



VIBRATIONSBOARD

VIBRATION PLATFORM

- (D)** Bedienungsanleitung
- (CZ)** Návod k obsluze
- (HR)** Upute za uporabu
- (PL)** Instrukcja obsługi
- (RO)** **(MD)** Instrucțiuni de folosire
- (SK)** Návod na obsluhu
- (BG)** Инструкция за употреба



Vibrationsboard | Vibrační platforma | Vibracijska platforma | Platforma wibracyjna |
Aparat fitness cu vibrație | Vibračná platforma | Вибрираща платформа



2x 1,5V AAA DC
(enthalten/obsahuje/sadrži/
zawiera/include/obsahuje/съдържа)
Input: 220-240 V~ | 50 Hz | 220W



Vor dem ersten Gebrauch

Machen Sie sich vor der Benutzung des Produkts mit allen Bedienungs- und Sicherheitshinweisen vertraut. Benutzen Sie das Produkt nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Bewahren Sie die Bedienungsanleitung zur späteren Referenz auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe des Produkts an Dritte mit aus.

WICHTIG, FÜR SPÄTERE BEZUGNAHME AUFBEWAHREN: SORGFÄLTIG LESEN !

Lieferumfang

- 1 Vibrationsboard
- 2 Expanderbänder
- 1 Fernbedienung inkl. Batterien
- 1 Netzkabel

Kontrollieren Sie, ob alle Teile vorhanden sind und überprüfen Sie das Produkt auf Transportschäden. Nehmen Sie ein beschädigtes Produkt nicht in Betrieb! Im Schadensfall wenden Sie sich bitte an eine Kaufland-Filiale.

Zeichenerklärung

Die folgenden Signalwörter und Symbole werden in dieser Bedienungsanleitung, auf dem Produkt oder auf der Verpackung verwendet.



Warnung!

Dieses Signalwort bezeichnet eine Gefährdung mit mittlerem Risikograd, die, wenn sie nicht vermieden wird, den Tod oder schwere Verletzungen zur Folge haben kann.



Achtung!

Dieses Signalwort warnt vor möglichen Sachschäden.



Mit diesem Symbol gekennzeichnete Produkte erfüllen alle anzuwendenden Gemeinschaftsvorschriften des Europäischen Wirtschaftsraums.

Sicherheit

Lesen Sie die folgenden Sicherheitshinweise sorgfältig, bevor Sie das Produkt zum ersten Mal verwenden. Für einen sicheren Gebrauch, befolgen Sie alle nachfolgenden Sicherheitshinweise.

Bestimmungsgemäße Verwendung

Verwenden Sie das Produkt nur für den dafür vorgesehenen Verwendungszweck. Andere Verwendungen oder Veränderungen am Produkt gelten als nicht bestimmungsgemäß und können zu Verletzungen und Beschädigungen führen. Für aus bestimmungswidriger Verwendung entstandene Schäden übernimmt der Hersteller keine Haftung. Das Produkt ist nicht für den gewerblichen Einsatz bestimmt.

Sicherheit von Kindern und Personen



Warnung!

- **Unfallgefahr für Kinder und Kleinkinder!**

Lassen Sie Kinder niemals unbeaufsichtigt mit Verpackungsmaterial! Es besteht Erstickungsgefahr, Kinder unterschätzen häufig die Gefahren! Lebens- und Verletzungsgefahr für Kleinkinder und Kinder!

- **Vorsicht Verletzungsgefahr!**

Stellen Sie sicher, dass alle Teile unbeschädigt sind. Beschädigte Teile können die Sicherheit und Stabilität beeinflussen.

- **Allgemeine Sicherheitshinweise**

Achten Sie vor der Benutzung auf die Stabilität des Produktes. Benutzen Sie das Produkt sachgerecht und nur in dem vorgesehenen Einsatzbereich. Sämtliche Bestandteile sind von offenem Feuer fernzuhalten.

- Personen mit Hypertonie, Bronchitis, Herz- oder Hauterkrankungen, Diabetes oder anderen Krankheiten sowie schwangere Frauen sollten zuerst einen Arzt konsultieren, bevor sie dieses Produkt nutzen.
- Um Verletzungen und Beschädigungen zu verhindern, ist das Springen auf die Trainingsfläche verboten.
- Stellen Sie sich nicht mit Ihrem gesamten Gewicht auf eine Seite, da das Produkt anderen falls umkippen könnte.
- Das Produkt darf nur von einer Person benutzt werden.
- Berühren Sie das Produkt nicht mit nassen Händen.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 14 Jahren sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.

- Reinigung und Benutzer-Wartungen dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.
- Kinder dürfen mit diesem Gerät nicht spielen. Kinder sollten daher immer beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen
- Reinigungs- und Wartungsarbeiten dürfen nicht von Kindern ohne Aufsicht erfolgen.

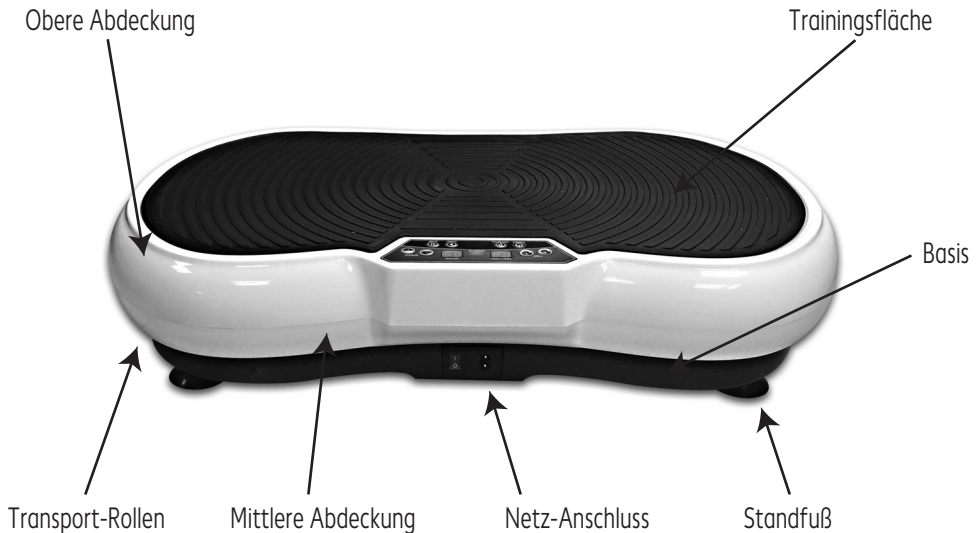
Sicherheitshinweise

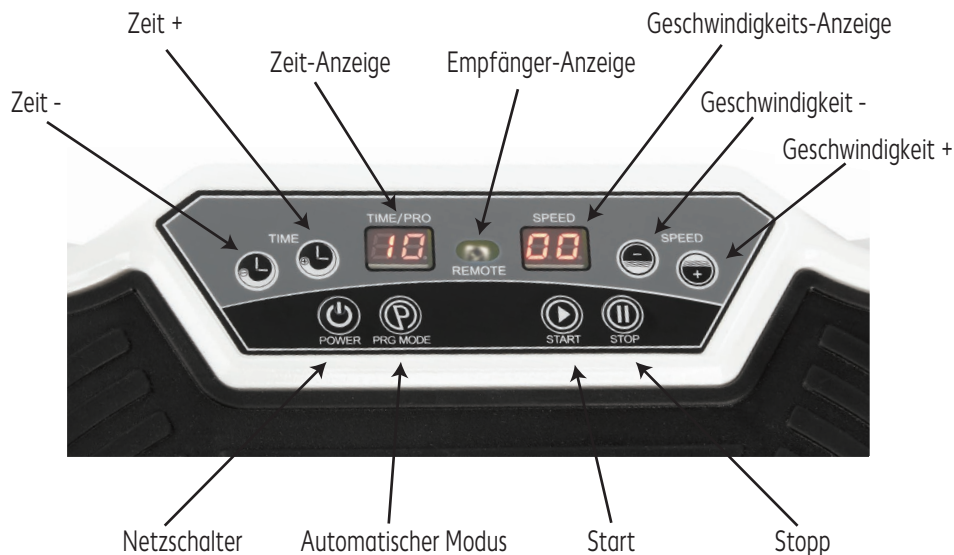


- **LEBENSGEFAHR!** Batterien können verschluckt werden, was lebensgefährlich sein kann. Nehmen Sie sofort ärztliche Hilfe in Anspruch, wenn eine Batterie verschluckt wurde.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und / oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Produkt zu benutzen ist.
- Setzen Sie das Produkt niemals hohen Temperaturen und Feuchtigkeit aus, da sonst das Produkt Schaden nehmen kann.

Bedienungsanleitung

Produktübersicht





Steuerung über die Funktionstasten am Gerät

Drücken Sie den Netzschalter am Gerät (neben dem Netzanschluss) auf Position „I“ um das Gerät einzuschalten und auf Position „0“ um das Gerät auszuschalten.

POWER = Drücken Sie diesen Knopf, um das Gerät in den Bereitschaftsmodus zu versetzen. Erst danach kann mit einem manuellen oder automatischen Training begonnen werden. Durch erneutes Drücken des Knopfes wird die getroffene Programm- bzw. manuelle Auswahl gelöscht.

START = Drücken Sie den Knopf, um das Training zu starten. Beachten Sie, dass der Netzschalter am Gerät vor Trainingsbeginn einzuschalten ist.

STOPP = Drücken Sie den Knopf, um das Training zu stoppen. Beachten Sie, dass der Netzschalter am Gerät vor Trainingsbeginn einzuschalten bzw. nach Trainingsende auszuschalten ist.

SPEED = Erhöhen (+) oder vermindern (-) Sie die Geschwindigkeit durch ein- oder mehrmaliges Drücken dieser Tasten. Diese Tasten können nur bei manuellem Training verwendet werden, nicht bei einem automatischen Programm.

TIME = Erhöhen (+) oder verkürzen (-) Sie die Zeit durch ein- oder mehrmaliges Drücken dieser Tasten. Beachten Sie, dass die maximale Zeit 10 Minuten nicht überschreitet. Diese Tasten können nur bei manuellem Training verwendet werden, nicht bei einem automatischen Programm.

PRG. MODE = Auswahl der automatischen Programme (P0-P9). Drücken Sie den Knopf solange, bis die gewünschte Programmnummer auf dem Display erscheint. Um das Programm abzuspielen, drücken Sie START.

Steuerung über die Fernbedienung

Der zulässige Empfangsbereich der Fernbedienung beträgt 2,5 m. Das Infrarotlicht der Fernbedienung muss auf den Infrarotempfänger am Gerät ausgerichtet sein.



Beachten Sie, dass vor Verwendung der Fernbedienung erst der Netzschalter und POWER-Knopf zu drücken sind.

ON/OFF = Drücken Sie den Knopf, um das Training zu starten bzw. zu stoppen. Beachten Sie, dass der Netzschalter am Gerät vor Trainingsbeginn einzuschalten bzw. nach Trainingsende auszuschalten ist sowie

S+ / S- = Erhöhen (+) oder vermindern (-) Sie die Geschwindigkeit durch ein- oder mehrmaliges Drücken dieser Tasten. Diese Tasten können nur bei manuellem Training verwendet werden, nicht bei einem automatischen Programm.

T+ / T- = Erhöhen (+) oder verkürzen (-) Sie die Zeit durch ein- oder mehrmaliges Drücken dieser Tasten. Beachten Sie, dass die maximale Zeit 10 Minuten nicht überschreitet. Diese Tasten können nur bei manuellem Training verwendet werden, nicht bei einem automatischen Programm.

Low / Mid / High = Durch Drücken der Taste können Sie eine voreingestellte Geschwindigkeit auswählen (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Diese Tasten können nur bei manuellem Training verwendet werden, nicht bei einem automatischen Programm.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Auswahl der automatischen Programme. Drücken Sie den entsprechenden Knopf öfter, um das gewünschte Programm auszuwählen (bspw. 2x P4-6 drücken, um das Programm 5 aufzurufen). Um das Programm abzuspielen, drücken Sie abschließend auf ON/OFF

P = Auswahl der automatischen Programme. Drücken Sie den Knopf solange, bis die gewünschte Programmnummer auf dem Display erscheint. Um das Programm abzuspielen, drücken Sie abschließend auf ON/OFF.

Programmübersicht

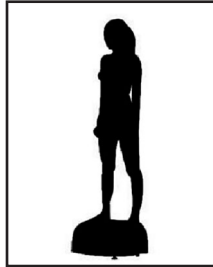
Jedes Programm läuft über 10 Minuten, wobei sich die Geschwindigkeit bei abnehmender Zeit wie folgt verändert:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

POSITIONEN ZUM TRAINING SPEZIELLER KÖRPERTEILE

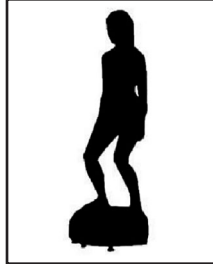
Position zum Trainieren des gesamten Körpers:

Stellen Sie sich mit schulterbreit gespreizten Beinen auf die Trainingsfläche.



Hockende Position:

Stellen Sie sich mit schulterbreit gespreizten und gebeugten Beinen auf die Trainingsfläche.



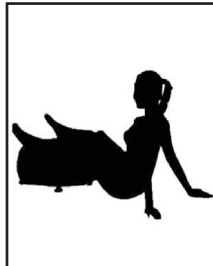
Oberkörper-Training:

Legen Sie Ihre Hände schulterbreit auf die Trainingsfläche, während Sie knien.



Unterschenkel-Training:

Lassen Sie Ihre Unterschenkel auf der Trainingsfläche ruhen, während Sie sich auf der Fläche hinter sich mit Ihren Händen abstützen.



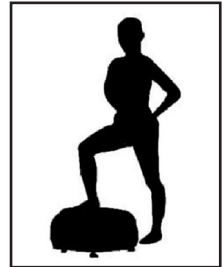
Arm-Training:

Beugen Sie mit schulterbreit gespreizten Beinen Ihre Taille und lassen Sie Ihre ausgestreckten Arme auf der Trainingsfläche ruhen.



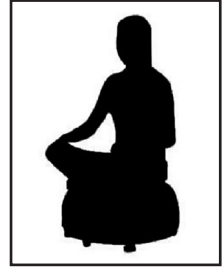
Einzelfuß-Position:

Stellen Sie einen Fuß auf die Trainingsfläche und stehen Sie entspannt und gerade.



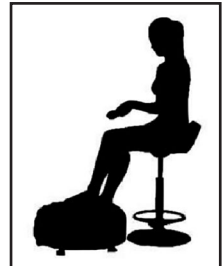
Sitzende Position:

Setzen Sie sich sicher mit gekreuzten Beinen auf die Trainingsfläche.



Sitzende Position II:

Stellen Sie Ihre Beine auf die Trainingsfläche, während Sie auf einem Stuhl sitzen.



Transport

Ergreifen Sie das Produkt am Rand gegenüber von den Transportrollen und halten Sie es in einem Winkel von 45° fest. Es kann dann nach Bedarf gerollt werden.

Problemlösungen

	Funktionsstörung	Möglicher Grund	Lösung
1	Beleuchtung ist aus.	Das Netzteil ist nicht korrekt mit dem Gerät verbunden	Erneut einstecken.
		Netzschalter des Geräts auf Position AUS	Auf Position EIN stellen.
2	Geräusch	Einer der Gummifüße steht nicht direkt auf dem Boden auf	Fußschrauben so justieren, dass das Gerät auf allen Füßen auf dem Boden steht.
3	Fernbedienung funktioniert nicht.	Keine Batterie/Batterie leer	Batterie ersetzen.
		Zu weit vom Produkt entfernt.	Maximalen Abstand von 2,5 m einhalten.
4	Motor stoppt während der Nutzung	Motor ist überhitzt.	Gerät vollständig ausschalten und nach 10 Minuten wieder starten.
5	Funktioniert nicht wie vorgesehen.	Es wurden zu viele Befehle erhalten.	Ausschalten und neu starten.

