

VIBRAČNÁ DOSKA VIBRO FORM

Návod na používanie

Model: RC-CFM-V20

Ďakujeme za zakúpenie nášho produktu. Pred použitím tohto produktu si prosím pozorne prečítajte túto príručku a postupujte podľa pokynov. Príručku uchovajte aj pre jej prípadné ďalšie použitie.

Bezpečnostné opatrenia - v akom prostredí výrobok používať

Nepoužívajte výrobok vo vlhkom alebo prašnom prostredí, aby nedošlo k úrazu elektrickým prúdom alebo poškodeniu mechanických častí. Nepoužívajte produkt, ak je teplota v miestnosti vyššia ako 40 stupňov.

Nepoužívajte produkt vonku alebo na priamom slnečnom žiarení.

Produkt inštalujte len na rovnú podlahu.

VAROVANIE

Pri premiestnení produktu z miesta s nízkou teplotou na miesto s vysokou teplotou ho nechajte cca. 1 hodinu temperovať aby nedošlo ku kondenzácii vodnej pary vo vnútri prístroja a jeho následnému poškodeniu. Až po tejto dobe ho môžete zapnúť.

Pred používaním výrobku sa poraďte so svojím lekárom ak máte nejaké zdravotné problémy.

Kto by nemal výrobok používať:

Pacienti, ktorí sú liečení alebo sa necítia dobre

Pacienti s malígnym nádorom

Tehotné ženy alebo ženy v období menštruácie

Ľudia so srdcovými chorobami

Pacienti s osteoporózou

Ľudia s implantovaným srdcovým kardiostimulátorom alebo iným lekárskeym elektronickým prístrojom

Ľudia s umelou končatinou

Ľudia, ktorí sú citliví na vibrácie a namáhavé cvičenie

POZNÁMKY K POUŽÍVANIU

Pred použitím si prosím zložte hodinky, náramky, odložte mobilný telefón a iné cenné predmety a kľúče, nôž alebo iné ostré predmety, aby nedošlo k poškodeniu alebo zraneniu.

Počas používania nefajčite.

Nepoužívajte prosím tento produkt spoločne s inými zdravotníckymi zariadeniami.

Nepoužívajte prosím tento produkt na účely lekárskeho ošetrovania.

Nepoužívajte produkt ihneď po jedle alebo pití.

Počas používania prosím držte deti alebo domácich miláčikov mimo dosahu produktu. Je zakázané vkladať prsty alebo iné cudzie telesá do medzery medzi stredným a spodným krytom.

Počas používania produktu je nutná dohľad zodpovednej osoby u detí mladších ako 10 rokov a osôb starších ako 60 rokov.

Nosnosť výrobku je maximálne 120 kg; ľudia s vyššou hmotnosťou by nemali tento produkt používať.

Tento produkt je obmedzený pre používanie iba jednou osobou.

VAROVANIE:

Neoprávnená demontáž, rozobratie alebo renovácia nie je povolená, aby nedošlo k úrazu elektrickým prúdom alebo poruchám.

V prípade potreby kontaktujte predajcu alebo autorizované servisné stredisko.

Prestaňte produkt používať za nižšie uvedených podmienok, v týchto prípadoch ho vypnite a vytiahnite zástrčku zo zdroja napájania:

- ak voda alebo iná kvapalina sú náhodne rozstreknuté na produkt alebo regulátor.

- ak sa zistilo, že je akékoľvek poškodenie alebo je obnažená vnútorná súčiastka.

- ak počas používania pociťujete nezvyčajnú alebo silnú bolesť.

- ak je poškodená zástrčka alebo napájací kábel.

Prístroj taktiež vypnite pri hrmení alebo búrke.

Ďalšie bezpečnostné pokyny:

Skontrolujte, či sieťové napätie zodpovedá napätiu špecifikovanému pre tento produkt.

Nesiahajte na zástrčku mokrou rukou, aby nedošlo k úrazu elektrickým prúdom.

Vytiahnite napájací kábel za zástrčku a nie za kábel.

Vypnite sieťový vypínač, pokiaľ ho nepoužívate po dlhší čas.

Pokiaľ dôjde k poškodeniu prírodného kábla, prestaňte produkt používať, vypnite sieťový vypínač, vytiahnite zástrčku a kontaktujte servisné oddelenie.

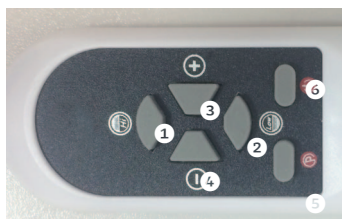
Poškodený napájací kábel nechajte vymeniť vždy servisným technikom alebo podobne kvalifikovanou osobou, aby ste sa vyhlili nebezpečenstvu úrazu elektrickým prúdom.

