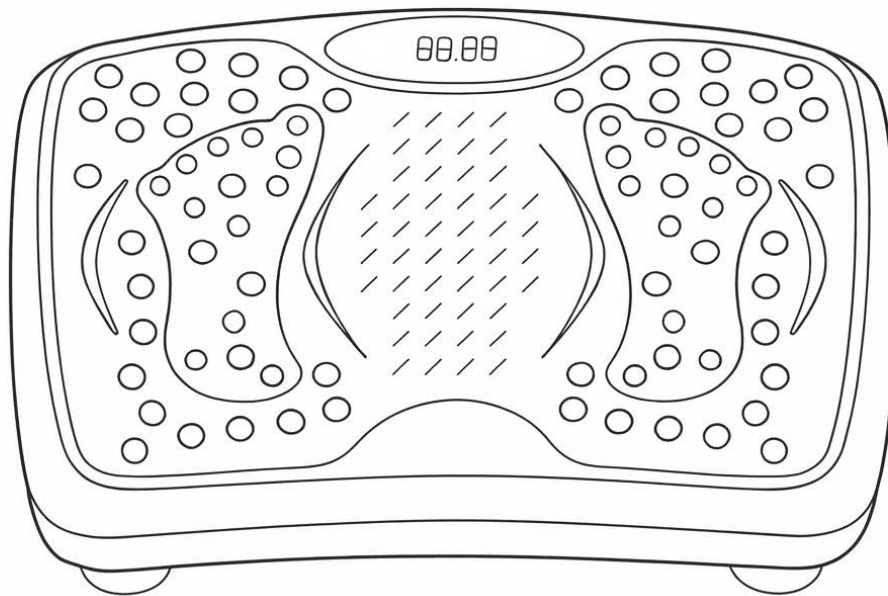




SVP08



3. Manual instruction **EN**
5. Instrukcja obsługi **PL**
7. Návod k obsluze **CZ**
9. Manuel instruktion **DA**
11. Gebrauchsanweisung **DE**
13. Manual de instrucciones **ES**
15. Käsijuhend **ET**
17. Manuel d'instruction **FR**
19. Kézi utasítás **HU**
21. Manuale di istruzioni **IT**
23. Naudojimo instrukcijos **LT**
25. Rokasgrāmatas instrukcija **LV**
27. Handmatige instructie **NL**
29. Manual de instruções **PT**
31. Instrucțiuni manuale **RO**
33. Návod na obsluhu **SK**
35. Navodila za uporabo **SL**
37. Instruktionsbok **SV**
39. Інструкція з експлуатації **UK**

Thank you for purchasing the Full Body Slimming Vibration Platform (Vertical Type).

This platform enhances your workout by engaging your stabilizing muscles, supporting weight loss and promoting improved muscle tone.

Important Safety Precautions

When using your Vibration Platform, always follow these basic safety precautions:

1. Read all instructions carefully before using the device.
2. This appliance is not intended for use by individuals (including children) with reduced physical, sensory, or mental capabilities, or by those lacking experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning the use of the appliance by a person responsible for their safety.
3. Operate this product only as described in this manual.
4. Place the product on a stable, level surface. To protect the floor or carpet from damage, place a mat beneath the product.
5. Consult your doctor before use if you are pregnant, have a pacemaker, or have any other health concerns.
6. Do not operate the appliance if the power cord or plug is damaged, or if the appliance has malfunctioned or has been damaged in any way. Contact the manufacturer for service.
7. Do not use this device if you are under the influence of alcohol or medication that may impair your judgment.
8. Do not allow the cord to hang over the edge of a table or counter, or come into contact with hot surfaces.
9. Do not place the device on or near a hot gas or electric burner, or inside a heated oven.
10. Keep the device out of reach of children under 12 and away from pets.
11. This product should not be used by individuals weighing more than 120kg.
12. Do not use the device outdoors.
13. Do not use the device in areas where aerosol products are being used or where oxygen is being administered.
14. Always unplug the power cord when the device is not in use.
15. Recycle or dispose of the appliance in accordance with local laws and regulations. Contact local recycling facilities or the manufacturer for further guidance.

Package Contents

- Full Body Slimming Vibration Platform
- Remote Control
- Arm Resistance Bands
- User's Manual with Warranty Information
- Power Cord

Powering On

1. Plug the power cord into a suitable wall outlet.
2. Press the main power switch on the front of the platform to turn it ON.
3. Press the power button on the remote control or on the top of the platform to activate the device.

Using the Controls

Start/Stop: Press the **Start/Stop** button to begin the vibration function.

Speed/Time: Press the **Speed/Time** button to cycle through the available speed settings, which range from 1 to 120 (or 1 to 20, depending on the mode).

Program: Press the **Program** button to cycle through the preset programs, each lasting 10 minutes. When using the automatic program, the highest speed level is 120.

CAUTION

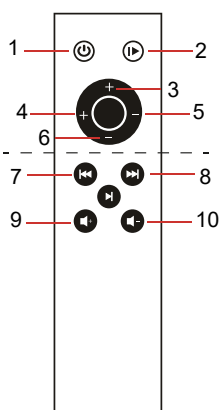
Do not squeeze, stretch, or damage the power cord.

A Closer Look: Vibration Platform (Touch Screen Mode)



1. START/STOP
2. GUIDE
3. PROGRAM
4. SPEED/TIME

A Closer Look at the Remote with Music











FOR VIBRATION PLATFORM

FOR BLUETOOTH
SPEAKER

1. POWER BUTTON
2. START/STOP
3. INCREASE SPEED
4. INCREASE TIME
5. DECREASE TIME
6. DECREASE SPEED
7. PREVIOUS SELECTION
8. NEXT SELECTION
9. INCREASE VOLUME
10. DECREASE VOLUME

Recommended Exercise Guide

			
<p>Relaxedly Standing Posture Stand on the platform and relax your entire body. This will help relieve muscle tension and improve blood circulation.</p>	<p>Squat Posture Stand with your feet shoulder-width apart on the platform. Bend your knees as if sitting down and keep your back straight. Hold this position to help tone and strengthen the leg and hip muscles.</p>	<p>Push-up Posture Place your hands on the platform and extend your legs behind you, keeping your body straight from head to heels. Lower your chest toward the platform by bending your elbows, then push back up to the starting position. This exercise helps strengthen the chest, arms, and core muscles.</p>	<p>Lower Leg Posture: Position your lower legs on the plate as shown. Place your hands on the floor behind you for support. For a more intensive exercise, lift your hips off the floor and gently press your calves onto the plate.</p>
			
<p>Waist Bend Posture: Keep your legs straight and bend forward at the waist, placing your hands on the plate. To increase the intensity of the exercise, bend your elbows slightly and lean further forward.</p>	<p>Single-Foot Posture: Place one foot on the plate and stand upright with good posture. For a deeper exercise, gently lunge forward, shifting more of your body weight onto the plate.</p>	<p>Sitting Posture: Sit on the vibration plate in a comfortable position, keeping your back straight. Rest your hands on your knees or thighs and maintain a relaxed, upright posture throughout the exercise.</p>	<p>Sitting Posture II: While sitting on a stable chair, place your legs on the vibration plate. This position helps relax the muscles and can improve blood circulation in your legs.</p>

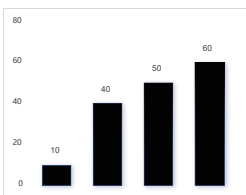
Maintenance & Care

- Before cleaning, ensure the product is turned off and disconnected from the power supply. Clean it with a slightly damp, soft cloth.
- Keep the platform away from extreme temperatures.
- Store the appliance in a clean, dry environment, out of reach of children and pets.

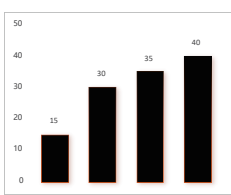
Program Settings

Each program is preset for 10 minutes and operates with alternating vibration levels to provide a distinctive workout.

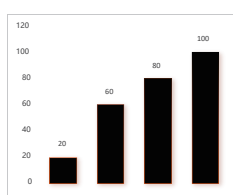
P1: Relaxed Stretch



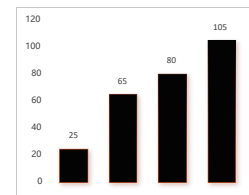
P2: Gentle Stretch



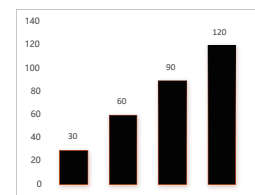
P3: Fast Paced Stretch



P4: Moderate Paced stretch

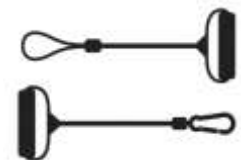


P5: Intermediate Paced Stretch



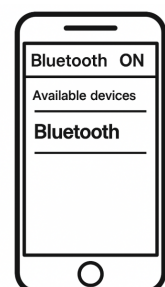
Using the Arm Ropes

1. Enhance your workout by using the handrails to perform push-ups. This will help strengthen the biceps and triceps while engaging the lower body.
2. The handrails are stored beneath the sides of the machine. Remove them when needed. The holes on the surface of the machine can be used to adjust the position of the handrails.



Bluetooth Set-Up

1. Press the main power switch on the front of the platform to turn it ON. Then press the power button on the remote or on the top of the platform to power it up.
2. Open the Bluetooth settings on your smartphone or tablet. Select “Bluetooth” under available devices, and the platform will confirm that it has connected successfully.



Dziękujemy za zakup platformy wibracyjnej do modelowania sylwetki – Full Body Slimming Vibration Platform (typ pionowy).

Platforma wspiera Twój trening poprzez aktywację mięśni stabilizujących, wspomagając redukcję masy ciała oraz poprawę napięcia i jędrności mięśni.

Ważne środki ostrożności

Podczas korzystania z platformy wibracyjnej zawsze należy przestrzegać poniższych zasad bezpieczeństwa:

1. Przed rozpoczęciem użytkowania dokładnie zapoznaj się z całą instrukcją obsługi.
2. Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby (w tym dzieci) o ograniczonej sprawności fizycznej, sensorycznej lub umysłowej, ani przez osoby nieposiadające odpowiedniego doświadczenia i wiedzy, chyba że znajdują się pod nadzorem lub zostały odpowiednio poinstruowane przez osobę odpowiedzialną za ich bezpieczeństwo.
3. Używaj urządzenia wyłącznie zgodnie z opisem zawartym w niniejszej instrukcji.
4. Ustaw platformę na stabilnej i równej powierzchni. Aby chronić podłogę lub dywan przed uszkodzeniem, zaleca się użycie maty pod urządzeniem.
5. Skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem użytkowania, jeśli jesteś w ciąży, posiadasz rozrusznik serca lub masz inne problemy zdrowotne.
6. Nie używaj urządzenia, jeśli przewód zasilający lub wtyczka są uszkodzone, jeśli urządzenie działa nieprawidłowo lub zostało w jakikolwiek sposób uszkodzone. W takim przypadku skontaktuj się z producentem w celu serwisu.
7. Nie korzystaj z platformy pod wpływem alkoholu ani leków mogących zaburzać zdolność koncentracji i podejmowania decyzji.
8. Nie pozwól, aby przewód zasilający zwisał poza krawędź stołu lub blatu ani miał kontakt z gorącymi powierzchniami.
9. Nie umieszczaj urządzenia na ani w pobliżu rozgrzanych kuchenek gazowych lub elektrycznych ani wewnątrz nagrzanego piekarnika.
10. Przechowuj urządzenie w miejscu niedostępnym dla dzieci poniżej 12. roku życia oraz z dala od zwierząt domowych.
11. Urządzenie nie jest przeznaczone dla osób o masie ciała powyżej 120 kg.
12. Nie używaj platformy na zewnątrz.
13. Nie korzystaj z urządzenia w miejscach, w których stosowane są aerozole lub podawany jest tlen.
14. Zawsze odłącz przewód zasilający od gniazdka, gdy urządzenie nie jest używane.
15. Utylizuj lub oddawaj urządzenie do recyklingu zgodnie z lokalnymi przepisami. W celu uzyskania dodatkowych informacji skontaktuj się z lokalnym punktem recyklingu lub producentem.

Zawartość opakowania

- Platforma wibracyjna do wyszczuplania całego ciała
- Pilot zdalnego sterowania
- Gumowe ekspandery
- Instrukcja obsługi z informacjami o gwarancji
- Przewód zasilający

Włączanie urządzenia

1. Podłącz przewód zasilający do odpowiedniego gniazdka.
2. Naciśnij główny włącznik znajdujący się na przedniej części platformy, aby uruchomić urządzenie.
3. Naciśnij przycisk zasilania na pilocie zdalnego sterowania lub na górnym panelu platformy, aby aktywować urządzenie.

Obsługa elementów sterujących

Start/Stop: Naciśnij przycisk **Start/Stop**, aby uruchomić funkcję wibracji.

Prędkość/Czas: Naciśnij przycisk **Speed/Time**, aby przełączać się pomiędzy dostępnymi ustawieniami prędkości, w zakresie od 1 do 120 (lub od 1 do 20, w zależności od wybranego trybu).

Program: Naciśnij przycisk **Program**, aby przełączać się pomiędzy wbudowanymi programami treningowymi, z których każdy trwa 10 minut. W trybie automatycznym maksymalny poziom prędkości wynosi 120.

OSTRZEŻENIE

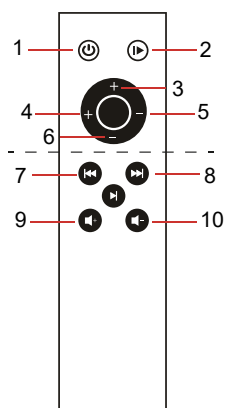
Nie ściskaj, nie rozciągaj ani nie uszkodzaj przewodu zasilającego.

Platforma wibracyjna (tryb z ekranem dotykowym)



1. START/STOP
2. PRZEWODNIK
3. PROGRAM
4. PRĘDKOŚĆ/CZAS

Pilot z funkcją muzyki











PLATFORMA WIBRACYJNA

GŁOŚNIK BLUETOOTH

1. PRZYCIŚNIK ZASILANIA
2. START/STOP
3. ZWIĘKSZ PRĘDKOŚĆ
4. ZWIĘKSZ CZAS
5. ZMNIJSZ CZAS
6. ZMNIJSZ PRĘDKOŚĆ
7. POPRZEDNI WYBÓR
8. NASTĘPNY WYBÓR
9. ZWIĘKSZ GŁOŚNOŚĆ
10. ZMNIJSZ GŁOŚNOŚĆ

ZALECANE ĆWICZENIA

			
Postawa stojąca w rozluźnieniu Stań na platformie i rozluźnij całe ciało. To ćwiczenie pomaga złagodzić napięcie mięśniowe i poprawia krążenie krwi.	Postawa do przysiadu Stań na platformie, ustawiając stopy na szerokość barków. Ugnij kolana tak, jakbyś siadał(a), i utrzymuj plecy w pozycji prostej. Pozostań w tej pozycji, aby wspomóc modelowanie i wzmocnienie mięśni nóg oraz pośladków.	Postawa do pompek Umieść dłonie na platformie i wyprostuj nogi do tyłu, utrzymując ciało w linii prostej – od głowy po piętę. Opuszczaj klatkę piersiową w kierunku platformy, zginając łokcie, a następnie odepchnij się z powrotem do pozycji wyjściowej. To ćwiczenie pomaga wzmocnić mięśnie klatki piersiowej, ramion oraz mięśnie tułowia (core).	Postawa na dolne partie nóg Ustaw dolne partie nóg (łydki) na platformie zgodnie z ilustracją. Oprzyj dłonie na podłodze za sobą, aby zapewnić sobie stabilne podparcie. Dla bardziej intensywnego ćwiczenia unieś biodra nad podłogę i delikatnie dociśnij łydki do platformy.
			
Postawa do skłonu w pasie Utrzymuj nogi wyprostowane i pochyl się do przodu w pasie, opierając dłonie na platformie. Aby zwiększyć intensywność ćwiczenia, lekko ugnij łokcie i pochyl się jeszcze bardziej do przodu.	Postawa na jednej nodze Ustaw jedną stopę na platformie i stań wyprostowany, zachowując prawidłową postawę ciała. Aby pogłębić ćwiczenie, wykonaj delikatny wykrok do przodu, przenosząc większą część ciężaru ciała na platformę.	Postawa siedząca Usiądź na platformie wibracyjnej w wygodnej pozycji, utrzymując plecy proste. Oprzyj dłonie na kolanach lub udach i zachowaj rozluźnioną, wyprostowaną postawę przez cały czas trwania ćwiczenia.	Postawa siedząca II Siedząc na stabilnym krześle, umieść nogi na platformie wibracyjnej. Ta pozycja pomaga rozluźnić mięśnie i może poprawić krążenie krwi w nogach.

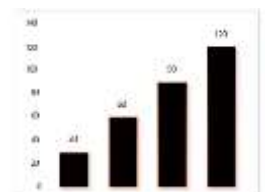
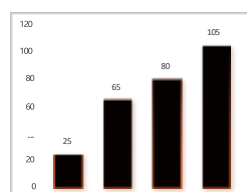
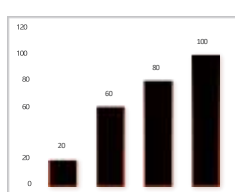
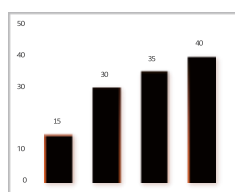
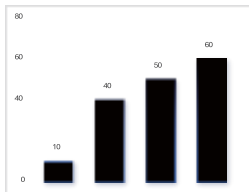
Konservacja i pielęgnacja

- Przed czyszczeniem upewnij się, że urządzenie jest wyłączone i odłączone od źródła zasilania. Czyść je lekko wilgotną, miękką ściereczką.
- Chroń platformę przed skrajnie wysokimi lub niskimi temperaturami.
- Przechowuj urządzenie w czystym, suchym miejscu, poza zasięgiem dzieci i zwierząt domowych.

Ustawienia programów

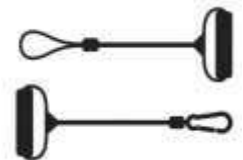
Każdy program jest zaprogramowany na 10 minut i działa z naprzemiennymi poziomami wibracji, zapewniając zróżnicowany trening.

P1: Relaksacyjne rozciąganie P2: Delikatne rozciąganie P3: Szybkie rozciąganie P4: Umiarkowane rozciąganie P5: Średniintensywne rozciąganie



Korzystanie z ekspanderów do ćwiczeń ramion

1. Urozmaicaj swój trening, wykorzystując ekspandery. Ćwiczenie to wzmacnia bicepsy i tricepsy, jednocześnie angażując dolne partie ciała.
2. Liny są przechowywane pod bocznymi krawędziami urządzenia. Wyjmij je w razie potrzeby. Otwory znajdujące się na powierzchni urządzenia służą do regulacji położenia lin.



Konfiguracja Bluetooth

1. Naciśnij główny włącznik znajdujący się na przedniej części platformy, aby ją uruchomić. Następnie naciśnij przycisk zasilania na pilocie lub na górnym panelu platformy, aby włączyć urządzenie.
2. Otwórz ustawienia Bluetooth w swoim smartfonie lub tablecie. Wybierz urządzenie „Bluetooth” z listy dostępnych urządzeń – platforma potwierdzi pomyślne nawiązanie połączenia.



Děkujeme vám za zakoupení vibrační platformy pro celkové zeštíhlení těla (vertikální typ).

Tato platforma zlepšuje vaše cvičení tím, že zapojuje stabilizační svaly, podporuje hubnutí a zlepšuje svalový tonus.

Důležité bezpečnostní pokyny

Při používání vibrační platformy vždy dodržujte tyto základní bezpečnostní pokyny:

1. Před použitím zařízení si pečlivě přečtěte všechny pokyny.
2. Tento přístroj není určen k použití osobami (včetně dětí) se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo osobami bez zkušeností a znalostí, pokud jim nebyla poskytnuta dohled nebo instrukce týkající se používání přístroje osobou odpovědnou za jejich bezpečnost.
3. Používejte tento výrobek pouze v souladu s pokyny v této příručce.
4. Umístěte výrobek na stabilní, rovný povrch. Chcete-li chránit podlahu nebo koberec před poškozením, položte pod výrobek podložku.
5. Pokud jste těhotná, máte kardiostimulátor nebo jiné zdravotní potíže, před použitím se poraďte se svým lékařem.
6. Přístroj nepoužívejte, pokud je poškozený napájecí kabel nebo zástrčka, nebo pokud přístroj nefunguje správně nebo je jakýmkoli způsobem poškozen. Obratě se na výrobce a požádejte o servis.
7. Nepoužívejte tento přístroj, pokud jste pod vlivem alkoholu nebo léků, které mohou ovlivnit vaše rozhodování.
8. Nenechávejte kabel viset přes okraj stolu nebo pultu a nedovolte, aby se dostal do kontaktu s horkými povrchy.
9. Neumísťujte zařízení na horký plynový nebo elektrický hořák, do jeho blízkosti ani do vyhřáté trouby.
10. Zařízení uchovávejte mimo dosah dětí do 12 let a domácích zvířat.
11. Tento výrobek by neměly používat osoby s hmotností nad 120 kg.
12. Přístroj nepoužívejte venku.
13. Přístroj nepoužívejte v prostorách, kde se používají aerosolové produkty nebo kde se podává kyslík.
14. Pokud zařízení nepoužíváte, vždy odpojte napájecí kabel.
15. Zařízení recyklujte nebo zlikvidujte v souladu s místními zákony a předpisy. Další pokyny získáte od místních recyklačních zařízení nebo od výrobce.

Obsah balení

- Vibrační plošina pro celkové zeštíhlení těla
- Dálkové ovládání
- Odporové pásky na paže
- Uživatelská příručka s informacemi o záruce
- Napájecí kabel

Zapnutí

1. Zapojte napájecí kabel do vhodné zásuvky.
2. Stiskněte hlavní vypínač na přední straně platformy, aby se zařízení zapnulo.
3. Stiskněte tlačítko napájení na dálkovém ovladači nebo na horní straně platformy, aby se zařízení aktivovalo.

Používání ovládacích prvků

Start/Stop: Stisknutím tlačítka **Start/Stop** spustíte vibrační funkci.

Rychlost/čas: Stisknutím tlačítka **Rychlost/čas** můžete procházet dostupná nastavení rychlosti, která se pohybují v rozmezí 1 až 120 (nebo 1 až 20, v závislosti na režimu).

Program: Stisknutím tlačítka **Program** můžete procházet přednastavené programy, z nichž každý trvá 10 minut. Při použití automatického programu je nejvyšší rychlost 120.

! UPOZORNĚNÍ

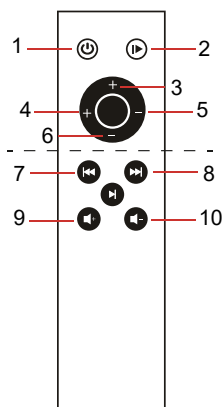
Nestlačujte, nenatahujte ani nepoškozujte napájecí kabel.