Reinigen und Pflege



Achtung!

Beschädigungsgefahr! Unsachgemäßer Umgang mit dem Produkt kann zu Beschädigungen führen.

Produkt reinigen

- Stellen Sie sicher, dass das Produkt vom Stromnetz getrennt ist. Das Produkt kann mit einem warmen, feuchten Tuch und Reinigungsmittel gereinigt werden. Stellen Sie sicher, dass Gerät vollständig trocken ist, bevor Sie sie wieder einschalten.
- Verwenden Sie zur Reinigung keinesfalls Benzin, Lösungsmittel oder aggressive Reinigungsmittel

Entsorgung

Verpackung entsorgen

Die Produktverpackung besteht aus recyclingfähigen Materialien. Entsorgen Sie die Verpackungsmaterialien entsprechend ihrer Kennzeichnung bei den öffentlichen Sammelstellen bzw. gemäß den landesspezifischen Vorgaben.

Technische Daten

Nennspannung:	220-240 V
Frequenz:	50 Hz
Geschwindigkeitsbereich:	0 - 99 Stufen
Amplitude:	0-12 mm
Max Belastbarkeit:	150 kg





Werfen Sie Batterien nicht ins Feuer und halten Sie sie von Flammen sowie Zündquellen fern.



Verwenden Sie nur die empfohlenen Batterien oder einen ähnlichen Typ!



Verwenden Sie keine verschiedenen Typen von Batterien oder neue und gebrauchte Batterien zusammen!



Bewahren Sie Batterien außerhalb der Reichweite von Kindern auf.



Zerlegen Sie niemals Batterien.



Stellen Sie die richtige Polarität beim Einlegen der Batterien sicher.



Beschädigen Sie die Batterien nicht mechanisch.



Schließen Sie die Versorgungsklemmen niemals kurz. Vermeiden Sie deren Kontakt mit metallischen Gegenständen.



Laden Sie leere Batterien nicht wieder auf.

Entsorgungshinweise zu elektrischen Artikeln

- Elektrische Artikel, z.B. Elektrogeräte, Spielwaren, Energiesparlampen und Batterien bzw. Akkus, die mit einer durchgestrichenen Mülltonne gekennzeichnet sind, dürfen in keinem Fall über den Hausmüll entsorgt werden.
- In Geräten eingesetzte Batterien und Akkus müssen vor der Entsorgung entnommen und getrennt abgegeben werden.
- Geben Sie die elektrischen Artikel kostenlos bei einer öffentlichen Sammelstelle ab. So können hochwertige Rohstoffe recycelt und eventuell enthaltene Schadstoffe fachgerecht entsorgt werden. Damit leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz! Ergänzende Hinweise zum Umgang mit zerbrochenen Energiesparlampen finden Sie unter www.kaufland.com



Hinweise zu batteriebetriebenen Artikeln

- Bitte folgen Sie den Anweisungen des Batterie-Herstellers!
- Verwenden Sie nur die empfohlenen Batterien oder einen ähnlichen Typ!
- Verwenden Sie keine verschiedenen Typen von Batterien oder neue und gebrauchte Batterien zusammen!
- Stellen Sie die richtige Polarität beim Einlegen der Batterien sicher!
- Entfernen Sie die Batterien aus dem Gerät, falls dieses über einen längeren Zeitraum nicht benutzt wird!
- Entfernen Sie leere Batterien aus dem Gerät!
- Laden Sie keine nicht wieder aufladbare Batterien!
- Die Versorgungsklemmen dürfen nicht kurzgeschlossen werden!

- Zu entsorgende Batterien nicht ins Feuer werfen!
- Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren!

Entsorgungshinweise

Batterien gehören nicht in den Hausmüll. Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei einer öffentlichen Sammelstelle Ihrer Gemeinde oder im Handel abgeben. Batterien enthalten Schadstoffe, die die Umwelt durch die falsche Entsorgung kontaminieren können und sich auf die menschliche Gesundheit auswirken.



Před prvním použitím

Před používáním výrobku se seznamte se všemi pokyny k použití a bezpečnostními pokyny. Výrobek používejte jen v souladu s popisem a stanoveným účelem. Uschovejte tento návod k použití pro pozdější použití. Budete-li předávat tento výrobek další osobě, předejte jí i všechny podklady.

DŮLEŽITÉ, NÁVOD SI USCHOVEJTE PRO POZDĚJŠÍ POUŽITÍ A DŮKLADNĚ SI JEJ PŘEČTĚTE!

Rozsah dodávky

- 1 vibrační platforma
- 2 expandéry s držadly
- 1 dálkový ovladač s bateriemi
- 1 napájecí kabel

Zkontrolujte výrobek na úplnost dílů, jakož i na škody vzniklé přepravou. Výrobek nepoužívejte, pokud je poškozený! V případě poškození se obraťte na svou prodejnu Kaufland.

Vysvětlení označení

V tomto návodu k použití, na výrobku a na obalu jsou použity následující označení a symboly.



Varování!

Toto označení označuje nebezpečí se středním stupněm, které může v případě, že se mu nezamezí, vést k smrti nebo těžkým zraněním.



Pozor!

Toto označení varuje před možnými věcnými škodami.



Tímto symbolem označené výrobky splňují všechny příslušné evropské předpisy.

Bezpečnost

Před prvním použitím výrobku si důkladně přečtěte následující bezpečnostní pokyny. Pro bezpečné použití dbejte na všechny následující bezpečnostní pokyny.

Stanovený účel

Výrobek používejte pouze ke stanovenému účelu. Při jiném způsobu použití nebo pozměnění výrobku neodpovídajícímu původnímu stanovenému účelu výrobku, může dojít k zranění a poškození. Za škody vzniklé v důsledku nevhodného použití nenese výrobce žádnou odpovědnost. Výrobek není určen pro komerční použití.

Bezpečnost dětí a osob



Varování!

- **Nebezpečí úrazu pro děti a batolata!**

Děti nenechávejte nikdy bez dozoru s obalovým materiálem! Nebezpečí udušení, děti často podceňují nebezpečí! Nebezpečí ohrožení života a úrazu batolat a dětí!

- **Pozor nebezpečí úrazu!**

Ujistěte se, že jsou všechny části bez poškození. Poškozené části mohou mít vliv na bezpečnost a stabilitu.

- **Všeobecné bezpečnostní pokyny**

Před použitím dbejte na stabilitu výrobku. Používejte výrobek správně a jen v určené oblasti použití. Všechny komponenty je třeba držet v dostatečné vzdálenosti od otevřeného ohně.

- Osoby trpící vysokým tlakem, bronchitidou, srdečními, kožními či jinými onemocněními a těhotné ženy by se měly před použitím výrobku poradit s lékařem.
- Abyste se vyhnuli zranění a poškození přístroje, je zakázáno stoupat na nášlapnou plochu plnou vahou jen jednou nohou.
- Nestoupejte celou váhou na jednu stranu, jinak hrozí převržení přístroje.
- Přístroj smí používat najednou pouze jedna osoba.
- Nedotýkejte se přístroje mokřýma rukama.
- Tento výrobek mohou používat děti ve věku od 14 let, jakož i osoby s omezenými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo nedostatkem zkušeností a vedomostí, pokud jsou pod dohledem nebo dostali pokyny, jak se má výrobek používat a porozumeli z toho vyplývajícímu nebezpečí.
- Čištění a uživatelskou údržbu nesmějí provádět děti bez dozoru.
- Děti si nesmí hrát se spotřebičem. Proto zajistěte aby k němu děti neměly přístup.
- Čištění a uživatelskou údržbu nesmí provádět děti bez dozoru.

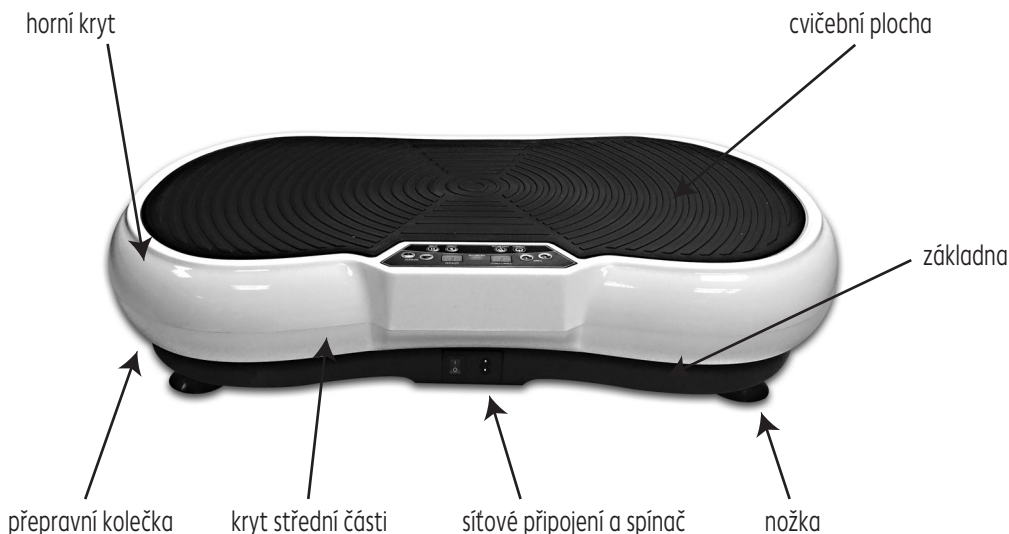
Bezpečnostní pokyny

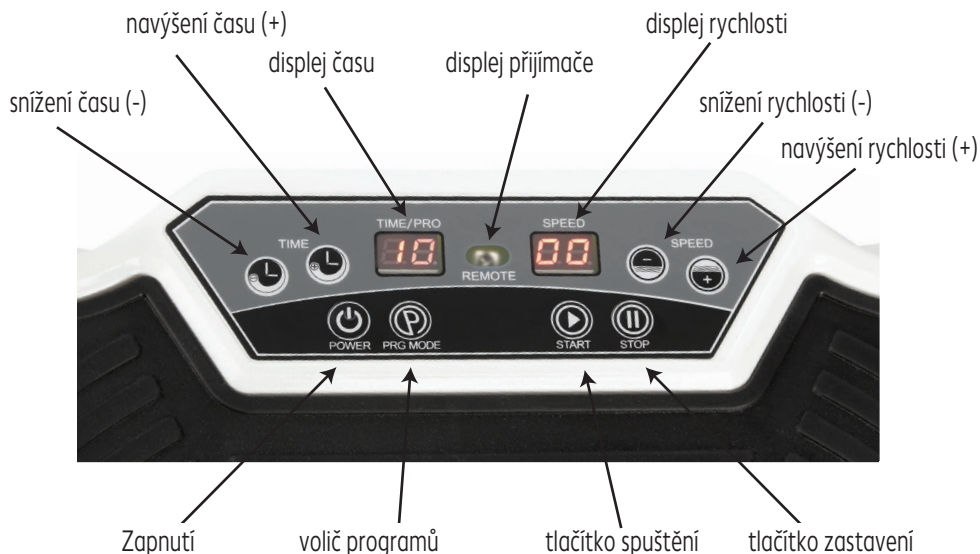


- **NEBEZPEČÍ OHROŽENÍ ŽIVOTA!** Baterii lze spolknout, což může být životu nebezpečné. Jestliže dojde k spolknutí baterie, vyhledejte neprodleně lékařskou pomoc.
- Tento přístroj není určen k používání osobami (včetně dětí) s omezenými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi anebo osobami s nedostačujícími zkušenostmi a znalostmi.
- Tito uživatelé musí být pod dozorem osoby, která je za jejich bezpečnost zodpovědná nebo budou seznámeni se způsobem, jakým se má výrobek používat.
- Nevystavujte výrobek nikdy vysokým teplotám a vlhkosti, jinak může dojít k jeho poškození.

Návod k obsluze

Schéma produktu





Ovládání pomocí tlačítek funkcí na přístroji

Přepněte tlačítko připojení k síti (vedle připojení k síti) do polohy „I“, abyste přístroj spustili a do polohy „0“, abyste jej vypnuli.

POWER = Zmáčknete tlačítko, abyste přístroj uvedli do hotovostního režimu. Teprve poté je možné začít s ručně ovládaným nebo automaticky řízeným cvičením. Opakovaným zmáčknutím tlačítka je příslušná volba programu popř. manuální ovládání zrušeno.

START = Zmáčknete tlačítko, abyste zahájili cvičení. Dbejte o to, aby tlačítko síťového připojení bylo přepnuto do správné polohy před zahájením cvičení.

STOPP = Zmáčknete tlačítko, abyste cvičení zastavili. Dbejte o to, aby tlačítko síťového připojení bylo přepnuto do správné polohy před

zahájením cvičení, popř. přepnuto zpět po jeho ukončení.

SPEED = Zvyšte (+) nebo snižte (-) rychlost několikanásobným zmáčknutím těchto tlačítek. Tato tlačítka mohou být používána pouze při manuálním ovládání, nikoli při automatickém programu.

TIME = Navyšte (+) nebo snižte (-) čas (délku cvičení) několikanásobným zmáčknutím těchto tlačítek. Tato tlačítka mohou být používána pouze při manuálním ovládání, nikoli při automatickém programu.

PRG. MODE = Volba automatického programu (P0-P9). Stiskněte tlačítko tolikrát, až se na displeji objeví Vámi zvolený program. Abyste program spustili, zmáčknete tlačítko **START**.

Dálkové ovládání

Spolehlivá oblast příjmu dálkového ovládání činí 2,5 m. Infračervené světlo dálkového ovládání musí být namířeno na infračervený přijímač na přístroji.



Dbejte o to, aby před použitím dálkového ovládání bylo nejdříve zmáčknuto tlačítko síťového připojení a pak tlačítko POWER.

ON/OFF = Zmáčknete tlačítko, abyste spustili cvičení, popř. abyste je ukončili. Dbejte o to, aby tlačítko síťového připojení bylo přepnuto do správné polohy před zahájením cvičení, popř. přepnuto zpět po jeho ukončení.

S+ / S- = Zvýšte (+) nebo snižte (-) rychlost několikanásobným zmáčknutím těchto tlačítek. Tato tlačítka mohou být používána pouze při manuálním ovládání, nikoli při automatickém programu.

T+ / T- = Navyšte (+) nebo snižte (-) čas (délku cvičení) několikanásobným zmáčknutím těchto tlačítek. Dbejte o to, aby nebyla překročena maximální délka trvání cvičení 10 minut. Tato tlačítka mohou být používána pouze při manuálním ovládání, nikoli při automatickém programu.

Low / Mid / High = Zmáčknutím těchto tlačítek můžete zvolit přednastavenou rychlost (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Tato tlačítka mohou být používána pouze při manuálním ovládání, nikoli při automatickém programu.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Volba automatického programu. Vícenásobným zmáčknutím tlačítka zvolíte požadovaný program (kupř. 2x zmáchnutí P4-6 vyberete program 5). Abyste program spustili, zmáčknete následně tlačítko ON/OFF.

P = Volba automatického programu. Zmáčknete tlačítko tolikrát, až se na displeji objeví požadovaný program. Abyste program spustili, zmáčknete následně tlačítko ON/OFF.

Přehled programů

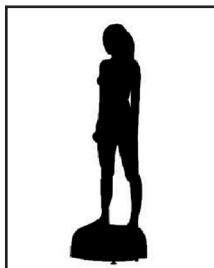
Každý program má délku trvání 10 minut, přičemž se rychlost s ubíhajícím časem mění následujícím způsobem:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

POSTOJE PŘI CVIČENÍ

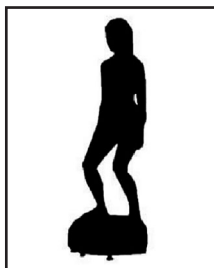
Cvičení vstoje:

Stoupněte si na nášlapné plochy s chodidly od sebe.



