

Bedienungsanleitung
Vibrationsplatte



Einleitung

Vielen Dank für den Kauf dieses Fitness-Vibrationsgeräts. Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung sorgfältig durch, um eine sichere und ordnungsgemäße Nutzung des Geräts zu gewährleisten. Bitte lesen Sie die Sicherheitshinweise vor der Verwendung sorgfältig durch.

Inhalt

Sicherheitshinweise1

Produktübersicht2

Fernbedienung3

Bedienungsanleitung4

Technische Daten5

Ganzkörper-Trainingsanleitung6

Produktmerkmale13

Reinigung und Wartung13

Fehlerbehebung14

Aufbewahrung und Transport14

Lieferumfang15

Garantie16

Sicherheitshinweise

Achtung

*Die empfohlene Anwendungsdauer beträgt jeweils 10–20 Minuten.

*Bei Gelenkproblemen, Bluthochdruck, Bronchitis, Herz- oder Hauterkrankungen, Diabetes, Schwangerschaft, extremer Fettleibigkeit, Mittelohrentzündung, Knochenschwäche, Osteoporose, Magen-Darm-Erkrankungen, Herzschrittmacher oder anderen Erkrankungen empfehlen wir Ihnen, vor der Anwendung dieses Vibrationstrainers ärztlichen Rat einzuholen.

*Machen Sie sich mit den Funktionen vertraut und stellen Sie sicher, dass Sie mit der Bedienung der Maschine vertraut sind, um Fehlfunktionen oder Verletzungen zu vermeiden.

*Halten Sie Kinder von dieser Maschine fern.

*Es ist normal, dass sich bei der ersten Benutzung aufgrund der Vibrationen der Maschine etwas schwindelig fühlt. Dies tritt nach einiger Zeit nicht mehr auf.

*Um Verletzungen und Beeinträchtigungen zu vermeiden, ist das Treten auf dem Pad verboten.

*Um Verletzungen und Beeinträchtigungen zu vermeiden, dürfen Sie nicht mit den Knien auf dem Pad knien.

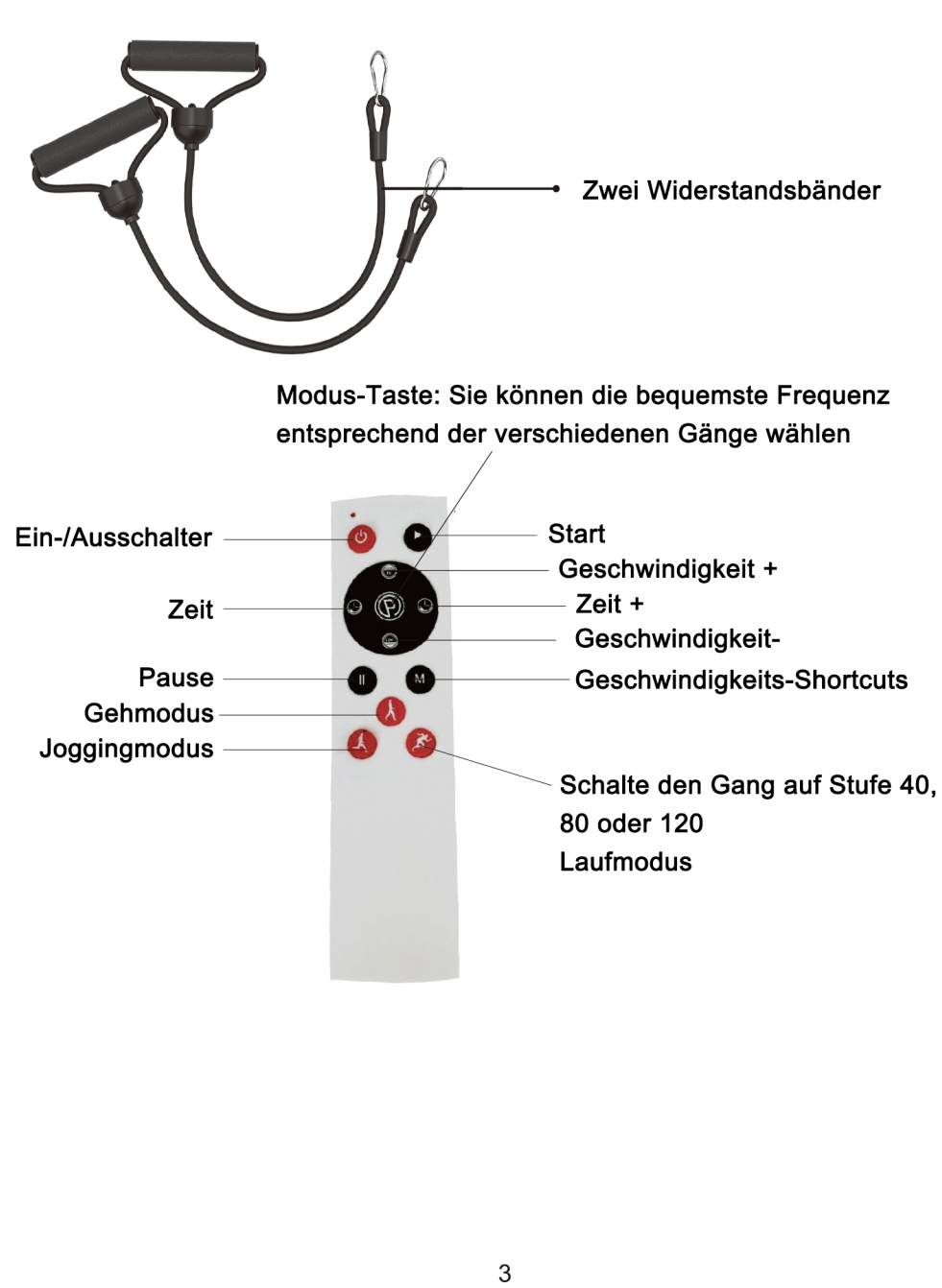
*Verlagern Sie Ihr Gewicht nicht auf eine Seite.