Bližší pohled: Vibrační platforma (režim dotykové obrazovky)



1. START/STOP
2. PRŮVODCE
3. PROGRAM
4. RYCHLOST/ČAS

Bližší pohled na dálkové ovládání s hudbou











PRO VIBRAČNÍ PLATFORMU

PRO BLUETOOTH
REPRODUKTOR

1. TLAČÍTKO NAPÁJENÍ
2. START/STOP
3. ZVÝŠIT RYCHLOST
4. ZVÝŠIT ČAS
5. SNÍŽIT ČAS
6. SNÍŽIT RYCHLOST
7. PŘEDCHOZÍ VÝBĚR
8. DALŠÍ VÝBĚR
9. ZVÝŠIT HLASITOST
10. SNÍŽIT HLASITOST

Doporučený průvodce cvičením

			
Uvolněná stojící pozice Postavte se na platformu a uvolněte celé tělo. To pomůže uvolnit svalové napětí a zlepšit krevní oběh.	Dřep Postavte se na plošinu s nohama rozkročenými na šířku ramen. Pokrčte kolena, jako byste si chtěli sednout, a udržujte záda rovná. Vydržte v této pozici, abyste zpevnili a posílili svaly nohou a boků.	Pozice push-up Položte ruce na platformu a natáhněte nohy za sebe, přičemž udržujte tělo rovné od hlavy po paty. Sklopte hrudník směrem k plošině ohnutím loktů a poté se vraťte do výchozí polohy. Toto cvičení pomáhá posilovat hrudník, paží a svalů trupu.	Poloha dolních končetin: Umístěte dolní část nohou na desku, jak je znázorněno. Ruce položte na podlahu za sebe, abyste se opřeli. Pro intenzivnější cvičení zvedněte boky z podlahy a jemně přitlačte lýtko na desku.
			
Poloha s ohnutým pasem: Nohy držte rovně a předkloňte se v pase, ruce položte na desku. Pro zvýšení intenzity cvičení mírně ohněte lokty a předkloňte se více dopředu.	Poloha na jedné noze: Položte jednu nohu na desku a stůjte vzpřímeně s dobrým držením těla. Pro hlubší cvičení se jemně předkloňte dopředu a přesuňte větší část své tělesné hmotnosti na desku.	Poloha v sedě: Posaďte se na vibrační desku do pohodlné polohy a udržujte záda rovná. Opřete ruce o kolena nebo stehna a udržujte uvolněné, přímý postoj.	Sedící poloha II: Při sezení na stabilní židli položte nohy na vibrační desku. Tato poloha pomáhá uvolnit svaly a může zlepšit krevní oběh v nohou.

Údržba a péče

- Před čištěním se ujistěte, že je produkt vypnutý a odpojený od napájení. Čistěte jej mírně navlhčeným měkkým hadříkem.
- Chraňte platformu před extrémními teplotami.
- Skladujte zařízení v čistém a suchém prostředí, mimo dosah dětí a domácích zvířat.

Nastavení programu

Každý program je přednastaven na 10 minut a pracuje se střídavými úrovněmi vibrací, aby poskytoval jedinečný trénink.

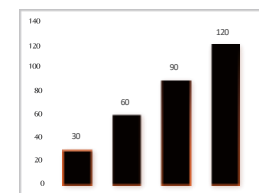
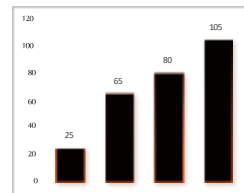
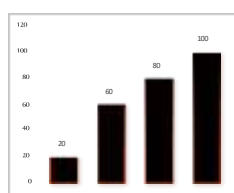
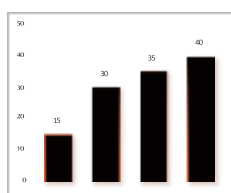
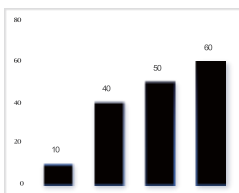
P1: Uvolňovací protažení

P2: Jemné protažení

P3: Rychlé protažení

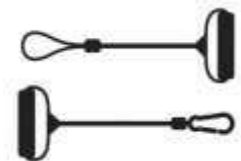
P4: Mírné protažení

P5: Středně intenzivní protažení



Použití lan na paže

1. Zlepšete svůj trénink pomocí madel k provádění kliků. To pomůže posílit bicepsy a tricepsy a zároveň zapojí dolní část těla.
2. Madla jsou uložena pod boky stroje. V případě potřeby je vyjměte. Otvory na povrchu stroje lze použít k nastavení polohy madel.



Nastavení Bluetooth

1. Stiskněte hlavní vypínač na přední straně platformy, aby se zapnula. Poté stiskněte tlačítko napájení na dálkovém ovladači nebo na horní straně platformy, aby se zapnula.
2. Otevřete nastavení Bluetooth na svém smartphonu nebo tabletu. Vyberte „Bluetooth“ mezi dostupnými zařízeními a platforma potvrdí, že se úspěšně připojila.



Tak, fordi du har købt den vertikale vibrationsplatform til slankning af hele kroppen. Denne platform forbedrer din træning ved at aktivere dine stabiliserende muskler, støtte væggtab og fremme forbedret muskeltonus.

Vigtige sikkerhedsforholdsregler

Når du bruger din vibrationsplatform, skal du altid følge disse grundlæggende sikkerhedsforholdsregler:

1. Læs alle instruktioner omhyggeligt, inden du bruger enheden.
2. Dette apparat er ikke beregnet til brug af personer (herunder børn) med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller af personer, der mangler erfaring og viden, medmindre de er under opsyn eller har fået instruktion i brugen af apparatet af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed.
3. Brug kun dette produkt som beskrevet i denne manual.
4. Placer produktet på en stabil, plan overflade. For at beskytte gulvet eller tæppet mod skader skal du placere en måtte under produktet.
5. Konsulter din læge inden brug, hvis du er gravid, har en pacemaker eller har andre helbredsrelevante problemer.
6. Brug ikke apparatet, hvis strømkablet eller stikket er beskadiget, eller hvis apparatet ikke fungerer korrekt eller er blevet beskadiget på nogen måde. Kontakt producenten for at få det repareret.
7. Brug ikke dette apparat, hvis du er under indflydelse af alkohol eller medicin, der kan påvirke din dømmekraft.
8. Lad ikke ledningen hænge ud over kanten af et bord eller en bordplade, og lad den ikke komme i kontakt med varme overflader.
9. Placer ikke apparatet på eller i nærheden af en varm gas- eller elkomfur eller inde i en opvarmet ovn.
10. Opbevar enheden utilgængeligt for børn under 12 år og væk fra kæledyr.
11. Dette produkt må ikke bruges af personer, der vejer mere end 120 kg.
12. Brug ikke enheden udendørs.
13. Brug ikke enheden i områder, hvor der anvendes aerosolprodukter, eller hvor der administreres ilt.
14. Træk altid stikket ud af stikkontakten, når enheden ikke er i brug.
15. Genanvend eller bortskaf apparatet i overensstemmelse med lokale love og regler. Kontakt lokale genbrugsfaciliteter eller producenten for yderligere vejledning.

Indhold

- Vibrationsplatform til slankning af hele kroppen
- Fjernbetjening
- Armmodstandsbånd
- Brugervejledning med garantioplysninger
- Strømkabel

Tænding

1. Sæt strømkablet i en passende stikkontakt.
2. Tryk på hovedafbryderen på forsiden af platformen for at tænde den.
3. Tryk på tænd/sluk-knappen på fjernbetjeningen eller på toppen af platformen for at aktivere enheden.

Brug af betjeningsknapperne

Start/Stop: Tryk på Start/Stop-knappen for at starte vibrationsfunktionen.

Hastighed/tid: Tryk på knappen **Hastighed/tid** for at skifte mellem de tilgængelige hastighedsindstillinger, der spænder fra 1 til 120 (eller 1 til 20, afhængigt af tilstanden).

Program: Tryk på Program-knappen for at skifte mellem de forudindstillede programmer, der hver varer 10 minutter. Når du bruger det automatiske program, er den højeste hastighed 120.

FORSIGTIG

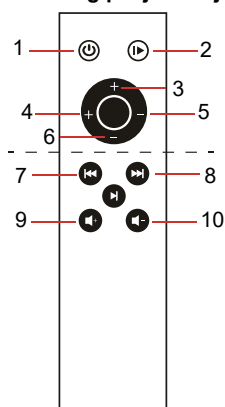
Undgå at klemme, strække eller beskadige strømkablet.

Et nærmere kig: Vibrationsplatform (berøringsskærmtilstand)



1. START/STOP
2. GUIDE
3. PROGRAM
4. HASTIGHED/TID

Et nærmere kig på fjernbetjeningen med musik











TIL VIBRATIONSPLATTFORM

TIL BLUETOOTH-
HØJTALER

1. STRØMKONTAKT
2. START/STOP
3. ØG HASTIGHED
4. ØG TID
5. MINDRE TID
6. SÆNK HASTIGHED
7. FOREGÅENDE VALG
8. NÆSTE VALG
9. ØG VOLUMEN
10. REDUCER VOLUMEN

Anbefalet træningsvejledning

			
<p>Afslappet stående stilling Stå på platformen og slap af i hele kroppen.</p> <p>Dette vil hjælpe med at lindre muskelspændinger og forbedre blodcirkulationen.</p>	<p>Squat-stilling Stå med fødderne skulderbredde fra hinanden på platformen.</p> <p>Bøj knæene, som om du skulle sætte dig ned, og hold ryggen ret.</p> <p>Hold denne position for at styrke og tone ben- og hoftemuslerne.</p>	<p>Push-up-stilling Placer hænderne på platformen og stræk benene bagud, så kroppen er lige fra hoved til hæl.</p> <p>Sænk brystet mod platformen ved at bøje albuerne, og skub derefter tilbage til startpositionen.</p> <p>Denne øvelse hjælper med at styrke bryst-, arm- og kernemuslerne.</p>	<p>Underben-stilling: Placer dine underben på pladen som vist. Placer dine hænder på gulvet bag dig for at støtte dig.</p> <p>For en mere intensiv øvelse skal du løfte hofterne fra gulvet og forsigtigt presse læggene mod pladen.</p>
			
<p>Hoftebøjning: Hold benene strakte og bøj dig fremad i taljen, mens du placerer hænderne på pladen.</p> <p>For at øge intensiteten af øvelsen skal du bøje albuerne let og læne dig længere fremad.</p>	<p>Enkeltfodsstilling: Placer den ene fod på pladen og stå oprejst med god holdning.</p> <p>For en dybere øvelse skal du forsigtigt lunge fremad og flytte mere af din kropsvægt over på pladen.</p>	<p>Siddende stilling: Sæt dig på vibrationspladen i en behagelig stilling med ret ryg.</p> <p>Læg hænderne på knæene eller lårene, og hold en afslappet, oprejst holdning under hele øvelsen.</p>	<p>Siddende stilling II: Mens du sidder på en stabil stol, skal du placere dine ben på vibrationspladen.</p> <p>Denne stilling hjælper med at afslappe musklerne og kan forbedre blodcirkulationen i benene.</p>

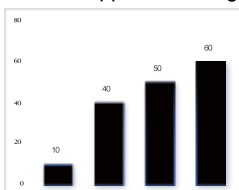
Vedligeholdelse og pleje

- Før rengøring skal du sikre dig, at produktet er slukket og frakoblet strømforsyningen. Rengør det med en let fugtig, blød klud.
- Hold platformen væk fra ekstreme temperaturer.
- Opbevar apparatet i et rent, tørt miljø, utilgængeligt for børn og kæledyr.

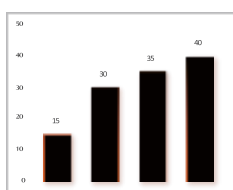
Programindstillinger

Hvert program er forudindstillet til 10 minutter og fungerer med skiftende vibrationsniveauer for at give en unik træning.

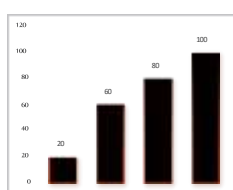
P1: Afslappet strækning



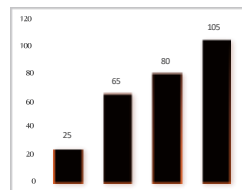
P2: Blid strækning



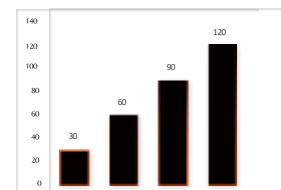
P3: Hurtig strækning



P4: Moderat strækning

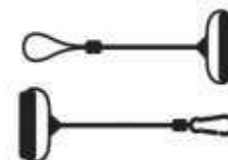


P5: Mellemløbet strækning



Brug af armreb

1. Forbedr din træning ved at bruge håndlisterne til at udføre push-ups. Dette vil hjælpe med at styrke biceps og triceps, samtidig med at underkroppen aktiveres.
2. Håndlisterne opbevares under siderne af maskinen. Tag dem ud, når det er nødvendigt. Hulleerne på maskinens overflade kan bruges til at justere håndlisterne.



Bluetooth-opsætning

1. Tryk på hovedafbryderen på forsiden af platformen for at tænde den. Tryk derefter på tænd/sluk-knappen på fjernbetjeningen eller på toppen af platformen for at tænde den.
2. Åbn Bluetooth-indstillingerne på din smartphone eller tablet. Vælg "Bluetooth" under tilgængelige enheder, og platformen vil bekræfte, at den er tilsluttet korrekt.



Vielen Dank, dass Sie sich für die Ganzkörper-Vibrationsplattform zum Abnehmen (vertikaler Typ) entschieden haben.

Diese Plattform verbessert Ihr Training, indem sie Ihre stabilisierenden Muskeln beansprucht, die Gewichtsabnahme unterstützt und einen verbesserten Muskeltonus fördert.

Wichtige Sicherheitshinweise

Beachten Sie bei der Verwendung Ihrer Vibrationsplattform stets die folgenden grundlegenden Sicherheitshinweise:

1. Lesen Sie alle Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät verwenden.
2. Dieses Gerät ist nicht für Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder für Personen ohne Erfahrung und Kenntnisse bestimmt, es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder in die Verwendung des Geräts eingewiesen.
3. Betreiben Sie dieses Produkt nur wie in dieser Anleitung beschrieben.
4. Stellen Sie das Produkt auf eine stabile, ebene Fläche. Um den Boden oder Teppich vor Beschädigungen zu schützen, legen Sie eine Matte unter das Produkt.
5. Konsultieren Sie vor der Verwendung Ihren Arzt, wenn Sie schwanger sind, einen Herzschrittmacher tragen oder andere gesundheitliche Probleme haben.
6. Betreiben Sie das Gerät nicht, wenn das Netzkabel oder der Stecker beschädigt ist oder wenn das Gerät eine Fehlfunktion aufweist oder in irgendeiner Weise beschädigt wurde. Wenden Sie sich zur Reparatur an den Hersteller.
7. Verwenden Sie dieses Gerät nicht, wenn Sie unter dem Einfluss von Alkohol oder Medikamenten stehen, die Ihr Urteilsvermögen beeinträchtigen können.
8. Lassen Sie das Kabel nicht über die Kante eines Tisches oder einer Theke hängen und bringen Sie es nicht mit heißen Oberflächen in Kontakt.
9. Stellen Sie das Gerät nicht auf oder in die Nähe eines heißen Gas- oder Elektroherds oder in einen beheizten Backofen.
10. Bewahren Sie das Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern unter 12 Jahren und von Haustieren auf.
11. Dieses Produkt sollte nicht von Personen mit einem Körpergewicht von mehr als 120 kg verwendet werden.
12. Verwenden Sie das Gerät nicht im Freien.
13. Verwenden Sie das Gerät nicht in Bereichen, in denen Aerosolprodukte verwendet werden oder Sauerstoff verabreicht wird.
14. Ziehen Sie immer den Netzstecker, wenn das Gerät nicht verwendet wird.
15. Recyceln oder entsorgen Sie das Gerät gemäß den örtlichen Gesetzen und Vorschriften. Wenden Sie sich für weitere Informationen an örtliche Recyclingstellen oder den Hersteller.

Lieferumfang

- Ganzkörper-Vibrationsplattform zum Abnehmen
- Fernbedienung
- Arm-Widerstandsband
- Bedienungsanleitung mit Garantieinformationen
- Netzkabel

Einschalten

1. Stecken Sie das Netzkabel in eine geeignete Steckdose.
2. Drücken Sie den Hauptschalter an der Vorderseite der Plattform, um das Gerät einzuschalten.
3. Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste auf der Fernbedienung oder oben auf der Plattform, um das Gerät zu aktivieren.

Verwendung der Bedienelemente

Start/Stop: Drücken Sie die Start/Stopp-Taste, um die Vibrationsfunktion zu starten.

Geschwindigkeit/Zeit: Drücken Sie die Taste „Geschwindigkeit/Zeit“, um durch die verfügbaren Geschwindigkeitseinstellungen zu blättern, die von 1 bis 120 (oder 1 bis 20, je nach Modus) reichen.

Programm: Drücken Sie die Programm-Taste, um durch die voreingestellten Programme zu blättern, die jeweils 10 Minuten dauern. Bei Verwendung des Automatikprogramms beträgt die höchste Geschwindigkeitsstufe 120.

VORSICHT

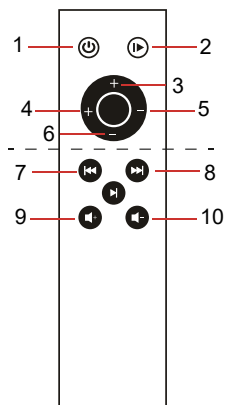
Das Netzkabel darf nicht geknickt, gedehnt oder beschädigt werden.

Genauer Blick: Vibrationsplattform (Touchscreen-Modus)



1. START/STOP
2. ANLEITUNG
3. PROGRAM
4. GESCHWINDIGKEIT/ZEIT

Die Fernbedienung mit Musik genauer betrachtet











FÜR VIBRATIONSPLATTFORM

FÜR BLUETOOTH-
LAUTSPRECHER

1. EIN-/AUS-TASTE
2. START/STOP
3. GESCHWINDIGKEIT ERHÖHEN
4. ZEIT ERHÖHEN
5. ZEIT VERRINGERN
6. GESCHWINDIGKEIT VERRINGERN
7. VORHERIGE AUSWAHL
8. NÄCHSTE AUSWAHL
9. LAUTSTÄRKE ERHÖHEN
10. LAUTSTÄRKE VERRINGERN

Empfohlene Übungsanleitung

			
<p>Entspannte Standhaltung Stellen Sie sich auf die Plattform und entspannen Sie Ihren gesamten Körper. Dies hilft, Muskelverspannungen zu lösen und die Durchblutung zu verbessern.</p>	<p>Kniebeuge Stellen Sie sich mit den Füßen schulterbreit auf die Plattform. Beugen Sie die Knie, als würden Sie sich hinsetzen, und halten Sie den Rücken gerade. Halten Sie diese Position, um die Bein- und Hüftmuskulatur zu straffen und zu stärken.</p>	<p>Liegestützhaltung Legen Sie Ihre Hände auf die Plattform und strecken Sie Ihre Beine hinter sich aus, wobei Sie Ihren Körper von Kopf bis Fuß gerade halten. Senken Sie Ihre Brust durch Beugen der Ellbogen in Richtung Plattform und drücken Sie sich dann wieder in die Ausgangsposition zurück. Diese Übung stärkt Brust-, Arm- und Rumpfmuskulatur.</p>	<p>Unterbein-Haltung: Positionieren Sie Ihre Unterschenkel wie abgebildet auf der Platte. Stützen Sie sich mit den Händen hinter sich auf dem Boden ab. Für eine intensivere Übung heben Sie Ihre Hüften vom Boden ab und drücken Sie Ihre Waden sanft auf die Platte.</p>
			
<p>Hüftbeuge-Haltung: Halten Sie Ihre Beine gestreckt und beugen Sie sich aus der Hüfte nach vorne, wobei Sie Ihre Hände auf die Platte legen. Um die Intensität der Übung zu erhöhen, beugen Sie Ihre Ellbogen leicht und beugen Sie sich weiter nach vorne.</p>	<p>Einbeinige Haltung: Stellen Sie einen Fuß auf die Platte und stehen Sie aufrecht mit guter Haltung. Für eine intensivere Übung machen Sie einen sanften Ausfallschritt nach vorne und verlagern Sie mehr Ihres Körpergewichts auf die Platte.</p>	<p>Sitzhaltung: Setzen Sie sich in einer bequemen Position auf die Vibrationsplatte und halten Sie den Rücken gerade. Legen Sie Ihre Hände auf Ihre Knie oder Oberschenkel und behalten Sie während der gesamten Übung eine entspannte, aufrechte Haltung bei.</p>	<p>Sitzhaltung II: Setzen Sie sich auf einen stabilen Stuhl und legen Sie Ihre Beine auf die Vibrationsplatte. Diese Position hilft, die Muskeln zu entspannen und kann die Durchblutung Ihrer Beine verbessern.</p>

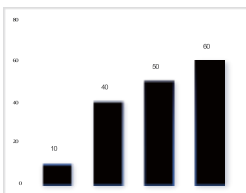
Wartung und Pflege

- Vergewissern Sie sich vor der Reinigung, dass das Produkt ausgeschaltet und vom Stromnetz getrennt ist. Reinigen Sie es mit einem leicht feuchten, weichen Tuch.
- Halten Sie die Plattform von extremen Temperaturen fern.
- Bewahren Sie das Gerät in einer sauberen, trockenen Umgebung außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf.

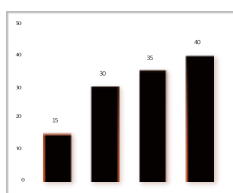
Programmeinstellungen

Jedes Programm ist auf 10 Minuten voreingestellt und arbeitet mit wechselnden Vibrationsstufen, um ein einzigartiges Training zu ermöglichen.

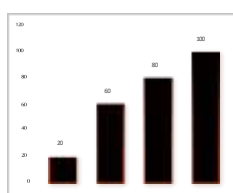
P1: Entspannte Dehnung



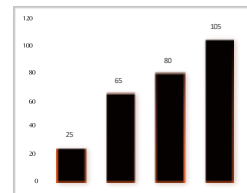
P2: Sanfte Dehnung



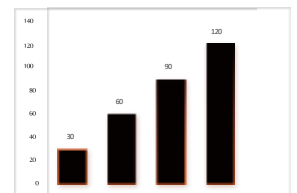
P3: Schnelles Dehnen



P4: Moderates Dehnen

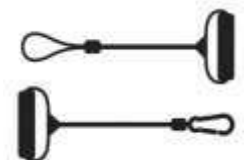


P5: Dehnung mit mittlerem Tempo



Verwendung der Armseile

1. Verbessern Sie Ihr Training, indem Sie die Handläufe für Liegestütze nutzen. Dies stärkt den Bizeps und Trizeps und beansprucht gleichzeitig den Unterkörper.
2. Die Handläufe sind unter den Seiten der Maschine verstaut. Nehmen Sie sie bei Bedarf heraus. Mit den Löchern auf der Oberfläche der Maschine können Sie die Position der Handläufe einstellen.



