

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ВИБРОПЛАТФОРМЫ



Спасибо за доверие нашему бренду.
Перед использованием тренажера
необходимо прочитать инструкцию.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	1
Информация о безопасности.....	2
Структурные иллюстрации.....	3
Инструкции по эксплуатации.....	4
Пульт дистанционного управления.....	5
Справочные данные.....	6
Упражнения.....	7
Техническое обслуживание	8
Устранение неполадок.....	9
Комплектация.....	10

ВВЕДЕНИЕ

Спасибо за покупку данного тренажера. Пожалуйста, полностью прочитайте инструкцию перед использованием, чтобы обеспечить безопасность и эффективно использовать в применении виброплатформу.

Эта виброплатформа может использоваться почти всеми, вибрационные пластины позволяют пользователю регулировать скорость тренажера и положение тела, чтобы помочь улучшить внешний вид вашего тела. Как и в любом упражнении, пожалуйста, проконсультируйтесь со своим врачом или другим квалифицированным медицинским работником, прежде чем включать в свой распорядок дня тренировки на тренажере.

Виброплатформа используется в качестве средства для тренировок и лечения широкого спектра проблем со здоровьем, включая ожирение, боль, проблемы с кровообращением, заболевания опорно-двигательного аппарата и травмы.

Пожалуйста, ознакомьтесь с инструкциями по продукту перед эксплуатацией тренажера. Как и в случае с любой программой упражнений, если в любое время вы чувствуете слабость, головокружение, тошноту, одышку или боль, прекратите физические упражнения и проконсультируйтесь со своим врачом или лечащим врачом.

Дополнительные позиции упражнений предоставляются вместе с инструкцией. Обратите внимание, что вы все равно заметите результаты, просто стоя на тренажере с любой скоростью, не выполняя никаких упражнений. Также важно, чтобы вы не переусердствовали. Со временем интенсивность и продолжительность ваших занятий могут быть увеличены, как и в других программах прогрессивных тренировок. После того, как тело приспособилось к вибрации всего тела, тренировки могут быть изменены или усилены для улучшения продуктивности.

ИНФОРМАЦИЯ О БЕЗОПАСНОСТИ

Вибрационная машина была спроектирована и изготовлена для обеспечения максимальной безопасности.

Прочитайте все руководство перед сборкой и использованием вибрационной машины. Пожалуйста, соблюдайте следующие меры предосторожности:

1. Всегда держите детей и домашних животных подальше от этого оборудования, не оставляйте их без присмотра в комнате, где хранится тренажёр.
2. Если вы испытываете головокружение, тошноту, боль в груди или любые другие симптомы при использовании этого тренажера ПРЕКРАТИТЕ упражнение. Обратитесь за медицинской помощью.
3. Используйте виброплатформу на ровной и твердой поверхности.
4. Не размещайте руки или предметы в каких-либо отверстиях или рядом с ними.
5. Этот тренажер должен использоваться только в целях, описанных в данном руководстве.
6. Не используйте аксессуары, которые не рекомендованы этим руководством.
7. Не размещайте острые предметы на тренажере или рядом с ним.
8. Не используйте тренажер, если она работает неправильно.
9. Перед использованием тренажера тщательно осмотрите оборудование на надлежащей сборке.
10. Перед эксплуатацией необходимо свободное пространство вокруг виброплатформы.
11. Этот тренажер не подходит для коммерческого использования.
12. Используйте только авторизованных и обученных специалистов, если требуется ремонт.
13. Пожалуйста, следуйте инструкциям, подробно описанным в руководствах по обучению.
14. Используйте только предоставленные инструменты для сборки этого тренажера.
15. Тренажер выдерживает вес до 120 кг.
16. Виброплатформа может использоваться только одним человеком за раз.
17. Чтобы отсоединить тренажер, переключитесь в положение выключения, а затем отключите розетку от электроэнергии.
18. Не используйте этот тренажер на открытом воздухе.
19. Не используйте тренажер, если главный электрический шнур поврежден или изношен. Держите основной электрический шнур подальше от горячих поверхностей.



ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

1. Выключатель питания. Нажмите выключатель питания, чтобы запустить или остановить тренажер.

