στύλου χορού μπορεί να αποδειχθεί επικίνδυνη τόσο για τον χρήστη όσο και για τα άτομα που βρίσκονται γύρω του.

Η χρήση του προϊόντος γίνεται αποκλειστικά με ευθύνη του χρήστη.

Πριν από κάθε χρήση πρέπει να βεβαιώνετε ότι:

- η εγκατάσταση έχει γίνει σωστά,
- ο στύλος είναι ασφαλής,
- όλες οι συνδέσεις είναι σφιγμένες,
- δεν υπάρχει μετακίνηση ή χαλάρωση των εξαρτημάτων.

Προθέρμανση και Αποθεραπεία

Η άσκηση σε στύλο χορού είναι ιδιαίτερα απαιτητική.

Ενεργοποιεί μυϊκές ομάδες που πιθανόν να μην χρησιμοποιούνται συχνά στην καθημερινότητα.

Η έλλειψη προθέρμανσης μπορεί να προκαλέσει:

- μυϊκούς τραυματισμούς,
- θλάσεις,
- τραβήγματα,
- κακώσεις.

Πριν από κάθε προπόνηση

Πραγματοποιείτε πάντα πλήρη προθέρμανση.

Μετά από κάθε προπόνηση

Εφαρμόζετε αποθεραπεία και διατάσεις.

Εκμάθηση Κινήσεων

Συνιστάται έντονα στους αρχάριους:

- να εκπαιδεύονται από έμπειρο εκπαιδευτή,
- να παρακολουθούν κατάλληλο εκπαιδευτικό υλικό,
- να ξεκινούν από βασικές κινήσεις.

Μην επιχειρείτε ποτέ:

- προχωρημένες φιγούρες,
- ακροβατικές κινήσεις,
- αναστροφές,

χωρίς κατάλληλη καθοδήγηση.

Κατά τη Διάρκεια της Άσκησης

Διακόψτε αμέσως την άσκηση εάν:

- αισθανθείτε πόνο,
- παρουσιαστεί μυϊκή δυσφορία,
- εμφανιστεί ζάλη,
- δυσκολευτείτε να αναπνεύσετε.

Να ξεκουράζεστε πάντα μεταξύ των ασκήσεων.

Σε περίπτωση προβλημάτων υγείας συμβουλευτείτε ιατρό πριν από τη χρήση του εξοπλισμού.

Οδηγίες Ασφαλείας

Μην χρησιμοποιείτε ποτέ:

- λάδια σώματος,
- κρέμες,
- λοσιόν,
- ενυδατικά προϊόντα

στα χέρια ή στο σώμα πριν από τη χρήση του στύλου.

Τα προϊόντα αυτά μεταφέρονται στην επιφάνεια του στύλου και τον καθιστούν ολισθηρό.

Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε:

- πτώσεις,
- σοβαρούς τραυματισμούς,
- απώλεια ελέγχου κατά την άσκηση.

Μέγιστο Επιτρεπόμενο Φορτίο

⚠ Προσοχή

Το μέγιστο επιτρεπόμενο φορτίο του στύλου είναι:

200 kg (440 lbs)

Η υπέρβαση του μέγιστου επιτρεπόμενου φορτίου μπορεί να προκαλέσει:

- αποσταθεροποίηση,
- αστοχία εξαρτημάτων,
- πτώση,
- σοβαρό τραυματισμό.