Bluetooth-Einrichtung

1. Drücken Sie den Hauptschalter an der Vorderseite der Plattform, um sie einzuschalten. Drücken Sie dann die Ein-/Aus-Taste auf der Fernbedienung oder oben auf der Plattform, um sie einzuschalten.
2. Öffnen Sie die Bluetooth-Einstellungen auf Ihrem Smartphone oder Tablet. Wählen Sie unter den verfügbaren Geräten „Bluetooth“ aus, und die Plattform bestätigt, dass die Verbindung erfolgreich hergestellt wurde.



Gracias por adquirir la plataforma vibratoria para adelgazar todo el cuerpo (tipo vertical).

Esta plataforma mejora su entrenamiento al activar los músculos estabilizadores, lo que favorece la pérdida de peso y mejora el tono muscular.

Precauciones de seguridad importantes

Cuando utilice la plataforma vibratoria, siga siempre estas precauciones básicas de seguridad:

1. Lea atentamente todas las instrucciones antes de utilizar el dispositivo.
2. Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, ni por personas sin experiencia ni conocimientos, a menos que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso del aparato por parte de una persona responsable de su seguridad.
3. Utilice este producto únicamente según se describe en este manual.
4. Coloque el producto sobre una superficie estable y nivelada. Para proteger el suelo o la moqueta de posibles daños, coloque una alfombrilla debajo del producto.
5. Consulte a su médico antes de utilizarlo si está embarazada, tiene un marcapasos o cualquier otro problema de salud.
6. No utilice el aparato si el cable de alimentación o el enchufe están dañados, o si el aparato ha funcionado mal o ha sufrido algún tipo de daño. Póngase en contacto con el fabricante para solicitar asistencia técnica.
7. No utilice este dispositivo si está bajo los efectos del alcohol o de medicamentos que puedan afectar a su capacidad de juicio.
8. No permita que el cable cuelgue del borde de una mesa o encimera, ni que entre en contacto con superficies calientes.
9. No coloque el dispositivo sobre o cerca de un quemador de gas o eléctrico caliente, ni dentro de un horno caliente.
10. Mantenga el dispositivo fuera del alcance de los niños menores de 12 años y lejos de las mascotas.
11. Este producto no debe ser utilizado por personas que pesen más de 120 kg.
12. No utilice el dispositivo en exteriores.
13. No utilice el dispositivo en zonas donde se estén utilizando productos en aerosol o donde se esté administrando oxígeno.
14. Desenchufe siempre el cable de alimentación cuando no utilice el dispositivo.
15. Recicle o deseche el aparato de acuerdo con las leyes y normativas locales. Póngase en contacto con las instalaciones de reciclaje locales o con el fabricante para obtener más información.

Contenido del paquete

- Plataforma vibratoria para adelgazar todo el cuerpo
- Mando a distancia
- Bandas de resistencia para brazos
- Manual del usuario con información sobre la garantía
- Cable de alimentación

Encendido

1. Enchufe el cable de alimentación a una toma de corriente adecuada.
2. Pulse el interruptor de encendido principal situado en la parte delantera de la plataforma para encenderla.
3. Pulse el botón de encendido del mando a distancia o de la parte superior de la plataforma para activar el dispositivo.

Uso de los controles

Inicio/Parada: pulse el botón **Inicio/Parada** para iniciar la función de vibración.

Velocidad/Tiempo: Pulse el botón **Velocidad/Tiempo** para recorrer los ajustes de velocidad disponibles, que van del 1 al 120 (o del 1 al 20, dependiendo del modo).

Programa: Pulse el botón **Programa** para recorrer los programas preestablecidos, cada uno con una duración de 10 minutos. Cuando se utiliza el programa automático, el nivel de velocidad más alto es 120.

PRECAUCIÓN

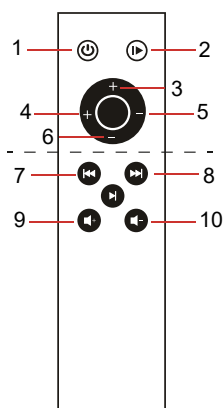
No apriete, estire ni dañe el cable de alimentación.

Una mirada más cercana: Plataforma vibratoria (modo pantalla táctil)



1. INICIO/PARADA
2. GUÍA
3. PROGRAMA
4. VELOCIDAD/TIEMPO









Una mirada más detallada al mando a distancia con música



PARA LA PLATAFORMA
VIBRATORIA

PARA EL ALTAVOZ
BLUETOOTH

1. BOTÓN DE ENCENDIDO
2. INICIO/PARADA
3. AUMENTAR VELOCIDAD
4. AUMENTAR TIEMPO
5. DISMINUIR TIEMPO
6. DISMINUIR VELOCIDAD
7. SELECCIÓN ANTERIOR
8. SELECCIÓN SIGUIENTE
9. AUMENTAR VOLUMEN
10. DISMINUIR VOLUMEN

			
<p>Postura relajada de pie Póngase de pie sobre la plataforma y relaje todo el cuerpo. Esto le ayudará a aliviar la tensión muscular y mejorar la circulación sanguínea.</p>	<p>Postura en cuclillas Póngase de pie con los pies separados a la anchura de los hombros sobre la plataforma. Doble las rodillas como si fueras a sentarte y mantén la espalda recta. Mantenga esta posición para tonificar y fortalecer los músculos de las piernas y las caderas.</p>	<p>Postura de flexión Coloque las manos sobre la plataforma y extienda las piernas hacia atrás, manteniendo el cuerpo recto desde la cabeza hasta los talones. Baje el pecho hacia la plataforma doblando los codos y luego empuja hacia arriba hasta la posición inicial. Este ejercicio ayuda a fortalecer los músculos del pecho, los brazos y el tronco.</p>	<p>Postura de piernas bajas: Coloque la parte inferior de las piernas sobre la placa como se muestra. Coloque las manos en el suelo detrás de usted para apoyarse. Para un ejercicio más intenso, levante las caderas del suelo y presione suavemente las pantorrillas contra la placa.</p>
			
<p>Postura de flexión de cintura: Mantenga las piernas rectas e inclíñese hacia delante por la cintura, colocando las manos sobre la placa. Para aumentar la intensidad del ejercicio, doble ligeramente los codos e inclíñese más hacia delante.</p>	<p>Postura con un solo pie: Coloque un pie sobre la placa y manténgase erguido con una buena postura. Para un ejercicio más profundo, inclíñese suavemente hacia delante, desplazando más peso corporal hacia la placa.</p>	<p>Postura sentada: Siéntese en la plataforma vibratoria en una posición cómoda, manteniendo la espalda recta. Apoye las manos en las rodillas o los muslos y mantenga una postura relajada y erguida durante todo el ejercicio.</p>	<p>Postura sentada II: Mientras está sentado en una silla estable, coloque las piernas sobre la plataforma vibratoria. Esta posición ayuda a relajar los músculos y puede mejorar la circulación sanguínea en las piernas.</p>

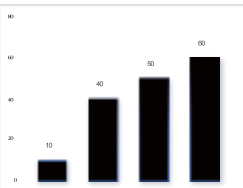
Mantenimiento y cuidado

- Antes de limpiar el producto, asegúrese de que esté apagado y desconectado de la fuente de alimentación. Límpielo con un paño suave ligeramente humedecido.
- Mantenga la plataforma alejada de temperaturas extremas.
- Guarde el aparato en un lugar limpio y seco, fuera del alcance de los niños y las mascotas.

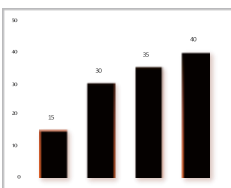
Ajustes del programa

Cada programa está preconfigurado para 10 minutos y funciona con niveles de vibración alternos para proporcionar un entrenamiento distintivo.

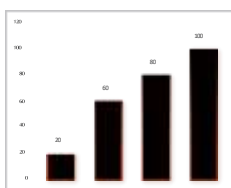
P1: Estiramiento relajado



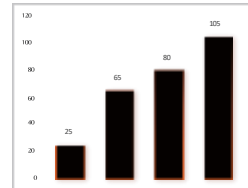
P2: Estiramiento suave



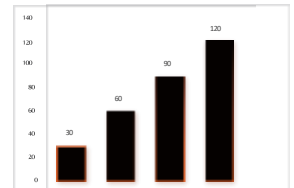
P3: Estiramiento rápido



P4: Estiramiento a ritmo moderado

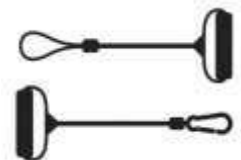


P5: Estiramiento de ritmo intermedio



Uso de las cuerdas para brazos

1. Mejore su entrenamiento utilizando los pasamanos para hacer flexiones. Esto le ayudará a fortalecer los bíceps y tríceps, al tiempo que trabaja la parte inferior del cuerpo.
2. Los pasamanos se guardan debajo de los laterales de la máquina. Retírelos cuando sea necesario. Los orificios de la superficie de la máquina se pueden utilizar para ajustar la posición de los pasamanos.



Configuración de Bluetooth

1. Pulse el interruptor de encendido principal situado en la parte delantera de la plataforma para encenderla. A continuación, pulse el botón de encendido del mando a distancia o de la parte superior de la plataforma para encenderla.
2. Abra la configuración de Bluetooth en su smartphone o tableta. Seleccione «Bluetooth» en los dispositivos disponibles y la plataforma confirmará que se ha conectado correctamente.



Täname, et otsite kogu keha salendava vibratsiooniplatvormi (vertikaalne tüüp).

See platvorm parandab teie treeningut, kaasates stabiliseerivad lihased, toetades kaalu kaotust ja parandades lihastoonust.

Olulised ohutusnõuded

Vibratsiooniplatvormi kasutamisel järgige alati järgmisi põhilisi ohutusnõudeid:

1. Lugege enne seadme kasutamist hoolikalt läbi kõik juhised.
2. See seade ei ole mõeldud kasutamiseks isikutele (sh lastele), kellel on piiratud füüsilised, sensoorsed või vaimsed võimed, või isikutele, kellel puudub kogemus ja teadmised, välja arvatud juhul, kui neid juhendab või juhendab seadme kasutamisel isik, kes vastutab nende ohutuse eest.
3. Kasutage seda toodet ainult käesolevas juhendis kirjeldatud viisil.
4. Asetage seade stabiilsele, tasasele pinnale. Põranda või vaiba kahjustuste vältimiseks asetage seadme alla matt.
5. Kui olete rase, teil on südamestimulaator või muud terviseprobleemid, konsulteerige enne kasutamist oma arstiga.
6. Ärge kasutage seadet, kui toitejuhe või pistik on kahjustatud või kui seade on rikkis või mingil viisil kahjustatud. Võtke ühendust tootjaga, et saada teenindust.
7. Ärge kasutage seda seadet, kui olete alkoholi või ravimite mõju all, mis võivad mõjutada teie otsustusvõimet.
8. Ärge laske juhtmest ripneda laua või leti servalt ega puutuda kokku kuumade pindadega.
9. Ärge asetage seadet kuuma gaasi- või elektripliidi peale või lähedusse ega kuuma ahju sisse.
10. Hoidke seade 12-aastastest lastest ja lemmikloomadest eemal.
11. Seda toodet ei tohi kasutada isikud, kelle kaal ületab 120 kg.
12. Ärge kasutage seadet välitingimustes.
13. Ärge kasutage seadet kohtades, kus kasutatakse aerosooltooteid või manustatakse hapnikku.
14. Kui seadet ei kasutata, tõmmake alati toitepistik pistikupesast välja.
15. Kõrvaldage seade vastavalt kohalikele seadustele ja eeskirjadele. Lisateabe saamiseks võtke ühendust kohalike jäätmekäitlusettevõtete või tootjaga.

Pakendi sisu

- Kogu keha salendav vibratsiooniplatvorm
- Kaugjuhtimispuult
- Käe vastupidavuslindid
- Kasutusjuhend koos garantiiteabega
- Toitekaabel

Sisselülitamine

1. Ühendage toitekaabel sobivasse seinakontakti.
2. Lülitage seade sisse, vajutades platvormi esiküljel asuvat pealülitit.
3. Seadme aktiveerimiseks vajutage kaugjuhtimispuuldil või platvormi ülaosas asuvat toitenuppu.

Juhtimisseadmete kasutamine

Start/Stop: Vajutage **Start/Stop**-nuppu, et käivitada vibratsioonifunktsioon.

Kiirus/aeg: vajutage **kiiruse/aja** nuppu, et valida sobiv kiirus, mis võib olla vahemikus 1–120 (või 1–20, olenevalt režiimist).

Programm: Vajutage **programmi** nuppu, et valida eelseadistatud programmidest, mis kestavad igaüks 10 minutit. Automaatprogrammi kasutamisel on suurim kiirus 120.

HOIATUS

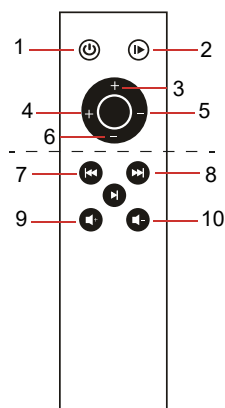
Ärge pigistage, venitage ega kahjustage toitekaablit.

Lähemalt: vibratsioonipõrand (puutetundlik ekraan)



1. START/STOP
2. JUHEND
3. PROGRAM
4. KIIRUS/AEG

Lähemalt: muusikaga kaugjuhtimispuult











VIBRACIIONIPLATVORMI
JAKS

BLUETOOTH-
KÖLARILE

1. TOITEKNOPP
2. KÄIVITUS/PEATUS
3. KIIRUSE SUURENDAMINE
4. AJA SUURENDAMINE
5. AJA VÄHENDAMINE
6. VÄHENDA KIIRUST
7. EELMINE VALIK
8. JÄRGMINE VALIK
9. SUURENDA HELITUGEVUST
10. HELITUGEVUSE VÄHENDAMINE

Soovitatav harjutuste juhend

			
<p>Lõdvestunud seisev asend Seiske platvormil ja lõdvestage kogu keha. See aitab leevendada lihaspingeid ja parandada vereringet.</p>	<p>Kükitamine Seiske platvormil jalad õlgade laiuselt lahku. Kummarduge põlvedest, nagu istuksite maha, ja hoidke selg sirge. Hoia seda asendit, et toonida ja tugevdada jalgade ja puusade lihaseid.</p>	<p>Kükitamine Aseta käed platvormile ja siruta jalad enda taha, hoides keha sirgena peast kandadeni. Kummarda rindkere platvormi poole, painutades küünarnukke, ja tõuka end tagasi algasendisse. See harjutus aitab tugevdada rinnalihaseid, käsivarsi ja tuharalihaseid.</p>	<p>Alamjäsemete asend: Aseta jalad platvormile, nagu näidatud. Aseta käed toetuseks enda taha põrandale. Intensiivsema harjutuse jaoks tõsta puusad põrandast üles ja suru sääred õrnalt platvormile.</p>
			
<p>Vööndi painutus: Hoidke jalad sirged ja painutage vöökohta ettepoole, asetades käed plaadile. Harjutuse intensiivsuse suurendamiseks painake küünarnukid kergelt ja kallutage end veelgi ettepoole.</p>	<p>Ühe jala asend: Asetage üks jalg plaadile ja seiske sirgelt hea rühtiga. Harjutuse intensiivsuse suurendamiseks astuge ettepoole, nihutades suurema osa kehakaalust plaadile.</p>	<p>Istuv asend: Istu vibratsioonplaadile mugavas asendis, hoides selga sirgena. Toetage käed põlvedele või reietele ja hoidke kogu harjutuse vältel lõdvestunud ja sirge rüht. Püstise asendi kogu harjutuse vältel.</p>	<p>Istuv asend II: Istudes stabiilsel toolil, asetage jalad vibratsioonplaadile. See asend aitab lihaseid lõdvestada ja võib parandada vereringet jalgades.</p>

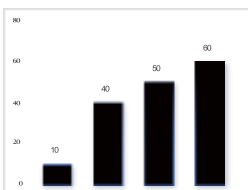
Hooldus ja hooldus

- Enne puhastamist veenduge, et toode on välja lülitatud ja vooluvõrgust lahti ühendatud. Puhastage seda kergelt niiske, pehme lapiga.
- Hoidke platvorm eemal äärmuslikest temperatuuridest.
- Hoidke seadet puhtas, kuivas keskkonnas, laste ja lemmikloomade eest varjatud kohas.

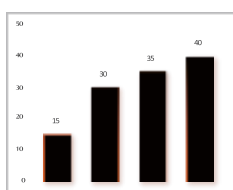
Programmi seaded

Iga programm on eelseadistatud 10 minutiks ja töötab vahelduvate vibratsioonitasemetega, et pakkuda eristuvat treeningut.

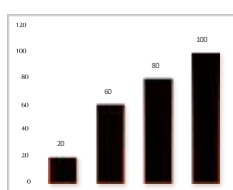
P1: lõdvestav venitamine



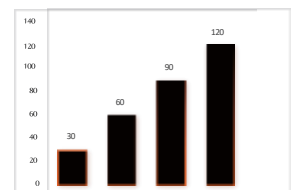
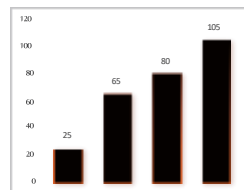
P2: õrn venitamine



P3: kiire venitus

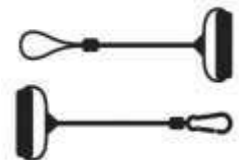


P4: Mõõdukas tempoga venitamine P5: Keskmise tempoga venitamine



Käepidemete kasutamine

1. Tõhustage treeningut, kasutades käsipuud push-up'ide tegemiseks. See aitab tugevdada bicepse ja tricepse, kaasates samal ajal ka alakeha.
2. Käsipuud on hoiustatud masina külgede all. Võtke need vajadusel välja. Masina pinnal olevaid auke saab kasutada käsipuude asendi reguleerimiseks.



Bluetoothi seadistamine

1. Lülitage seade sisse, vajutades platvormi esiküljel asuvat pealülitit. Seejärel vajutage kaugjuhtimispuldil või platvormi ülaosas asuvat toitenuppu, et seade sisse lülitada.
2. Avage oma nutitelefoni või tahvelarvuti Bluetoothi seaded. Valige saadaval olevate seadmete hulgast „Bluetooth” ja platvorm kinnitab, et ühendus on edukalt loodud.



Merci d'avoir acheté la plateforme vibrante amincissante pour tout le corps (type vertical).

Cette plateforme améliore votre entraînement en sollicitant vos muscles stabilisateurs, en favorisant la perte de poids et en améliorant le tonus musculaire.

Consignes de sécurité importantes

Lorsque vous utilisez votre plateforme vibrante, respectez toujours les consignes de sécurité suivantes :

1. Lisez attentivement toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil.
2. Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris les enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou par des personnes manquant d'expérience et de connaissances, à moins qu'elles ne soient supervisées ou aient reçu des instructions concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité.
3. Utilisez ce produit uniquement comme décrit dans ce manuel.
4. Placez le produit sur une surface stable et plane. Pour protéger le sol ou la moquette contre les dommages, placez un tapis sous le produit.
5. Consultez votre médecin avant utilisation si vous êtes enceinte, si vous portez un stimulateur cardiaque ou si vous avez d'autres problèmes de santé.
6. N'utilisez pas l'appareil si le cordon d'alimentation ou la fiche est endommagé, ou si l'appareil présente un dysfonctionnement ou a été endommagé de quelque manière que ce soit. Contactez le fabricant pour le faire réparer.
7. N'utilisez pas cet appareil si vous êtes sous l'influence de l'alcool ou de médicaments susceptibles d'altérer votre jugement.
8. Ne laissez pas le cordon pendre au bord d'une table ou d'un comptoir, ni entrer en contact avec des surfaces chaudes.
9. Ne placez pas l'appareil sur ou à proximité d'une cuisinière à gaz ou électrique chaude, ni à l'intérieur d'un four chauffé.
10. Gardez l'appareil hors de portée des enfants de moins de 12 ans et loin des animaux domestiques.
11. Ce produit ne doit pas être utilisé par des personnes pesant plus de 120 kg.
12. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur.
13. N'utilisez pas l'appareil dans des zones où des produits aérosols sont utilisés ou où de l'oxygène est administré.
14. Débranchez toujours le cordon d'alimentation lorsque l'appareil n'est pas utilisé.
15. Recyclez ou éliminez l'appareil conformément aux lois et réglementations locales. Contactez les centres de recyclage locaux ou le fabricant pour obtenir des conseils supplémentaires.

Contenu de l'emballage

- Plateforme vibrante amincissante pour tout le corps
- Télécommande
- Bandes de résistance pour les bras
- Manuel d'utilisation avec informations sur la garantie
- Cordon d'alimentation

Mise sous tension

1. Branchez le cordon d'alimentation dans une prise murale appropriée.
2. Appuyez sur l'interrupteur d'alimentation principal situé à l'avant de la plateforme pour la mettre sous tension.
3. Appuyez sur le bouton d'alimentation de la télécommande ou situé sur le dessus de la plateforme pour activer l'appareil.

Utilisation des commandes

Démarrer/Arrêter : appuyez sur le bouton **Démarrer/Arrêter** pour lancer la fonction de vibration.

Vitesse/Durée : appuyez sur le bouton **Vitesse/Durée** pour faire défiler les réglages de vitesse disponibles, qui vont de 1 à 120 (ou de 1 à 20, selon le mode).

Programme : appuyez sur le bouton **Programme** pour faire défiler les programmes prédéfinis, chacun d'une durée de 10 minutes. Lorsque vous utilisez le programme automatique, la vitesse maximale est de 120.

ATTENTION

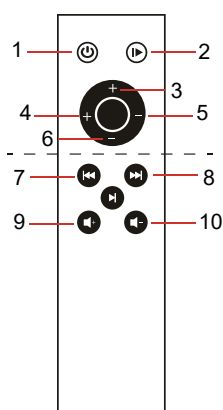
Ne serrez pas, n'étirez pas et n'endommagez pas le cordon d'alimentation.