2. START/STOP: Нажмите кнопку запуска, чтобы запустить устройство

3. Автоматическая программа: Автоматические программы можно выбрать:

Как пользоваться этой программой:

Нажмите кнопку переключателя питания: Нажмите кнопку "P" один раз, машина перейдет в автоматический режим программы "P1" (из P1-P5)

Нажмите кнопку "P" два раза, машина войдет в автопрограмму "P2"

Нажмите кнопку "P" три раза, машина вступает в автопрограмму "P3"

Нажмите кнопку "P" четыре раза, машина входит в автопрограмму "P4"

Нажмите кнопку "P" пять раз, машина входит в автопрограмму "P5"

Обратите внимание: выберите автопрограмму и нажмите кнопку запуска, машина запустит выбранную программу. Вы не можете настроить время и скорость запуска автопрограммы.

4. Кнопка скорости Speed+: Нажмите эти кнопки, чтобы увеличить скорость по желанию. Эту кнопку можно использовать при использовании ручной программы, прежде чем нажать кнопку "start" (недоступно с автоматической программой). Диапазон скорости от 1-99 уровня.

5. Кнопка скорости Speed-: Нажмите эти кнопки, чтобы уменьшить скорость. Эта кнопка может быть использована, когда вы используете ручную программу (недоступна для автоматических программ) Диапазон скорости от 1-99 уровня.

6. Кнопка Time+ и кнопка Time-: Нажмите кнопку Time+/Time - кнопку, чтобы увеличить/уменьшить время.

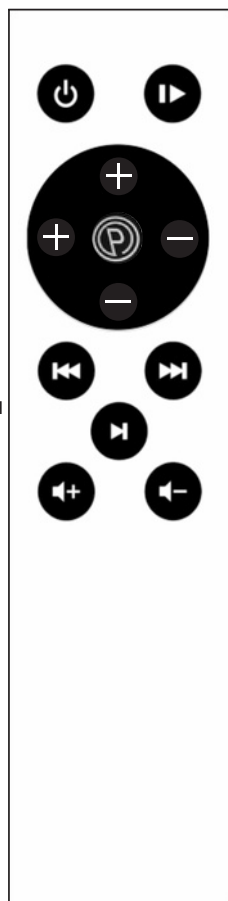
Эти две кнопки могут использоваться при использовании ручной программы (недоступно для автоматических программ)

7. Как подключиться через Bluetooth:

Когда вы включаете питание, ваш телефон переходит на страницу подключения Bluetooth, нажмите на одно имя "Bluetooth", чтобы подключиться к Bluetooth.

Пульт дистанционного управления

-  **Мощность:**
Нажмите эту кнопку, и тренажер будет в режиме ожидания.
-  **Начало:/пауза**
Нажмите эту кнопку, чтобы запустить тренажер
-  **Программа:** Нажмите эту кнопку, чтобы выбрать настройки программы. P0, P1, P2, P3, P4, P5... отображаются последовательно при каждом нажатии кнопки. В автоматическом режиме скорость регулируется, время не регулируется.
Во время ручного режима. Время регулируется перед запуском машины. Скорость регулируется во время работы машины.
-  **Скорость + (вверх):** Нажмите эту кнопку, чтобы увеличить скорость.
-  **Скорость - (вниз):** Нажмите эту кнопку, чтобы уменьшить скорость.
-  **Время + (слева):**
Нажмите эту кнопку, чтобы увеличить время.
-  **Время- (справа):**
Нажмите эту кнопку, чтобы уменьшить время
-  **Последняя музыка (слева)**
Вы можете выбрать последнюю музыку, которая вам нравится
-  **Следующая музыка (справа)**
Вы можете выбрать последнюю музыку, которая вам нравится
-  **Музыка начинается и отстает**
Нажмите эту кнопку, вы сможете запустить или остановить музыку.
-  **Звук+(справа) и Звук- (слева)**
Нажмите эти две кнопки, чтобы отрегулировать громкость музыки



СПРАВОЧНЫЕ ДАННЫЕ	
Название тренажера	Вертикальная виброплатформа
Размер	19,7 X 11,8 X 4,7
Вес тренажера	~ 20,9 кг
Максимальный вес	150 кг
Напряжение	220 V / 50 Гц
Мощность	200 W
Уровни	от 0 до 99 уровней
Амплитуда	0 - 12 мм

Советы:

Пейте 3000 мл воды ежедневно для здорового образа жизни, так как это может оживить вашу энергию в организме. Вода может принести пользу вашему организму следующим образом:

- Помогает предотвратить расстройство желудка
- Уменьшить заболевание, особенно в почках
- Повысить скорость метаболизма
- Улучшить кровообращение и предотвратить сердечные заболевания
- Укрепите свою иммунную систему

1. Не используйте больше 15 минут тренажер каждый раз.