Popis častí a ovládacích prvků

a) na přístroji

- 1: zvýšení času a rychlosti
- 2: snížení času a rychlosti
- 3: přepínání režimů: automatický režim a manuální režim
- 4: tlačidlo ON / OFF
- 5: čas
- 6: přijímač IČ dálkového ovládání
- 7: displej pro zobrazení frekvence
- 8: displej pro zobrazení času / programu

a) na dálkovém ovládači



1. vibrácie +
2. vibrácie -
3. čas +
4. čas -
5. voľba programu
6. ON/OFF

sietové
pripojenie

sietový vypínač

výklopný úchyt B
pre karabínu A
pružného úchopu

Používání:

Pokud chcete při cvičení používat pružné úchopy zaistíte karabínu A do úchytu B, viz. obr.

Zapojte zástrčku do napájení a potom stlačením tlačidla ON / OFF produkt spustíte.

V prevádce potom stlačte toto tlačidlo pro zastavení.

Čas -: Snížení času. Předvolená pracovní doba je 15 minut, rozdělená do 99 úrovní, stlačením tohoto tlačidla skrátkte čas.

Rychlost +: Zvýšení rychlosti: Ručně 1-99, stlačením tohoto tlačidla zvýšíte rychlost, když přístroj pracuje.

Čas +: Zvýšení času. Předvolená pracovní doba 15 minut je zároveň maximální dobou chodu, rozdělená do 99 úrovní vibrací, stlačením tohoto tlačidla prodloužíte čas.

Rychlost -: Snížení rychlosti: Ručně 1-99, stlačením tohoto tlačidla snížíte rychlost, když přístroj pracuje.

Tlačidlem MODE, můžete nastavit manuálně nebo automatický režim. Automatický režim můžete navolit v několika programech (viz. tabulka níže). V manuálním režimu můžete upravit čas, rychlost, ale čas není nastavitelný, při prevádce je rychlost nastavitelná, ale čas není nastavitelný.

Poznámka: Efektivní dosah příjmu z DO je cca 1,5 metra.

Použitie - možnosti

1: Postavte sa na výrobok v zvislej polohe s nohami od seba, vzdialenosť nôh je väčšinou rovnaká ako šírka ramena. Táto pozícia precvičuje pás a zadok, aby zmiernila napätie v páse a tvorila krásne krivky zadku.

2: Postavte sa na produkt s nohami od seba a ohnutými kolenami. Pozícia precvičuje stehná, zamedzuje bolestivosť, zlepšuje krvný obeh a znižuje ukladanie tuku.

3: Posadte sa na stoličku alebo pohovku s nohami položenými na produkte. Táto pozícia precvičuje stehná a lýtko.

4: Posadte sa na koberec s nohami položenými na produkte. Toto držanie tela precvičuje nohy.

5: Kľaknite si na koberec, ruky položte na produkt s telom nakloneným dopredu, táto pozícia precvičuje ramenné kĺby a paže.

Funkcie a vlastnosti:

Vďaka repozícii a vysokofrekvenčným vibráciám a kývaniu, v kombinácii s rôznymi postojmi cvičenia, môže tento stroj hlboko stimulovať svalové tkanivo, znížiť hromadenie tukov, regulovať pružnosť svalov, tvarovať krivky tela. To všetko pre lepší pocit zdravia a sebavedomia.

Rozsah rýchlostí (frekvencia)

1-60

Program	Úroveň rýchlosti									
P1	5	10	15	20	25	27	35	45	55	60
P2	2	5	7	10	12	15	35	25	20	15
P3	10	25	35	25	10	40	50	60	10	25
P4	10	15	25	35	45	35	25	15	10	5
P5	1	2	5	15	25	35	40	60	25	15
P6	4	10	4	10	25	40	60	35	20	10
P7	2	6	12	24	36	24	12	6	12	6
P8	15	35	45	35	50	60	50	40	30	10
P9	20	15	20	15	25	35	25	40	30	10

Rozsah rýchlosti (frekvencia)

1 - 99

Program	Úroveň rýchlosti									
P1	5	10	15	20	25	27	35	40	25	15
P2	2	5	7	10	12	15	35	25	20	15
P3	10	25	10	25	10	40	10	40	10	25
P4	30	35	35	25	35	30	40	30	32	26
P5	50	56	60	68	76	80	90	70	56	60
P6	70	60	70	80	60	70	50	56	50	56
P7	3	14	30	50	60	36	60	36	44	80
P8	18	46	56	64	30	40	50	28	32	16
P9	80	70	52	80	60	80	80	92	99	80

Skladovanie a údržba

Povrchové čistenie

Pred čistením sa uistite, že je vypnuté napájanie a že je zástrčka vytiahnutá zo zásuvky.