Zoom : Plateforme vibrante (mode écran tactile)



1. START/STOP
2. GUIDE
3. PROGRAM
4. VITESSE/TEMPS









Zoom sur la télécommande avec musique



POUR LA PLATEFORME
VIBRANTE

POUR ENCEINTE
BLUETOOTH

1. BOUTON D'ALIMENTATION
2. DÉMARRER/ARRÊTER
3. AUGMENTER LA VITESSE
4. AUGMENTER LA DURÉE
5. DIMINUER LA DURÉE
6. DIMINUER LA VITESSE
7. SÉLECTION PRÉCÉDENTE
8. SÉLECTION SUIVANTE
9. AUGMENTER LE VOLUME
10. DIMINUER LE VOLUME

			
Posture debout détendue Tenez-vous debout sur la plateforme et détendez tout votre corps. Cela vous aidera à soulager les tensions musculaires et à améliorer la circulation sanguine.	Position accroupie Tenez-vous debout sur la plateforme, les pieds écartés de la largeur des épaules. Pliez les genoux comme si vous vous asseyiez et gardez le dos droit. Maintenez cette position pour tonifier et renforcer les muscles des jambes et des hanches.	Position de pompes Placez vos mains sur la plateforme et étirez vos jambes derrière vous, en gardant votre corps droit de la tête aux talons. Abaissez votre poitrine vers la plateforme en pliant les coudes, puis remontez à la position de départ. Cet exercice aide à renforcer les muscles de la poitrine, des bras et du tronc.	Position jambes tendues : Placez le bas de vos jambes sur la plaque comme indiqué. Posez vos mains sur le sol derrière vous pour vous soutenir. Pour un exercice plus intense, soulevez vos hanches du sol et appuyez doucement vos mollets sur la plaque.
			
Posture avec flexion de la taille : Gardez les jambes tendues et penchez-vous en avant au niveau de la taille, en plaçant vos mains sur la plaque. Pour augmenter l'intensité de l'exercice, pliez légèrement les coudes et penchez-vous davantage vers l'avant.	Posture sur un pied : Placez un pied sur la plaque et tenez-vous droit en adoptant une bonne posture. Pour un exercice plus intense, penchez-vous doucement vers l'avant en transférant davantage votre poids corporel sur la plaque.	Posture assise : Asseyez-vous sur la plaque vibrante dans une position confortable, en gardant le dos droit. Posez vos mains sur vos genoux ou vos cuisses et maintenez une posture détendue et droite tout au long de l'exercice.	Position assise II : Assis sur une chaise stable, placez vos jambes sur la plaque vibrante. Cette position aide à détendre les muscles et peut améliorer la circulation sanguine dans vos jambes.

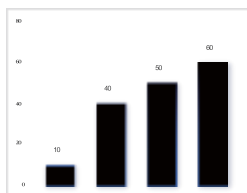
Entretien et maintenance

- Avant de nettoyer le produit, assurez-vous qu'il est éteint et débranché de l'alimentation électrique. Nettoyez-le avec un chiffon doux légèrement humide.
- Gardez la plateforme à l'abri des températures extrêmes.
- Rangez l'appareil dans un endroit propre et sec, hors de portée des enfants et des animaux domestiques.

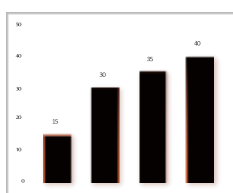
Réglages du programme

Chaque programme est préréglé pour une durée de 10 minutes et fonctionne avec des niveaux de vibration alternés pour offrir un entraînement unique.

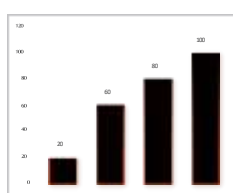
P1 : Étirement détendu



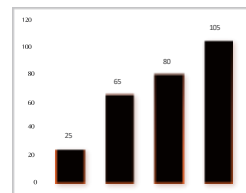
P2 : Étirement doux



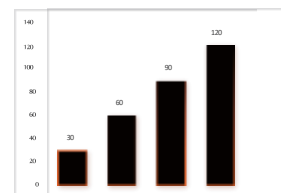
P3 : Étirement rapide



P4 : Étirement modéré

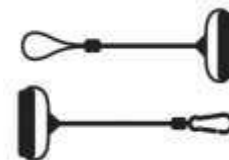


P5 : Étirement à rythme intermédiaire



Utilisation des cordes à bras

1. Améliorez votre entraînement en utilisant les barres d'appui pour faire des pompes. Cela vous aidera à renforcer vos biceps et vos triceps tout en sollicitant le bas du corps.
2. Les barres d'appui sont rangées sous les côtés de la machine. Retirez-les lorsque vous en avez besoin. Les trous sur la surface de la machine peuvent être utilisés pour ajuster la position des barres d'appui.



Configuration Bluetooth

1. Appuyez sur l'interrupteur d'alimentation principal situé à l'avant de la plateforme pour la mettre sous tension. Appuyez ensuite sur le bouton d'alimentation de la télécommande ou situé sur le dessus de la plateforme pour la mettre sous tension.
2. Ouvrez les paramètres Bluetooth de votre smartphone ou tablette. Sélectionnez « **Bluetooth** » parmi les appareils disponibles, et la plateforme confirmera qu'elle s'est connectée avec succès.



Köszönjük, hogy megvásárolta a teljes testre kiterjedő karcsúsító vibrációs platformot (független típus).

Ez a platform fokozza az edzés hatékonyságát azáltal, hogy bevonja a stabilizáló izmokat, támogatja a fogyást és elősegíti az izomtónus javulását.

Fontos biztonsági óvintézkedések

A vibrációs platform használata során mindig tartsa be az alábbi alapvető biztonsági óvintézkedéseket:

1. A készülék használata előtt figyelmesen olvassa el az összes utasítást.
2. Ez a készülék nem alkalmas olyan személyek (gyermek) számára, akiknek fizikai, érzékszervi vagy mentális képességei korlátozottak, vagy akiknek nincs megfelelő tapasztalatuk és ismeretük, kivéve, ha biztonságukért felelős személy felügyeli őket, vagy megtanítja őket a készülék használatára.
3. A terméket kizárólag a kézikönyvben leírtak szerint használja.
4. Helyezze a terméket stabil, sík felületre. A padló vagy szőnyeg károsodásának elkerülése érdekében helyezzen szőnyeget a termék alá.
5. Terhesség, pacemaker vagy egyéb egészségügyi problémák esetén használat előtt konzultáljon orvosával.
6. Ne használja a készüléket, ha a tápkábel vagy a dugó megsérült, vagy ha a készülék meghibásodott vagy bármilyen módon megsérült. Forduljon a gyártóhoz szervizelés céljából.
7. Ne használja ezt a készüléket, ha alkohol vagy gyógyszer hatása alatt áll, amely befolyásolhatja ítélőképességét.
8. Ne hagyja, hogy a kábel az asztal vagy pult szélére lógjon, vagy forró felületekkel érintkezzen.
9. Ne helyezze a készüléket forró gáz- vagy elektromos főzőlapra vagy annak közelébe, illetve fűtött sütőbe.
10. Tartsa a készüléket 12 év alatti gyermekek és háziállatok elől elzárva.
11. Ezt a terméket 120 kg-nál nehezebb személyek nem használhatják.
12. Ne használja a készüléket kültéren.
13. Ne használja a készüléket olyan helyiségekben, ahol aeroszolos termékeket használnak, vagy oxigén adagolnak.
14. Ha a készüléket nem használja, mindig húzza ki a hálózati kábelt.
15. A készüléket a helyi törvények és előírások szerint újrahasznosítsa vagy ártalmatlanítsa. További útmutatásért vegye fel a kapcsolatot a helyi újrahasznosító létesítményekkel vagy a gyártóval.

A csomag tartalma

- Teljes testre kiterjedő karcsúsító vibrációs platform
- Távirányító
- Karellenállás-szalagok
- Használati utasítás garanciális információkkal
- Hálózati kábel

Bekapcsolás

1. Csatlakoztassa a tápkábelt egy megfelelő fali aljzathoz.
2. Nyomja meg a platform elülső részén található főkapcsolót a bekapcsoláshoz.
3. Nyomja meg a távirányító vagy a platform tetején található bekapcsológombot a készülék aktiválásához.

A vezérlők használata

Start/Stop: Nyomja meg a **Start/Stop** gombot a rezgésfunkció elindításához.

Speed/Time (Sebesség/Idő): Nyomja meg a **Speed/Time** gombot a rendelkezésre álló sebességbeállítások közötti váltáshoz, amelyek 1 és 120 között (vagy 1 és 20 között, a módtól függően) változnak.

Program: Nyomja meg a **Program** gombot a 10 perces előre beállított programok közötti váltáshoz. Az automatikus program használata esetén a legmagasabb sebességszint 120.

FIGYELEM

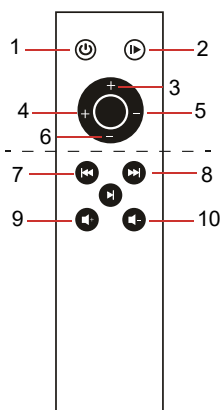
Ne nyomja össze, ne nyújtsa meg és ne sértse meg a tápkábelt.

Részletesebben: Vibrációs platform (érintőképernyős mód)



1. START/STOP
2. ÚTMUTATÓ
3. PROGRAM
4. SEBESSÉG/IDŐ









A távirányító közelebről, zenével



VIBRÁCIÓS PLATFORMHOZ

BLUETOOTH
HANGFALHOZ

1. BE/KI GOMB
2. INDÍTÁS/LEÁLLÍTÁS
3. SEBESSÉG NÖVELÉSE
4. IDŐ NÖVELÉSE
5. IDŐ CSÖKKENTÉSE
6. SEBESSÉG CSÖKKENTÉSE
7. ELŐZŐ VÁLASZTÁS
8. KÖVETKEZŐ VÁLASZTÁS
9. HANGERŐ NÖVELÉSE
10. HANGERŐ CSÖKKENTÉSE

			
<p>Lazán álló testtartás Álljon fel a platformra, és lazítsa el az egész testét. Ez segít enyhíteni az izomfeszültséget és javítja a vérkeringést.</p>	<p>Guggolás Álljon vállszélességben a platformon. Hajlítsa be a térdét, mintha leülne, és tartsa egyenesen a hátát. Tartsa meg ezt a pozíciót, hogy tonizálja és erősítse a láb- és csípőizmokat.</p>	<p>Fekvőtámasz Helyezze a kezét a platformra, és nyújtsa ki a lábait maga mögé, miközben a testét a fejtől a sarokig egyenesben tartja. Hajlítsa be a könyökét, és engedje le a mellkasát a platform felé, majd tolja vissza a kiinduló pozícióba. Ez a gyakorlat segít erősíteni a mellkas, a karok és a törzs izmait.</p>	<p>Alsó lábtartás: Helyezze az alsó lábszárakat a képen látható módon a lemezre. Tegye a kezét a háta mögött a padlóra támaszkodásként. Az intenzívebb edzés érdekében emelje fel a csípőjét a padlóról, és óvatosan nyomja a vádlóját a lemezre.</p>
			
<p>Derékhajlítás: Tartsa egyenesen a lábait, hajoljon előre a derekánál, és tegye a kezét a lemezre. A gyakorlat intenzitásának növeléséhez hajlítsa meg kissé a könyökét, és hajoljon még jobban előre.</p>	<p>Egylábás testtartás: Helyezze az egyik lábát a lemezre, és álljon egyenesen, jó testtartással. A gyakorlat mélyebb hatása érdekében hajoljon előre, és helyezze át testsúlyának nagyobb részét a lemezre.</p>	<p>Ülő testtartás: Üljön kényelmesen a rezgőlemezre, tartsa egyenesen a hátát. Tegye a kezét a térdére vagy a combjára, és tartsa nyugodt, egyenes testtartást tartson fenn a gyakorlat során.</p>	<p>Ülő testtartás II: Stabil széken ülve helyezze a lábait a rezgőlapra. Ez a testhelyzet segít ellazítani az izmokat és javíthatja a lábak vérkeringését.</p>

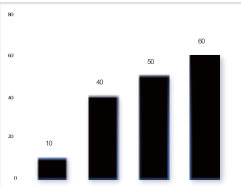
Karbantartás és ápolás

- Tisztítás előtt győződjön meg arról, hogy a termék ki van kapcsolva és nincs csatlakoztatva az áramellátáshoz. Tisztítsa meg enyhén nedves, puha ruhával.
- Tartsa a platformot távol a szélsőséges hőmérséklettől.
- A készüléket tiszta, száraz helyen, gyermekektől és háziállatoktól elzárva tárolja.

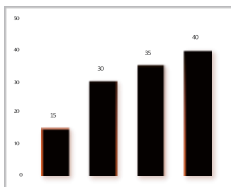
Programbeállítások

Minden program 10 percre van beállítva, és váltakozó rezgésszintekkel működik, hogy egyedi edzést biztosítson.

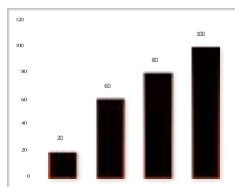
P1: Lazító nyújtás



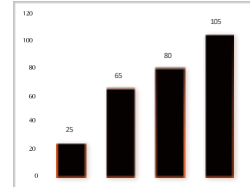
P2: Kíméletes nyújtás



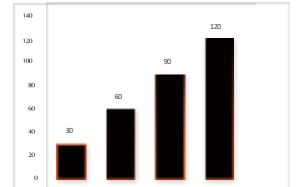
P3: Gyors tempójú nyújtás



P4: Közepes tempójú nyújtás

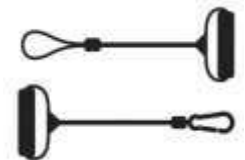


P5: Közepes tempójú nyújtás



A karfák használata

1. Fokozza edzését a korlátok használatával, hogy fekvőtámaszokat végezzen. Ez segít megerősíteni a bicepszet és a tricepszet, miközben az alsó testrészt is megmozgatja.
2. A korlátok a gép oldalán vannak elhelyezve. Szükség esetén vegye le őket. A gép felületén található lyukak segítségével beállíthatja a korlátok helyzetét.



Bluetooth beállítás

1. Nyomja meg a platform elülső részén található főkapcsolót a bekapcsoláshoz. Ezután nyomja meg a távirányító vagy a platform tetején található bekapcsológombot a bekapcsoláshoz.
2. Nyissa meg a Bluetooth beállításokat okostelefonján vagy táblagépén. Válassza ki a „Bluetooth” lehetőséget az elérhető eszközök közül, és a platform megerősíti, hogy sikeresen csatlakozott.



Grazie per aver acquistato la piattaforma vibrante dimagrante per tutto il corpo (tipo verticale). Questa piattaforma migliora l'allenamento coinvolgendo i muscoli stabilizzatori, favorendo la perdita di peso e migliorando il tono muscolare.

Importanti precauzioni di sicurezza

Quando si utilizza la piattaforma vibrante, seguire sempre queste precauzioni di sicurezza di base:

1. Leggere attentamente tutte le istruzioni prima di utilizzare il dispositivo.
2. Questo apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o da parte di persone prive di esperienza e conoscenza, a meno che non siano state sottoposte a supervisione o istruzione sull'uso dell'apparecchio da parte di una persona responsabile della loro sicurezza.
3. Utilizzare questo prodotto solo come descritto nel presente manuale.
4. Posizionare il prodotto su una superficie stabile e piana. Per proteggere il pavimento o il tappeto da eventuali danni, posizionare un tappetino sotto il prodotto.
5. Consultare il proprio medico prima dell'uso in caso di gravidanza, presenza di pacemaker o altri problemi di salute.
6. Non utilizzare l'apparecchio se il cavo di alimentazione o la spina sono danneggiati, o se l'apparecchio non funziona correttamente o è stato danneggiato in qualsiasi modo. Contattare il produttore per l'assistenza.
7. Non utilizzare questo dispositivo se si è sotto l'effetto di alcol o farmaci che potrebbero compromettere la capacità di giudizio.
8. Non lasciare che il cavo penda dal bordo di un tavolo o di un bancone, né che entri in contatto con superfici calde.
9. Non posizionare il dispositivo su o vicino a un fornello a gas o elettrico caldo, né all'interno di un forno riscaldato.
10. Tenere il dispositivo fuori dalla portata dei bambini di età inferiore ai 12 anni e lontano dagli animali domestici.
11. Questo prodotto non deve essere utilizzato da persone di peso superiore a 120 kg.
12. Non utilizzare il dispositivo all'aperto.
13. Non utilizzare il dispositivo in aree in cui vengono utilizzati prodotti aerosol o in cui viene somministrato ossigeno.
14. Scollegare sempre il cavo di alimentazione quando il dispositivo non è in uso.
15. Riciclare o smaltire l'apparecchio in conformità con le leggi e le normative locali. Contattare gli impianti di riciclaggio locali o il produttore per ulteriori indicazioni.

Contenuto della confezione

- Piattaforma vibrante per il dimagrimento completo del corpo
- Telecomando
- Fasce elastiche per le braccia
- Manuale d'uso con informazioni sulla garanzia
- Cavo di alimentazione

Accensione

1. Collegare il cavo di alimentazione a una presa a muro adeguata.
2. Premere l'interruttore di alimentazione principale sulla parte anteriore della piattaforma per accenderla.
3. Premere il pulsante di accensione sul telecomando o sulla parte superiore della piattaforma per attivare il dispositivo.

Utilizzo dei comandi

Start/Stop: premere il pulsante **Start/Stop** per avviare la funzione di vibrazione.

Velocità/Tempo: premere il pulsante **Velocità/Tempo** per scorrere le impostazioni di velocità disponibili, che vanno da 1 a 120 (o da 1 a 20, a seconda della modalità).

Programma: premere il pulsante **Programma** per scorrere i programmi preimpostati, ciascuno della durata di 10 minuti. Quando si utilizza il programma automatico, il livello di velocità massimo è 120.

ATTENZIONE

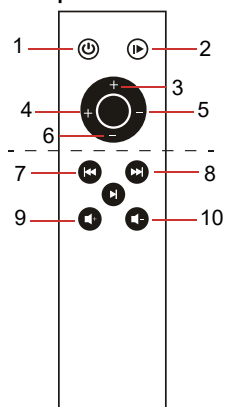
Non schiacciare, allungare o danneggiare il cavo di alimentazione.

Uno sguardo più da vicino: piattaforma vibrante (modalità touch screen)



1. START/STOP
2. GUIDA
3. PROGRAM
4. VELOCITÀ/TEMPO

Uno sguardo più da vicino al telecomando con musica



PER PIATTAFORMA VIBRANTE

PER
L'ALTOPARLANTE
BLUETOOTH

1. PULSANTE DI ACCENSIONE
2. AVVIO/ARRESTO
3. AUMENTA VELOCITÀ
4. AUMENTA IL TEMPO
5. DIMINUISCI TEMPO
6. DIMINUISCI VELOCITÀ
7. SELEZIONE PRECEDENTE
8. SELEZIONE SUCCESSIVA
9. AUMENTA VOLUME
10. DIMINUISCI VOLUME

			
Posizione eretta rilassata Salite sulla piattaforma e rilassate tutto il corpo. Questo aiuterà ad alleviare la tensione muscolare e a migliorare la circolazione sanguigna.	Posizione accovacciata Mettiti in piedi sulla piattaforma con i piedi alla larghezza delle spalle. Piegare le ginocchia come se ci si sedesse e mantenere la schiena dritta. Mantieni questa posizione per tonificare e rafforzare i muscoli delle gambe e dei fianchi.	Posizione di flessione Appoggia le mani sulla piattaforma ed estendi le gambe dietro di te, mantenendo il corpo dritto dalla testa ai talloni. Abbassare il petto verso la piattaforma piegando i gomiti, quindi spingere indietro fino alla posizione di partenza. Questo esercizio aiuta a rafforzare i muscoli del torace, delle braccia e del tronco.	Posizione delle gambe: Posizionare la parte inferiore delle gambe sulla piastra come mostrato. Appoggiare le mani sul pavimento dietro di sé per sostenersi. Per un esercizio più intenso, sollevare i fianchi dal pavimento e premere delicatamente i polpacci sulla piastra.
			
Posizione con piegamento della vita: Tenete le gambe dritte e piegatevi in avanti all'altezza della vita, appoggiando le mani sulla pedana. Per aumentare l'intensità dell'esercizio, piegare leggermente i gomiti e inclinarsi ulteriormente in avanti.	Posizione su un solo piede: Appoggia un piede sulla pedana e stai in piedi con una buona postura. Per un esercizio più intenso, fai un affondo in avanti, spostando maggiormente il peso del corpo sulla pedana.	Posizione seduta: Sedetevi sulla pedana vibrante in una posizione comoda, mantenendo la schiena dritta. Appoggia le mani sulle ginocchia o sulle cosce e mantieni una postura rilassata e eretta durante tutto l'esercizio.	Posizione seduta II: Mentre sei seduto su una sedia stabile, appoggia le gambe sulla pedana vibrante. Questa posizione aiuta a rilassare i muscoli e può migliorare la circolazione sanguigna nelle gambe.

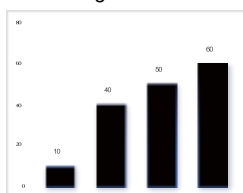
Manutenzione e cura

- Prima di pulire il prodotto, assicurarsi che sia spento e scollegato dall'alimentazione elettrica. Pulirlo con un panno morbido leggermente umido.
- Tenere la piattaforma lontana da temperature estreme.
- Conservare l'apparecchio in un ambiente pulito e asciutto, fuori dalla portata di bambini e animali domestici.

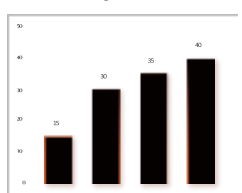
Impostazioni del programma

Ogni programma è preimpostato per 10 minuti e funziona con livelli di vibrazione alternati per fornire un allenamento distintivo.

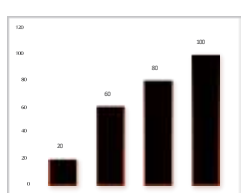
P1: Allungamento rilassato



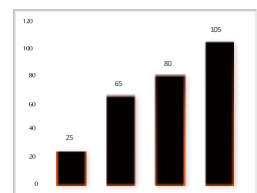
P2: Allungamento delicato



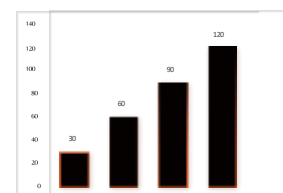
P3: Allungamento veloce



P4: Allungamento a ritmo moderato

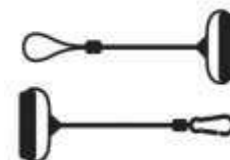


P5: Allungamento a ritmo intermedio



Utilizzo delle corde per le braccia

1. Migliorate il vostro allenamento utilizzando i corrimano per eseguire le flessioni. Questo vi aiuterà a rafforzare i bicipiti e i tricipiti coinvolgendo anche la parte inferiore del corpo.
2. I corrimano sono riposti sotto i lati della macchina. Rimuovili quando necessario. I fori sulla superficie della macchina possono essere utilizzati per regolare la posizione dei corrimano.