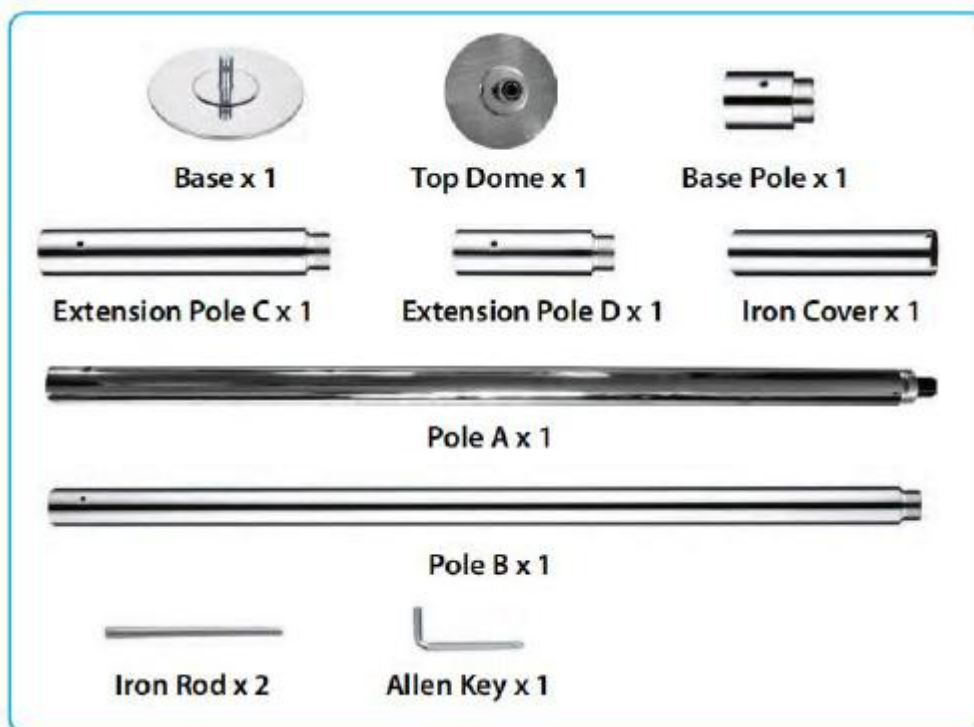
Πριν από κάθε χρήση βεβαιωθείτε ότι ο στύλος έχει εγκατασταθεί σωστά και παραμένει σταθερός.

Περιεχόμενα Συσκευασίας

Παρακαλούμε ελέγξτε ότι η συσκευασία περιλαμβάνει όλα τα παρακάτω εξαρτήματα:

Κωδικός	Περιγραφή
A	Κύριος στύλος
B	Επάνω θόλος (Top Dome)
C	Προέκταση στύλου
D	Προέκταση στύλου
E	Βάση δαπέδου
F	Ρυθμιζόμενο τμήμα επέκτασης
G	Εξάγωνο κλειδί (Allen Key)
H	Σετ βιδών στερέωσης
I	Εγχειρίδιο χρήσης

Πριν ξεκινήσετε τη συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα είναι παρόντα και δεν έχουν υποστεί ζημιές κατά τη μεταφορά.



ΣΥΝΑΡΜΟΛΟΓΗΣΗ

Βήμα 1 – Επιλογή κατάλληλης προέκτασης

Με βάση το ύψος της οροφής που μετρήσατε προηγουμένως:

- επιλέξτε την κατάλληλη προέκταση,
- επιλέξτε τον σωστό συνδυασμό τμημάτων,
- βεβαιωθείτε ότι το τελικό ύψος αντιστοιχεί στο ύψος του δωματίου.

Σημαντικό

Η λανθασμένη επιλογή προέκτασης μπορεί να προκαλέσει:

- ανεπαρκή πίεση,
 - χαλάρωση,
 - ασταθή εγκατάσταση.
-

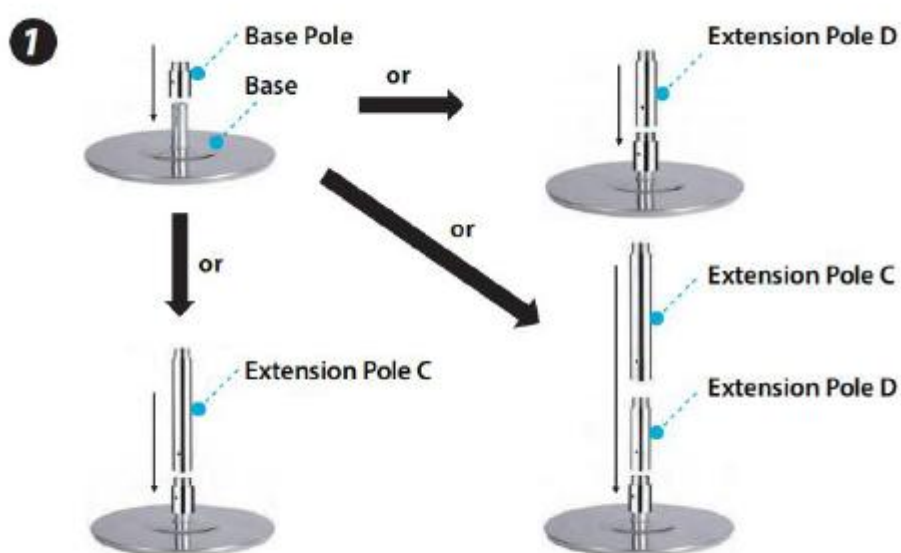
Βήμα 2 – Συναρμολόγηση Τμημάτων

Συνδέστε διαδοχικά:

1. Τη βάση δαπέδου.
2. Το κύριο τμήμα του στύλου.
3. Τις απαιτούμενες προεκτάσεις.
4. Το ρυθμιζόμενο επάνω τμήμα.
5. Τον επάνω θόλο στήριξης.