Povrch prístroja možno čistiť vlhkou handričkou obsahujúcou čistiaci prostriedok. Potom čistiaci prostriedok z prístroja zotrite pomocou vlhkej handričky bez čistiaceho prostriedku.

Oznámenie:

Nečistite výrobok abrazívnym alebo korozívnym čistiacim prostriedkom, ako je napr. benzén alebo riedidlo, pretože by mohlo dôjsť k vyblednutiu, korózii alebo prasknutiu produktu.

Nestriekajte do produktu vodu, aby nedošlo ku skratu.

Ovládač

Na čistenie je možné používať len suchú handričku, pretože vlhkosť môže spôsobiť poruchu ovládača.

Skladovanie

Prístroj skladujte na čistom a suchom mieste kde nebude vystavený vysokým teplotám.

Bežné problémy a riešenie:

č.	Problém	Príčina	Riešenie
1	Produkt sa nedá spustiť	Zástrčka nie je na svojom mieste	zasuňte zástrčku
		Vypínač napájania je vypnutý.	zapnite spínač
		Ochranná poistka je spálená	Obráťte sa na servisné oddelenie
2	Vydáva zvuky počas činnosti	Normálny jav - zvuk generovaný motorom alebo trením medzi mechanickými súčiastkami	Nie je nutné žiadne opatrenie
3	Obsluhujete pomocou ovládača, ale produkt nepracuje	Batérie v ovládači sú vybité	vymeňte batérie
		Ovládač je príliš ďaleko od produktu	Efektívne DO od prístroja je 1,5m
4	Produkt náhle ukončí prevádzku	Predvolená pracovná doba vypršala	Po 10 minútach môžete znovu spustiť pomocou ON / OFF

Ochrana životného prostredia

Informácie k likvidácii elektrických a elektronických zariadení

Po uplynutí doby životnosti prístroja alebo v okamihu, kedy by oprava bola neekonomická, produkt nevyhadzujte do bežného odpadu. Za účelom správnej likvidácie výrobok odovzdajte na určených zberných miestach, kde bude prijatý zdarma.

Správnou likvidáciou pomôžete zachovať cenné prírodné zdroje a napomáhate prevencii potenciálnych negatívnych dopadov na životné prostredie a ľudské zdravie, čo by mohli byť dôsledky nesprávnej likvidácie odpadov. Ďalšie podrobnosti si vyžiadajte od miestneho úradu alebo najbližšieho zberného miesta. Pri nesprávnej likvidácii tohto druhu odpadu môžu byť v súlade s národnými predpismi udelené pokuty.

Batérie nevyhadzujte do bežného odpadu, ale odovzdajte na miesta zaisťujúce recykláciu batérií.

Servis

V prípade, že po zakúpení výrobku zistíte akúkoľvek chybu, kontaktujte servisné oddelenie. Pri používaní výrobku sa riadte pokynmi uvedenými v priloženom návode na použitie. Reklamácia nebude uznaná, pokiaľ ste výrobok pozmenili alebo ste sa neriadili pokynmi uvedenými v návode na použitie.

Záruka sa nevzťahuje

- na prirodzené opotrebovanie funkčných častí prístroja v dôsledku bežného používania
- na servisné zásahy súvisiace so štandardnou údržbou výrobku (napr. čistenie, výmena dielov podliehajúcich bežnému opotrebovaniu)
- na závady spôsobené vonkajšími vplyvmi (napr. klimatickými podmienkami, prašnosťou, nevhodným používaním a pod.)
- na mechanické poškodenie v dôsledku pádu výrobku, nárazu, úderu a pod.
- na škody vzniknuté neodborným zaobchádzaním alebo použitím výrobku v rozpore s návodom na obsluhu, preťažením, použitím nesprávnych alebo neoriginálnych dielov, pri použití nevhodného alebo neoriginálneho príslušenstva alebo nevhodných nástrojov a pod.
- na škody vzniknuté použitím neoriginálnych adaptérov alebo na použitie originálneho adaptéra k inému výrobku. Je vždy nutné dodržať vzájomnú kompatibilitu v rámci jedného výrobku.

U reklamovaných výrobkov, ktoré neboli správne zabezpečené proti mechanickému poškodeniu pri preprave nesie riziko prípadnej škody výhradne majiteľ. Dodávateľ si vyhradzuje právo na prípadne zmeny v návode na používanie a neručí za možné tlačové chyby. Vyobrazenie a popis sa môžu líšiť od skutočnosti v závislosti od modelu.