Configurazione Bluetooth

1. Premere l'interruttore di alimentazione principale sulla parte anteriore della piattaforma per accenderla. Quindi premere il pulsante di accensione sul telecomando o sulla parte superiore della piattaforma per accenderla.
2. Apri le impostazioni Bluetooth sul tuo smartphone o tablet. Seleziona "Bluetooth" tra i dispositivi disponibili e la piattaforma confermerà che la connessione è stata stabilita correttamente.



Dėkojame už įsigytą viso kūno lieknėjimo vibracijos platformą (vertikalaus tipo).

Ši platforma pagerina jūsų treniruotes, įtraukdama stabilizuojančius raumenis, padėdama numesti svorį ir gerindama raumenų tonusą.

Svarbios saugos priemonės

Naudodami vibracijos platformą, visada laikykitės šių pagrindinių saugos priemonių:

1. Prieš naudodami prietaisą, atidžiai perskaitykite visas instrukcijas.
2. Šis prietaisas nėra skirtas naudoti asmenims (įskaitant vaikus) su sumažėjusiais fiziniais, jutimais ar protiniais gebėjimais arba tiems, kuriems trūksta patirties ir žinių, nebent juos prižiūri ar instruktuoja asmuo, atsakingas už jų saugą.
3. Naudokite šį produktą tik taip, kaip aprašyta šioje instrukcijoje.
4. Pastatykite produktą ant stabilaus, lygaus paviršiaus. Norėdami apsaugoti grindis ar kilimą nuo pažeidimų, po produktu padėkite kilimėlį.
5. Jei esate nėščia, turite širdies stimuliatorių ar kitokių sveikatos problemų, prieš naudojimą pasitarkite su gydytoju.
6. Nenaudokite prietaiso, jei maitinimo laidas ar kištukas yra pažeisti, arba jei prietaisas veikia netinkamai ar yra kaip nors pažeistas. Kreipkitės į gamintoją dėl remonto.
7. Nenaudokite šio prietaiso, jei esate apsvaigęs nuo alkoholio ar vaistų, kurie gali pakenkti jūsų sprendimų priėmimui.
8. Neleiskite, kad laidas kabėtų nuo stalo ar stalviršio krašto arba liestųsi su karštais paviršiais.
9. Nelaikykite prietaiso ant karšto dujinio ar elektrinio viryklės arba šalia jos, taip pat nekelkite į įkaitintą orkaitę.
10. Laikykite prietaisą nepasiekiamoje vietoje vaikams iki 12 metų ir gyvūnams.
11. Šio produkto neturėtų naudoti asmenys, sveriantys daugiau nei 120 kg.
12. Nenaudokite prietaiso lauke.
13. Nenaudokite prietaiso vietose, kur naudojami aerozoliai arba tiekiamas deguonis.
14. Kai prietaisas nenaudojamas, visada išjunkite maitinimo laidą iš elektros lizdo.
15. Prietaisą perdirkbkite arba išmeskite pagal vietos įstatymus ir taisykles. Dėl išsamesnės informacijos kreipkitės į vietos perdirkimo įmones arba gamintoją.

Pakuotės turinys

- Visą kūną liekninanti vibracijos platforma
- Nuotolinio valdymo pultas
- Rankų atsparumo juostos
- Naudojimo instrukcija su garantine informacija
- Maitinimo laidas

Įjungimas

1. Prijunkite maitinimo laidą prie tinkamos sieninės rozetės.
2. Paspauskite pagrindinį maitinimo jungiklį platformos priekyje, kad ją įjungtumėte.
3. Paspauskite maitinimo mygtuką nuotolinio valdymo pulte arba platformos viršuje, kad įjungtumėte įrenginį.

Valdymo elementų naudojimas

Pradėti/Sustabdyti: Paspauskite mygtuką „Pradėti/Sustabdyti“, kad pradėtumėte vibracijos funkciją.

Greitis/laikas: Paspauskite greičio/laiko mygtuką, kad perjungtumėte galimus greičio nustatymus, kurie svyruoja nuo 1 iki 120 (arba nuo 1 iki 20, priklausomai nuo režimo).

Programa: Paspauskite programos mygtuką, kad perjungtumėte iš anksto nustatytas programas, kurių kiekviena trunka 10 minučių. Naudojant automatinę programą, didžiausias greičio lygis yra 120.

ĮSPĖJIMAS

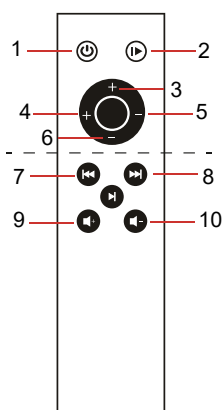
Nespauskite, netempkite ir nepažeiskite maitinimo laido.

Išsamiau: Vibracijos platforma (liečiamojo ekrano režimas)



1. PALEIDIMAS/STOP
2. PADĖTIS
3. PROGRAMA
4. GREITIS/LAIKAS









Išsamiau apie nuotolinio valdymo pultą su muzika



VIBRACIJOS PLATFORMAI

BLUETOOTH
GARSININKUI

1. ĮJUNGIMO MYGTUKAS
2. PALEIDIMAS/STOP
3. PADIDINTI GREITĮ
4. PADIDINTI LAIKĄ
5. MAŽINTI LAIKĄ
6. MAŽINTI GREITĮ
7. ANKSTESNIS PASIRINKIMAS
8. KITAS PASIRINKIMAS
9. PADIDINTI GARSUMĄ
10. MAŽINTI GARSUMĄ

			
<p>Atsipalaidavusi stovėjimo poza Stovėkite ant platformos ir atsipalaiduokite visą kūną. Tai padės sumažinti raumenų įtampą ir pagerinti kraujotaką.</p>	<p>Prisėdimo poza Stovėkite ant platformos, kojas išskėstę pečių plotyje. Sulenkite kelius tarsi sėdėdami ir laikykite nugarą tiesią. Išlaikykite šią padėtį, kad sustiprintumėte kojų ir klubų raumenis.</p>	<p>Atlikite atsispaudimus Padėkite rankas ant platformos ir ištieskite kojas už savęs, išlaikydami kūną tiesų nuo galvos iki kulnų. Sulenkite alkūnes ir nuleiskite krūtinę link platformos, tada stumkitės atgal į pradinę padėtį. Šis pratimas padeda stiprinti krūtinės, rankų ir pagrindinius raumenis.</p>	<p>Apatinės kojos padėtis: Apatines kojas padėkite ant plokštės, kaip parodyta paveikslėlyje. Rankas padėkite ant grindų už savęs, kad galėtumėte atsiremti. Norėdami atlikti intensyvesnį pratimą, pakelkite klubus nuo grindų ir švelniai prispaudžiate blauzdas prie plokštės.</p>
			
<p>Juosmens lenkimo poza: Ištieskite kojas ir sulenkite juosmenį, rankas padėkite ant plokštės. Norėdami padidinti pratimo intensyvumą, šiek tiek sulenkite alkūnes ir pasilenkite dar labiau į priekį.</p>	<p>Vienos kojos poza: Vieną koją padėkite ant plokštės ir stovėkite tiesiai, išlaikydami gerą laikyseną. Norėdami atlikti gilesnį pratimą, švelniai pasilenkite į priekį, perkeldami didesnę kūno svorio dalį ant plokštės.</p>	<p>Sėdimoji laikysena: Atsisėskite ant vibracijos plokštės patogioje padėtyje, laikydami nugarą tiesiai. Rankas padėkite ant kelių arba šlaunų ir išlaikykite atsipalaidavusią, tiesią laikyseną visą pratimo metu.</p>	<p>Sėdimoji laikysena II: Sėdėdami ant stabilios kėdės, kojas padėkite ant vibracijos plokštės. Ši padėtis padeda atsipalaiduoti raumenims ir gali pagerinti kraujotaką kojose.</p>

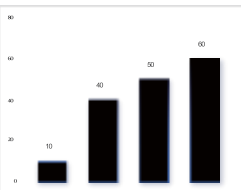
Priežiūra ir priežiūra

- Prieš valydami įsitikinkite, kad produktas yra išjungtas ir atjungtas nuo maitinimo šaltinio. Valykite šiek tiek drėgnu, minkštu skudurėliu.
- Laikykite platformą toliau nuo ekstremalių temperatūrų.
- Laikykite prietaisą švarioje, sausoje vietoje, nepasiekiamoje vaikams ir gyvūnams.

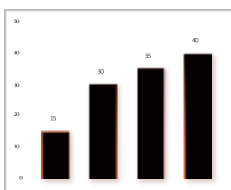
Programos nustatymai

Kiekviena programa yra iš anksto nustatyta 10 minučių trukmės ir veikia su kintančiais vibracijos lygiais, kad užtikrintų išskirtinį treniruotės efektą.

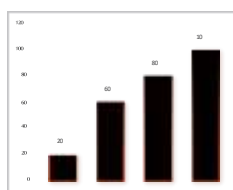
P1: Atsipalaidavęs tempimas



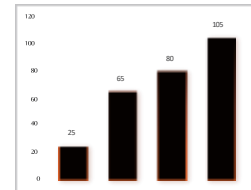
P2: Švelnus tempimas



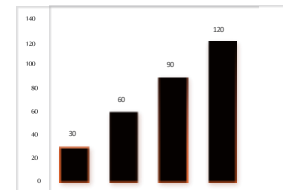
P3: Greitas tempas



P4: Vidutinio tempo tempimas

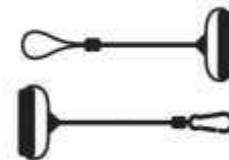


P5: Vidutinio tempo tempimas



Naudojimas rankų virvėmis

1. Pagerinkite savo treniruotę naudodami rankenas atliekant atsispaudimus. Tai padės sustiprinti dvikepius ir trikepius raumenis, tuo pačiu įtraukiant apatinę kūno dalį.
2. Turėklai laikomi po treniruoklio šonais. Prireikus juos išimkite. Treniruoklio paviršiuje esančias skylutes galima naudoti turėklų padėčiai reguliuoti.



„Bluetooth“ nustatymas

1. Paspauskite pagrindinį maitinimo jungiklį platformos priekyje, kad ją įjungtumėte. Tada paspauskite maitinimo mygtuką nuotolinio valdymo pulte arba platformos viršuje, kad ją įjungtumėte.
2. Atidarykite „Bluetooth“ nustatymus savo išmaniajame telefone ar planšetiniame kompiuteryje. Pasirinkite „Bluetooth“ iš galimų įrenginių sąrašo, ir platforma patvirtins, kad ji sėkmingai prisijungė.



Paldies, ka iegādājāties vibrācijas platformu visa ķermeņa novājēšanai (vertikālais tips).

Šī platforma uzlabo jūsu treniņu, iesaistot stabilizējošos muskuļus, atbalstot svara zudumu un veicinot muskuļu tonusa uzlabošanu.

Svarīgi drošības pasākumi

Lietojot vibrācijas platformu, vienmēr ievērojiet šos pamata drošības pasākumus:

1. Pirms ierīces lietošanas rūpīgi izlasiet visas instrukcijas.
2. Šī ierīce nav paredzēta lietošanai personām (tostarp bērniem) ar samazinātām fiziskām, sensorālām vai garīgām spējām, vai personām, kam trūkst pieredzes un zināšanu, ja vien tām nav piešķirta uzraudzība vai instrukcijas par ierīces lietošanu no personas, kas atbild par to drošību.
3. Izmantojiet šo produktu tikai tā, kā aprakstīts šajā rokasgrāmatā.
4. Novietojiet produktu uz stabilas, līdzenas virsmas. Lai pasargātu grīdu vai paklāju no bojājumiem, novietojiet zem produkta paklāju.
5. Ja esat grūtniece, lietojiet sirds stimulatoru vai Jums ir citas veselības problēmas, pirms lietošanas konsultējieties ar ārstu.
6. Nelietojiet ierīci, ja barošanas vads vai spraudnis ir bojāts, vai ja ierīce nedarbojas pareizi vai ir kā citādi bojāta. Sazinieties ar ražotāju, lai saņemtu apkalpošanu.
7. Nelietojiet šo ierīci, ja esat alkohola vai zāļu ietekmē, kas var ietekmēt jūsu spriešanas spējas.
8. Neļaujiet vadam karāties pār galda vai letes malu vai saskarties ar karstām virsmām.
9. Nelietojiet ierīci uz karstas gāzes vai elektriskās plīts vai tās tuvumā, kā arī uzkarstētā cepeškrāsnī.
10. Ierīci turiet bērniem līdz 12 gadu vecumam un mājdzīvniekiem nepieejamā vietā.
11. Šo produktu nedrīkst lietot personas, kuru svars pārsniedz 120 kg.
12. Nelietojiet ierīci ārpus telpām.
13. Nelietojiet ierīci vietās, kur tiek lietoti aerosola produkti vai kur tiek pievadīts skābeklis.
14. Kad ierīce netiek lietota, vienmēr atvienojiet barošanas vadu no strāvas padeves.
15. Ierīci pārstrādājiet vai izmetiet atbilstoši vietējiem likumiem un noteikumiem. Sazinieties ar vietējiem pārstrādes uzņēmumiem vai ražotāju, lai saņemtu papildu norādījumus.

Iepakojuma saturs

- Vibrācijas platforma visa ķermeņa novājēšanai
- Tālvadības pults
- Roku pretestības lentes
- Lietotāja rokasgrāmatā ar garantijas informāciju
- Barošanas vads

Ieslēgšana

1. Iestipriniet barošanas vadu piemērotā sienas kontaktligzdā.
2. Nospiediet galveno barošanas slēdzi platformas priekšpusē, lai to ieslēgtu.
3. Nospiediet barošanas pogu uz tālvadības pults vai platformas augšpusē, lai aktivizētu ierīci.

Vadības elementu izmantošana

Sākt/apstādināt: Nospiediet pogu **Sākt/apstādināt**, lai sāktu vibrācijas funkciju.

Ātrums/laiks: Nospiediet **Ātrums/laiks** pogu, lai pārslēgtos starp pieejamajiem ātruma iestatījumiem, kas ir no 1 līdz 120 (vai no 1 līdz 20, atkarībā no režīma).

Programma: Nospiediet **Programma** pogu, lai pārslēgtos starp iepriekš iestatītajām programmām, katra no kurām ilgst 10 minūtes. Lietojot automātisko programmu, augstākais ātruma līmenis ir 120.

BRĪDINĀJUMS

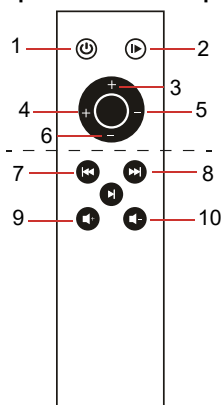
Nespiediet, nestiept un nesabojājiet barošanas vadu.

Sīkākā apskats: Vibrācijas platforma (skārienekrāna režīms)



1. START/STOP
2. CEĻVEDIS
3. PROGRAM
4. ĀTRUMS/LAIKS









Tuvāk apskatīt tālvadības pulti ar mūziku



VIBRĀCIJAS PLATFORMAI

BLUETOOTH
SKAĻOTĀJAM

1. IESLĒGŠANAS POGA
2. START/STOP
3. PALĪDZĪBA
4. PALIELINĀT LAIKU
5. SAMAZINĀT LAIKU
6. SAMAZINĀT ĀTRUMU
7. IEPRIEKŠĒJAIS IZVĒLE
8. NĀKAMĀ IZVĒLE
9. PALĪDZĪBA
10. SAMAZINĀT SKAĻU

			
<p>Atbrīvotā stāvošā poza Stāvieties uz platformas un atbrīvojiet visu ķermeni. Tas palīdzēs atbrīvot muskuļu spriedzi un uzlabot asinsriti.</p>	<p>Tupus stāvoša poza Stāvieties uz platformas ar kājām plecu platumā. Salieciet ceļus, it kā sēžoties, un turiet muguru taisni. Saglabājiet šo pozīciju, lai tonizētu un stiprinātu kāju un gūžas muskuļus.</p>	<p>Push-up stāvoklis Uzlieciet rokas uz platformas un iztaisnojiet kājas aiz sevis, saglabājot taisnu ķermeni no galvas līdz papēžiem. Nolieciet krūtis uz platformas, saliecot elkoņus, tad atspiedieties atpakaļ sākuma pozīcijā. Šis vingrinājums palīdz stiprināt krūšu, roku un vēdera muskuļus.</p>	<p>Apakšstilbu pozīcija: Novietojiet apakšstilbus uz plāksnes, kā parādīts attēlā. Novietojiet rokas uz grīdas aiz sevis, lai atbalstītos. Lai vingrinājums būtu intensīvāks, paceliet gurnus no grīdas un viegli piespiediet apakšstilbus pret plāksni.</p>
			
<p>Jostas izliekuma pozīcija: Saglabājiet taisnas kājas un liecieties uz priekšu no vidukļa, novietojot rokas uz plāksnes. Lai palielinātu vingrinājuma intensitāti, nedaudz salieciet elkoņus un noliecieties tālāk uz priekšu.</p>	<p>Vienkājais stāvoklis: Novietojiet vienu kāju uz plāksnes un stāviet taisni ar labu stāju. Lai vingrinājums būtu intensīvāks, viegli izdariet izkārienu uz priekšu, pārnesot lielāku ķermeņa svaru uz plāksni.</p>	<p>Sēdus stāvoklis: Sēdies uz vibrācijas plāksnes ērtā pozā, turiet muguru taisni. Atbalstiet rokas uz ceļgaliem vai augšstilbiem un saglabājiet atslābinātu, taisnu stāju visā vingrinājuma laikā.</p>	<p>Sēdošā stāja II: Sēžot uz stabila krēsla, novietojiet kājas uz vibrācijas plāksnes. Šī pozīcija palīdz atslābināt muskuļus un var uzlabot asinsriti kājās.</p>

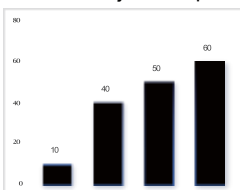
Apkope un kopšana

- Pirms tīrīšanas pārliecinieties, ka produkts ir izslēgts un atvienots no strāvas padeves. Tīriet to ar nedaudz mitru, mīkstu drānu.
- Saglabājiet platformu tālu no ekstremālām temperatūrām.
- Ierīci uzglabājiet tīrā, sausā vietā, bērniem un mājdzīvniekiem nepieejamā vietā.

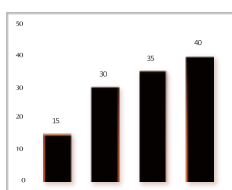
Programmu iestatījumi

Katra programma ir iestatīta uz 10 minūtēm un darbojas ar mainīgiem vibrācijas līmeņiem, lai nodrošinātu atšķirīgu treniņu.

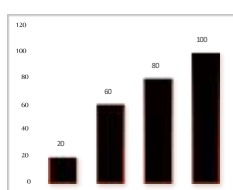
P1: Atbrīvojoša stiepšanās



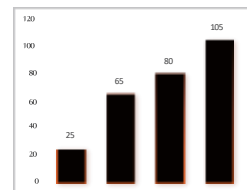
P2: Maigs stiepšanās



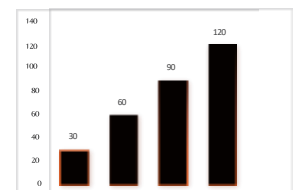
P3: Ātrs stiepšanās



P4: Vidēji intensīva stiepšanās

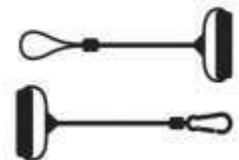


P5: Vidēji intensīva stiepšanās



Roku virvju izmantošana

1. Uzlabojiet savu treniņu, izmantojot margas, lai veiktu pievilkšanās. Tas palīdzēs stiprināt bicepsus un tricepsus, vienlaikus iesaistot apakšējo ķermeņa daļu.
2. Rokturi ir novietoti zem treniņiera sāniem. Izņemiet tos, kad nepieciešams. Trāpījumu virsmas caurumus var izmantot, lai pielāgotu rokturu pozīciju.



Bluetooth iestatīšana

1. Nospiediet galveno barošanas slēdzi platformas priekšpusē, lai to ieslēgtu. Pēc tam nospiediet barošanas pogu uz tālvadības pults vai platformas augšpusē, lai to ieslēgtu.
2. Atveriet Bluetooth iestatījumus savā viedtālrunī vai planšetdatorā. Izvēlieties "Bluetooth" pieejamo ierīču sarakstā, un platforma apstiprinās, ka savienojums ir izveidots veiksmīgi.



Bedankt voor uw aankoop van het Full Body Slimming Vibration Platform (verticaal type).

Dit platform verbetert uw training door uw stabiliserende spieren te activeren, gewichtsverlies te ondersteunen en een betere spiertonus te bevorderen.

Belangrijke veiligheidsmaatregelen

Volg bij het gebruik van uw vibratieplatform altijd deze basisveiligheidsmaatregelen:

1. Lees alle instructies zorgvuldig door voordat u het apparaat gebruikt.
2. Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met verminderde fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten, of door personen die onvoldoende ervaring en kennis hebben, tenzij zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het gebruik van het apparaat door een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid.
3. Gebruik dit product alleen zoals beschreven in deze handleiding.
4. Plaats het product op een stabiele, vlakke ondergrond. Leg een mat onder het product om de vloer of het tapijt tegen beschadiging te beschermen.
5. Raadpleeg uw arts voor gebruik als u zwanger bent, een pacemaker heeft of andere gezondheidsproblemen heeft.
6. Gebruik het apparaat niet als het netsnoer of de stekker beschadigd is, of als het apparaat defect is of op enigerlei wijze beschadigd is. Neem contact op met de fabrikant voor service.
7. Gebruik dit apparaat niet als u onder invloed bent van alcohol of medicijnen die uw beoordelingsvermogen kunnen beïnvloeden.
8. Laat het snoer niet over de rand van een tafel of aanrecht hangen en zorg ervoor dat het niet in contact komt met hete oppervlakken.
9. Plaats het apparaat niet op of in de buurt van een hete gas- of elektrische brander, of in een verwarmde oven.
10. Houd het apparaat buiten het bereik van kinderen jonger dan 12 jaar en uit de buurt van huisdieren.
11. Dit product mag niet worden gebruikt door personen die meer dan 120 kg wegen.
12. Gebruik het apparaat niet buitenshuis.
13. Gebruik het apparaat niet in ruimtes waar spuitbussen worden gebruikt of waar zuurstof wordt toegediend.
14. Haal altijd de stekker uit het stopcontact wanneer het apparaat niet in gebruik is.
15. Recycleer of voer het apparaat af in overeenstemming met de lokale wet- en regelgeving. Neem contact op met lokale recyclingbedrijven of de fabrikant voor meer informatie.