Dřep:

Stoupněte si na nášlapné plochy s chodidly od sebe a dřepněte si.



Horní část těla:

Vkleče položte dlaně na nášlapné plochy daleko od sebe.



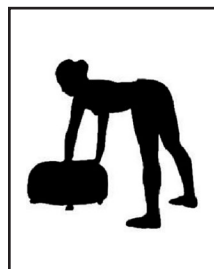
Dolní část končetin:

Položte lýtko na nášlapné plochy s rukama opřenýma vzadu.



Paže:

Předkloňte se, natáhněte paže a položte dlaně na nášlapné plochy daleko od sebe.



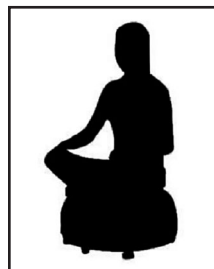
Postoj s jednou nohou:

Položte nohu na nášlapnou plochu s váhou přenesenou na druhé noze.



Sed:

Sedněte si na nášlapnou plochu s překříženýma nohama.



Sed II:

Posadte se na židli a chodidla položte na nášlapnou plochu.



Přeprava

Uchopte výrobek za okraj naproti nastavovacímu kolečku a držte jej v úhlu 45 stupňů. Táhněte jej za sebou.

Řešení problémů

	Řešení problémů.	Možná příčina	Řešení
1	Osvětelní nesvítí.	Síťové připojení přístroje není náležitě nastoleno	Zastrčte znovu zástrčku.
		Tlačítko síťového připojení je v poloze „0“	Přepněte tlačítko do polohy „I“.
2	Přístroj je hlučný	Některá z gumových nožek nestojí přímo na podlaze.	Šroubováním nožky nastavte tak, aby přístroj stál všemi nožkami na podlaze.
3	Dálkové ovládání nefunguje	Chybějící baterie/baterie jsou vybity	Baterie vyměňte.
		Příliš velká vzdálenost ovladače od přístroje.	Dodržte maximální vzdálenost 2,5 m.
4	Motor se během používání zastavuje	Motor je přehřátý.	Přístroj zcela vypněte a znovu jej spusťte po 10 minutách.
5	Přístroj nefunguje, jak má.	Bylo vydáno příliš mnoho příkazů.	Přístroj vypněte a znovu spusťte.

Čištění a péče



Pozor!

Nebezpečí poškození! Nesprávné použití výrobku může vést k poškození.

Čištění výrobku

- Přesvědčte se, že výrobek není připojen k el. síti. Přístroj může být čistěn vlhkým teplým hadříkem namočeným v čisticím prostředku. Než přístroj znovu zapnete, přesvědčte se, že je kompletně suchý.
- K čištění v žádném případě nepoužívejte benzín, rozpouštědla anebo agresivní čisticí prostředky.

Likvidace

Likvidace obalu

Obalový materiál se skládá z recyklovatelných materiálů. Obalový materiál odstraňte podle jeho označení na k tomu určených sběrných místech resp. podle platných předpisů.

Technická data

Jmenovité napětí:	220-240 V
Frekvence:	50 Hz
Rozsah rychlostí:	úroveň 0-99
Amplituda:	0-12 mm
Max. váha cvičičiho:	150 kg



	Baterie neodhazujte do ohně a držte je mimo dosah plamenů a zdrojů ohně.
	Používejte pouze doporučené baterie anebo baterie stejného typu!
	Baterie rozdílných typů anebo nové a použité baterie spolu nepoužívejte!
	Baterie ukládejte mimo dosah dětí.
	Baterie nikdy nerozebírejte.
	Při vkládání baterií dbejte na správnou polaritu.
	Baterie mechanicky nepoškozujte.
	Nikdy nezkratujte napájecí svorky. Zabraňte jejich kontaktu s kovovými předměty.
	Prázdné baterie nenabíjejte.

Pokyny k likvidaci odpadu pro elektrické zboží

- Elektrické zboží, např. elektrické spotřebiče, hračky, úsporné žárovky a baterie nebo akumulátory, které jsou označeny přeškrtnutým kontejnerem, nesmí být v žádném případě vyhozeny do domovního odpadu.
- Baterie a akumulátory použité v přístrojích musí být před likvidací odstraněny a odděleně odevzdány.
- Elektrické zboží bezplatně odevzdejte do veřejných sběrných surovin. Tak lze vysoce kvalitní suroviny recyklovat a odborně zlikvidovat eventuelní škodlivé látky. Tím můžete významně přispět k ochraně životního prostředí!
- Doplnující informace o manipulaci s rozbitými žárovkami naleznete na www.kaufland.com.



Pokyny pro elektrické výrobky s bateriovým pohonem

- Dodržujte prosím pokyny výrobce baterie!
- Používejte pouze doporučené baterie anebo baterie stejného typu!
- Baterie rozdílných typů anebo nové a použité baterie spolu nepoužívejte!
- Při vkládání baterií dbejte na správnou polaritu!
- Pokud výrobek déle nepoužíváte, baterie prosím vyjměte!
- Vybité baterie vyjměte z výrobku!
- Baterie, které není možné nabíjet, nesmíte nabíjet!
- Výrobek nezkratujte!
- Baterie neházejte do ohně!
- Uchovávejte mimo dosah dětí!

Pokyny pro likvidaci odpadu

Baterie nevyhazujte do domovního odpadu. Jako spotřebitelé jste zákonně vázáni použité baterie vrátit zpět. Staré baterie můžete bezplatně odevzdat do prodejen anebo do veřejných sběrů ve Vaší obci. Baterie obsahují škodlivé látky, které při neodborné likvidaci zatěžují životní prostředí a mohou poškodit lidské zdraví.



Prije prve uporabe

Prije prve uporabe proizvoda upoznajte se sa svim uputama za uporabu i sigurnosnim napomenama. Koristite proizvod samo kako je opisano i samo za navedena područja primjene. Pohranite upute za uporabu kako bi ga kasnije po potrebi mogli koristiti. Prilikom predaje proizvoda trećem licu, uručite i svu dokumentaciju.

VAŽNO, POHRANITI ZA BUDUĆU UPORABU: PAŽLJIVO PROČITATI!

Objašnjenje oznaka

Sljedeće signalne riječi i simboli se koriste u ovim uputama za uporabu, na proizvodu ili na ambalaži.



Upozorenje!

Ova signalna riječ označava opasnost sa srednjom razinom rizika koja, ukoliko ne bude izbjegnuta, može imati kao posljedicu smrt ili teške ozljede.



Pažnja!

Ova signalna riječ upozorava na moguću materijalnu štetu.



Proizvod označen ovim simbolom se proizvodi sukladno s primjenljivim propisima Europskog ekonomskog područja.

Opseg isporuke

- 1 vibracijska ploča
- 2 ekspanzijska remena
- 1 daljinski upravljač, uključujući baterije
- 1 strujni kabel

Provjerite da li su svi dijelovi prisutni i provjerite da li je proizvod oštećen pri transportu. Ne stavljajte u uporabu oštećen proizvod! U slučaju oštećenja, molimo da se obratite jednoj od Kauflandovih poslovnica.

Sigurnost

Pročitajte pažljivo sljedeće sigurnosne upute prije prve uporabe proizvoda. Za sigurnu uporabu, slijedite sve naredne sigurnosne upute.

Pravilna uporaba

Koristite proizvod samo u svrhe za koje je predviđen. Drugačije korištenje ili modifikacije na proizvodu smatraju se nepravilnim i mogu izazvati ozljede ili oštećenja. Za štete koje nastanu uslijed nepravilnog korištenja proizvođač ne snosi odgovornost. Proizvod nije namijenjen za komercijalnu uporabu.

Sigurnost djece i osoba



UPOZORENJE!

- **Opasnost od nezgoda za djecu i malu djecu!**

Nikad ne ostavljajte bez nadzora djecu pored ambalažnog materijala! Postoji opasnost od gušenja, a djeca često potcjenjuju opasnosti! Opasno po život i opasnost od ozljeda za djecu i malu djecu!

- **Upozorenje opasnost od ozljeda!**

Uvjerite se da su svi dijelovi neoštećeni. Oštećeni dijelovi mogu utjecati na sigurnost i stabilnost.

- **Opće sigurnosne upute**

Prije uporabe pazite na stabilnost proizvoda. Proizvod koristite pravilno i to samo za predviđeno područje primjene. Svi elementi moraju se držati podalje od otvorenog plamena.

- Osobe koje imaju hipertenziju, bronhitis, bolest srca ili kože, dijabetes ili druge bolesti,
- Kako biste spriječili povrede i oštećenje, gaženje površine za vježbanje je zabranjeno.
- Nemojte stavljati svu svoju težinu na jednu stranu; u protivnom, uređaj se može prevrnuti.
- Ovaj uređaj može koristiti samo po jedna osoba.
- Uređaj ne dodirujte vlažnim rukama.
- Ovaj uređaj mogu koristiti djeca koja su starija od 14 godina, kao i osobe sa umanjanim fizikim, osjetilnim ili mentalnim sposobnostima, ili nedostatkom iskustva i znanja, ako su pod nadzorom ili su upucene u bezbjedno korištenje ureaja i razumiju opasnosti koje iz toga mogu proisteci.
- Čišćenje i održavanje od strane korisnika ne smiju obavljati djeca, ukoliko nisu pod nadzorom.
- Djeca se ne mogu igrati s aparatom. Stoga djeca trebaju biti nadgledana kako bi se osiguralo da se ne igraju s aparatom
- Čuvanje i održavanje korisnika ne smiju vršiti djeca bez nadzora

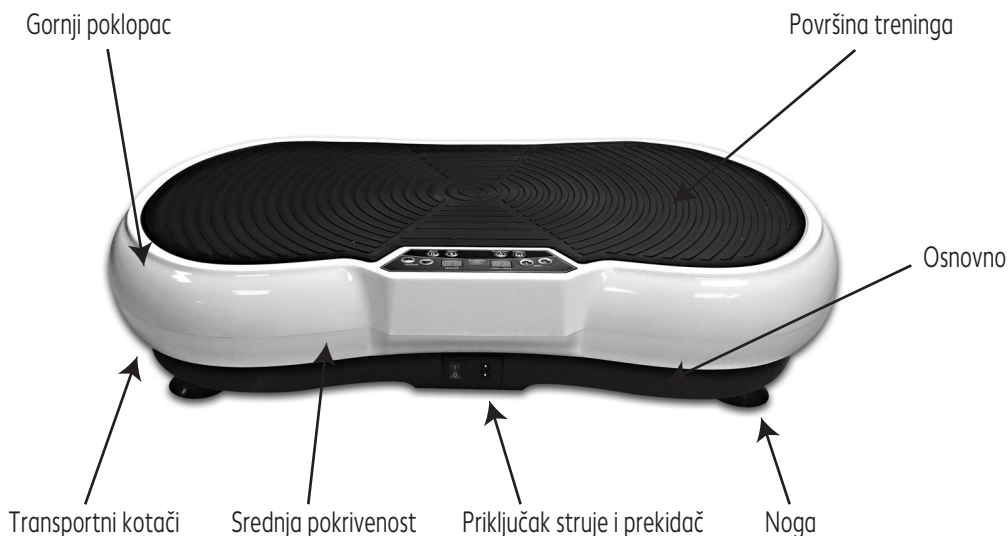
Sigurnosne upute

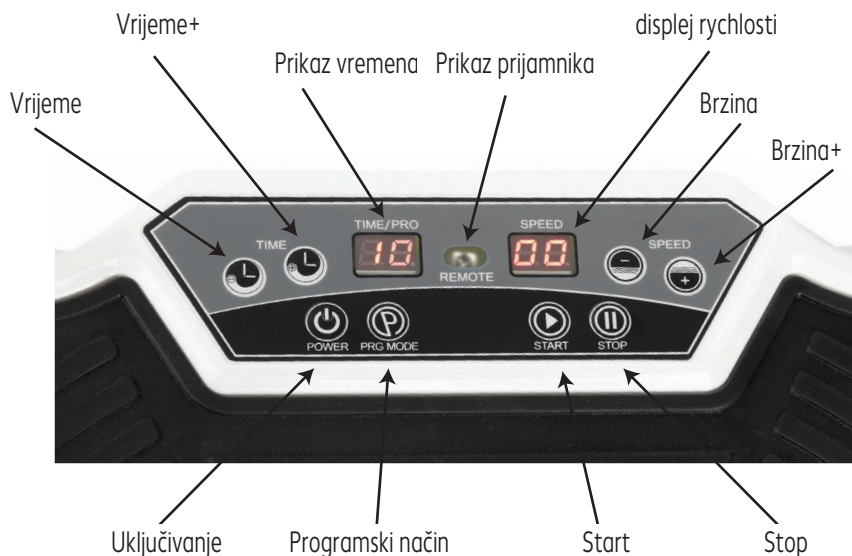


- **OPASNO ZA ŽIVOT!** Baterije se mogu progutati što može biti opasno za život. Ako je baterija progutana odmah potražite liječničku pomoć.
- Ovaj uređaj ne smiju koristiti osobe (uključujući i djecu) s ograničenim fizičkim, osjetilnim ili mentalnim sposobnostima i / ili osobe s nedovoljno iskustva i / ili nedovoljno znanja osim ako se nalaze u prisutnosti osobe koja je zadužena za njihovu sigurnost ili ih je ta osoba podučila kako se proizvod koristi.
- Nikada ne izlažite proizvod visokim temperaturama i vlazi jer bi se mogao oštetiti.

Upute za uporabu

Shematski pregled proizvoda





Upravljanje preko funkcijskih tipki na uređaju

Pritisnite prekidač napajanja na uređaju (pored konektora napajanja) na položaj "I", da biste uključili uređaj i na položaj "O", da biste isključili uređaj.

POWER = Pritisnite ovu tipku, da biste prebacili uređaj u stanje pripravnosti. Tek tada možete početi s ručnim ili automatskim treningom. Ponovnim pritiskom tipke se dotični program odnosno ručni odabir briše

START = Pritisnite gumb za početak vježbanja. Imajte na umu da prekidač napajanja na uređaju mora biti uključen prije početka vježbanja.

STOP = Pritisnite gumb, da biste zaustavili vježbanje. Imajte na umu da prekidač napajanja na uređaju mora biti uključen prije početka vježbanja ili isključen nakon završetka vježbanja,

SPEED = Povećajte (+) ili smanjite (-) brzinu pritiskom na ove tipke jednom ili nekoliko puta. Ove tipke se mogu koristiti samo kod ručnog vježbanja, ne kod automatskog programa.

TIME = Povećanje (+) ili skraćivanje (-) vremena pritiskom na ove tipke jednom ili više puta. Pazite na to, da se ne prekorači maksimalno vrijeme od 10 minuta. Ove tipke se mogu koristiti samo kod ručnog vježbanja, ne kod automatskog programa.

PRG. MODE = Odabir automatskih programa (P0-P9). Pritisnite na tipku tako dugo, dok se na zaslonu ne pojavi željeni programski broj. Za prikazivanje programa pritisnite **START**.

Upravljanje putem daljinskog upravljača

Dopušten raspon prijema daljinskog upravljača iznosi 2,5 m. Infracrveno svjetlo daljinskog upravljača mora biti poravnano s infracrvenim prijemnikom na uređaju.



Imajte na umu da prije korištenja daljinskog upravljača najprije treba uključiti prekidač napajanja i pritisnuti POWERgumb.