Κατά τη σύνδεση:

- βιδώστε όλα τα τμήματα με το χέρι,
- μην ασκείτε υπερβολική δύναμη,
- μην πραγματοποιείτε ακόμη το τελικό σφίξιμο.



Βήμα 3 – Τοποθέτηση στη Θέση Εγκατάστασης

Τοποθετήστε τον στύλο:

- κάθετα προς το δάπεδο,
- ακριβώς κάτω από το επιλεγμένο σημείο της οροφής.

Βεβαιωθείτε ότι:

- η βάση εδράζεται πλήρως στο πάτωμα,

- ο επάνω θόλος εφαρμόζει σωστά στην οροφή.

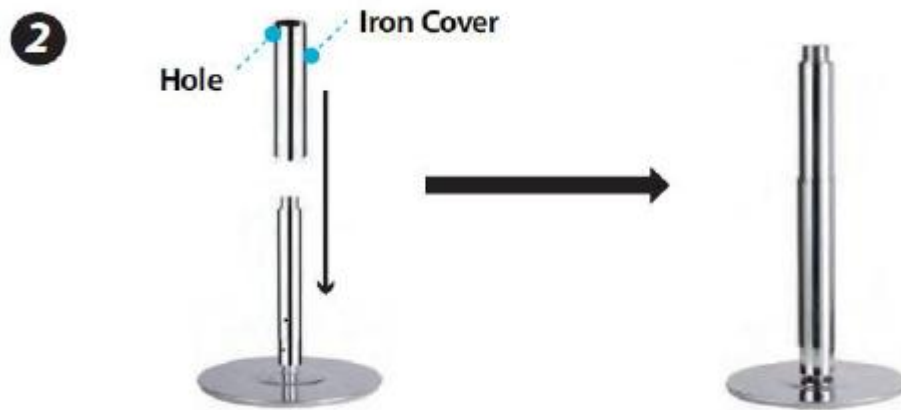


Fig 1

Βήμα 4 – Ρύθμιση Ύψους

Περιστρέψτε το ρυθμιζόμενο τμήμα επέκτασης ώστε να δημιουργηθεί πίεση μεταξύ:

- δαπέδου,
- οροφής.

Συνεχίστε μέχρι ο στύλος να παραμένει απολύτως σταθερός.

Προσοχή

Μην ασκείτε υπερβολική πίεση.

Η υπερβολική σύσφιξη μπορεί να προκαλέσει:

- ζημιά στην οροφή,
- παραμόρφωση εξαρτημάτων,
- δυσλειτουργία του μηχανισμού.

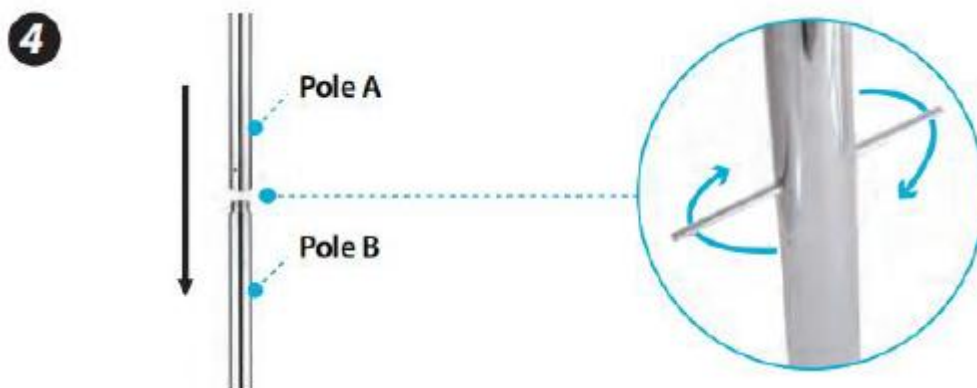
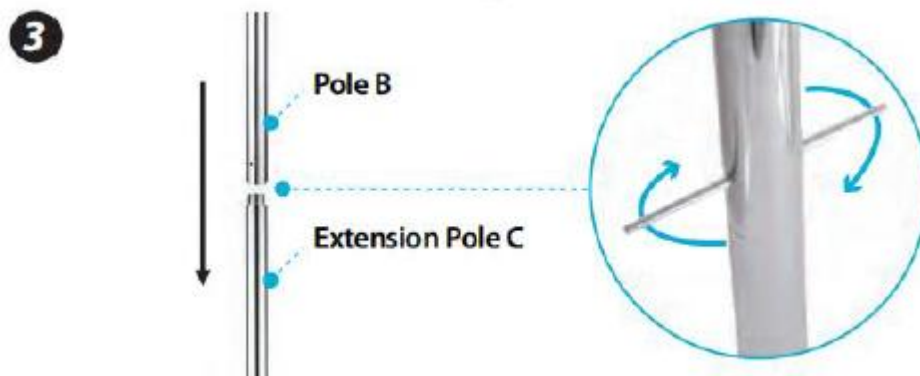
Βήμα 5 – Τελικό Σφίξιμο