*Berühren Sie das Gerät nicht mit nassen Händen.

*Das Gerät darf jeweils nur von einer Person benutzt werden. Dieses Produkt dient ausschließlich zu Trainingszwecken. Andere Verwendungen sind untersagt.

*Dieses Produkt dient ausschließlich zu Trainingszwecken. Andere Verwendungen sind untersagt.

Produktstrukturübersicht



Bedienungsanleitung

*Netzschalter: Drücken Sie den Netzschalter, um das Gerät zu starten oder zu stoppen.

*START: Drücken Sie die Starttaste, um das Gerät zu starten.

*Automatikprogramme: Es stehen 5 automatische Programme zur Auswahl: P1, P2, P3, P4, P5.

*So verwenden Sie dieses Programm: Drücken Sie die Netzta

Aus Sicherheitsgründen funktioniert das Drücken von P nur im STANDBY-Modus des Geräts.

*Drücken Sie die STOP-Taste, um das Gerät in den STANDBY-Modus zu versetzen, bevor Sie P drücken, um durch die verschiedenen Modi zu schalten.

*Drücken Sie die Taste „P“, um das Gerät in den Automatikmodus (von P1 bis P5) zu versetzen. Wählen Sie zwischen P1 und P5 und drücken Sie START, um mit dem Training zu beginnen.

*Hinweis: Wählen Sie ein Automatikprogramm und drücken Sie die Starttaste. Das Gerät startet das gewählte Programm. Zeit und Geschwindigkeit können beim Starten eines Automatikprogramms nicht eingestellt werden.

*Taste „Speed+“: Drücken Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit wie gewünscht zu erhöhen. Diese Taste kann bei manuellen Programmen verwendet werden, bevor Sie die Starttaste drücken (nicht bei automatischen Programmen verfügbar). Geschwindigkeitsbereich von 1–120 Stufen.

*Taste „Speed“: Drücken Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit zu verringern. Diese Taste kann bei manuellen Programmen verwendet werden (nicht bei automatischen Programmen verfügbar). Geschwindigkeitsbereich von 1–120 Stufen.

*Taste „Time+“ & „Time-“: Drücken Sie die Tasten „Time+“ bzw. „Time-“, um die Zeit zu erhöhen bzw. zu verringern. Diese beiden Tasten können bei manuellen Programmen verwendet werden (nicht bei automatischen Programmen verfügbar).