ON/OFF = Pritisnite gumb za pokretanje ili zaustavljanje vježbanja. Imajte na umu da prekidač napajanja na uređaju mora biti uključen prije početka vježbanja odnosno isključen nakon završetka vježbanja,

SPEED = Povećajte (+) ili smanjite (-) brzinu pritiskom na ove tipke jednom ili nekoliko puta. Ove tipke se mogu koristiti samo kod ručnog vježbanja, ne kod automatskog programa.

T+ / T- = Povećanje (+) ili skraćivanje (-) vremena pritiskom na ove tipke jednom ili više puta. Pazite na to, da se ne prekorači maksimalno vrijeme od 10 minuta. Ove tipke se mogu koristiti samo kod ručnog vježbanja, ne kod automatskog programa.

Low / Mid / High = Možete odabrati unaprijed određenu brzinu pritiskom na gumb (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Ove tipke se mogu koristiti samo kod ručnog vježbanja, ne kod automatskog programa.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Odabir automatskih programa. Pritisnite odgovarajuću tipku češće za odabir željenog programa (npr. pritisnite 2x P4-6 za ulazak u program 5). Za prikazivanje programa pritisnite ON/OFF

P = Odabir automatskih programa. Pritisnite na tipku tako dugo, dok se na zaslonu ne pojavi željeni programski broj. Za prikazivanje programa pritisnite ON/OFF.

Pregled programa

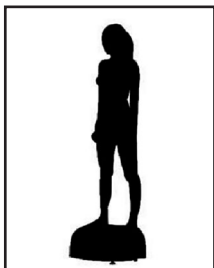
Svaki program traje 10 minuta, pri čemu se brzina mijenja tijekom vremena kako slijedi:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

STAVOVI ZA VJEŽBANJE DIJELOVA TIJELA

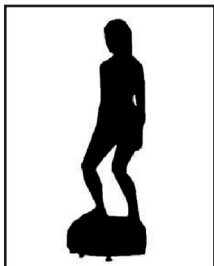
Stav za vježbanje cijelog tijela:

Stanite na površinu za vježbanje, sa stopalima razmaknutim u širini ramena.



Stav za čučnjeve:

Stanite na površinu za vježbanje, sa stopalima razmaknutim u širini ramena, dok radite čučnjeve.



Vježbanje gornjeg dijela tijela:

Stavite šake na površinu za vježbanje, razmaknute u širini ramena, dok se oslanjate na koljena.



Vježbanje donjeg dijela nogu:

Postavite donji dio nogu na površinu za vježbanje, sa šakama postavljenim na tlo iza vas radi podrške.



Vježbanje ruku:

Sa stopalima postavljenim u širini ramena, savijte se u struku i ispružite ruke kako biste ih položili na površinu za vježbanje.



Stajanje na jednu nogu:

Stavite jedno stopalo na površinu za vježbanje i stojite opušteno i pravo.



Sjedeći stav:

Sigurno sjedite na površini za vježbanje sa prekrštenim nogama.



Sjedeći stav II:

Stavite stopala na površinu za vježbanje dok sjedite na stolici.



Premještanje

Uхватite proizvod za rub nasuprot kotača i držite ga pod uglom od 45 stupnjeva. Tada se može kotrljati po potrebi.

Řešení problémů

	Funkcijska smetnja	Mogući razlog	Rješenje
1	Rasvjeta je isključena.	Prilagodnik za napajanje nije pravilno priključen na uređaj	Ponovo uključite
		Prekidač napajanja uređaja u položaju "0"	Prijedite na položaj "I".
2	Buka	Jedna od gumenih stopica nije izravno na tlu.	Naravnajte vijke nogu tako da uređaj stoji sa svim nogama na tlu.
3	Daljinski upravljač ne radi.	Nema baterije/baterija nije prazna	Zamijenite bateriju.
		Predaleko od proizvoda.	Održavajte maksimalnu udaljenost od 2,5 m.
4	Motor se zaustavlja tijekom uporabe	Motor se pregrije.	Uređaj potpuno isključite i ponovno pokrenite nakon 10 minuta.
5	Ne djeluje, kako je predviđeno.	Ostalo je pohranjeno previše naredbi.	Isključite i ponovno pokrenite.

Čišćenje i njega



Oprez!

Opasnost od oštećenja! Nestručno rukovanje proizvodom može dovesti do oštećenja.

Čišćenje proizvoda

- Provjerite je li napajanje isključeno. Uređaj se može čistiti krpom navlaženom toplom vodom i deterdžentom. Provjerite je li uređaj potpuno suh prije ponovnog uključivanja.
- Za čišćenje ni u kom slučaju ne koristite benzin, otapala ili agresivna sredstva za čišćenje.

Odlaganje

Odlaganje ambalaže

Ambalaža proizvoda sastoji se od materijala koji se mogu reciklirati. Odložite ambalažne materijale u skladu sa njihovim oznakama na javnim mjestima sakupljanja, odnosno u skladu sa specifikacijama specifičnim za pojedinu zemlju.

Tehnički podaci

Nazivni napon:	220-240 V
Frekvencija:	50 Hz
Opseg brzina:	0-99 razina
Amplituda:	0-12 mm
Maks. opterećenje:	150 kg





Baterije ne bacajte u vatru i držite ih dalje od plamenova i izvora paljenja.



Koristite samo preporučene baterije ili ekvivalentne tipove baterija!



Ne koristiti zajedno nejednake tipove baterija ili nove i rabljene baterije!



Baterije čuvajte van dohvata djece.



Nikada ne rastavljajte baterije.



Vodite računa o ispravnom polaritetu prilikom postavljanja baterija.



Nemojte oštećivati baterije mehaničkim putem.



Nikada ne kratko spajajte kontakte za napajanje. Izbjegavanje dodirivanja kontakta metalnim predmetima.



Nemojte ponovno puniti baterije.

Upute za odlaganje električnih proizvoda u o tpad

- Električni proizvod, npr. električni uređaji, igračke, štedljive žarulje i baterije ili punjive baterije označene s prekrštenim spremnikom za skupljanje otpada s kotačima ne smiju se nikad odlagati kao nerazvrstani komunalni otpad iz domaćinstva.
- Baterije i punjive baterije ugrađene u uređajima moraju biti uklonjene prije odlaganja i moraju se odložiti odvojeno.
- Električne proizvode predajte besplatno u javni sabirni centar. Na taj način se visokokvalitetne sirovine mogu reciklirati, a moguće štetne tvari zbrinuti na odgovarajući način. Tako možete dati važan doprinos zaštiti okoliša!
- Dodatne informacije o postupanju sa slomljenim štedljivim žaruljama naći ćete na www.kaufland.com.

Upute za elektro aparate s baterijskim napajanjem

- Vodite računa o uputama proizvođača baterija!
- Koristite samo preporučene baterije ili ekvivalentne tipove baterija!
- Ne koristiti zajedno nejednake tipove baterija ili nove i rabljene baterije!
- Pri postavljanju baterija paziti na polaritet!
- Ukoliko se proizvod ne koristi dulje vrijeme, izvaditi baterije!
- Prazne baterije izvaditi iz proizvoda!
- Ne puniti baterije koje se ne smiju puniti!
- Ne kratkospajati kontakte!
- Baterije ne bacati u vatru!
- Čuvati izvan dohvata djece!

Upute za odlaganje

Baterije ne pripadaju kućnom otpadu. Kao potrošač ste po zakonu obvezni da istrošene baterije vratite na odgovarajuće mjesto. Dotrajale baterije možete predati na mjestima gdje se prodaju baterije ili na javnim sabirnim mjestima. Baterije sadržavaju štetne tvari koje u slučaju nepravilnog odlaganja mogu štetiti okolišu i zdravlju ljudi.



Przed pierwszym użyciem

Przed zastosowaniem produktu należy zapoznać się ze wszystkimi wskazówkami dotyczącymi użytkowania i bezpieczeństwa.

Produkt ten można używać wyłącznie w sposób opisany w niniejszej instrukcji i zgodny z przeznaczeniem. Niniejszą instrukcję obsługi należy zachować na przyszłość. Przekazując produkt osobie trzeciej należy załączyć instrukcję obsługi.

WAŻNE, ZACHOWAJ NA PRZYSZŁOŚĆ: DOKŁADNIE PRZECZYTAJ!

Wyjaśnienie symboli

Poniższe słowa sygnały i symbole znajdują się w instrukcji użytkowania, na produkcie lub na opakowaniu.



Ostrzeżenie!

To słowo sygnał wskazuje na niebezpieczeństwo o umiarkowanym poziomie ryzyka, które, jeśli się go nie uniknie, może doprowadzić do śmierci lub poważnych obrażeń.



Uwaga!

To słowo sygnał ostrzega przed możliwym uszkodzeniem mienia.



Produkty oznakowane tym symbolem są zgodne ze wszystkimi obowiązującymi zasadami wspólnotowymi Europejskiego Obszaru Gospodarczego.

Zawartość

- 1 platforma wibracyjna
- 2 ekspandery
- 1 pilot zdalnego sterowania z bateriami
- 1 kabel zasilający

Sprawdź czy nie brakuje żadnej z części oraz czy produkt nie został uszkodzony podczas transportu. Uszkodzony produkt nie nadaje się do użytku! W przypadku wadliwego produktu należy zwrócić się do serwisu sieci Kaufland.

Bezpieczeństwo

Przed pierwszym zastosowaniem produktu należy dokładnie przeczytać załączoną instrukcję obsługi. Aby zagwarantować bezpieczne użytkowanie konieczne jest przestrzeganie następujących wskazówek.

Właściwe zastosowanie

Produkt powinien służyć wyłącznie do określonego celu. Inne zastosowania lub modyfikacje produktu nie są uznawane za właściwe i mogą prowadzić do obrażeń ciała lub innych szkód. Producent nie ponosi odpowiedzialności za szkody wynikłe z niewłaściwego użytkowania produktu. Produkt nie jest przeznaczony do użytku komercyjnego.

Bezpieczeństwo dzieci i innych osób



Ostrzeżenie!

- **Zagrożenie wypadkowe dla dzieci i niemowląt!**

Opakowaniem produktu nie mogą w żadnym wypadku bawić się dzieci! Dzieci nie są świadome istniejących zagrożeń w tym niebezpieczeństwa uduszenia. Istnieje zatem ryzyko utraty życia w przypadku dzieci i niemowląt!

- **Uwaga, niebezpieczeństwo uszkodzenia ciała!**

Upewnić się, że wszystkie części są nieuszkodzone. Uszkodzone części mogą mieć negatywny wpływ na bezpieczeństwo i stabilność.

- **Ogólne wskazówki bezpieczeństwa użytkowania**

Podczas użytkowania produktu należy pamiętać o stabilności produktu. Produkt należy używać właściwie i tylko do przeznaczonego dla niego celu. Wszystkie elementy należy trzymać z dala od otwartego ognia.

- Osoby z nadciśnieniem, zapaleniem oskrzeli, chorobą serca lub skóry, cukrzycą lub innymi chorobami oraz kobiety w ciąży powinny przed użyciem produktu skonsultować się z lekarzem.
- Aby uniknąć ryzyka kontuzji, po platformie nie wolno chodzić ani skakać.
- Nie przenoś ciężaru ciała na jedną stronę, aby nie doszło do przeciążenia i wywrócenia urządzenia.
- Na platformie może znajdować się tylko jedna osoba.
- Nie dotykaj urządzenia mokrymi rękoma.
- Produkt ten może być używany przez dzieci od 14 roku życia lub przez osoby o ograniczonej sprawności fizycznej, sensorycznej lub umysłowej lub nieposiadające stosownego doświadczenia i/lub wiedzy, jeżeli są one nadzorowane przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo i rozumieją zagrożenia wynikające z nieprawidłowego korzystania z produktu.
- Produkt nie może być czyszczony lub konserwowany przez dzieci bez odpowiedniego nadzoru.

- Dzieci nie powinny bawić się tym urządzeniem. Dlatego też dzieci powinny być zawsze nadzorowane tak, aby zapewnić, żeby nie bawiły się urządzeniem.
- Czyszczenie i konserwacja bieżąca nie może być dokonywana przez dzieci bez nadzoru.

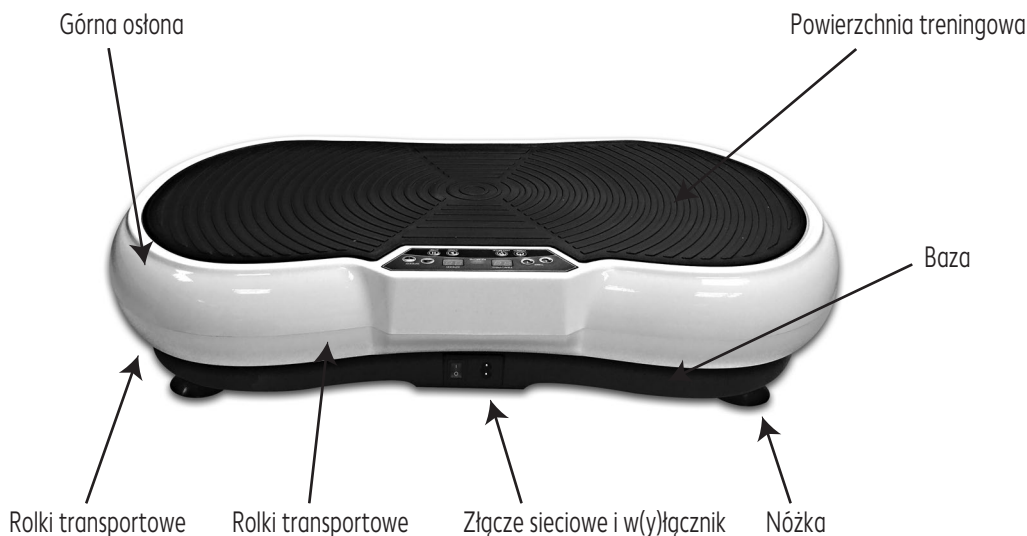
Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

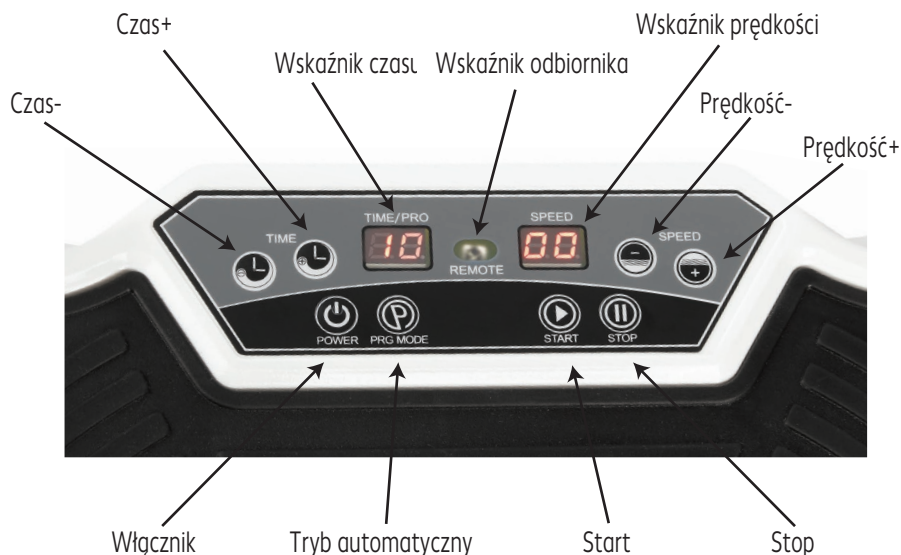


- **ZAGROŻENIE ŻYCIA!** Ewentualne połącznienie baterii może zagrażać życiu! W przypadku połącznienia baterii natychmiast skontaktować się z lekarzem.
- Urządzenie nie jest przeznaczone dla osób - w tym dzieci - o ograniczonej sprawności fizycznej, sensorycznej lub umysłowej, ani też osób nieposiadających wystarczającego doświadczenia i / lub wiedzy, chyba że są one nadzorowane przez osobę odpowiadającą za ich bezpieczeństwo lub zostaną pouczone na temat obsługi urządzenia.
- Produkt nie powinien być poddawany działaniu wysokich temperatur, ani też działaniu wilgoci, gdyż mogą one go uszkodzić.