2. Пожалуйста, сделайте 15-20-минутный перерыв перед началом следующего сеанса.

Фитнес-тип	Частота	Время	Скорость
Нормальный	1-3 раза в день	5-10 мин	средняя/низкая
Потеря веса	4-8 раз в день	10-20 мин	низкая

УПРАЖНЕНИЯ

1. Встаньте вертикально на тренажер, с двумя ногами друг от друга, расстояние двух ног в основном такое же, как и ширина плеча. Эта поза может тренировать талию и ягодицы, чтобы снизить объем на талии и сделать красивый изгиб ягодиц.



2. Встаньте на изделие с двумя ногами друг от друга и согнутым коленом. Так можно тренировать бедра, чтобы избавиться от боли и болезненность, улучшает кровообращение и уменьшает отложение жира.



3. Сидя на стуле или диване, ноги на тренажере, данной позой можно тренировать как бедра, так и на икры.



4. Сиденье на полу, с двумя ногами на тренажере. Эта поза может тренировать ноги.



5. Встаньте на колени на полу, положите руки на тренажер, тело наклонится вперед, эта поза может тренировать плечевой сустав.



ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Как хранить:

1. Не храните виброплатформу:
 - Рядом с теплом или открытым окном
 - Под прямыми солнечными лучами в течение длительного периода времени
 - Рядом с вредным газом, пылью или влажностью
2. Поддерживайте тренажер в условиях низкой влажности и безопасной температуры.
3. Если виброплатформа не используется в течение длительного периода времени, закройте ее, чтобы защитить от пыли и повреждений.
4. Не храните тренажер под прямыми солнечными лучами или в местах высокой температуры.
5. Не сгибайте шнур питания, так как это может привести к его неисправности.

Техническое обслуживание:

1. Перед чисткой тренажера убедитесь, что главный выключатель выключен и вилка переменного тока извлекается из электрической розетки.
2. Не используйте тренажер более 15 минут в первый раз в случае какого-либо дискомфорта.
3. Выключайте питание и извлекайте вилку из розетки каждый раз после использования.

Защита виброплатформы:

- 1 Не используйте тренажер во влажных зонах, таких как ванная комната, бассейн или спа-центры.
- 2 Не используйте тренажер там, где слишком много пыли, масла, дыма или едкого газа.
3. Избегайте повреждения поверхности тренажера тяжелыми или острыми предметами.

Уборка:

- 1.Использование агрессивных моющих средств запрещено. Не используйте бензол или разбавитель для очистки или распыления

УСТРАНЕНИЕ НЕПОЛАДОК

	Возникшая проблема	Возможная причина	Решение
1	Не горит приборная панель	Проблемы с электропитанием	Повторите подключение
		Выключатель питания прибора отключен	Включите
		Слишком сильный переходный ток, перегорел предохранитель	Замените новый предохранитель
2	Шум	Ножки находятся не на одном уровне с полом	Отрегулируйте ножки
3	Пульт управления не отвечает на команды	Нет батарейки / батарейка разряжена	Замените батарею
		Пульт находится слишком далеко от тренажера	Дальность действия – 2,5 метра
4	Платформа останавливается во время тренировок	Перегрев тренажера	Отключите тренажер и перезапустите снова через 10 минут
5	Не работает по назначению	Получено слишком много команд	Отключите питание и перезапустите

КОМПЛЕКТАЦИЯ



	Наименование	Кол-во	Ед.измер	Примечание
1	Виброплатформа	1	шт	
2	Экспандеры	2	шт	
3	Пульт	1	шт	
4	Руководство	1	шт	



СЛУЖБА ЗАБОТЫ
+7(989)207-71-10