

# PLACĂ VIBROMASAJ

MSG-FIT3D



## Manual de operare

Înainte de utilizare, vă rugăm să citiți cu atenție acest manual și să îl păstrați corespunzător.



## **AVERTIZARE**

Pentru a reduce riscul de rănire, utilizatorul trebuie să citească și să înțeleagă acest manual de instrucțiuni înainte de a utiliza Vibration Plate Slim. Acest aparat este destinat exclusiv pentru uz casnic, numai în conformitate cu instrucțiunile furnizate în acest manual.

Vă rugăm să citiți cu atenție aceste instrucțiuni și să le păstrați pentru o utilizare ulterioară.

### **INSTRUCȚIUNI IMPORTANTE PRIVIND SIGURANȚĂ**

- Nu este destinat copiilor sau femeilor însărcinate!
- A se utiliza numai în scopul prevăzut.
- A se utiliza numai în interior, numai în mediu uscat.
- A nu se utiliza dacă produsul este deteriorat.
- Nu săriți pe placă sau pe mașină.
- Așezați dispozitivul numai pe o suprafață solidă, plană și rezistentă la umezeală.
- După utilizare, aparatul trebuie oprit și deconectat.
- Efectuați câteva exerciții de încălzire înainte de a începe să folosiți echipamentul.
- Creșteți treptat intensitatea vitezei și durata exercițiilor.
- O singură persoană are voie să utilizeze aparatul.
- Consultați imediat medicul atunci când vă simțiți rău, aveți dureri la nivelul articulațiilor sau în alte părți ale corpului, dureri în piept, ritm cardiac anormal sau orice alte simptome anormale.
- Dacă nu ați făcut sport de mult timp sau dacă aveți o problemă cardiacă, neurologică, tulburări circulatorii sau probleme ortopedice, înainte de a utiliza acest aparat, trebuie să vă adresați mai întâi medicului dumneavoastră.
- Opriți imediat utilizarea aparatului dacă vă simțiți obosit, inconfortabil sau amețit.
- Nu utilizați acest aparat mai mult de 10 minute odată.
- Acest aparat nu este destinat utilizării de către persoane cu capacități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau cu lipsă de experiență și cunoștințe, cu excepția cazului în care aceștia sunt supravegheați sau li s-au dat instrucțiunile privind utilizarea aparatului de către o persoană responsabilă pentru siguranța lor.

**AVERTISMENT:** Înainte de a începe orice program de exerciții, consultați medicul. Acest lucru este deosebit de important pentru persoanele cu probleme de sănătate preexistente. Vânzătorul nu își asumă nicio responsabilitate pentru vătămări corporale sau daune materiale suferite de sau ca urmare a utilizării acestui produs.

**RECOMANDĂRI MEDICALE:** NU TREBUIE să folosiți **Aparatul de Vibromasaj** fără acordul medicului dumneavoastră dacă:

- Sunteți gravidă
- Ați suferit recent o operație sau o intervenție chirurgicală
- Aveți leziuni la genunchi, umăr, spate sau gât
- Aveți afecțiuni ale retinei

Vă recomandăm să consultați medicul înainte de a utiliza Aparatul de Vibromasaj dacă aveți oricare dintre următoarele:

- Afecțiuni cardiace sau cardiovasculare
- Tensiune arterială crescută
- Tromboză acută
- Hernie acută
- Diabet sever
- Epilepsie
- Migrene severe
- Tumoare malignă
- Pacemaker, implant metalic, articulație (-ii) sau membru (-e) artificial (-e), stenturi sau DIU, plăci sau pini de metal
- Orice boli sau infecții recente
- Tromboză venoasă profundă
- Cancer

## **SPECIFICAȚIILE PRODUSULUI**

Capacitate greutate utilizator:	120 kg
Dimensiuni:	780 x445 x 170mm
Greutate transport:	21,5 kg
Greutate netă:	18 kg
Cerințe de putere:	220-240V
Frecvență nominală:	50 / 60Hz

## **INSTRUCTIUNI DE ASAMBLARE**

### **PASUL 1**

- Alegeți un loc potrivit pentru echipamentul dvs. de vibromasaj. Asigurați cel puțin 1 metru de spațiu liber de fiecare parte a mașinii pentru a evita rănirea. Așezați mașina pe o suprafață solidă, plană, cu un înveliș adecvat pentru podea sau covor.
- Introduceți în telecomandă 2 baterii alcaline AAA.

### **PASUL 2**

#### **Rolă**

- Există o rolă pe partea inferioară a marginii din dreapta a mașinii, din direcția cum priviți spre ecran. Țineți partea stângă a mașinii și ridicați la un unghi de 45°. Apoi utilizați rola pentru a poziționa mașina în locul optim pentru antrenament.