Instrukcja obsługi

Budowa produktu





Sterowanie za pomocą przycisków funkcyjnych na urządzeniu

Przełącz w(y)łącznik na urządzeniu (obok złącza sieciowego) na pozycję „I”, aby włączyć urządzenie względnie na pozycję „0”, aby je wyłączyć.

POWER = Naciśnij ten przycisk, aby przełączyć urządzenie w tryb gotowości. Dopiero po tym można rozpocząć trening w trybie ręcznym lub automatycznym. Ponowne naciśnięcie tego przycisku kasuje wybrany program względnie tryb ręczny.

START = Naciśnij ten przycisk, aby rozpocząć trening. Pamiętaj, że przed rozpoczęciem treningu należy nacisnąć w(y)łącznik na urządzeniu.

STOP = Naciśnij ten przycisk, aby przerwać trening. Pamiętaj, że przed rozpoczęciem lub po zakończeniu treningu należy nacisnąć w(y)łącznik na urządzeniu, aby włączyć względnie wyłączyć urządzenie.

SPEED = Zwiększ (+) lub zmniejsz (-) prędkość, naciskając te przyciski jeden lub kilka razy. Przyciski te są aktywne tylko w trybie ręcznym, co oznacza, że w trybie automatycznym nie działają.

TIME = Wydłuż (+) lub skróć (-) czas, naciskając te przyciski jeden lub kilka razy. Pamiętaj, że nie można przekroczyć maksymalnego czasu, wynoszącego 10 minut. Przyciski te są aktywne tylko w trybie ręcznym, co oznacza, że w trybie automatycznym nie działają.

PRG. MODE = Przycisk umożliwiający wybór jednego z programów (P0-P9) w trybie automatycznym. Naciskaj ten przycisk tak długo, aż na wyświetlaczu pojawi się wybrany numer programu. Aby rozpocząć realizację wybranego programu, naciśnij **START**.

Sterowanie za pomocą pilota

Zasięg pilota zdalnego sterowania wynosi 2,5 m. Nadajnik podczerwieni w pilocie musi być skierowany na odbiornik podczerwieni w urządzeniu.



Pamiętaj, aby przed użyciem pilota zdalnego sterowania najpierw nacisnąć w(y)łącznik i przycisk POWER.

ON/OFF = Naciśnij ten przycisk, aby rozpocząć lub przerwać trening. Pamiętaj, że przed rozpoczęciem lub po zakończeniu treningu należy nacisnąć w(y)łącznik na urządzeniu, aby włączyć względnie wyłączyć urządzenie.

S+/S- = Zwiększ (+) lub zmniejsz (-) prędkość, naciskając te przyciski jeden lub kilka razy. Przyciski te są aktywne tylko w trybie ręcznym, co oznacza, że w trybie automatycznym nie działają.

T+/T- = Wydłuż (+) lub skróć (-) czas, naciskając te przyciski jeden lub kilka razy. Pamiętaj, że nie można przekroczyć maksymalnego czasu, wynoszącego 10 minut. Przyciski te są aktywne tylko w trybie ręcznym, co oznacza, że w trybie automatycznym nie działają.

Low / Mid / High = Naciskając te przyciski, możesz wybrać ustawioną wcześniej prędkość (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Przyciski te są aktywne tylko w trybie ręcznym, co oznacza, że w trybie automatycznym nie działają.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Przyciski wyboru programów w trybie automatycznym. Aby wybrać dany program, kilkakrotnie naciśnij odpowiedni przycisk (np. aby wybrać program 5, należy 2x nacisnąć P4-6). Aby rozpocząć realizację wybranego programu, naciśnij ON/OFF.

P = Przycisk umożliwiający wybór jednego z programów w trybie automatycznym. Naciskaj ten przycisk tak długo, aż na wyświetlaczu pojawi się wybrany numer programu. Aby rozpocząć realizację wybranego programu, naciśnij ON/OFF.

Przegląd programów

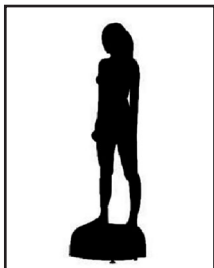
Każdy program trwa 10 minut, a prędkość zmienia się wraz z upływem czasu w następujący sposób:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

POZYCJE TRENINGOWE

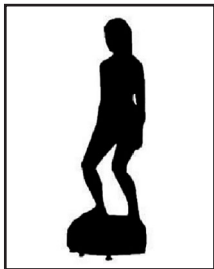
Trening całego ciała:

Stań na platformie, nogi rozstawione na szerokość ramion.



Przysiady:

Stań na platformie, nogi rozstawione na szerokość ramion, ugięte w kolanach.



Trening górnych partii ciała:

Uklęknij przed platformą, dłonie rozstawione na szerokość ramion oprzyj na platformie.



Trening dolnych partii nóg:

Usiądź przed platformą, oprzyj nogi łydkami na platformie, podpierając się z tyłu rękami dla równowagi.



Trening ramion:

Stojąc przed platformą na nogach rozstawionych na szerokość ramion, pochyl się do przodu i rozprostowując ramiona, oprzyj dłonie na platformie.



Pozycja na jednej nodze:

Stojąc przed platformą, oprzyj jedną nogę na platformie; stój prosto, nie napinaj mięśni.



Pozycja na siedząco:

Usiądź bezpiecznie na platformie ze skrzyżowanymi nogami.



Pozycja na siedząco II:

Siedząc przed platformą na krześle, oprzyj nogi na platformie.



Sposób transportowania

Trzymając produkt za krawędź znajdującą się po przeciwnej stronie rolki transportowej, unieś go pod kątem ok. 45 stopni. W tej pozycji platforma daje się łatwo przemieszczać w wybrane miejsce.

Rozwiązywanie problemów.

	Usterka	Możliwa przyczyna	Rozwiązanie
1	Oświetlenie jest wyłączone	Zasilacz jest źle podłączony do urządzenia.	Ponownie podłączyć zasilacz.
		W(y)łącznik na urządzeniu na pozycji „0”.	Przełączyć na pozycję „I”.
2	Nietypowe odgłosy	Jedna z nóżek nie ma kontaktu z podłogą.	Wyregulować nóżki tak, aby urządzenie stało wszystkimi nóżkami na podłodze.
3	Pilot zdalnego sterowania nie działa.	Brak baterii / wyczerpane baterie.	Wymienić baterie.
		Zbyt duża odległość od produktu.	Zachować maksymalną odległość wynoszącą 2,5 m.
4	Silnik zatrzymuje się podczas używania.	Przegrzany silnik.	Całkowicie wyłączyć urządzenie i odczekać 10 minut przed ponownym załączeniem.
5	Urządzenie nie działa zgodnie z planem.	Wydano zbyt wiele poleceń.	Wyłączyć i ponownie włączyć.

Czyszczenie i konserwacja



Uwaga!

Niebezpieczeństwo uszkodzenia!
Niewłaściwe obchodzenie się z produktem może prowadzić do jego uszkodzenia.

Czyszczenie produktu

- Upewnij się, czy produkt jest odłączony od źródła zasilania. Urządzenie można czyścić szmatką zwilżoną ciepłą wodą z dodatkiem detergentu. Przed ponownym włączeniem upewnij się, czy urządzenie jest całkowicie suche.
- Do czyszczenia nie wolno używać benzyny, rozpuszczalników lub innych silnych środków czyszczących.

Utylizacja

Utylizacja opakowania

Opakowanie produktu wykonane jest z materiałów podlegających recyklingowi. Materiały opakowaniowe należy utylizować zgodnie z ich oznakowaniem w publicznych punktach odbioru odpadów lub zgodnie z wytycznymi obowiązującymi w danym kraju.

Dane techniczne

Napięcie znamionowe:	220-240 V
Częstotliwość:	50 Hz
Zakres prędkości:	poziom 0-99
Amplituda:	0-12 mm
Maks. obciążenie:	150 kg





Nie wolno wrzucać baterii do ognia, należy trzymać je z dala od płomieni i źródeł zapłonu.



Należy stosować tylko zalecane baterie lub baterie tego samego typu!



Nie wolno stosować jednocześnie baterii różnych typów lub baterii starych i nowych!



Baterie należy przechowywać z dala od dzieci.



Nigdy nie należy demontować baterii.



Podczas wkładania baterii należy zachować prawidłową polaryzację.



Nie wolno niszczyć baterii mechanicznie.



Nie wolno zwierać styków zasilania. Nie mogą one mieć również kontaktu z metalowymi przedmiotami.



Nie wolno próbować ładować rozładowanych baterii.

Wskazówki dotyczące utylizacji dla artykułów elektrycznych

- Artykuły elektryczne, np. urządzenia elektryczne, zabawki, żarówki energooszczędne oraz baterie względnie akumulatory, które oznaczone są przekreślonym pojemnikiem na śmieci, w żadnym wypadku nie mogą być wyrzucane do śmieci komunalnych.
- Znajdujące się w urządzeniach baterie i akumulatory muszą być wyjęte i oddzielnie przekazane do miejsc zbiórki.
- Proszę zwracać zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny w taki sposób, aby nie wpływało to ujemnie na jego dalsze wykorzystanie lub utylizację.
- Sprzęt elektryczny i elektroniczny może zawierać substancje szkodliwe. Nieprawidłowe obchodzenie się lub uszkodzenie tych sprzętów może doprowadzić przy dalszej utylizacji do uszkodzenia zdrowia lub zanieczyszczenia środowiska. Urządzenia elektryczne można oddać bezpłatnie w publicznych miejscach zbiórki. Dzięki temu surowce o dużej wartości mogą zostać odzyskane, a zawarte ewentualnie substancje szkodliwe zostaną poddane fachowej utylizacji. W ten sposób będziecie mieli Państwo ważny udział w ochronie środowiska!
- Wskazówki uzupełniające dotyczące obchodzenia się z pękniętymi żarówkami energooszczędnymi znajdują się na stronie www.kaufland.com.

Wskazówki dotyczące zasilanych bateriami artykułów elektrycznych

- Prosimy o przestrzeganie wskazówek producenta baterii!
- Należy stosować tylko zalecane baterie lub baterie tego samego typu!
- Nie wolno stosować jednocześnie baterii różnych typów lub baterii starych i nowych!
- Przy wkładaniu baterii zwrócić uwagę na właściwą polaryzację!
- W przypadku dłuższego nieużywania produktu wyjąć baterie!
- Wyczerpane baterie wyjąć z produktu!
- Nie wolno ładować baterii, które nie są do tego przewidziane!
- Nie zwierać przyłączy!
- Baterii nie wrzucać do ognia!
- Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci!

Wskazówki dotyczące utylizacji

Baterii nie wolno wyrzucać do śmieci gospodarstwa domowego. Jako konsument jesteście Państwo prawnie zobowiązani do zwrotu zużytych baterii. Zużyte baterie oddać można bezpłatnie w miejscach sprzedaży lub w publicznych miejscach ich zbiórki w Państwa gminie. Baterie zawierają szkodliwe substancje, które w przypadku niewłaściwej utylizacji mogą obciążać środowisko naturalne i mogą mieć negatywny wpływ na ludzkie zdrowie.



Înainte de prima utilizare

Înainte de utilizare trebuie să vă familiarizați cu toate indicațiile de utilizare și de siguranță. Utilizați produsul doar așa cum este descris și conform destinației. Păstrați instrucțiunile pentru referință ulterioară. În cazul în care dați acest produs unei alte persoane, trebuie să îi remiteți și aceste instrucțiuni.

IMPORTANT, PĂSTRARE PENTRU REFERINȚĂ ULTERIOARĂ: CITIȚI CU ATENȚIE!

Pachetul de livrare

- 1 aparat fitness cu vibrație
- 2 curele de extensie
- 1 telecomandă cu baterii
- 1 cablu de alimentare

Verificați dacă toate piesele sunt prezente și verificați dacă produsul a suferit daune de transport. Nu puneți un produs deteriorat în funcțiune! În caz de daună, adresați-vă unei filiale Kaufland.

Explicarea simbolurilor

Următoarele cuvinte-semnal și simboluri sunt utilizate în acest manual de utilizare, pe produs și pe ambalaj.



Avertizare!

Acest cuvânt semnal indică un pericol de grad mediu de risc, care, dacă nu este evitat, poate cauza decesul sau vătămări grave.



Atenție!

Acest cuvânt semnal avertizează asupra posibilelor prejudicii materiale.



Produsele care au pe etichetă această pictogramă sunt conforme cu toate normele comunitare aplicabile ale Comunității Europene.

Securitatea

Citiți indicațiile de securitate următoare cu atenție înainte de a utiliza produsul pentru prima dată. Pentru o utilizare sigură respectați următoarele indicații de securitate.

Utilizarea conform destinației

Utilizați produsul doar conform destinației. O altă utilizare sau modificările asupra produsului sunt neconforme și pot duce la accidentări și la deteriorări. Pentru utilizarea care nu corespunde destinației obiectului, producătorul nu preia niciun fel de garanție. Produsul nu este destinat pentru utilizarea comercială.

Securitatea copiilor și a persoanelor



Avertizare!

- **Pericol de accidentare pentru sugari și copii!**

Nu lăsați niciodată copiii nesupravegheați împreună cu materialele de ambalare! Pericol de sufocare, copiii subestimează adeseori pericolele! Pericol de accidentare și deces pentru sugari și copii!

- **Atenție pericol de accidentare!**

Asigurați-vă că toate piesele sunt nedeteriorate. Piesele deteriorate pot influența siguranța și stabilitatea.

- **Indicații generale de siguranță**

Înainte de utilizarea produsului trebuie să aveți în vedere o stabilitate bună. Utilizați produsul corespunzător în domeniul de utilizare prevăzut. Mențineți toate piesele departe de focul deschis.