Bitte beachten Sie, dass die Reichweite der Fernbedienung 2,5 Meter beträgt. Das rote Licht der Fernbedienung muss mit dem Infrarot-Empfängerfenster der Maschine ausgerichtet sein.

Technische Daten

Nennspannung: 220 V~, 50/60 Hz

Leistung: 200 W

Geschwindigkeitsbereich: 1 bis 120 Stufen

Amplitude: 0–10 mm

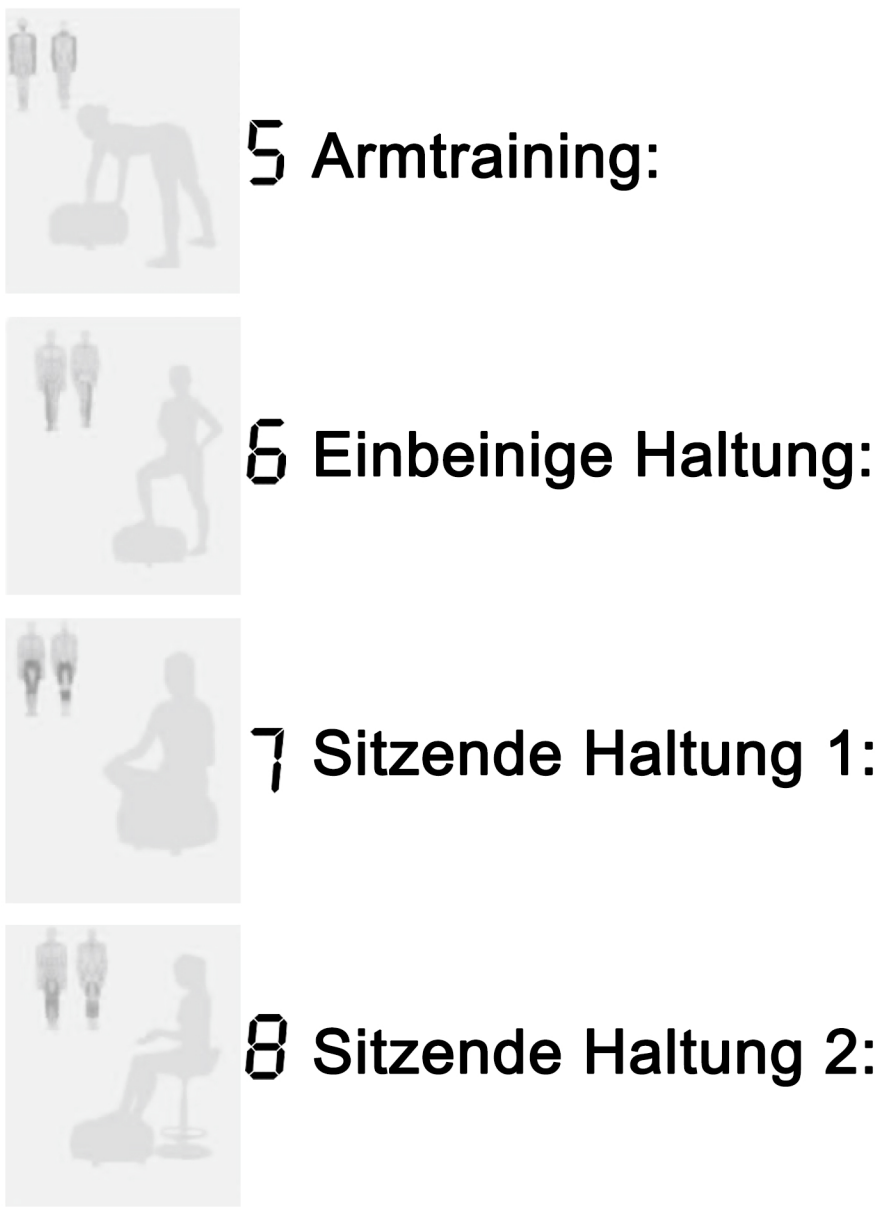
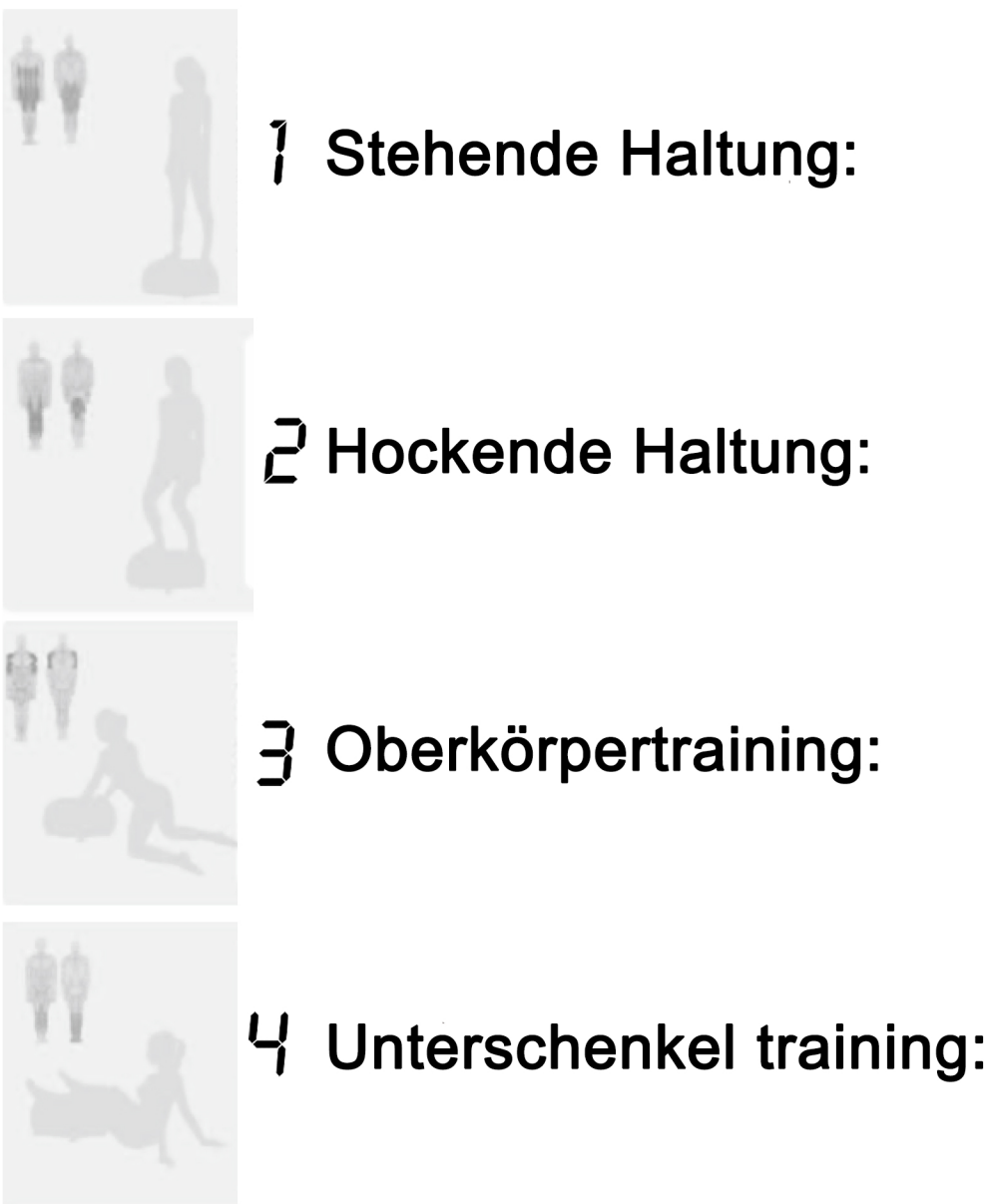
Maximale Belastung: 330lbs