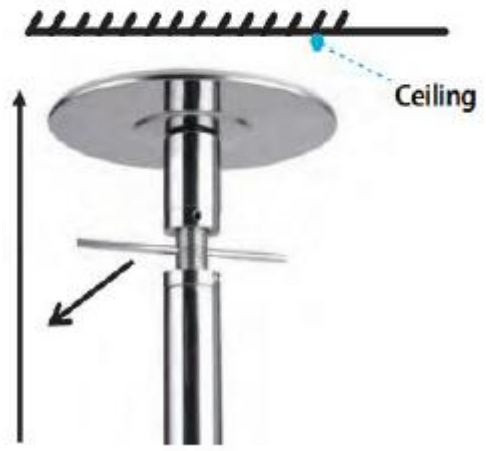
Χρησιμοποιήστε το παρεχόμενο εξάγωνο κλειδί (Allen Key).

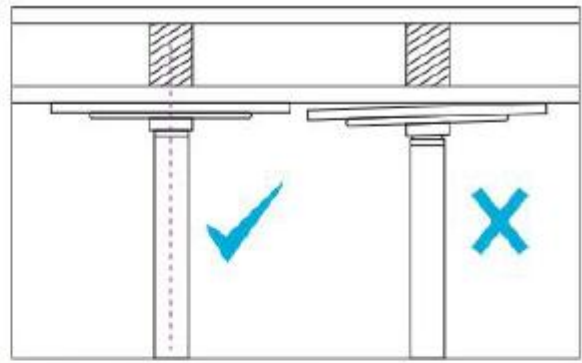
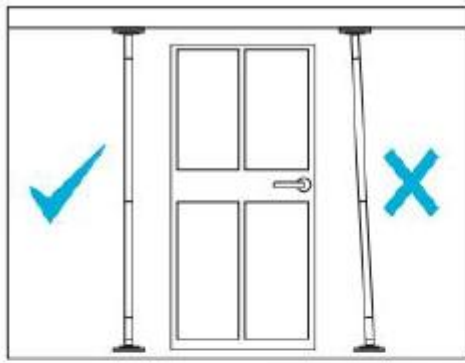
Σφίξτε όλες τις βίδες ασφαλείας σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.

Ελέγξτε ότι:

- ✓ δεν υπάρχουν κενά μεταξύ των τμημάτων,
- ✓ όλα τα εξαρτήματα είναι σωστά ευθυγραμμισμένα,
- ✓ ο στύλος παραμένει απολύτως κατακόρυφος.







7



8





Έλεγχος Πριν από την Πρώτη Χρήση

Πριν ανεβείτε στον στύλο:

1. Ασκήστε ελαφριά πίεση προς διαφορετικές κατευθύνσεις.
2. Ελέγξτε για μετακινήσεις ή χαλάρωση.
3. Επαληθεύστε ότι ο θόλος και η βάση παραμένουν σταθερά.

Εάν παρατηρηθεί οποιαδήποτε κίνηση:

- σταματήστε αμέσως,
- επαναλάβετε τη διαδικασία ρύθμισης και σύσφιξης.

Λειτουργία Στατικού και Περιστρεφόμενου Στύλου

Ο στύλος μπορεί να λειτουργήσει σε δύο διαφορετικές λειτουργίες:

1. Στατική Λειτουργία (Static Mode)

Σε αυτή τη λειτουργία ο στύλος παραμένει σταθερός και δεν περιστρέφεται.

Είναι κατάλληλη για:

- εκμάθηση βασικών κινήσεων,
- ασκήσεις ενδυνάμωσης,
- στατικές φιγούρες,
- προπονήσεις αρχαρίων.

2. Περιστρεφόμενη Λειτουργία (Spinning Mode)

Σε αυτή τη λειτουργία ο στύλος περιστρέφεται γύρω από τον άξονά του.