- Persoanele ce suferă de hipertensiune, bronșită, boli de inimă sau piele, diabet sau alte boli, femeile însărcinate ar trebui să consulte un medic înainte de a utiliza produsul.
- Pentru a evita vătămrile și deteriorările, călcarea apăsată pe suprafață este interzisă.
- Nu puneți toate greutatea dvs. pe o singură parte; în caz contrar produsul se poate răsturna.
- Este permisă utilizarea produsului de numai o singură persoană simultan.
- Nu atingeți produsul cu mâinile ude.
- Acest aparat poate să fie utilizat de copiii cu vârsta de peste 14 ani și de persoanele cu abilități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau lipsite de experiență și de cunoștințe, dacă sunt supravegheate sau dacă au fost instruite cu privire la utilizarea sigură a aparatului și au înțeles pericolele ce rezulta din aceasta.
- Curățarea și întreținerea intră în responsabilitatea utilizatorului, nu trebuie efectuată de copii nesupravegheați.
- Copiii nu se juca cu aparatul. Prin urmare, copii ar trebui să fie supravegheate pentru a se asigura că nu se joacă cu aparatul
- Curățarea și utilizatorul de întreținere nu se efectuează de către copii fără supraveghere

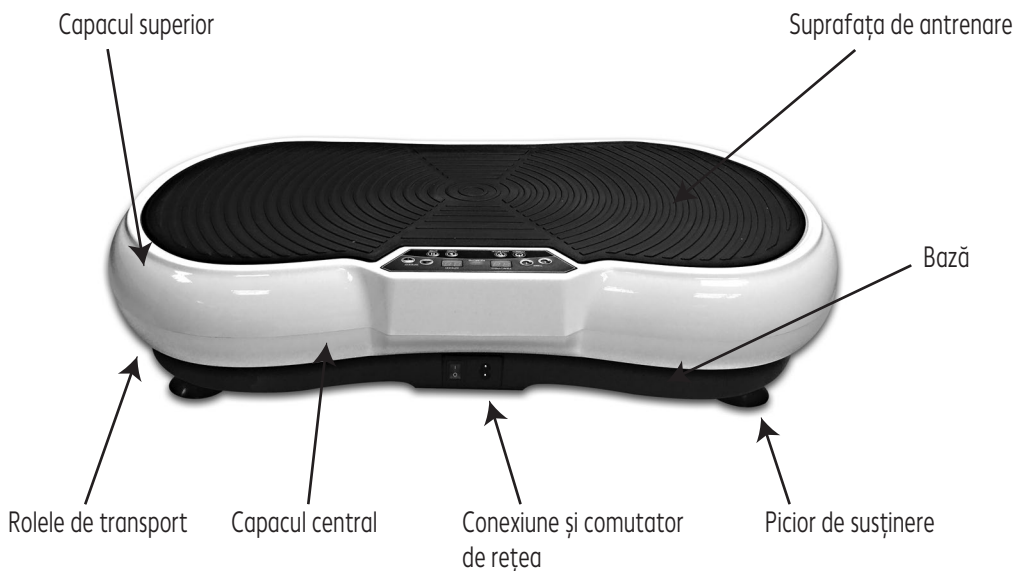
Indicații de siguranță

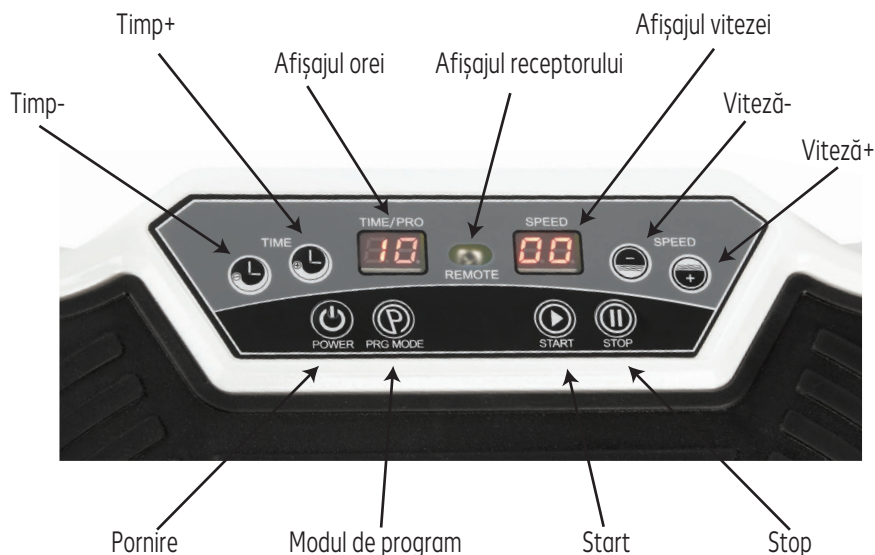


- **PERICOL DE MOARTE!** Bateriile pot fi înghițite, ceea ce poate reprezenta un pericol de moarte. Solicitați imediat ajutorul medicului atunci când, a fost înghițită o baterie.
- Acest aparat poate fi folosit de către persoane (inclusiv copii) cu capacități fizice, senzoriale sau psihice limitate sau cu lipsă de experiență sau cunoștințe doar dacă, sunt supravegheate de către o persoană responsabilă de siguranța acestora sau au primit instrucțiuni de folosire a produsului.
- Nu expuneți niciodată produsul temperaturilor mari și umidității, în caz contrar produsul se poate deteriora.

Instrucțiuni de utilizare

Instrucțiuni de utilizare





Comanda prin intermediul tastelor funcționale ale aparatului

Apăsați comutatorul de rețea de pe aparat (lângă conexiunea de alimentare) în poziția „I” pentru a porni aparatul și pe poziția „0” pentru a opri aparatul.

POWER (PUTERE) = Apăsați acest buton, pentru a comuta aparatul în modul de disponibilitate. Abia după aceea este posibil să începeți cu antrenamentul manual sau automat. Apăsând încă o dată butonul, ștergeți selecția manuală respectiv selecția de program.

START = Apăsați butonul pentru a începe antrenamentul. Aveți în vedere că întrerupătorul de rețea trebuie să fie conectat înainte de începerea antrenamentului.

STOP = Apăsați butonul pentru a încheia antrenamentul. Aveți în vedere că întrerupătorul

de rețea trebuie să fie conectat înainte de începerea antrenamentului, respectiv deconectat după aceasta.

SPEED (VITEZA) = Creșteți (+) sau reduceți (-) viteza prin apăsarea o dată sau de mai multe ori a tastelor. Aceste taste pot să fie utilizate numai la antrenamentele manuale, nu și la programul automat.

TIME (TIMPUL) = Creșteți (+) sau reduceți (-) timpul prin apăsarea o dată sau de mai multe ori a tastelor. Aveți în vedere să nu depășiți timpul maxim de 10 minute. Aceste taste pot să fie utilizate numai la antrenamentele manuale, nu și la programul automat.

PRG. MODE (MOD PROGRAM) = Selectarea programelor automate (P0-P9). Apăsați butonul atâta timp, până ce numărul de program dorit apare pe ecran. Pentru a executa programul, apăsați pe **START**.

Comanda prin intermediul telecomenzii

Domeniul de recepție admisibil al telecomenzii este de 2,5 m. Lumina infraroșie a telecomenzii trebuie să fie orientată către receptorul infraroșu de pe aparat.



Aveți în vedere că la utilizarea telecomenzii trebuie apăsat mai întâi comutatorul de alimentare și butonul POWER.

ON/OFF = Apăsați butonul pentru a începe, respectiv încheia antrenamentul. Aveți în vedere că întrerupătorul de rețea trebuie să fie conectat înainte de începerea antrenamentului, respectiv deconectat după aceasta, precum și

S+ / S- = Creșteți (+) sau reduceți (-) viteza prin apăsarea o dată sau de mai multe ori a tastelor. Aceste taste pot să fie utilizate numai la antrenamentele manuale, nu și la programul automat.

T+ / T- = Creșteți (+) sau reduceți (-) timpul prin apăsarea o dată sau de mai multe ori a tastelor. Aveți în vedere să nu depășiți timpul maxim de 10 minute. Aceste taste pot să fie utilizate numai la antrenamentele manuale, nu și la programul automat.

Low / Mid / High (Joasă / Medie / Ridicăta) = Prin apăsarea tastei puteți selecta vitezele presetate (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Aceste taste pot să fie utilizate numai la antrenamentele manuale, nu și la programul automat.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Selectarea programelor automate. Apăsați butonul corespunzător în mod repetat pentru a selecta programul dorit (de ex. apăsați 2x P4-6, pentru a accesa programul 5). Pentru a executa programul, apăsați în încheiere pe ON/OFF.

P = Selectarea programelor automate. Apăsați butonul atâta timp, până ce numărul de program dorit apare pe ecran. Pentru a executa programul, apăsați în încheiere pe ON/OFF.

Imaginea de ansamblu a programului

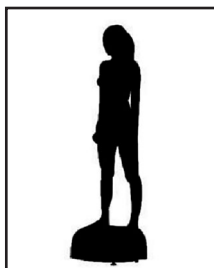
Fiecare program rulează timp de 10 minute, cu o reducere a vitezei pe măsura scurgerii timpului, după cum urmează:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

POZIȚII PENTRU ANTRENAREA DIFERITELOR PĂRȚI ALE CORPULUI

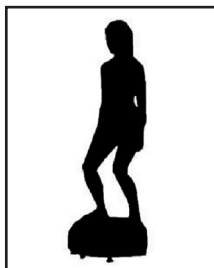
Poziția pentru antrenarea întregului corp:

Stați Stați pe suprafață, cu picioarele la lățimea umerilor.



Poziție flexată:

Stați pe suprafață, cu picioarele la lățimea umerilor, având picioarele flexate.



Antrenarea părții superioare a corpului:

Așezați-vă mâinile pe suprafața aparatului, la lățimea umerilor, fiind așezați în genunchi.



Antrenarea picioarelor inferioare:

Odihniți-vă picioarele inferioare pe suprafața materialului, cu mâinile puse pe sol, în spate, pentru susținere.



Antrenarea brațelor:

Ținând picioarele la lățimea umerilor, îndoiți-vă de la mijloc și întindeți-vă brațele drept înainte pentru a le lăsa pe suprafață.



Poziția pe un singur picior:

Puneți un picior pe pedală și stați drept și relaxat.



Poziția așezată:

Așezați-vă în siguranță pe suprafață, cu picioarele încrucișate.



Poziția așezată II:

Puneți-vă picioarele pe pedală în timp ce ședeți pe un scaun.



Metoda de mișcare

Prindeți produsul de margine opusă roții și țineți-l la un unghi de 45 de grade. Poate să fie rulat în funcție de necesitate.

Rezolvarea problemelor

	Disfuncționalitate	Cauza posibilă	Soluție
1	Iluminatul este oprit.	Alimentatorul nu este conectat corect la aparat	Conectați-l din nou.
		Comutatorul de alimentare al aparatului în poziția „0”	Aduceți-l în poziția „I”.
2	Sunetul	Unul dintre picioarele de cauciuc nu este așezat direct pe sol.	Reglați șuruburile piciorului în așa fel, încât aparatul să stea cu toate picioarele pe sol.
3	Telecomanda nu funcționează.	Lipsește bateria/Bateria este goală	Înlocuiți bateria.
		Prea departe de produs.	Respectați distanța maximă de 2,5 m.
4	Motorul se oprește în timpul utilizării	Motorul este supraîncălzit.	Opriți aparatul complet și reporniți-l după 10 minute.
5	Nu funcționează așa cum a fost anticipat.	Au fost recepționate prea multe comenzi.	Opriți și reporniți.

Curățare și îngrijire



Atenție!

Pericol de deteriorare! Utilizarea neconformă cu destinație poate cauza deteriorări.

Curățarea produsului

- Asigurați-vă că este oprit. Produsul poate să fie curățat cu o lavetă umedă, caldă, cu detergent. Asigurați-vă că produsul este complet uscat înainte de a-l porni.
- Nu folosiți benzină, solvenți sau alte substanțe agresive pentru curățare.

Înlăturare

Eliminarea ambalajului

Ambalajul produsului este compus din materiale reciclabile. Eliminați ambalajele în conformitate cu marcasele lor, în centrele locale de colectare, respective conform prescripțiilor naționale.

Date tehnice

Tensiunea nominală:	220-240 V
Frecvența:	50 Hz
Gama de viteză:	0-99 niveluri
Amplitudine:	0-12 mm
Încărcarea max.:	150 kg





Nu aruncați bateriile în foc și păstrați-le departe de flăcări și surse de aprindere.



Folosiți numai bateriile recomandate sau de tip echivalent!



Nu folosiți împreună tipuri de baterii ne-echivalente sau baterii noi împreună cu baterii vechi!



Nu lăsați bateriile la îndemâna copiilor.



Nu desfaceți niciodată bateriile.



Asigurați-vă că ați introdus bateriile cu polaritatea corectă.



Nu deteriorați bateriile mecanic.



Nu conectați bornele de alimentare. Evitați contactul cu obiecte metalice.



Nu încărcați din nou bateriile.

Indicații de înlăturare pentru echipamentele electrice și electronice

- Articolele electrice ca de ex. aparatele electronice, jucăriile, becurile economice și bateriile respectiv acumulatorii, care sunt marcate cu o pubelă tăiată, nu vor fi înlăturate la gunoii menajer.
- Bateriile și acumulatorii utilizați în aparate trebuie scoase înainte de înlăturare și predate separat.
- Predați articolele electrice separat la punctul de colectare. Astfel se pot recicla resursele și se pot înlătura substanțele dăunătoare în mod corespunzător. Astfel veți avea o contribuție importantă la protecția mediului!
- Indicații suplimentare pentru manipularea becurilor economice sparte se găsesc la www.kaufland.com.

Indicații pentru articole electrice antrenate de baterii

- Respectați indicațiile fabricantului de baterii!
- Folosiți numai bateriile recomandate sau de tip echivalent!
- Nu folosiți împreună tipuri de baterii ne-echivalente sau baterii noi împreună cu baterii vechi!
- La inserarea bateriilor aveți grijă de polaritatea corectă!
- În caz de neutilizare mai îndelungată scoateți bateriile din produs!
- Scoateți bateriile goale din produs!
- Bateriile ne-reîncărcabile nu trebuie încărcate!
- Nu scurt-circuitați locurile de racordare!
- Nu aruncați bateriile în foc!
- A nu se lăsa la îndemâna copiilor!

Indicații de înlăturare

Bateriile nu aparțin deșeurilor casnice. Ca utilizator aveți obligația legală de a restitui bateriile uzate. Puteți preda gratuit bateriile uzate la centre comerciale sau la centre de colectare autorizate din localitatea dvs. Bateriile conțin substanțe nocive, care în caz de înlăturare incorrectă sunt dăunătoare mediului înconjurător și pot afecta sănătatea umană.



Pred prvým použitím

Pred používaním výrobku sa oboznámte so všetkými pokynmi na obsluhu a bezpečnostnými pokynmi. Používajte výrobok iba podľa opisu a uvedeného účelu použitia. Tento návod na obsluhu uschovajte pre neskoršie použitie. Ak odovzdáte výrobok tretej osobe, odovzdajte jej aj všetky podklady k výrobku.

DÔLEŽITÉ, NÁVOD USCHOVAJTE PRE NESKORŠIE POUŽITIE A DÔKLADNE SI HO PREČÍTAJTE!

Rozsah dodávky

- 1 vibračná platforma
- 2 expandéry s držadlami
- 1 diaľkový ovládač s batériami
- 1 napájací kábel

Skontrolujte výrobok na úplnosť dielov, ako aj na prepravné poškodenie. Poškodený výrobok nepoužívajte! V prípade poškodenia sa obráťte na svoju predajňu Kaufland.

Vysvetlenie označení

V tomto návode na obsluhu, na výrobku a na obale sú použité nasledovné označenia a symboly.



Upozornenie!

Toto označenie označuje nebezpečenstvo so stredným stupnom, ktoré môže v prípade, že sa mu nepredídte, viesť k smrti alebo ťažkým zraneniam.



Pozor!

Toto označenie varuje pred možnými vecnými škodami.



Týmto symbolom označené výrobky spĺňajú všetky príslušné európske predpisy.

Bezpečnosť

Pred prvým používaním výrobku si dôkladne prečítajte nasledovné bezpečnostné pokyny. Pre bezpečné používanie dbajte na všetky nasledovné bezpečnostné pokyny

Účel použitia

Používajte tento výrobok iba na určený účel použitia. Iné použitie alebo modifikácie výrobku sú v rozpore s účelom použitia a môžu viesť k zraneniam a poškodeniam. Výrobca nepreberá zodpovednosť za škody, ktoré vznikli následkom použitia v rozpore s účelom použitia. Výrobok nie je určený na komerčné použitie.

Bezpečnosť detí a osôb



UPOZORNENIE!

- **Nebezpečenstvo úrazu pre deti a batolaťá!**

Nenechávajte deti nikdy v prítomnosti obalového materiálu bez dozoru! Hrozí nebezpečenstvo udusenía, deti podceňujú často nebezpečenstvo! Nebezpečenstvo ohrozenia života a zranenia dojčiat a detí!

- **Pozor nebezpečenstvo úrazu!**

Uistite sa, že sú všetky časti bez poškodenia. Poškodené časti môžu mať vplyv na bezpečnosť a stabilitu.