Inhoud van de verpakking

- Vibratieplatform voor het afslanken van het hele lichaam
- Afstandsbediening
- Armweerstandsbanden
- Gebruikershandleiding met garantie-informatie
- Netsnoer

Inschakelen

1. Steek het netsnoer in een geschikt stopcontact.
2. Druk op de hoofdschakelaar aan de voorkant van het platform om het apparaat in te schakelen.
3. Druk op de aan/uit-knop op de afstandsbediening of aan de bovenkant van het platform om het apparaat te activeren.

De bedieningselementen gebruiken

Start/Stop: Druk op de **Start/Stop**-knop om de vibratiefunctie te starten.

Snelheid/tijd: Druk op de knop **Snelheid/tijd** om door de beschikbare snelheidsinstellingen te bladeren, die variëren van 1 tot 120 (of 1 tot 20, afhankelijk van de modus).

Programma: Druk op de knop **Programma** om door de vooraf ingestelde programma's te bladeren, die elk 10 minuten duren. Bij gebruik van het automatische programma is de hoogste snelheid 120.

LET OP

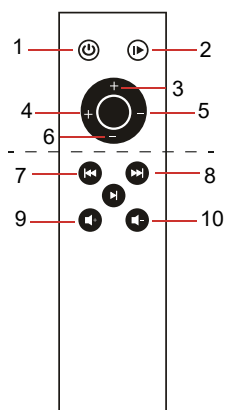
Knijp, rek of beschadig het netsnoer niet.

Van dichtbij bekeken: trilplatform (touchscreenmodus)



1. START/STOP
2. HANDLEIDING
3. PROGRAM
4. SNELHEID/TIJD

De afstandsbediening met muziek van dichtbij bekeken











VOOR TRILPLATFORM

VOOR
BLUETOOTH-
LUIDSPREKER

1. AAN/UIT-KNOP
2. START/STOP
3. SNELHEID VERHOGEN
4. TIJD VERHOGEN
5. TIJD VERLENGEN
6. SNELHEID VERLAGEN
7. VORIGE SELECTIE
8. VOLGENDE SELECTIE
9. VERHOOG VOLUME
10. VERMINDER VOLUME

Aanbevolen oefeningen

			
<p>Ontspannen staande houding Ga op het platform staan en ontspan uw hele lichaam. Dit helpt spierspanning te verlichten en de bloedcirculatie te verbeteren.</p>	<p>Hurkhouding Ga met uw voeten op schouderbreedte op het platform staan. Buig uw knieën alsof u gaat zitten en houd uw rug recht. Houd deze houding aan om de spieren in uw benen en heupen te versterken.</p>	<p>Push-up houding Plaats uw handen op het platform en strek uw benen achter u uit, waarbij u uw lichaam van hoofd tot hielen recht houdt. Laat je borst naar het platform zakken door je ellebogen te buigen en duw jezelf vervolgens weer omhoog naar de beginpositie. Deze oefening helpt bij het versterken van de borst-, arm- en rompspieren.</p>	<p>Onderbeenhouding: Plaats uw onderbenen op de plaat zoals afgebeeld. Plaats uw handen achter u op de grond voor ondersteuning. Voor een intensievere oefening tilt u uw heupen van de grond en drukt u uw kuiten zachtjes op de plaat.</p>
			
<p>Houding met gebogen taille: Houd uw benen gestrekt en buig voorover vanuit uw taille, waarbij u uw handen op de plaat plaatst. Om de intensiteit van de oefening te verhogen, buigt u uw ellebogen lichtjes en leunt u verder naar voren.</p>	<p>Houding op één voet: Plaats één voet op de plaat en sta rechtop met een goede houding. Voor een intensievere oefening leunt u voorzichtig naar voren en verplaatst u meer van uw lichaamsgewicht naar de plaat.</p>	<p>Zittende houding: Ga in een comfortabele houding op de trilplaat zitten en houd uw rug recht. Laat uw handen op uw knieën of dijen rusten en houd een ontspannen, rechtopstaande houding aan tijdens de hele oefening.</p>	<p>Zithouding II: Ga op een stabiele stoel zitten en plaats uw benen op de trilplaat. Deze houding helpt de spieren te ontspannen en kan de bloedcirculatie in uw benen verbeteren.</p>

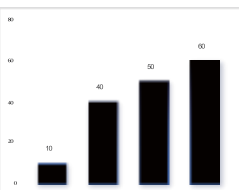
Onderhoud en verzorging

- Zorg ervoor dat het product is uitgeschakeld en losgekoppeld van de stroomvoorziening voordat u het reinigt. Reinig het met een licht vochtige, zachte doek.
- Houd het platform uit de buurt van extreme temperaturen.
- Bewaar het apparaat in een schone, droge omgeving, buiten het bereik van kinderen en huisdieren.

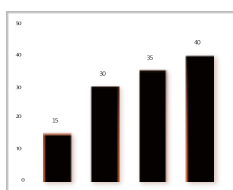
Programma-instellingen

Elk programma is vooraf ingesteld op 10 minuten en werkt met afwisselende trillingsniveaus voor een unieke training.

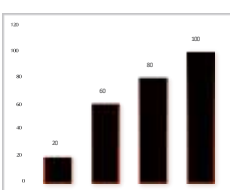
P1: Ontspannen stretch



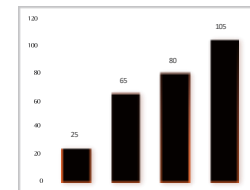
P2: Zachte stretch



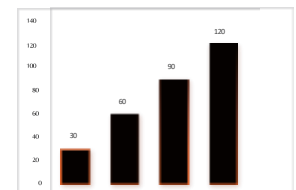
P3: Snelle rekoefening



P4: Matig tempo stretch

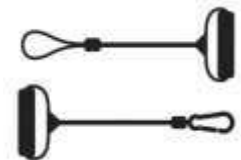


P5: Stretchen met gemiddeld tempo



De armkoorden gebruiken

1. Verbeter uw training door de handrails te gebruiken om push-ups te doen. Dit helpt bij het versterken van de biceps en triceps terwijl het onderlichaam wordt getraind.
2. De handrails zijn opgeborgen onder de zijkanten van het apparaat. Haal ze eruit wanneer dat nodig is. De gaten in het oppervlak van het apparaat kunnen worden gebruikt om de positie van de handrails aan te passen.



Bluetooth instellen

1. Druk op de hoofdschakelaar aan de voorkant van het platform om het apparaat in te schakelen. Druk vervolgens op de aan/uit-knop op de afstandsbediening of aan de bovenkant van het platform om het apparaat op te starten.
2. Open de Bluetooth-instellingen op uw smartphone of tablet. Selecteer 'Bluetooth' onder beschikbare apparaten en het platform bevestigt dat de verbinding tot stand is gebracht.



Obrigado por adquirir a Plataforma Vibratória para Emagrecimento Corporal Total (Tipo Vertical). Esta plataforma melhora o seu treino, envolvendo os seus músculos estabilizadores, apoiando a perda de peso e promovendo uma melhor tonificação muscular.

Precauções de segurança importantes

Ao utilizar a sua Plataforma Vibratória, siga sempre estas precauções básicas de segurança:

1. Leia todas as instruções cuidadosamente antes de utilizar o dispositivo.
2. Este aparelho não se destina a ser utilizado por indivíduos (incluindo crianças) com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas, ou por pessoas sem experiência e conhecimento, a menos que tenham recebido supervisão ou instruções sobre a utilização do aparelho por uma pessoa responsável pela sua segurança.
3. Utilize este produto apenas conforme descrito neste manual.
4. Coloque o produto sobre uma superfície estável e nivelada. Para proteger o chão ou o tapete contra danos, coloque um tapete sob o produto.
5. Consulte o seu médico antes de utilizar se estiver grávida, tiver um pacemaker ou tiver quaisquer outros problemas de saúde.
6. Não utilize o aparelho se o cabo de alimentação ou a ficha estiverem danificados, ou se o aparelho não estiver a funcionar corretamente ou tiver sido danificado de alguma forma. Contacte o fabricante para assistência técnica.
7. Não utilize este dispositivo se estiver sob a influência de álcool ou medicamentos que possam prejudicar o seu discernimento.
8. Não deixe o cabo pendurado na borda de uma mesa ou balcão, nem entre em contacto com superfícies quentes.
9. Não coloque o dispositivo sobre ou perto de um fogão a gás ou elétrico quente, nem dentro de um forno aquecido.
10. Mantenha o dispositivo fora do alcance de crianças menores de 12 anos e longe de animais de estimação.
11. Este produto não deve ser utilizado por pessoas com peso superior a 120 kg.
12. Não utilize o dispositivo ao ar livre.
13. Não utilize o dispositivo em áreas onde estejam a ser utilizados produtos aerossóis ou onde esteja a ser administrado oxigénio.
14. Desligue sempre o cabo de alimentação quando o dispositivo não estiver a ser utilizado.
15. Recicle ou descarte o aparelho de acordo com as leis e regulamentos locais. Entre em contacto com as instalações de reciclagem locais ou com o fabricante para obter mais orientações.

Conteúdo da embalagem

- Plataforma vibratória para emagrecimento corporal completo
- Controlo remoto
- Faixas de resistência para os braços
- Manual do utilizador com informações sobre a garantia
- Cabo de alimentação

Ligar

1. Ligue o cabo de alimentação a uma tomada de parede adequada.
2. Pressione o botão liga/desliga na parte frontal da plataforma para ligá-la.
3. Pressione o botão liga/desliga no controlo remoto ou na parte superior da plataforma para ativar o dispositivo.

Utilização dos controlos

Iniciar/Parar: Pressione o botão **Iniciar/Parar** para iniciar a função de vibração.

Velocidade/Tempo: Pressione o botão **Velocidade/Tempo** para alternar entre as configurações de velocidade disponíveis, que variam de 1 a 120 (ou 1 a 20, dependendo do modo).

Programa: Pressione o botão **Programa** para alternar entre os programas predefinidos, cada um com duração de 10 minutos. Ao usar o programa automático, o nível de velocidade mais alto é 120.

CUIDADO

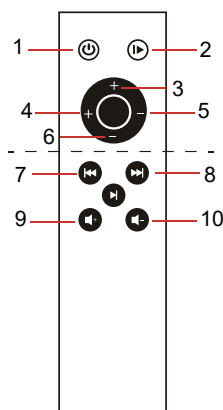
Não aperte, estique ou danifique o cabo de alimentação.

Um olhar mais atento: Plataforma vibratória (modo ecrã tátil)



1. INICIAR/PARAR
2. GUIA
3. PROGRAMA
4. VELOCIDADE/TEMPO

Uma análise mais detalhada do comando remoto com música



PARA PLATAFORMA
VIBRATÓRIA

PARA ALTO-
FALANTE
BLUETOOTH

1. BOTÃO DE LIGAÇÃO
2. INICIAR/PARAR
3. AUMENTAR VELOCIDADE
4. AUMENTAR O TEMPO
5. DIMINUIR O TEMPO
6. DIMINUIR VELOCIDADE
7. SELEÇÃO ANTERIOR
8. PRÓXIMA SELEÇÃO
9. AUMENTAR VOLUME
10. DIMINUIR O VOLUME

			
Postura relaxada em pé Fique em pé na plataforma e relaxe todo o corpo. Isso ajudará a aliviar a tensão muscular e melhorar a circulação sanguínea.	Postura agachada Fique em pé com os pés afastados na largura dos ombros na plataforma. Dobre os joelhos como se fosse sentar e mantenha as costas direitas. Mantenha esta posição para ajudar a tonificar e fortalecer os músculos das pernas e ancas.	Postura de flexão Coloque as mãos na plataforma e estique as pernas para trás, mantendo o corpo reto da cabeça aos calcanhares. Abaix o peito em direção à plataforma, dobrando os cotovelos, e depois empurre para voltar à posição inicial. Este exercício ajuda a fortalecer os músculos do peito, braços e núcleo.	Postura com as pernas abaixadas: Posicione a parte inferior das pernas na placa, conforme mostrado. Coloque as mãos no chão atrás de si para se apoiar. Para um exercício mais intenso, levante os quadris do chão e pressione suavemente as panturrilhas contra a placa.
			
Postura de flexão da cintura: Mantenha as pernas esticadas e incline-se para a frente na cintura, colocando as mãos na placa. Para aumentar a intensidade do exercício, dobre ligeiramente os cotovelos e incline-se mais para a frente.	Postura com um pé: Coloque um pé na placa e fique em pé com uma boa postura. Para um exercício mais profundo, incline-se suavemente para a frente, transferindo mais peso do corpo para a placa.	Postura sentada: Sente-se na plataforma vibratória numa posição confortável, mantendo as costas direitas. Coloque as mãos nos joelhos ou nas coxas e mantenha uma postura relaxada e vertical durante todo o exercício.	Postura sentada II: Enquanto estiver sentado numa cadeira estável, coloque as pernas na plataforma vibratória. Esta posição ajuda a relaxar os músculos e pode melhorar a circulação sanguínea nas pernas.

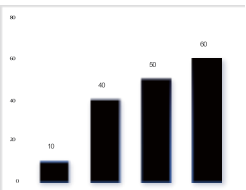
Manutenção e cuidados

- Antes de limpar, certifique-se de que o produto está desligado e desconectado da fonte de alimentação. Limpe-o com um pano macio ligeiramente húmido.
- Mantenha a plataforma longe de temperaturas extremas.
- Guarde o aparelho num ambiente limpo e seco, fora do alcance de crianças e animais de estimação.

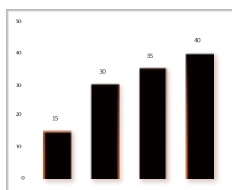
Configurações do programa

Cada programa está pré-definido para 10 minutos e funciona com níveis de vibração alternados para proporcionar um treino distinto.

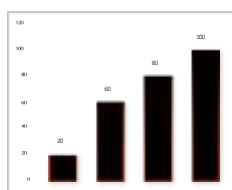
P1: Alongamento relaxado



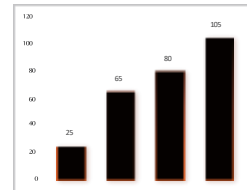
P2: Alongamento suave



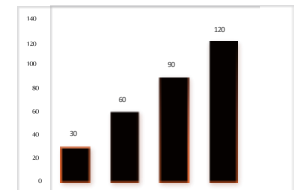
P3: Alongamento rápido



P4: Alongamento moderado

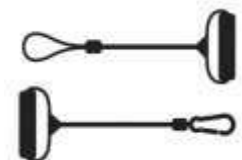


P5: Alongamento de ritmo intermédio



Usando as cordas para os braços

1. Melhore o seu treino utilizando os corrimãos para fazer flexões. Isto ajudará a fortalecer os bíceps e tríceps, ao mesmo tempo que envolve a parte inferior do corpo.
2. Os corrimãos estão guardados debaixo dos lados da máquina. Retire-os quando necessário. Os orifícios na superfície da máquina podem ser usados para ajustar a posição dos corrimãos.



Configuração do Bluetooth

1. Pressione o interruptor principal na parte frontal da plataforma para ligá-la. Em seguida, pressione o botão liga/desliga no controle remoto ou na parte superior da plataforma para ligá-la.
2. Abra as definições de Bluetooth no seu smartphone ou tablet. Selecione «Bluetooth» nos dispositivos disponíveis e a plataforma confirmará que se conectou com sucesso.



Vă mulțumim că ați achiziționat platforma vibratoare pentru slăbire corporală completă (tip vertical).

Această platformă îmbunătățește antrenamentul dvs. prin angrenarea mușchilor stabilizatori, sprijinind pierderea în greutate și promovând îmbunătățirea tonusului muscular.

Precauții importante de siguranță

Când utilizați platforma vibratoare, respectați întotdeauna aceste precauții de siguranță de bază:

1. Citiți cu atenție toate instrucțiunile înainte de a utiliza dispozitivul.
2. Acest aparat nu este destinat utilizării de către persoane (inclusiv copii) cu capacități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau de către persoane fără experiență și cunoștințe, cu excepția cazului în care acestea au fost supravegheate sau instruite cu privire la utilizarea aparatului de către o persoană responsabilă pentru siguranța lor.
3. Utilizați acest produs numai conform instrucțiunilor din acest manual.
4. Așezați produsul pe o suprafață stabilă și plană. Pentru a proteja podeaua sau covorul de deteriorare, așezați un covoraș sub produs.
5. Consultați medicul înainte de utilizare dacă sunteți gravidă, aveți un stimulator cardiac sau aveți alte probleme de sănătate.
6. Nu utilizați aparatul dacă cablul de alimentare sau ștecherul sunt deteriorate sau dacă aparatul nu funcționează corect sau a fost deteriorat în vreun fel. Contactați producătorul pentru service.
7. Nu utilizați acest dispozitiv dacă sunteți sub influența alcoolului sau a medicamentelor care vă pot afecta judecata.
8. Nu lăsați cablul să atârne peste marginea unei mese sau a unui blat și nu îl lăsați să intre în contact cu suprafețe fierbinți.
9. Nu așezați dispozitivul pe sau lângă un arzător cu gaz sau electric fierbinte sau în interiorul unui cuptor încălzit.
10. Păstrați dispozitivul la îndemâna copiilor sub 12 ani și departe de animale de companie.
11. Acest produs nu trebuie utilizat de persoane cu greutatea mai mare de 120 kg.
12. Nu utilizați dispozitivul în aer liber.
13. Nu utilizați dispozitivul în zone în care se utilizează produse aerosoli sau în care se administrează oxigen.
14. Deconectați întotdeauna cablul de alimentare când dispozitivul nu este utilizat.
15. Reciclați sau eliminați aparatul în conformitate cu legile și reglementările locale. Contactați centrele locale de reciclare sau producătorul pentru îndrumări suplimentare.

Conținutul pachetului

- Platformă vibratoare pentru slăbirea întregului corp
- Telecomandă
- Benzi de rezistență pentru brațe
- Manual de utilizare cu informații despre garanție
- Cablu de alimentare

Pornire

1. Conectați cablul de alimentare la o priză de perete adecvată.
2. Apăsăți comutatorul principal de alimentare din partea frontală a platformei pentru a o porni.
3. Apăsăți butonul de alimentare de pe telecomandă sau din partea superioară a platformei pentru a activa dispozitivul.

Utilizarea comenzilor

Start/Stop: Apăsăți butonul **Start/Stop** pentru a porni funcția de vibrație.

Viteză/Timp: Apăsăți butonul **Viteză/Timp** pentru a parcurge setările de viteză disponibile, care variază de la 1 la 120 (sau de la 1 la 20, în funcție de mod).

Program: Apăsăți butonul **Program** pentru a parcurge programele prestabilite, fiecare cu o durată de 10 minute. Când utilizați programul automat, nivelul maxim de viteză este 120.

ATENȚIE

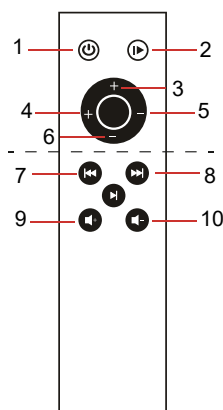
Nu strângeți, nu întindeți și nu deteriorați cablul de alimentare.

O privire mai atentă: Platforma de vibrații (modul ecran tactil)



1. START/STOP
2. GHID
3. PROGRAM
4. VITEZĂ/TIMP









O privire mai atentă asupra telecomenzii cu muzică



PENTRU PLATFORMA
VIBRATORIE

PENTRU DIFUZOR
BLUETOOTH

1. BUTON DE PORNIRE
2. PORNIRE/OPRIRE
3. CREȘTEREA VITEZEI
4. CREȘTEREA TIMPULUI
5. REDUCERE TIMP
6. REDUCERE VITEZĂ
7. SELECȚIE ANTERIOARĂ
8. SELECȚIE URMĂTOARE
9. CREȘTEREA VOLUMULUI
10. REDUCERE VOLUM

			
Postură relaxată în picioare Stați pe platformă și relaxați-vă întregul corp. Acest lucru va ajuta la ameliorarea tensiunii musculare și la îmbunătățirea circulației sanguine.	Poziție ghemuită Stați cu picioarele la lățimea umerilor pe platformă. Îndoiiți genunchii ca și cum v-ați așeza și mențineți spatele drept. Mențineți această poziție pentru a tonifica și întări mușchii picioarelor și șoldurilor.	Poziția de flotări Așezați mâinile pe platformă și întindeți picioarele în spate, menținând corpul drept de la cap până la călcăie. Coborâți pieptul spre platformă îndoind coatele, apoi împingeți înapoi până la poziția inițială. Acest exercițiu ajută la întărirea mușchii pieptului, brațelor și ai trunchiului.	Poziția picioarelor: Așezați picioarele pe placă, așa cum se arată. Așezați mâinile pe podea în spatele dvs. pentru sprijin. Pentru un exercițiu mai intens, ridicați șoldurile de pe podea și apăsați ușor gambele pe placă.
			
Poziția cu îndoirea taliei: Țineți picioarele drepte și aplecați-vă înainte la talie, așezând mâinile pe placă. Pentru a crește intensitatea exercițiului, îndoiiți ușor coatele și aplecați-vă mai mult în față.	Poziția pe un singur picior: Așezați un picior pe placă și stați drept, cu o postură corectă. Pentru un exercițiu mai intens, faceți o lunge ușoară înainte, transferând mai mult din greutatea corpului pe placă.	Postura așezată: Așezați-vă pe placa vibratoare într-o poziție confortabilă, menținând spatele drept. Așezați mâinile pe genunchi sau coapse și mențineți o poziție relaxată și dreaptă pe tot parcursul exercițiului.	Poziția șezând II: În timp ce stați pe un scaun stabil, așezați picioarele pe placa vibratoare. Această poziție ajută la relaxarea mușchilor și poate îmbunătăți circulația sângelui în picioare.

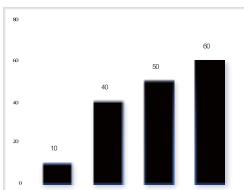
Întreținere și îngrijire

- Înainte de curățare, asigurați-vă că produsul este oprit și deconectat de la sursa de alimentare. Curățați-l cu o cârpă moale, ușor umezită.
- Păstrați platforma departe de temperaturi extreme.
- Depozitați aparatul într-un mediu curat și uscat, la îndemâna copiilor și animalelor de companie.

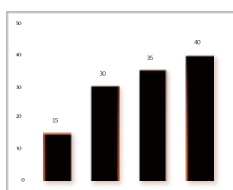
Setări program

Fiecare program este presetat pentru 10 minute și funcționează cu niveluri de vibrație alternante pentru a oferi un antrenament distinctiv.