Produktgewicht: 8.2 kg/18 lbs

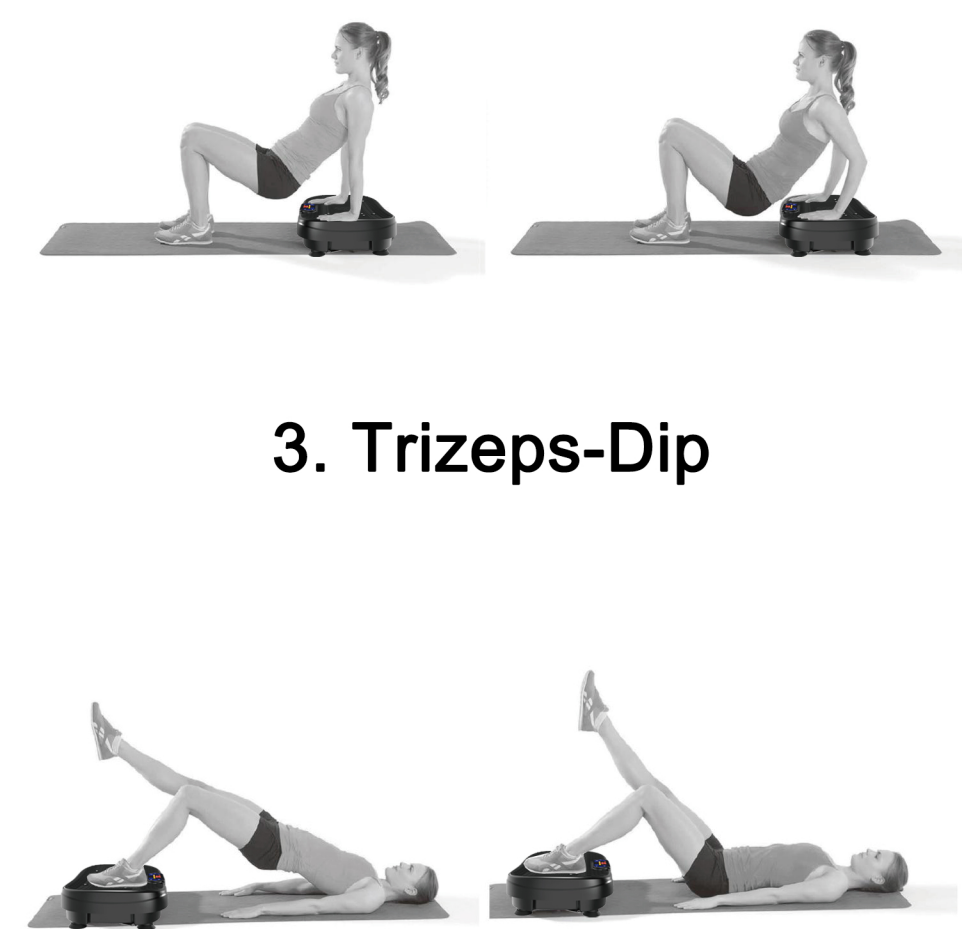
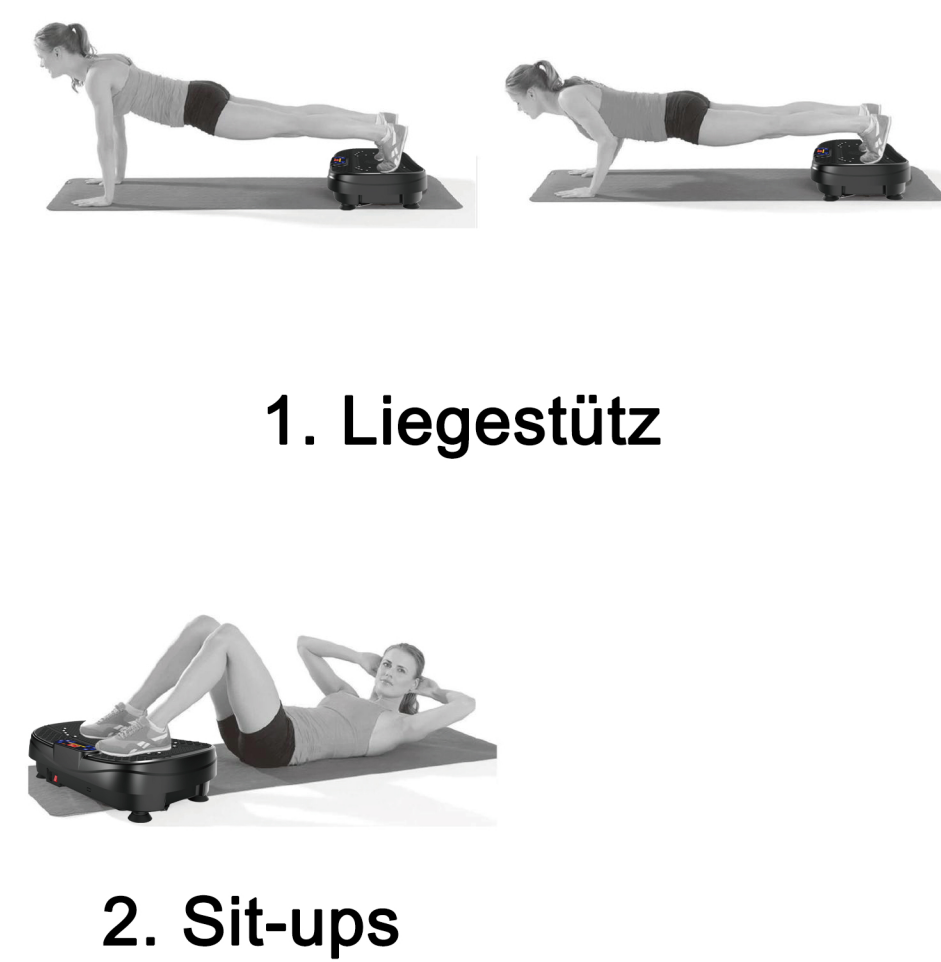
AUTO-PROGRAMM-TABELLENZEIT VON 10 MIN BIS 1 MIN