- **Všeobecné bezpečnostné pokyny**

Pred použitím dbajte na stabilitu výrobku. Používajte výrobok správne a len v určenej oblasti použitia. Všetky komponenty je potrebné držať v dostatočnej vzdialenosti od otvoreného ohňa.

- Osoby trpiace vysokým tlakom, bronchitídou, srdcovými, kožnými či inými ochoreniami a tehotné ženy by sa mali pred použitím výrobku poradiť s lekárom.
- Aby ste sa vyhli zraneniu a poškodeniu prístroja, je zakázané stúpať na nášľapnú plochu plnou váhou len jednou nohou.
- Nestúpajte celou svojou váhou na jednu stranu, inak hrozí prevrhnutie prístroja.
- Prístroj smie používať naraz iba jedna osoba.
- Nedotýkajte sa prístroja mokkými rukami.
- Tento výrobok smú používať deti od 14 rokov alebo osoby s obmedzenými fyzickými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami alebo s nedostatkom skúseností alebo vedomostí s používaním prístroja, iba ak by boli pod dohľadom alebo dostali pokyny, ako výrobok bezpečne používať a porozumeli z toho plynúcim nebezpečenstvám.
- Čistenie a užívateľskú údržbu nesmú vykonávať deti bez dozoru.
- Deti sa nesmú hrať so spotrebičom. Aby sa zabezpečilo, že sa deti nebudú so spotrebičom hrať, musia byť pod dozorom.
- Čistenie a údržbu nesmú vykonať deti bez dozoru.

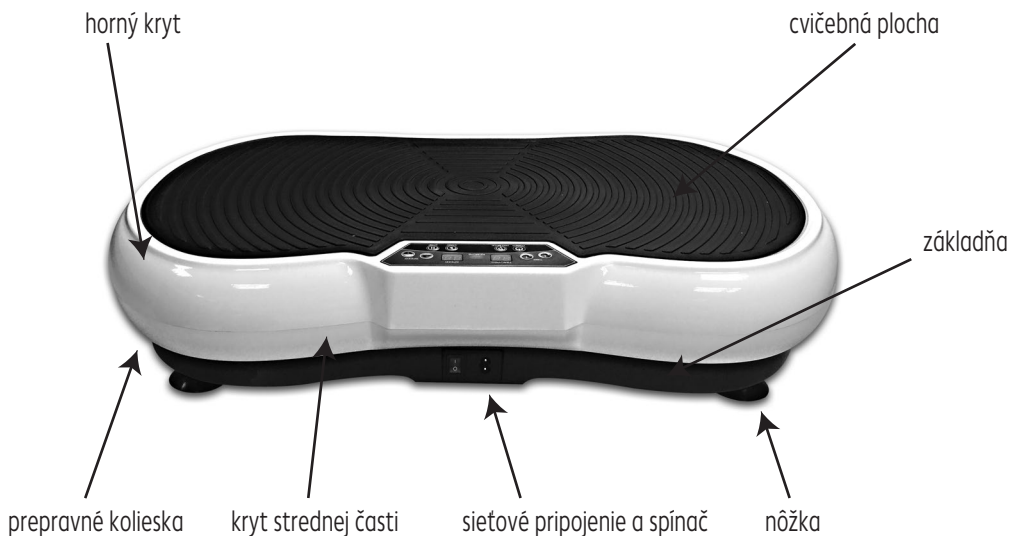
Bezpečnostné pokyny

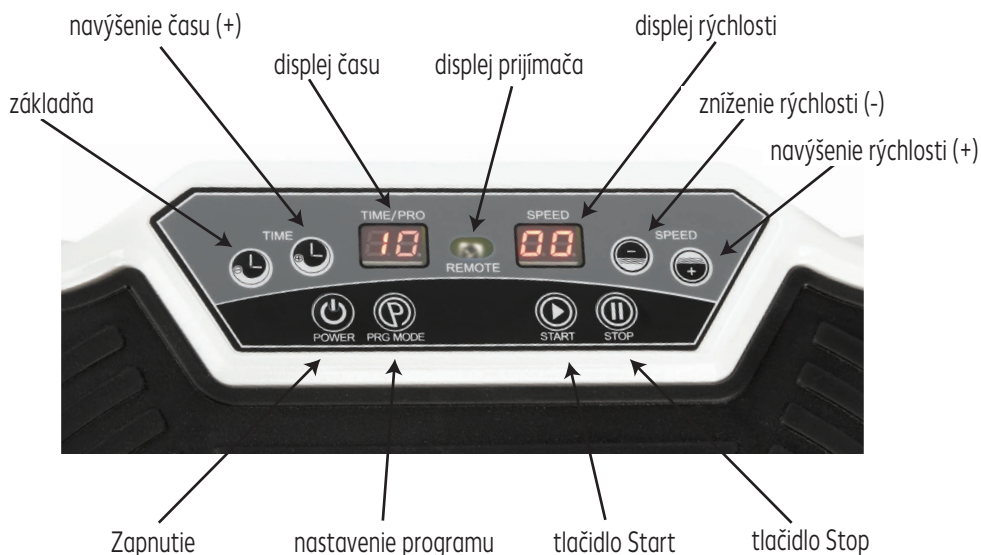


- **NEBEZPEČENSTVO OHROZENIA ŽIVOTA!** Batérie môžu byť prehltnuté, čo môže ohroziť život. Ihneď vyhľadajte lekársku pomoc, ak ste prehltli batériu.
- Tento prístroj môžu používať osoby (vrátane detí) so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami alebo s nedostatkom skúseností alebo znalostí, ak sú pod dozorom alebo dostali pokyny týkajúce sa bezpečného používania.
- Nikdy nevystavujte výrobok vysokým teplotám a vlhkosti, môže dôjsť k poškodeniu prístroja.

Návod na obsluhu

Schéma produktu





Ovládanie pomocou tlačidiel funkcií na prístroji

Prepnite tlačidlo pripojenia k sieti (vedľa pripojenia k sieti) do polohy "I", aby ste prístroj spustili a do polohy "0", aby ste ho vypli.

POWER = Stlačte tlačidlo, aby ste prístroj uviedli do hotovostného režimu. Až potom je možné začať s ručne ovládaným alebo automaticky riadeným cvičením. Opakovaným stlačením tlačidla je príslušná voľba programu popr. manuálne ovládanie zrušené.

START = Stlačte tlačidlo, aby ste zahájili cvičenie. Dbajte o to, aby tlačidlo sieťového pripojenia bolo prepnuté do správnej polohy pred začatím cvičenia.

STOPP = Stlačte tlačidlo, aby ste cvičenie zastavili. Dbajte o to, aby tlačidlo sieťového pripojenia bolo prepnuté do správnej polohy pred začatím

cvičenia, popr. prepnuté späť po jeho ukončení.

SPEED = Zvýšte (+) alebo znížte (-) rýchlosť niekoľkonásobným stlačením týchto tlačidiel. Tieto tlačidlá môžete používať len pri manuálnom ovládaní, nie pri automatickom programe.

TIME = Navýšte (+) alebo znížte (-) čas (dĺžku cvičenia) niekoľkonásobným stlačením týchto tlačidiel. Tieto tlačidlá môžete používať len pri manuálnom ovládaní, nie pri automatickom programe.

PRG. MODE = Voľba automatického programu (P0-P9). Stlačte tlačidlo toľkokrát, až sa na displeji objaví Vami zvolený program. Aby ste program spustili, stlačte tlačidlo **START**.

Diaľkové ovládanie

Spolahlivá oblasť prijmu diaľkového ovládania je 2,5 m. Infračervené svetlo diaľkového ovládania musí byť namierené na infračervený prijímač na prístroji.



Dbajte o to, aby pred použitím diaľkového ovládania bolo najskôr stlačené tlačidlo sieťového pripojenia a potom tlačidlo POWER.

ON/OFF = Stlačte tlačidlo, aby ste spustili cvičenia, popr. aby ste ich ukončili. Dbajte o to, aby tlačidlo sieťového pripojenia bolo prepnuté do správnej polohy pred začatím cvičenia, popr. prepnuté späť po jeho ukončení.

S+ / S- = Zvýšte (+) alebo znížte (-) rýchlosť niekoľkonásobným stlačením týchto tlačidiel. Tieto tlačidlá môžete používať len pri manuálnom ovládaní, nie pri automatickom programe.

T+ / T- = Navýšte (+) alebo znížte (-) čas (dĺžku cvičenia) niekoľkonásobným stlačením týchto tlačidiel. Dbajte o to, aby nebola prekročená maximálna dĺžka trvania cvičenia 10 minút. Tieto tlačidlá môžete používať len pri manuálnom ovládaní, nie pri automatickom programe.

Low / Mid / High = Stlačením týchto tlačidiel môžete zvoliť prednastavenú rýchlosť (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Tieto tlačidlá môžete používať len pri manuálnom ovládaní, nie pri automatickom programe.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Voľba automatického programu. Viacnásobným stlačením tlačidla zvolíte požadovaný program (napr. 2x stlačenie P4-6 vyberiete program 5). Aby ste program spustili, stlačte následne tlačidlo ON/OFF.

P = Voľba automatického programu. Stlačte tlačidlo toľkokrát, až sa na displeji objaví požadovaný program. Aby ste program spustili, stlačte následne tlačidlo ON/OFF.

Prehľad programov

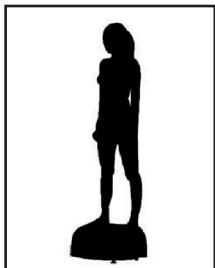
Každý program má dĺžku trvania 10 minút, pričom sa rýchlosť s ubiehajúcim časom mení nasledujúcim spôsobom:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

POSTOJE PRI CVIČENÍ

Cvičenie postojacky:

Postavte sa na nášľapné plochy s chodidlami od seba.



Drep:

Postavte sa na nášľapné plochy s chodidlami od seba a čupnite si.



Horná časť tela

V kľaku položte dlane na nášľapné plochy ďaleko od seba.



Dolná časť končatín:

Položte lýtko na nášľapné plochy s rukami opretými vzadu.



Paže:

Predkloňte sa, natiahnite paže a položte dlane na nášľapné plochy ďaleko od seba.



Postoj s jednou nohou:

Položte nohu na nášľapnú plochu s váhou prenesenou na druhej nohe.



Sed:

Sadnite si na nášľapnú plochu s prekříženými nohami.



Sed II:

Posaďte sa na stoličku a chodidlá položte na nášľapnú plochu.



Preprava

Uchopte výrobok za okraj naproti nastavovaciemu koliesku a držte ho v uhle 45 stupňov. Ťahajte ho za sebou.

Riešenie problémov

	Porucha funkcie	Možná príčina	Riešenie
1	Osvetlenie nesvieti.	Sieťové pripojenie prístroja nie je správne prevedené.	Zastrčte znova zástrčku.
		Tlačidlo sieťového pripojenia je v polohe "0"	Prepnite tlačidlo do polohy "I".
2	Prístroj je hlučný	Niektoré z gumových nožičiek nestojí priamo na podlahe.	Skrutkovaním nôžky nastavte tak, aby prístroj stál všetkými nôžkami na podlahe.
3	Diaľkové ovládanie nefunguje	Chýbajúce batérie / batérie sú vybité	Vložte batérie. Vymeňte batérie.
		Príliš veľká vzdialenosť ovládača od prístroja.	Dodržte maximálnu vzdialenosť 2,5 m.
4	Motor sa počas používania zastavuje	Motor je prehriaty.	Prístroj úplne vypnite a znova ho spustíte po 10 minútach.
5	Prístroj nefunguje, ako má.	Bolo vydané príliš veľa príkazov.	Prístroj vypnite a znova spustíte.

Čistenie a starostlivosť



Upozornenie!

Nebezpečenstvo poškodenia!
Nesprávne používanie výrobku môže viesť k poškodeniu.

Čistenie výrobku

- Presvedčte sa, že výrobok nie je pripojený k el. sieti. Na čistenie prístroja používajte vlhkú, teplú handričku. Než prístroj znova zapnete, presvedčte sa, že je kompletne suchý.
- Na čistenie v žiadnom prípade nepoužívajte benzín, rozpúšťadlá alebo agresívne čistiace prostriedky.

Likvidácia

Likvidácia obalu

Obalový materiál sa skladá z recyklovateľných materiálov. Obalový materiál zlikvidujte podľa jeho označenia v na to určených zberných miestach resp. podľa platných predpisov.

Technické údaje

Menovité napätie:	220-240 V
Frekvencia:	50 Hz
Rozsah rýchlostí:	Úrovně 0-99
Amplitúda:	0-12 mm
Max. váha cvičiaceho:	150 kg



	Batérie nehádzte do ohňa a držte ich mimo dosahu plameňov a zdrojov ohňa.
	Používajte len odporúčané batérie alebo batérie rovnakého typu!
	Batérie rozdielnych typov alebo nové a použité batérie spolu nepoužívajte.
	Batérie uskladňujte mimo dosahu detí.
	Batérie nikdy nerozoberajte.
	Pri vkladaní batérií dbajte na správnu polaritu.
	Batérie mechanicky nepoškodzuje.
	Nikdy neskratujte napájacie svorky. Vyhýbajte sa ich priamemu kontaktu s kovovými predmetmi.
	Nenabíjajte prázdne batérie.

Pokyny na likvidáciu odpadu pre elektrický tovar

- Elektrický tovar, napríklad elektrické spotrebiče, hračky, úsporné žiarovky a batérie alebo akumulátory, ktoré sú označené preškrtnutým kontajnerom, nesmú byť v žiadnom prípade vyhodené do domového odpadu.
- Batérie a akumulátory použité v prístrojoch musia byť pred likvidáciou odstránené a odovzdané oddelene.
- Elektrický tovar bezplatne odovzdajte do verejných zberní. Tak možno vysoko kvalitné suroviny recyklovať a odborne zlikvidovať eventuálne škodlivé látky. Tým môžete významne prispieť k ochrane životného prostredia!
- Doplnujúce informácie o manipulácii s rozbitými žiarovkami nájdete na www.kaufland.com.

Pokyny pre elektrické výrobky s batériovým pohonom

- Dodržujte prosím pokyny výrobcu batérie!
- Používajte len odporúčané batérie alebo batérie rovnakého typu!
- Batérie rozdielnych typov alebo nové a použité batérie spolu nepoužívajte!
- Pri vkladaní batérií dbajte na správnu polaritu!
- Ak výrobok dlhšie nepoužívate, batérie prosím vyberte!
- Vybité batérie vyberte z výrobku!
- Batérie, ktoré nie je možné nabíjať, nesmiete nabíjať!
- Výrobok neskratujte!
- Batérie nehádzte do ohňa!
- Uchovávajte mimo dosahu detí!

Pokyny pre likvidáciu odpadu

Batérie nevyhadzujte do domového odpadu. Ako spotrebitelia ste zákonne viazaní vrátiť späť použité batérie. Staré batérie môžete bezplatne odovzdať do predajní alebo do verejných zberníc vo Vašej obci. Batérie obsahujú škodlivé látky, ktoré pri neodbornej likvidácii zatažujú životné prostredie a môžu poškodiť ľudské zdravie.



Преди употреба за първи път

Запознайте се добре с всички указания за използване и безопасност, преди да използвате изделиято. Използвайте изделиято само по описания начин и в посочените области на прилагане. Запазете за бъдещи справки това ръководство за употреба. При предаване на изделиято на трети лица връчвайте им всички приложени документи.

ВАЖНО, ЗАПАЗЕТЕ ЗА БЪДЕЩИ СПРАВКИ: ПРОЧЕТЕТЕ СТАРАТЕЛНО!

Обхват на доставката

- 1 Вибрираща платформа
- 2 експандер ленти
- 1 дистанционно управление с батерии
- 1 захранващ кабел

Проверете, дали всички части са налични и огледайте продукта за повреди от транспортирането. Не използвайте повреден продукт! При повреда, моля, обърнете се към филиал на Kaufland.