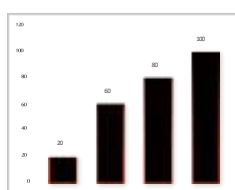
P1: Întindere relaxată



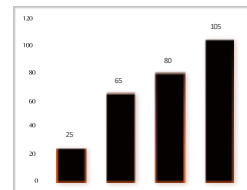
P2: Întindere ușoară



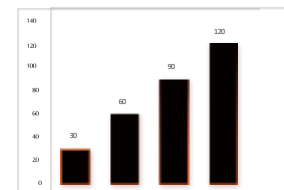
P3: Întindere rapidă



P4: Întindere moderată

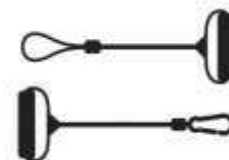


P5: Întindere cu ritm intermediar



Utilizarea corzilor pentru brațe

1. Îmbunătățiți-vă antrenamentul folosind barele de sprijin pentru a efectua flotări. Acest lucru vă va ajuta să vă întăriți bicepsii și tricepsii, implicând în același timp partea inferioară a corpului.
2. Barele de sprijin sunt depozitate sub părțile laterale ale aparatului. Scoateți-le când este necesar. Găurile de pe suprafața aparatului pot fi utilizate pentru a regla poziția barelor de sprijin.



Configurarea Bluetooth

1. Apăsați comutatorul principal de alimentare din partea din față a platformei pentru a o porni. Apoi apăsați butonul de alimentare de pe telecomandă sau din partea superioară a platformei pentru a o porni.
2. Deschideți setările Bluetooth pe smartphone sau tabletă. Selectați „Bluetooth” din lista dispozitivelor disponibile, iar platforma va confirma că s-a conectat cu succes.



Ďakujeme vám za zakúpenie vibračnej platformy na chudnutie celého tela (vertikálny typ). Táto platforma zlepšuje vaše cvičenie tým, že zapája stabilizačné svaly, podporuje chudnutie a zlepšuje svalový tonus.

Dôležité bezpečnostné opatrenia

Pri používaní vibračnej platformy vždy dodržiavajte tieto základné bezpečnostné opatrenia:

1. Pred použitím zariadenia si pozorne prečítajte všetky pokyny.
2. Tento prístroj nie je určený na používanie osobami (vrátane detí) s obmedzenými fyzickými, zmyslovými alebo mentálnymi schopnosťami, ani osobami bez skúseností a znalostí, pokiaľ nie sú pod dohľadom alebo neboli poučené o používaní prístroja osobou zodpovednou za ich bezpečnosť.
3. Tento produkt používajte iba spôsobom popísaným v tejto príručke.
4. Produkt umiestnite na stabilný, rovný povrch. Aby ste chránili podlahu alebo koberec pred poškodením, umiestnite pod produkt podložku.
5. Ak ste tehotná, máte kardioštimulátor alebo máte iné zdravotné problémy, pred použitím sa poraďte so svojim lekárom.
6. Nesmiete používať zariadenie, ak je poškodený napájací kábel alebo zástrčka, alebo ak zariadenie nefunguje správne alebo je akýmkoľvek spôsobom poškodené. Kontaktujte výrobcu, aby zariadenie opravil.
7. Nepoužívajte toto zariadenie, ak ste pod vplyvom alkoholu alebo liekov, ktoré môžu ovplyvniť váš úsudok.
8. Nenechajte kábel visieť cez okraj stola alebo pultu ani aby prišiel do kontaktu s horúcimi povrchmi.
9. Neumiestňujte zariadenie na horúci plynový alebo elektrický horák, do jeho blízkosti ani do vyhriatej rúry.
10. Zariadenie uchovávajte mimo dosahu detí do 12 rokov a domácich zvierat.
11. Tento produkt by nemali používať osoby s hmotnosťou nad 120 kg.
12. Zariadenie nepoužívajte vonku.
13. Nepoužívajte zariadenie v priestoroch, kde sa používajú aerosólové výrobky alebo kde sa podáva kyslík.
14. Keď zariadenie nepoužívate, vždy odpojte napájací kábel.
15. Zariadenie recyklujte alebo likvidujte v súlade s miestnymi zákonmi a predpismi. Ďalšie pokyny získate od miestnych recyklačných zariadení alebo od výrobcu.

Obsah balenia

- Vibračná platforma na chudnutie celého tela
- Diaľkové ovládanie
- Odporové pásky na ruky
- Návod na použitie s informáciami o záruke
- Napájací kábel

Zapnutie

1. Zapojte napájací kábel do vhodnej zásuvky.
2. Stlačte hlavný vypínač na prednej strane platformy, aby ste ju zapli.
3. Stlačte tlačidlo napájania na diaľkovom ovládači alebo na hornej strane platformy, aby ste aktivovali zariadenie.

Používanie ovládacích prvkov

Štart/Stop: Stlačte tlačidlo **Štart/Stop**, aby ste spustili vibračnú funkciu.

Rýchlosť/čas: Stlačte tlačidlo **Rýchlosť/čas**, aby ste prechádzali medzi dostupnými nastaveniami rýchlosti, ktoré sa pohybujú od 1 do 120 (alebo od 1 do 20, v závislosti od režimu).

Program: Stlačte tlačidlo **Program**, aby ste prechádzali medzi prednastavenými programami, z ktorých každý trvá 10 minút. Pri použití automatického programu je najvyššia úroveň rýchlosti 120.

UPOZORNENIE

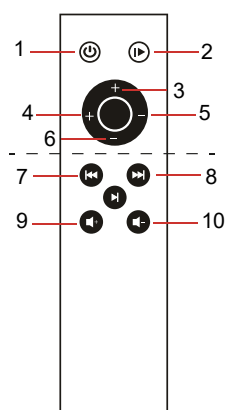
Nestláčajte, neťahajte ani nepoškodzuje napájací kábel.

Bližší pohľad: Vibračná platforma (režim dotykovej obrazovky)



1. START/STOP
2. PRÍRUČKA
3. PROGRAM
4. RÝCHLOSŤ/ČAS









Bližší pohľad na diaľkové ovládanie s hudbou



PRE VIBRAČNÚ PLATFORMU

PRE BLUETOOTH
REPRODUKTOR

1. TLAČIDLO NAPÁJANIA
2. ŠTART/STOP
3. ZVÝŠENIE RÝCHLOSTI
4. ZVÝŠIŤ ČAS
5. ZMENŠIŤ ČAS
6. Znížiť rýchlosť
7. PREDOŠLÝ VÝBER
8. ĎALŠÍ VÝBER
9. ZVÝŠIŤ HLASITOSŤ
10. Zníženie hlasitosti

			
<p>Uvoľnená stojaca poloha Postavte sa na platformu a uvoľnite celé telo. To pomôže uvoľniť napätie svalov a zlepšiť krvný obeh.</p>	<p>Drepy Stojte na plošine s nohami rozkročenými na šírku ramien. Pokrčte kolená, ako keby ste si sadali, a chrbát držte rovný. Zostaňte v tejto polohe, aby ste posilnili a spevnili svaly nôh a bedier.</p>	<p>Poloha v kliku Položte ruky na platformu a natiahnite nohy za seba, pričom telo držte rovné od hlavy po päty. Ohnite lakty a spustite hrudník smerom k plošine, potom sa vráťte do východiskovej polohy. Toto cvičenie pomáha posilňovať hrudníka, rúk a svalov strednej časti tela.</p>	<p>Poloha dolných končatín: Polohujte dolné končatiny na dosku, ako je znázornené. Položte ruky na podlahu za sebou, aby ste sa opreli. Pre intenzívnejšie cvičenie zdvihnite boky z podlahy a jemne prilačte lýtka na dosku.</p>
			
<p>Poloha s ohnutým pásom: Nohy držte rovno a predkloňte sa v páse, ruky položte na dosku. Ak chcete zvýšiť intenzitu cvičenia, mierne ohnite lakty a nakloňte sa viac dopredu.</p>	<p>Poloha na jednej nohe: Položte jednu nohu na dosku a stojte vzpriamene s dobrým držaním tela. Pre hlbšie cvičenie sa jemne vypnite dopredu a preneste väčšiu časť svojej telesnej hmotnosti na dosku.</p>	<p>Poloha v sede: Sadnite si na vibračnú dosku do pohodlnej polohy a držte chrbát rovný. Ruky položte na kolená alebo stehná a počas cvičenia udržiavajte uvoľnené, vzpriamený postoj počas celého cvičenia.</p>	<p>Sediaca poloha II: Keď sedíte na stabilnej stoličke, položte nohy na vibračnú dosku. Táto poloha pomáha uvoľniť svaly a môže zlepšiť krvný obeh v nohách.</p>

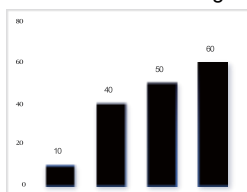
Údržba a starostlivosť

- Pred čistením sa uistite, že je produkt vypnutý a odpojený od napájania. Čistite ho mierne navlhčenou, mäkkou handričkou.
- Chráňte platformu pred extrémnymi teplotami.
- Zariadenie skladujte v čistom a suchom prostredí, mimo dosahu detí a domácich zvierat.

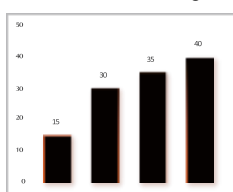
Nastavenia programu

Každý program je prednastavený na 10 minút a pracuje so striedavými úrovňami vibrácií, aby poskytoval jedinečný tréning.

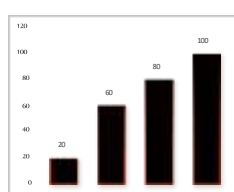
P1: Uvoľnené strečing



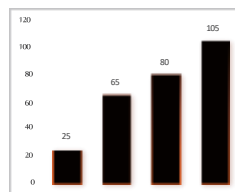
P2: Jemné strečing



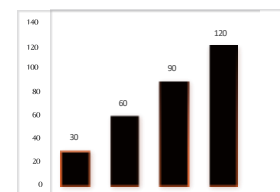
P3: Rýchle strečing



P4: Stredné tempo strečingu

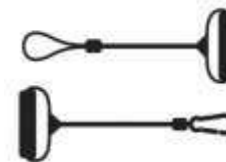


P5: Stredné tempo strečingu



Používanie lanových držadiel

1. Vylepšite svoje cvičenie použitím madiel na vykonávanie klikov. Pomôže to posilniť bicepsy a tricepsy a zároveň zapojiť dolnú časť tela.
2. Madlá sú uložené pod bokmi stroja. V prípade potreby ich vyberte. Otvory na povrchu stroja slúžia na nastavenie polohy madiel.



Nastavenie Bluetooth

1. Stlačte hlavný vypínač na prednej strane platformy, aby ste ju zapli. Potom stlačte tlačidlo napájania na diaľkovom ovládači alebo na hornej strane platformy, aby ste ju zapli.
2. Otvorte nastavenia Bluetooth na smartfóne alebo tablete. Vyberte „Bluetooth“ medzi dostupnými zariadeniami a platforma potvrdí, že sa úspešne pripojila.



Zahvaljujemo se vam za nakup vibracijske platforme za hujšanje celega telesa (vertikalni tip).

Ta platforma izboljša vaš trening, saj vključuje stabilizacijske mišice, podpira hujšanje in spodbuja izboljšanje mišičnega tonusa.

Pomembni varnostni ukrepi

Pri uporabi vibracijske platforme vedno upoštevajte naslednje osnovne varnostne ukrepe:

1. Pred uporabo naprave pazljivo preberite vsa navodila.
2. Ta naprava ni namenjena uporabi s strani oseb (vključno z otroki) z zmanjšanimi fizičnimi, senzoričnimi ali mentalnimi sposobnostmi ali s strani oseb, ki nimajo izkušenj in znanja, razen če jih oseba, odgovorna za njihovo varnost, nadzoruje ali jim da navodila za uporabo naprave.
3. Napravo uporabljajte samo v skladu z navodili v tem priročniku.
4. Napravo postavite na stabilno, ravno površino. Da bi zaščitili tla ali preprogo pred poškodbami, pod napravo položite podlogo.
5. Če ste noseči, imate srčni spodbujevalnik ali kakršne koli druge zdravstvene težave, se pred uporabo posvetujte s svojim zdravnikom.
6. Naprave ne uporabljajte, če je napajalni kabel ali vtič poškodovan ali če naprava ne deluje pravilno ali je kako drugače poškodovana. Za servis se obrnite na proizvajalca.
7. Ne uporabljajte tega izdelka, če ste pod vplivom alkohola ali zdravil, ki lahko vplivajo na vašo presojo.
8. Ne pustite, da bi kabel visel čez rob mize ali pulta ali da bi prišel v stik z vročimi površinami.
9. Naprave ne postavljajte na vročo plinsko ali električno kuhhalno ploščo ali v bližino le-te, niti v segreto pečico.
10. Napravo hranite izven dosega otrok, mlajših od 12 let, in hišnih živali.
11. Te naprave ne smejo uporabljati osebe, ki tehtajo več kot 120 kg.
12. Naprave ne uporabljajte na prostem.
13. Naprave ne uporabljajte v prostorih, kjer se uporabljajo aerosolni izdelki ali kjer se dovaja kisik.
14. Ko naprave ne uporabljate, vedno izključite napajalni kabel.
15. Napravo reciklirajte ali odstranite v skladu z lokalnimi zakoni in predpisi. Za dodatna navodila se obrnite na lokalne reciklažne obrate ali proizvajalca.

Vsebina paketa

- Vibracijska platforma za hujšanje celega telesa
- Daljinski upravljalnik
- Upornostne trakovi za roke
- Uporabniški priročnik z garancijskimi podatki
- Napajalni kabel

Vklop

1. Vtičnite napajalni kabel v ustrezno vtičnico.
2. Pritisnite glavno stikalo za vklop na sprednji strani platforme, da jo vklopite.
3. Pritisnite gumb za vklop na daljinskem upravljalniku ali na vrhu platforme, da aktivirate napravo.

Uporaba upravljalnih elementov

Start/Stop: Pritisnite gumb **Start/Stop**, da začnete vibrirati.

Hitrost/čas: Pritisnite gumb **Hitrost/čas**, da preklopite med razpoložljivimi nastavitvami hitrosti, ki segajo od 1 do 120 (ali od 1 do 20, odvisno od načina).

Program: Pritisnite gumb **Program**, da preklopite med vnaprej nastavljenimi programi, ki trajajo 10 minut. Pri uporabi avtomatskega programa je najvišja hitrost 120.

PREVIDNOST

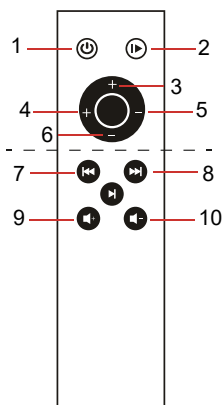
Ne stiskajte, ne raztezajte in ne poškodujte napajalnega kabla.

Podrobnejši pogled: Vibracijska platforma (način zaslona na dotik)



1. START/STOP
2. VODNIK
3. PROGRAM
4. HITROSTI/ČAS

Podrobnejši pogled na daljinski upravljalnik z glasbo



ZA VIBRACIJSKO PLATFORMO

ZA BLUETOOTH
ZVOČNIK

1. GUMB ZA VKLOP
2. START/STOP
3. POVEČAJ HITROST
4. POVEČAJ ČAS
5. ZMANJŠAJ ČAS
6. ZMANJŠAJ HITROST
7. PREJŠNJA IZBIRA
8. NASLEDNJA IZBIRA
9. POVEČAJ GLASNOST
10. ZMANJŠAJ GLASNOST

			
<p>Sproščeno stoječe držo Stopite na platformo in sprostite celotno telo. To bo pomagalo sprostiti mišično napetost in izboljšati krvni obtok.</p>	<p>Položaj v počepu Stojte na platformi z nogami v širini ramen. Upognite kolena, kot da bi sedli, in držite hrbet ravno. Ohranite ta položaj, da okrepite mišice nog in bokov.</p>	<p>Položaj za sklece Roke položite na platformo in noge iztegnite za seboj, telo pa ohranite ravno od glave do pet. Skrčite komolce in spustite prsni koš proti platformi, nato se potisnite nazaj v izhodiščni položaj. Ta vaja pomaga okrepiti prsne, ročne in trebušne mišice.</p>	<p>Položaj spodnjega dela nog: Spodnji del nog položite na ploščo, kot je prikazano. Roke položite na tla za seboj, da se podprete. Za intenzivnejšo vajo dvignite boke od tal in nežno pritisnite meča na ploščo.</p>
			
<p>Položaj s sklonjenim pasom: Noge naj bodo ravne, telo pa upognite v pasu in roke položite na ploščo. Za povečanje intenzivnosti vaje rahlo upognite komolce in se nagnite še bolj naprej.</p>	<p>Položaj na eni nogi: Postavite eno nogo na ploščo in stojte pokončno z dobro držo. Za globljo vajo se nežno nagnite naprej in večino telesne teže prenesite na ploščo.</p>	<p>Drža v sedečem položaju: Sedite na vibracijsko ploščo v udobnem položaju in držite hrbet ravno. Roke položite na kolena ali stegna in med vajo ohranjajte sproščeno, pokončno držo.</p>	<p>Sedenje II: Medtem ko sedite na stabilnem stolu, položite noge na vibracijsko ploščo. Ta položaj pomaga sprostiti mišice in lahko izboljša krvni obtok v nogah.</p>

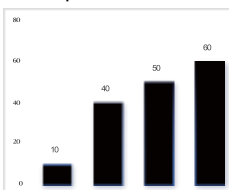
Vzdrževanje in nega

- Pred čiščenjem se prepričajte, da je izdelek izklopljen in odklopljen od napajanja. Očistite ga z rahlo vlažno, mehko krpo.
- Platformo hranite stran od ekstremnih temperatur.
- Napravo shranjujte v čistem, suhem prostoru, nedosegljivem za otroke in hišne živali.

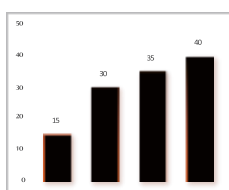
Nastavitve programa

Vsak program je nastavljen na 10 minut in deluje z izmeničnimi stopnjami vibracij, da zagotovi posebno vadbo.

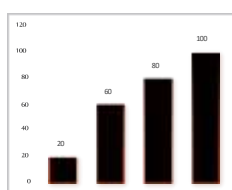
P1: Sproščeno raztezanje



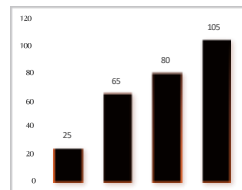
P2: Nežno raztezanje



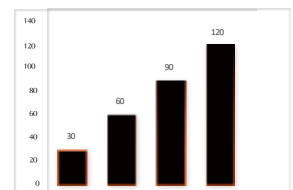
P3: Hitro raztezanje



P4: Zmerno raztezanje

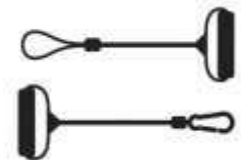


P5: Srednje hitro raztezanje



Uporaba vrvi za roke

1. Izboljšajte svoj trening z uporabo ročajev za izvajanje sklec. To bo pomagalo okrepiti bicepse in tricepse, hkrati pa vključilo spodnji del telesa.
2. Ročaji so shranjeni pod stranicami naprave. Po potrebi jih odstranite. Luknje na površini naprave lahko uporabite za nastavitve položaja ročajev.



Nastavitev Bluetooth

1. Pritisnite glavno stikalo za vklop na sprednji strani platforme, da jo vklopite. Nato pritisnite gumb za vklop na daljinskem upravljalniku ali na vrhu platforme, da jo vklopite.
2. Odprite nastavitve Bluetooth na pametnem telefonu ali tablici. Izberite »Bluetooth« med razpoložljivimi napravami in platforma bo potrdila, da je povezava uspešna.



Tack för att du har köpt vibrationsplattformen för helkroppsbantning (vertikal typ).

Denna plattform förbättrar din träning genom att aktivera dina stabiliserande muskler, stödja viktminskning och främja förbättrad muskeltonus.

Viktiga säkerhetsföreskrifter

När du använder din vibrationsplattform ska du alltid följa dessa grundläggande säkerhetsföreskrifter:

1. Läs alla instruktioner noggrant innan du använder enheten.
2. Denna apparat är inte avsedd att användas av personer (inklusive barn) med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga, eller av personer som saknar erfarenhet och kunskap, såvida de inte har fått övervakning eller instruktioner om användningen av apparaten av en person som ansvarar för deras säkerhet.
3. Använd denna produkt endast enligt beskrivningen i denna manual.
4. Placera produkten på en stabil, plan yta. För att skydda golvet eller mattan från skador, placera en matta under produkten.
5. Rådfråga din läkare före användning om du är gravid, har en pacemaker eller har andra hälsoproblem.
6. Använd inte apparaten om nätsladden eller kontakten är skadad, eller om apparaten har fel eller har skadats på något sätt. Kontakta tillverkaren för service.
7. Använd inte denna apparat om du är påverkad av alkohol eller mediciner som kan påverka ditt omdöme.
8. Låt inte sladden hänga över kanten på ett bord eller en bänk, och låt den inte komma i kontakt med heta ytor.
9. Placera inte enheten på eller nära en het gas- eller elspis eller inuti en uppvärmd ugn.
10. Förvara enheten utom räckhåll för barn under 12 år och husdjur.
11. Denna produkt ska inte användas av personer som väger mer än 120 kg.
12. Använd inte enheten utomhus.
13. Använd inte enheten i utrymmen där aerosolprodukter används eller där syre administreras.
14. Koppla alltid ur strömsladden när enheten inte används.
15. Återvinn eller kassera apparaten i enlighet med lokala lagar och förordningar. Kontakta lokala återvinningsanläggningar eller tillverkaren för ytterligare vägledning.

Förpackningens innehåll

- Vibrationsplattform för helkroppsbantning
- Fjärrkontroll
- Armmotståndsband
- Användarhandbok med garantiinformation
- Strömsladd

Starta

1. Anslut strömsladden till ett lämpligt vägguttag.
2. Tryck på huvudströmbrytaren på plattformens framsida för att slå på den.
3. Tryck på strömbrytaren på fjärrkontrollen eller på plattformens ovansida för att aktivera enheten.

Använda kontrollerna

Start/Stopp: Tryck på Start/Stopp-knappen för att starta vibrationsfunktionen.

Hastighet/tid: Tryck på hastighets-/tidsknappen för att bläddra igenom de tillgängliga hastighetsinställningarna, som sträcker sig från 1 till 120 (eller 1 till 20, beroende på läge).

Program: Tryck på Program-knappen för att bläddra igenom de förinställda programmen, som var och ett varar i 10 minuter. När du använder det automatiska programmet är den högsta hastighetsnivån 120.

VARNING

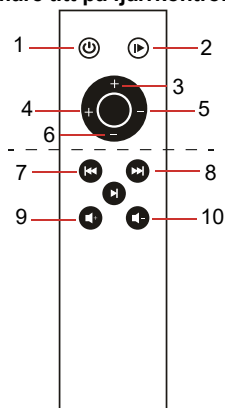
Krama, sträck eller skada inte strömsladden.