Είναι κατάλληλη για:

- δυναμικές χορογραφίες,
- προχωρημένες κινήσεις,
- περιστροφές και ακροβατικά στοιχεία.

⚠ Πριν από τη χρήση της περιστρεφόμενης λειτουργίας, βεβαιωθείτε ότι ο μηχανισμός έχει ρυθμιστεί σωστά σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.

Πριν από Κάθε Χρήση

Ελέγχετε πάντοτε:

- ✓ Τη σταθερότητα του στύλου.
- ✓ Τη σωστή επαφή της βάσης με το δάπεδο.
- ✓ Τη σωστή επαφή του επάνω θόλου με την οροφή.
- ✓ Όλες τις βίδες και τα σημεία σύνδεσης.
- ✓ Την ομαλή λειτουργία του μηχανισμού περιστροφής.

Εάν διαπιστωθεί οποιαδήποτε δυσλειτουργία, διακόψτε αμέσως τη χρήση.

Συντήρηση

Η τακτική συντήρηση είναι απαραίτητη για την ασφαλή λειτουργία του εξοπλισμού.

Καθαρισμός

Μετά από κάθε χρήση:

1. Καθαρίστε τον στύλο με μαλακό πανί.
2. Αφαιρέστε ιδρώτα, σκόνη και υπολείμματα.
3. Χρησιμοποιείτε μόνο ήπια καθαριστικά κατάλληλα για μεταλλικές επιφάνειες.

Μην χρησιμοποιείτε:

- λειαντικά καθαριστικά,
- συρμάτινα σφουγγάρια,

- ισχυρούς διαλύτες,
- χημικά που μπορούν να καταστρέψουν την επιφάνεια.

Περιοδικός Έλεγχος

Σε τακτά χρονικά διαστήματα ελέγχετε:

Τον στύλο για:

- βαθουλώματα,
- παραμορφώσεις,
- φθορές επιφάνειας,
- σημάδια κόπωσης μετάλλου.

Τις βίδες για:

- χαλάρωση,
- φθορά σπειρωμάτων.

Τη βάση και τον θόλο για:

- φθορά,
- παραμόρφωση,
- απώλεια σταθερότητας.

Αν οποιοδήποτε εξάρτημα παρουσιάζει ζημιά, πρέπει να αντικατασταθεί πριν από την επόμενη χρήση.

Αντιμετώπιση Προβλημάτων

Πρόβλημα:

Ο στύλος μετακινείται ή τρίζει.

Πιθανές αιτίες:

- Ανεπαρκής πίεση μεταξύ δαπέδου και οροφής.
- Χαλαρές βίδες.
- Μη σωστή ευθυγράμμιση.

Λύση:

- Επαναρυθμίστε το ύψος.

- Σφίξτε όλες τις βίδες.
- Ελέγξτε την κατακόρυφη θέση του στύλου.

Πρόβλημα:

Ο στύλος δεν περιστρέφεται ομαλά.

Πιθανές αιτίες:

- Σκόνη ή βρωμιά στον μηχανισμό.
- Λανθασμένη ρύθμιση λειτουργίας.

Λύση:

- Καθαρίστε τον μηχανισμό.
- Ελέγξτε τη σωστή επιλογή λειτουργίας περιστροφής.

Πρόβλημα:

Παρατηρείται αστάθεια κατά τη χρήση.

Πιθανές αιτίες:

- Ακατάλληλη επιφάνεια εγκατάστασης.
- Εσφαλμένη συναρμολόγηση.
- Υπέρβαση του μέγιστου φορτίου.

Λύση:

- Εγκαταστήστε τον στύλο σε κατάλληλη επιφάνεια.
- Επαναλάβετε τη συναρμολόγηση.
- Μην υπερβαίνετε το επιτρεπόμενο βάρος.

Τελικές Προειδοποιήσεις Ασφαλείας

⚠ Χρησιμοποιείτε πάντα τον στύλο με υπευθυνότητα.

⚠ Μην επιχειρείτε προχωρημένες κινήσεις χωρίς κατάλληλη εκπαίδευση.

⚠ Πραγματοποιείτε τακτικούς ελέγχους ασφαλείας.

⚠ Διακόψτε αμέσως τη χρήση εάν παρατηρήσετε οποιαδήποτε φθορά ή αστάθεια.

⚠ Τα παιδιά πρέπει να χρησιμοποιούν τον εξοπλισμό μόνο υπό συνεχή επίβλεψη ενήλικου.

⚠ Η λανθασμένη χρήση μπορεί να προκαλέσει σοβαρό τραυματισμό ή θάνατο.