Разясняване на знаците

В тази инструкция за потребителя, върху продукта или върху опаковката се използват следните сигнални думи и символи:



Предупреждение!

Тази сигнална дума отбелязва опасност със средна степен на риск, която, ако не е избегната, може да доведе до смърт или тежки телесни повреди.



Внимание!

Тази сигнална дума предупреждава за възможни материални щети.



Означените с този символ изделия изпълняват всички подлежащи на прилагане правила на общността на Европейското икономическо пространство.

Безопасност

Прочетете старателно следващите указания за безопасност, преди да използвате продукта за първи път. За сигурна употреба спазвайте всички следващи указания за безопасност.

ИЗПОЛЗВАНЕ ПО ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

Използвайте изделието само за предвиденото предназначение.

Всички употреби за други цели или модификации на изделието ще се смятат за не по предназначение и могат да доведат до наранявания, имуществени щети и повреди. За повреди и щети, възникнали поради употреба не по предназначение, производителят не носи отговорност. Изделието не е предназначено за промишлени и търговски цели.

Безопасност за деца и други хора



Предупреждение!

- **Опасност от злополуки за малки и големи деца!**

Никога не оставяйте опаковъчните материали при деца без надзор! Има опасност от задушаване, децата често подценяват опасностите! Опасност за живота и от нараняване за малки и големи деца!

- **Внимание, опасност от нараняване!**

Проверете дали всички части са без повреди. Повредените части могат да влошат безопасността и стабилността.

- **Общи указания за безопасност**

Осигурете стабилността на изделието преди използването. Използвайте изделието по предназначение и само в предвидените области на прилагане. Всички съставни части трябва да се пазят на разстояние от открит огън.

- Хората с хипертония, бронхит, сърдечни или кожни заболявания, диабет или други заболявания, както и бременните жени трябва първо да се посъветват с лекар, преди да използват това изделие.
- За да се избегнат нараняване и повреждане, забранено е тропането с крака върху платформата.
- Не товарете с цялата си тежест едната страна; иначе машината може да се преобърне.
- Уредът може да се използва само от един човек наведнъж.
- Не пипайте уреда с мокри ръце .
- Това устройство може да се използва от деца на 14-годишна възраст или от хора с намалени физически, сетивни или психически способности или липса на опит и знания, ако са били под наблюдение или инструктирани за безопасното използване на устройството и разбират опасностите, произтичащи от него.
- Почистването и поддръжката на потребителя не трябва да се извършват от деца без надзор.

- Децата не могат да играят с това устройство. Поради това децата винаги трябва да бъдат подлагани на надзор, за да се уверят, че не играят с устройството
- Почистването и поддръжката не трябва да се извършват от деца без надзор.

безопасност



- **ОПАСНОСТ ЗА ЖИВОТА!** Батериите може да бъдат глътнати, което може да е опасно за живота. Веднага потърсете лекарска помощ, ако бъде погълната батерия.
- Уредът не е предназначен за употреба от лица (включително деца) с ограничени физически, сензорни или умствени способности или с липса на опит и / или знания, освен ако те не са под контрола на лице, компетентно за тяхната сигурност или не получават от него указания за използването на продукта.
- Никога не излагайте продукта на високи температури и влага, тъй като в противен случай продуктът може да се повреди.

Инструкция за употреба

Схематично представяне на изделието





Управление чрез функционалните бутони на уреда

Натиснете пусковия ключ на уреда (до извода за електрозахранване) в положение „I“, за да включите уреда, или в положение „0“, за да изключите уреда.

POWER = Натиснете този бутон, за да превключите уреда в режим на готовност. Едва след това може да се започне с ръчна или автоматична тренировка. Чрез натискане отново на бутона се отменя актуалната програма или съответно ръчният избор

START = Натиснете бутона, за да стартирате тренировката. Внимавайте пусковият ключ на уреда да е във включено положение преди започване на тренировката.

STOPP = Натиснете бутона, за да спрете тренировката. Внимавайте пусковият ключ на

уреда да е във включено положение преди започване на тренировката и съответно да е изключен след края на тренировката.

SPEED = Увеличавайте (+) или намалявайте (-) скоростта чрез едно- или неколккратно натискане на тези бутони. Тези бутони могат да се използват само при ръчно трениране, не и при автоматична програма.

TIME = Увеличавайте (+) или намалявайте (-) времето за трениране чрез едно- или неколккратно натискане на тези бутони. Внимавайте максималното време да не превишава 10 минути. Тези бутони могат да се използват само при ръчно трениране, не и при автоматична програма.

PRG. MODE = Избор на автоматична програма (P0-P9). Натискайте бутона, докато на дисплея се появи желаният номер на програма. За да задействате програмата, натиснете **START**.

Управление чрез дистанционното устройство

Допустимият обхват на приемане за дистанционното устройство е 2,5 m. Инфрочервеният лъч от устройството за дистанционно управление трябва да е насочен към инфрочервения приемник на уреда.



Имайте предвид, че преди използването на дистанционното управление първо трябва да се натиснат пусковият ключ и бутонът POWER.

ON/OFF = Натиснете бутона, за да стартирате или да спрете тренировката. Имайте предвид, че пусковият ключ на уреда трябва да е във включено положение преди започване на тренировката или съответно да е изключен след края на тренировката.

S+ / S- = Увеличавайте (+) или намалявайте (-) скоростта чрез едно- или неколккратно натискане на тези бутони. Тези бутони могат да се използват само при ръчно трениране, не и при автоматична програма.

T+ / T- = Увеличавайте (+) или намалявайте (-) времето за трениране чрез едно- или неколккратно натискане на тези бутони. Внимавайте максималното време да не превишава 10 минути. Тези бутони могат да се използват само при ръчно трениране, не и при автоматична програма.

Low / Mid / High = Чрез натискане на бутон можете да изберете предварително зададена скорост (Low = 30 / Mid = 60 / High = 99). Тези бутони могат да се използват само при ръчно трениране, не и при автоматична програма.

P0-3 / P4-6 / P7-9 = Избор на автоматична програма. Натиснете още няколко пъти съответния бутон, за да изберете желаната програма (например натиснете 2 пъти P4-6, за да извикате програма 5). За да задействате програмата, натиснете накрая ON/OFF

P = Избор на автоматична програма. Натискайте бутона, докато на дисплея се появи желания номер на програма. За да задействате програмата, натиснете накрая ON/OFF.

Преглед на програмите

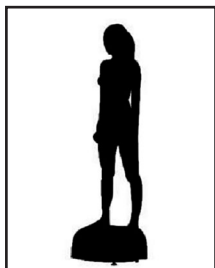
Всяка програма работи за 10 минути, при което скоростта се променя с намаляването на времето по следния начин:

	10min	9min	8min	7min	6min	5min	4min	3min	2min	1min
P0	15	15	30	30	45	45	60	60	75	75
P1	5	5	10	10	20	20	25	25	30	30
P2	5	5	10	10	15	15	20	20	25	25
P3	25	25	45	70	90	70	40	30	15	5
P4	25	25	25	25	25	25	25	25	25	50
P5	15	15	35	35	20	20	40	40	25	25
P6	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
P7	5	5	15	15	10	10	20	20	15	15
P8	70	70	70	70	70	70	70	70	70	25
P9	35	35	40	45	50	55	60	65	70	75

ПОЛОЖЕНИЯ ЗА УПРАЖНЯВАНЕ НА ЧАСТИТЕ НА ТЯЛОТО

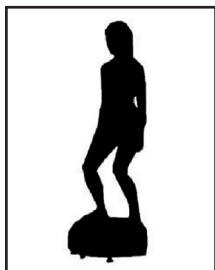
Положение за упражняване на цялото тяло:

Застанете на платформата със стъпала на широчината на раменете.



Клекнало положение:

Застанете на платформата със стъпала на широчината на раменете, като същевременно прикляквате.



Трениране на горната част на тялото:

Застанете на колене и сложете върху платформата длани на широчината на раменете



Трениране на долните части на краката:

Разположете долните части на краката си върху платформата с подпрени зад Вас длани на ръцете за опора.



Трениране на ръцете:

Със стъпала на широчината на раменете се наведете от кръста и опрете ръцете си изправени върху платформата.



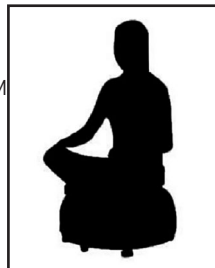
Положение на един крак

Сложете едното си стъпало върху платформата и застанете отпуснати и изправени.



Седнало положение:

Седнете сигурно върху платформата с кръстосани крака.



Седнало положение II:

Сложете краката си върху платформата, като седите на стол.



Начин на придвижване

Хванете изделието за противоположния на колелото край и го дръжте под ъгъл 45 градуса. Така то ще може да се търкаля според нуждите.

Справяне с проблеми

	Неизправност	Възможна причина	Решение
1	Осветлението не свети	Адаптерът не е свързан правилно с уреда	Включете отново.
		Пусков ключ на уреда в положение „0“	Поставете в положение „I“.
2	Шум	Едно от гумените крачета не е стъпило право на пода.	Нагласете винтовете на крачетата така, че уредът да стъпи с всичките крачета на пода.
3	Дистанционното управление не работи	Няма батерия / изтощена батерия	Сменете батерията.
		Прекалено отдалечено от изделието	Спазвайте максимално разстояние 2,5 m.
4	Двигателят спира по време на използването	Двигателят е прегрял.	Изключете напълно уреда и стартирайте отново след 10 минути.
5	Не работи както е предвидено.	Получени са прекалено много команди.	Изключете и стартирайте отново.

Почистване и поддържане



Внимание!

Опасност от повреждане!
Неправилното боравене с
изделието може да доведе до
повреди и щети.

Почистване на изделието

- Осигурете да е изключено електрозахранването. Машината може да се почиства с топла, влажна кърпа с миеш препарат. Осигурете машината да е напълно изсъхнала, преди да я включите отново.
- В никакъв случай не използвайте за почистването бензин, разтворители или агресивни почистващи средства.

Отстраняване на отпадъци

Изхвърляне на опаковката

Опаковката на продукта се състои от годни за рециклиране материали. Предайте опаковъчните материали съгласно маркировката им в обществените пунктове за събиране или съгласно местните наредби.

Технически характеристики

Номинално напрежение:	220-240 V
Честота:	50 Hz
Диапазон на скорости:	0-99 нива
Амплитуда:	0-12 mm
Макс. натоварване:	150 kg





Не хвърляйте батерии в огън и ги дръжте на разстояние от пламъци и от източници на запалване.



Използвайте само препоръчаните батерии или батерии от подобен тип!



Не използвайте едновременно батерии от различен тип или нови и използвани батерии!



Дръжте батериите извън достъпа на деца.



Никога не чупете и не разглобявайте батерии.



Осигурявайте правилно положение на полюсите при слагането на батериите.



Не повреждайте механично батериите.



Никога не свързвайте захранващите клеми накъсо. Предотвратявайте допирането им до метални предмети.



Не презареждайте изтощени докрай батерии.

Указания за отстраняване на излязло от употреба електрическо и електронно оборудване

- Излязлото от употреба електрическо и електронно оборудване, като например електроуреди, играчки, енергоспестяващи лампи и батерии или акумулатори, които са означени със задраскан контейнер за отпадъци, не бива в никакъв случай да се изхвърлят заедно с битовите отпадъци.
- Сложените в уредите батерии и акумулатори трябва да се извадят преди отстраняването и да се предадат отделно.
- Предавайте излязлото от употреба електрическо и електронно оборудване в общински пункт за събирането му. Така ще могат да се рециклират ценни суровини и компетентно да се отстранят евентуално съдържащите се вредни вещества. Така ще дадете съществен принос за опазване на околната среда!
- Допълнителни указания за справянето със счупени енергоспестяващи лампи можете да намерите на www.kaufland.com

Указания за електроуреди, захранвани с батерии

- Моля, спазвайте указанията на производителя на батериите!
- Използвайте само препоръчаните батерии или батерии от подобен тип!
- Не използвайте едновременно батерии от различен тип или нови и използвани батерии!
- Внимавайте за правилната полярност, когато поставяте батериите!
- Изваждайте батериите, когато няма да използвате изделията продължително време!
- Извадете празните батерии от изделието!
- Не трябва да се зареждат презареждащи се батерии!
- Не свързвайте накъсо местата за присъединяване!
- Не изхвърляйте батериите в огъня!
- Да се съхранява на недостъпно за деца място!

Указания за изхвърляне

Батериите не спадат към битовите отпадъци. Като потребител, Вие сте законово задължен да върнете използваните батерии. Можете безплатно да предадете Вашите стари батерии в магазините, в които се продават батерии, или в обществените пунктове за събиране на вторични суровини във Вашата община. Батериите съдържат вредни вещества, които при неправилно изхвърляне замърсяват околната среда и могат да се отразят отрицателно на здравословното състояние на хората.









(D) UNSERE ZUFRIEDENHEITSGARANTIE !

Newletics® ist Qualität - garantiert. Dazu stehen wir: Zufrieden oder Geld zurück. Fragen zu Newletics®? Tel.: 0800 1528352 (Kostenfrei aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz)

(CZ) NAŠE ZÁRUKA SPOKOJENOSTI !

Newletics® je zárukou kvality. Za tím si stojíme: Spokojenost nebo vrácení peněz. Otázky ke Newletics®? Tel.: 800 165894 (bezplatně z české pevné a mobilní sítě)

(HR) JAMSTVO ZADOVOLJSTVA !

Newletics® je kvaliteta - garantirano. Stoga ili ste zadovoljni, ili Vam vraćamo novac. Imate pitanja o Newletics®? Tel.: 0800 223223 (besplatno iz hrvatske fiksne ili mobilne mreže)

(PL) GWARANCJA ZADOWOLENIA !

Newletics® to gwarantowana jakość. Zapewniamy: zadowolenie albo zwrot pieniędzy. Masz pytania dotyczące Newletics®? Tel.: 800 300062 (bezpłatne połączenia z telefonów stacjonarnych i komórkowych)

(RO) (MD) CALITATE GARANTATĂ !

Garantăm calitatea produselor Newletics® și asigurăm returnul dacă vîi cu produsul înapoi. Întrebări despre Newletics®? Tel.: 0800 080888 (număr apelabil doar din rețelele Orange, Vodafone, Telekom, Urc România și RCS&RDS)

(SK) ZÁRUKA SPOKOJNOSTI !

Newletics® je zaručená kvalita. U nás platí: spokojnosť alebo vrátenie peňazí. Otázky k produktu Newletics®? Tel.: 0800 152835 (bezplatne z pevnej aj mobilnej siete)

(BG) НАШАТА ГАРАНЦИЯ ЗА УДОВЛЕТВОРЕНОСТ !

Newletics® е с гарантирано качество.Заставаме зад това: удовлетвореност или Ви връщаме парите. Въпроси за Newletics®? тел.: 0800 12220 (безплатно от цялата страна)

Hersteller / Výrobce / Proizvođač /
Producent / Producător / Výrobca /
Производитель:
Kaufland Stiftung & Co. KG, Rötelsstr. 35,
74172 Neckarsulm, Deutschland, Nemecko,
Njemacka, Niemcy, Germania, Nemecko,
Германия

Importator / Distribuitor MD: Kaufland SRL,
str. Sfatul Țării, nr. 29, Chișinău,
MD-2012, Republica Moldova

Дистрибутор: Кауфланд България ЕООД
енд Ко КД, ул. Скопие 1А, 1233 София

Ursprungsland: China /
Země původu: Čína /
Zemlja podrijetla: Kina /
Wyprodukowano w Chinach /
Țara de origine: China /
Krajina pôvodu: Čína /
Страна на произход: Китай

780 / 3175830

1174181-4018