P1	20	60	40	80
P2	30	70	50	90
P3	40	80	60	100
P4	50	90	70	110
P5	60	100	80	120

Ganzkörperübung Referenz I



Ganzkörperübung Referenz II



Produktmerkmale

*Perfekt für Muskelaufbau, Gewichtsabnahme und Cellulite-Reduktion.

*Klein und kompakt – überall zu Hause einsetzbar und leicht zu verstauen. Das große LCD-Display sorgt für klare Ablesbarkeit und einfache Einstellung.

Reinigung und Wartung

*Bitte stellen Sie sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist.

*Das Gerät kann mit einem warmen, feuchten Tuch und etwas Reinigungsmittel gereinigt werden.

*Stellen Sie sicher, dass das Gerät vollständig trocken ist, bevor Sie es wieder einschalten.

*Wenn das Gerät längere Zeit nicht benutzt wird, decken Sie es ab, um das Eindringen von Staub zu verhindern.

1. Lichter sind aus:

*Ist die Stromversorgung in Ordnung?

---Stecker wieder einstecken.

*Ist der Netzschalter des Geräts ausgeschaltet?

---Ausschalten

*Überspannungsstrom zu hoch, Sicherung durchgebrannt?

---Neue Sicherung einsetzen.

2. Geräusche:

Ist die Fußschraube bündig mit dem Boden?

---Fußschraube einstellen.

3. Fernbedienung funktioniert nicht:

Keine Batterie/Batterie leer?

---Batterie ersetzen.

Zu weit vom Gerät entfernt?

---Gültige Reichweite: 2,5 Meter.

4. Gerät stoppt während des Betriebs:

Gerät ist überhitzt?

---Nach 10 Minuten erneut starten.

5. Funktioniert das Gerät nicht wie vorgesehen:

Zu viele Befehle empfangen?

Nach 10 Minuten erneut starten.

---Strom ausschalten und neu starten.

Packliste

NO	Name	Menge	Einheit	
1	Fitness-Vibrationsplatte	1	PCS	
2	Widerstandsänder	2	PCS	
3	Fernbedienung	1	PCS	
4	Netzkabel	1	PCS	
5	Bedienungsanleitung	1	PCS	

Garantie

Garantie 1 Jahr GARANTIE. Für dieses Produkt gilt eine einjährige Garantie auf Material- und Verarbeitungsfehler. Diese Garantie deckt keine Schäden ab, die durch Unfall oder Missbrauch entstehen.