### **PASUL 3**

#### **Benzi de rezistență**

- Atașați benzile de rezistență prin localizarea brațului metalic sub utilaj. Deplasați-l în afară, astfel încât brațul să fie îndreptat în afară de sub disc. Slăbiți dispozitivul de blocare a carabinei (dacă este necesar) de la capătul benzii de rezistență, fixați-l prin orificiul de la capătul barei de metal, apoi înșurubați zăvorul pe clema pentru carabină în poziție.  
Notă: Asigurați-vă că clema pentru carabină este fixată prin înșurubarea încuietorii în poziție, pentru a vă asigura că clema nu se desprinde în timpul utilizării.

## DESCRIEREA FUNCTIILOR

### Panou de control



### Telecomandă



### Descrierea funcțiilor

- Asigurați-vă că cablul de alimentare furnizat este conectat mai întâi la aparat, apoi conectat la o priză de alimentare adecvată. Rotiți comutatorul de alimentare din spatele mașinii în poziția „I” asigurându-vă că acesta se aprinde. Aparatul va fi în Modul Manual, afișajul va afișa „2D” în câmpul Mode. „5” în câmpul de Time și „00” în câmpul Speed.
- Înainte de a porni aparatul, selectați programul pe care doriți să îl utilizați. Alegeți între Manual, echipamentul va porni între programul 1, programul 2 sau programul 3. Afișajul va indica ce program ați ales. Pentru a comuta între programe, apăsați sau mențineți apăsat „P” pe afișaj sau alegeți programul dorit de pe telecomandă (P1, P2, P3 sau M pentru manual).
- După ce ați ales programul dorit, setați durata apăsând sau menținând apăsat butonul Time de pe afișaj sau telecomandă. Apăsați butoanele Speed + sau - de pe afișaj sau telecomandă pentru a seta nivelurile de viteză.

### Mod manual

Odată ce aparatul a pornit, acesta este în modul manual, veți putea modifica durata antrenamentului apăsând sau menținând apăsat butonul Time de pe telecomandă sau afișaj. Viteza mașinii poate fi modificată și în acest mod apăsând butonul + (plus) sau - (minus) de pe telecomandă sau afișaj. În modul manual, aparatul va porni la cea mai mică viteză, deci nu veți putea reduce viteza.

Veți putea opri antrenamentul în orice moment apăsând butonul Start / Stop de pe afișaj sau telecomandă.

**La sfârșitul antrenamentului, opriți mașina folosind întrerupătorul din spate și scoateți ștecherul din rețeaua de alimentare.**

### Programe presetate

Există 3 programe presetate din care puteți alege. Faceți acest lucru fie apăsând butonul P de pe afișaj, fie butonul de program necesar de pe telecomandă (P1, P2 sau P3). Setati durata dorita conform instrucțiunilor din programul Manual și apoi apăsați butonul Start / Stop de pe afișaj sau telecomandă pentru a porni aparatul. Odată ce ați început programul presetat, veți putea schimba modul și durata, dar NU veți putea modifica nivelul de viteză al mașinii. Pentru a opri aparatul în orice moment, apăsați butonul Start / Stop de pe afișaj sau telecomandă.

### Programe

Mașina are 3 tipuri diferite de moduri:

TIME (minute)	P1 (SPEED) Oscilație + Liniară	P2 (SPEED) Oscilație + Liniară	P3 (SPEED) Liniar
10-9	2	7	1
9-8	4	3	5
8-7	6	7	3
7-6	6	3	1
6-5	6	7	5
5-4	6	3	3
4-3	6	7	1
3-2	6	3	5
2-1	4	7	3
1-0	2	3	1

## ÎNGRIJIRE ȘI ÎNTREȚINERE



Înainte de a curăța sau de a efectua orice lucrări de întreținere echipamentului dvs., asigurați-vă că alimentarea este oprită și cablul de alimentare este scos din priză.

### **Curățare**

Curățați aparatul de vibromasaj numai cu o cârpă umedă și detergent ușor, imediat după utilizare. Folosiți o soluție slabă de lichid de spălare antibacterian în apă caldă și o cârpă din microfibre. Asigurați-vă că ați stors pânza astfel încât să fie doar umedă.

### **Depozitare**

Verificați periodic înainte de depozitare firul / cablul pentru a nu se deteriora. În cazul în care firul / cablul este deteriorat în vreun fel, acesta trebuie înlocuit DOAR cu un cablu identic de același tip și specificație. Nu trageți niciodată firul / cablul pentru a deconecta de la priza de alimentare. Apucați întotdeauna ștecherul și trageți pentru a deconecta. Scoateți ștecherul când nu îl folosiți și țineți-l în siguranță.

### **Depanare**

- Luminile nu se aprind; nu răspund la Panoul de Control sau la Telecomandă.  
Verificați dacă mașina este conectată la rețea și pornită. Verificați dacă priza funcționează cu un produs electric alternativ. Înlocuiți siguranța din priză.
- Telecomanda nu acționează echipamentul, dar unitatea răspunde la comenzile Panoului de Control.  
Îndreptați transmițătorul de la Telecomandă direct către senzorul Panoului de Control. Înlocuiți bateriile din telecomandă (sunt necesare 2 baterii alcaline AAA).
- Viteză prea mare!  
Reglați viteza folosind butoanele de viteză de pe Telecomandă sau de pe Panoul de Control.