En närmare titt: Vibrationsplattform (pekskärmsläge)



1. START/STOPP
2. GUIDE
3. PROGRAM
4. HASTIGHET/TID









En närmare titt på fjärrkontrollen med musik



FÖR VIBRATIONSPLATTFORM

FÖR
BLUETOOTH-
HÖGTALARE

1. STRÖMKNAPP
2. START/STOPP
3. ÖKA HASTIGHET
4. ÖKA TID
5. MINSKA TID
6. MINSKA HASTIGHET
7. FÖREGÅENDE VAL
8. NÄSTA VAL
9. ÖKA VOLYMEN
10. MINSKA VOLYMEN

			
<p>Avslappnad stående ställning Stå på plattformen och slappna av i hela kroppen. Detta hjälper till att lindra muskelspänningar och förbättra blodcirkulationen.</p>	<p>Hukställning Stå med fötterna axelbrett isär på plattformen. Böj knäna som om du skulle sätta dig ner och håll ryggen rak. Håll denna position för att stärka och tonera ben- och höftmusklerna.</p>	<p>Armhävingsställning Placera händerna på plattformen och sträck ut benen bakom dig, håll kroppen rak från huvud till hälar. Sänk bröstet mot plattformen genom att böja armbågarna och tryck sedan tillbaka till startpositionen. Denna övning hjälper till att stärka bröst-, arm- och magmusklerna.</p>	<p>Underbenställning: Placera underbenen på plattan enligt bilden. Placera händerna på golvet bakom dig för stöd. För en mer intensiv övning, lyft höfterna från golvet och tryck försiktigt vaderna mot plattan.</p>
			
<p>Midjeböjningsställning: Håll benen raka och böj dig framåt i midjan, placera händerna på plattan. För att öka intensiteten i övningen, böj armbågarna något och luta dig längre framåt.</p>	<p>Enbensställning: Placera en fot på plattan och stå upprätt med god hållning. För en djupare övning, gör en försiktig utfall framåt och flytta mer av din kroppsvikt till plattan.</p>	<p>Sittande ställning: Sitt på vibrationsplattan i en bekväm position och håll ryggen rak. Vila händerna på knäna eller låren och håll en avslappnad, upprätt hållning under hela övningen.</p>	<p>Sittande ställning II: Sitt på en stabil stol och placera benen på vibrationsplattan. Denna position hjälper till att slappna av musklerna och kan förbättra blodcirkulationen i benen.</p>

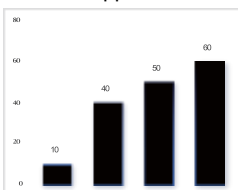
Underhåll och skötsel

- Innan du rengör produkten ska du se till att den är avstängd och fränkopplad från strömförsörjningen. Rengör den med en lätt fuktad, mjuk trasa.
- Håll plattformen borta från extrema temperaturer.
- Förvara apparaten i en ren, torr miljö, utom räckhåll för barn och husdjur.

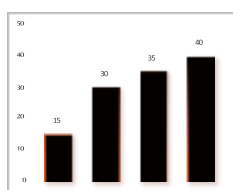
Programinställningar

Varje program är förinställt på 10 minuter och fungerar med växlande vibrationsnivåer för att ge en unik träning.

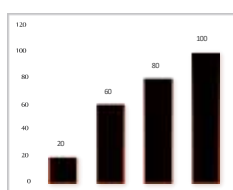
P1: Avslappnad stretch



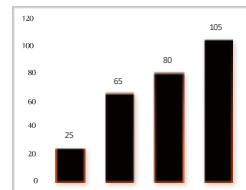
P2: Mild stretch



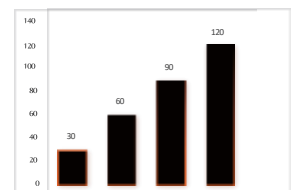
P3: Snabb stretch



P4: Måttlig stretch

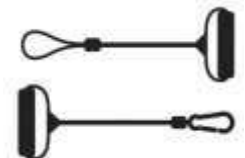


P5: Medelhögt tempo



Använda armrepen

1. Förbättra din träning genom att använda handräcken för att göra armhävningar. Detta hjälper till att stärka biceps och triceps samtidigt som underkroppen aktiveras.
2. Handräcken förvaras under maskinens sidor. Ta bort dem när det behövs. Hålen på maskinens yta kan användas för att justera handräckenas position.



Bluetooth-inställning

1. Tryck på huvudströmbrytaren på plattformens framsida för att slå på den. Tryck sedan på strömbrytaren på fjärrkontrollen eller på plattformens ovansida för att starta den.
2. Öppna Bluetooth-inställningarna på din smartphone eller surfplatta. Välj "Bluetooth" under tillgängliga enheter, så kommer plattformen att bekräfta att den har anslutits.



Дякуємо за придбання вібраційної платформи для схуднення всього тіла (вертикального типу).

Ця платформа покращує ефективність тренувань, задіюючи стабілізуючі м'язи, сприяючи схудненню та покращенню м'язового тонусу.

Важливі заходи безпеки

Під час використання вібраційної платформи завжди дотримуйтесь цих основних заходів безпеки:

1. Перед використанням пристрою уважно прочитайте всі інструкції.
2. Цей прилад не призначений для використання особами (включаючи дітей) з обмеженими фізичними, сенсорними або розумовими можливостями, а також особами, які не мають досвіду та знань, за винятком випадків, коли вони перебувають під наглядом або отримали інструкції щодо використання приладу від особи, відповідальної за їхню безпеку.
3. Використовуйте цей прилад тільки відповідно до інструкцій, наведених у цьому посібнику.
4. Розміщуйте прилад на стабільній, рівній поверхні. Щоб захистити підлогу або килим від пошкодження, покладіть під прилад килимок.
5. Перед використанням проконсультуйтеся з лікарем, якщо ви вагітні, маєте кардіостимулятор або інші проблеми зі здоров'ям.
6. Не використовуйте прилад, якщо шнур живлення або вилка пошкоджені, або якщо прилад не працює належним чином або пошкоджений будь-яким чином. Зверніться до виробника для обслуговування.
7. Не використовуйте цей прилад, якщо ви перебуваєте під впливом алкоголю або ліків, які можуть погіршити вашу здатність до судження.
8. Не дозволяйте шнуру звисати з краю столу або стільниці, а також контактувати з гарячими поверхнями.
9. Не ставте прилад на гарячу газову або електричну плиту, поблизу них або всередині розігрітої духовки.
10. Тримайте прилад у недоступному для дітей віком до 12 років та домашніх тварин місці.
11. Цей виріб не повинен використовуватися особами, вага яких перевищує 120 кг.
12. Не використовуйте пристрій на відкритому повітрі.
13. Не використовуйте пристрій у приміщеннях, де застосовуються аерозольні продукти або подається кисень.
14. Завжди відключайте шнур живлення, коли прилад не використовується.
15. Утилізуйте або викидайте прилад відповідно до місцевих законів та правил. Зверніться до місцевих підприємств з утилізації відходів або до виробника для отримання додаткових вказівок.

Вміст упаковки

- Вібраційна платформа для схуднення всього тіла
- Пульт дистанційного керування
- Резистивні стрічки для рук
- Інструкція користувача з інформацією про гарантію
- Шнур живлення

Увімкнення

1. Підключіть шнур живлення до відповідної розетки.
2. Натисніть головний вимикач живлення на передній панелі платформи, щоб увімкнути її.
3. Натисніть кнопку живлення на пульті дистанційного керування або у верхній частині платформи, щоб активувати пристрій.

Використання елементів керування

Пуск/Стоп: натисніть кнопку **Пуск/Стоп**, щоб увімкнути функцію вібрації.

Швидкість/Час: натисніть кнопку **Швидкість/Час**, щоб переглянути доступні налаштування швидкості, які варіюються від 1 до 120 (або від 1 до 20, залежно від режиму).

Програма: натисніть кнопку **Програма**, щоб переглянути попередньо встановлені програми, кожна з яких триває 10 хвилин. При використанні автоматичної програми найвищий рівень швидкості становить 120.

УВАГА

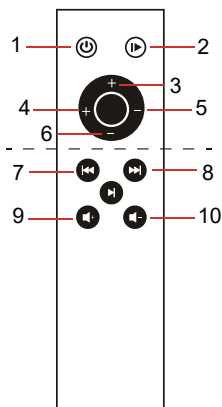
Не стискайте, не розтягуйте і не пошкоджуйте шнур живлення.

Детальний огляд: вібраційна платформа (режим сенсорного екрану)



1. СТАРТ/СТОП
2. ПІДКАЗКА
3. ПРОГРАМА
4. ШВИДКІСТЬ/ЧАС









Детальний огляд пульта дистанційного керування з музикою



ДЛЯ ВІБРАЦІЙНОЇ ПЛАТФОРМИ

ДЛЯ БЛУЕТУЗ-ДИНАМІКА

1. КНОПКА ВКЛЮЧЕННЯ
2. СТАРТ/СТОП
3. ЗБІЛЬШИТИ ШВИДКІСТЬ
4. ЗБІЛЬШИТИ ЧАС
5. ЗМЕНШИТИ ЧАС
6. ЗМЕНШИТИ ШВИДКІСТЬ
7. ПОПЕРЕДНІЙ ВИБІР
8. НАСТУПНИЙ ВИБІР
9. ЗБІЛЬШИТИ ГУЧНІСТЬ
10. ЗМЕНШИТИ ГУЧНІСТЬ

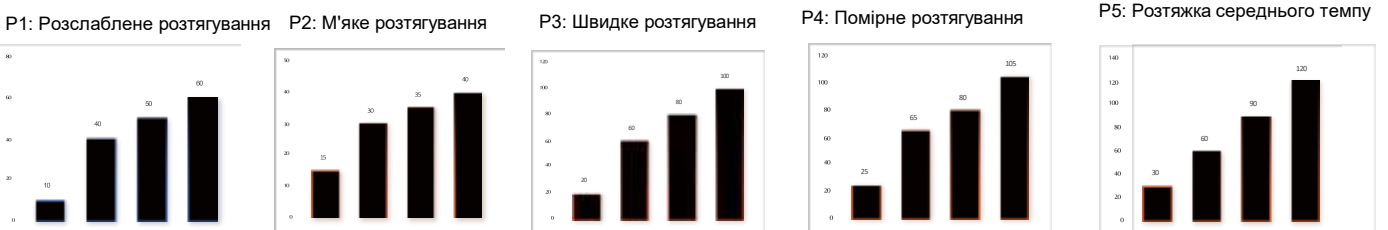
			
<p>Розслаблена стояча поза Встаньте на платформу і розслабте все тіло. Це допоможе зняти м'язову напругу та поліпшити кровообіг.</p>	<p>Поза присідання Встаньте на платформу, розставивши ноги на ширині плечей. Зігніть коліна, ніби сідаючи, і тримайте спину прямо. Затримайтеся в цій позі, щоб зміцнити м'язи ніг і стегон.</p>	<p>Поза «віджимання» Покладіть руки на платформу і витягніть ноги назад, тримаючи тіло рівно від голови до п'ят. Опустіть груди до платформи, зігнувши лікті, а потім підніміться назад у вихідне положення. Ця вправа допомагає зміцнити м'язів грудей, рук і м'язів тулуба.</p>	<p>Поза для нижньої частини ніг: Покладіть гомілки на платформу, як показано на малюнку. Покладіть руки на підлогу позаду себе для підтримки. Для більш інтенсивного виконання вправи підніміть стегна від підлоги і м'яко притисніть литки до платформи.</p>
			
<p>Поза з нахилом талії: Тримайте ноги прямими і нахиліться вперед у талії, поклавши руки на дошку. Щоб збільшити інтенсивність вправи, злегка зігніть лікті і нахиліться ще більше вперед.</p>	<p>Поза на одній нозі: Поставте одну ногу на пластину і встаньте прямо, зберігаючи правильну поставу. Для більш глибокого виконання вправи обережно нахиліться вперед, перенося більшу частину ваги тіла на пластину.</p>	<p>Поза сидячи: Сядьте на вібраційну платформу в зручній позі, тримаючи спину прямо. Покладіть руки на коліна або стегна і зберігайте розслаблену, пряму поставу протягом усього вправи.</p>	<p>Поза сидячи II: Сидячи на стійкому стільці, покладіть ноги на вібраційну платформу. Ця позиція допомагає розслабити м'язи і може поліпшити кровообіг в ногах.</p>

Технічне обслуговування та догляд

- Перед чищенням переконайтеся, що прилад вимкнений і відключений від джерела живлення. Чистіть його м'якою, злегка вологою ганчіркою.
- Тримайте платформу подалі від екстремальних температур.
- Зберігайте прилад у чистому, сухому місці, недоступному для дітей і домашніх тварин.

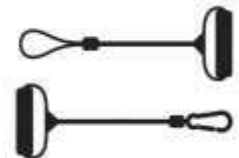
Налаштування програми

Кожна програма попередньо налаштована на 10 хвилин і працює з чергуванням рівнів вібрації, щоб забезпечити особливе тренування.



Використання мотузок для рук

1. Покращіть ефективність тренування, використовуючи поручні для виконання віджимань. Це допоможе зміцнити біцепси та трицепси, одночасно задіюючи нижню частину тіла.
2. Поручні зберігаються під боковими частинами тренажера. Вийміть їх, коли це необхідно. Отвори на поверхні тренажера можна використовувати для регулювання положення поручнів.



Налаштування Bluetooth

1. Натисніть головний вимикач живлення на передній панелі платформи, щоб увімкнути її. Потім натисніть кнопку живлення на пульті дистанційного керування або у верхній частині платформи, щоб увімкнути її.
2. Відкрийте налаштування Bluetooth на своєму смартфоні або планшеті. Виберіть «Bluetooth» серед доступних пристроїв, і платформа підтвердить, що підключення встановлено успішно.





EN: The marking of the equipment with the crossed-out waste container symbol indicates that it is prohibited to place used electrical and electronic equipment with other waste. According to the WEEE Directive on the management of used electrical and electronic waste, separate disposal methods must be used for this type of equipment.

The user who intends to dispose of this product is obliged to take it to a collection point for used electrical and electronic equipment, thus contributing to reuse, recycling or recovery and thus to the protection of the environment. To do this, please contact the point from which the appliance was purchased or your local authority. Hazardous components contained in electronic equipment may cause long-term adverse effects on the environment, as well as harmful effects on human health.

PL: Oznakowanie sprzętu symbolem przekreślonego kontenera na odpady informuje o zakazie umieszczania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego wraz z innymi odpadami. Zgodnie z Dyrektywą WEEE o sposobie gospodarowania zużytymi odpadami elektrycznymi i elektronicznymi, dla tego typu sprzętu należy stosować oddzielne sposoby utylizacji.

Użytkownik, który zamierza pozbyć się tego produktu, zobowiązany jest do oddania go do punktu zbierania zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego, dzięki czemu przyczynia się do ponownego użycia, recyklingu, bądź odzysku, a tym samym do ochrony środowiska naturalnego. W tym celu należy skontaktować się z punktem w którym urządzenie zostało nabyte, lub z przedstawicielami władz lokalnych. Składniki niebezpieczne zawarte w sprzęcie elektronicznym mogą powodować długo utrzymujące się niekorzystne zmiany w środowisku naturalnym, jak również działać szkodliwie na zdrowie ludzi.

CZ: Označení zařízení symbolem přeškrtnutého kontejneru na odpad znamená, že je zakázáno odkládat použitá elektrická a elektronická zařízení společně s jiným odpadem. Podle směrnice WEEE o nakládání s použitým elektrickým a elektronickým odpadem je nutné pro tento typ zařízení používat oddělené metody likvidace.

Uživatel, který hodlá tento výrobek zlikvidovat, je povinen jej odevzdat na sběrném místě pro použitá elektrická a elektronická zařízení, čímž přispěje k opětovnému použití, recyklaci nebo využití, a tím i k ochraně životního prostředí. Za tímto účelem se obraťte na místo, kde byl spotřebič zakoupen, nebo na místní úřad. Nebezpečné součásti obsažené v elektronických zařízeních mohou způsobit dlouhodobé nepříznivé účinky na životní prostředí i škodlivé účinky na lidské zdraví.

DA: Mærkningen af udstyret med det overstregede affaldsbeholdersymbol angiver, at det er forbudt at anbringe brugt elektrisk og elektronisk udstyr sammen med andet affald. I henhold til WEEE-direktivet om håndtering af brugt elektrisk og elektronisk affald skal der anvendes separate bortskaffelsesmetoder for denne type udstyr.

Den bruger, der har til hensigt at bortskaffe dette produkt, er forpligtet til at aflevere det på et indsamlingssted for brugt elektrisk og elektronisk udstyr og på den måde bidrage til genbrug, genanvendelse eller genvinding og dermed til beskyttelse af miljøet. For at gøre dette skal du kontakte det sted, hvor apparatet blev købt, eller dine lokale myndigheder. Farlige komponenter i elektronisk udstyr kan forårsage langsigtede negative virkninger på miljøet samt skadelige virkninger på menneskers sundhed.

DE: Die Kennzeichnung des Geräts mit dem Symbol des durchgestrichenen Abfallbehälters zeigt an, dass es verboten ist, gebrauchte Elektro- und Elektronikgeräte zusammen mit anderem Abfall zu entsorgen. Gemäß der WEEE-Richtlinie über die Entsorgung von Elektro- und Elektronik-Altgeräten müssen für diese Art von Geräten getrennte Entsorgungsmethoden verwendet werden.

Der Benutzer, der dieses Produkt entsorgen will, ist verpflichtet, es zu einer Sammelstelle für Elektro- und Elektronik-Altgeräte zu bringen und so zur Wiederverwendung, zum Recycling oder zur Verwertung und damit zum Schutz der Umwelt beizutragen. Wenden Sie sich dazu bitte an die Stelle, bei der Sie das Gerät gekauft haben, oder an Ihre Gemeindeverwaltung. Die in elektronischen Geräten enthaltenen gefährlichen Bestandteile können langfristige negative Auswirkungen auf die Umwelt sowie schädliche Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit haben.

ES: El marcado del aparato con el símbolo del contenedor de residuos tachado indica que está prohibido depositar aparatos eléctricos y electrónicos usados junto con otros residuos. De acuerdo con la Directiva RAEE sobre la gestión de residuos eléctricos y electrónicos usados, deben utilizarse métodos de eliminación separados para este tipo de aparatos.

El usuario que pretenda deshacerse de este producto está obligado a llevarlo a un punto de recogida de aparatos eléctricos y electrónicos usados, contribuyendo así a su reutilización, reciclado o valorización y, por tanto, a la

protección del medio ambiente. Para ello, póngase en contacto con el punto donde adquirió el aparato o con las autoridades locales. Los componentes peligrosos contenidos en los equipos electrónicos pueden causar efectos adversos a largo plazo en el medio ambiente, así como efectos nocivos para la salud humana.

ET: Seadme tähistamine läbi kriipsutatud jäätmemahuti sümboliga näitab, et kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmeid on keelatud paigutada koos muude jäätmetega. Vastavalt kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete jäätmete käitlemisele direktiivile tuleb seda tüüpi seadmete puhul kasutada eraldi kõrvaldamismeetodeid.

Kasutaja, kes kavatseb seda toodet kõrvaldada, on kohustatud viima selle kasutatud elektri- ja elektroonikaseadmete kogumispunkti, aidates sellega kaasa korduvkasutamisele, ringlussevõtule või taaskasutamisele ja seega ka keskkonnakaitsele. Selleks pöörduge palun seadme ostukoha või kohaliku omavalitsuse poole. Elektroonikaseadmetes sisalduvad ohtlikud komponendid võivad avaldada pikaajalist kahjulikku mõju keskkonnale ning samuti kahjustada inimeste tervist.

FR : Le marquage de l'équipement avec le symbole de la poubelle barrée indique qu'il est interdit de placer les équipements électriques et électroniques usagés avec d'autres déchets. Conformément à la directive DEEE sur la gestion des déchets électriques et électroniques usagés, des méthodes d'élimination distinctes doivent être utilisées pour ce type d'équipement.

L'utilisateur qui a l'intention de se débarrasser de ce produit est tenu de l'apporter à un point de collecte des équipements électriques et électroniques usagés, contribuant ainsi à la réutilisation, au recyclage ou à la valorisation et donc à la protection de l'environnement. Pour ce faire, veuillez contacter le point de vente où l'appareil a été acheté ou les autorités locales. Les composants dangereux contenus dans les équipements électroniques peuvent avoir des effets néfastes à long terme sur l'environnement, ainsi que des effets nocifs sur la santé humaine.

HU: A berendezésen az áthúzott hulladéktároló szimbólummal történő jelölés azt jelzi, hogy a használt elektromos és elektronikus berendezéseket tilos más hulladékkal együtt elhelyezni. A használt elektromos és elektronikus hulladékok kezeléséről szóló WEEE-irányelv szerint az ilyen típusú berendezések esetében külön ártalmatlanítási módszereket kell alkalmazni.

Az a felhasználó, aki ezt a terméket ártalmatlanítani kívánja, köteles azt a használt elektromos és elektronikus berendezések gyűjtőhelyére vinni, hozzájárulva ezzel az újrahhasználathoz, újrafeldolgozáshoz vagy hasznosításhoz, és ezáltal a környezet védelméhez. Ennek érdekében kérjük, forduljon a készüléket megvásárló ponthoz vagy a helyi hatósághoz. Az elektronikus berendezésekben található veszélyes összetevők hosszú távon káros hatással lehetnek a környezetre, valamint káros hatással lehetnek az emberi egészségre.

IT: La marcatura dell'apparecchiatura con il simbolo del contenitore dei rifiuti barrato indica che è vietato collocare le apparecchiature elettriche ed elettroniche usate insieme ad altri rifiuti. Secondo la direttiva RAEE sulla gestione dei rifiuti elettrici ed elettronici usati, per questo tipo di apparecchiature devono essere utilizzati metodi di smaltimento separati.

L'utente che intende smaltire questo prodotto è tenuto a portarlo in un punto di raccolta per apparecchiature elettriche ed elettroniche usate, contribuendo così al riutilizzo, al riciclaggio o al recupero e quindi alla protezione dell'ambiente. A tal fine, rivolgersi al punto vendita presso il quale è stato acquistato l'apparecchio o alle autorità locali. I componenti pericolosi contenuti nelle apparecchiature elettroniche possono causare effetti negativi a lungo termine sull'ambiente e sulla salute umana.

LT: Įrangos žymėjimas perbraukto atliekų konteinerio simboliu reiškia, kad panaudotą elektros ir elektroninę įrangą draudžiama dėti kartu su kitomis atliekomis. Pagal EEJ atliekų tvarkymo direktyvą dėl naudotų elektros ir elektroninių atliekų tvarkymo šio tipo įrangai turi būti taikomi atskiri šalinimo būdai.

Naudotojas, ketinantis atsikratyti šio gaminio, privalo jį pristatyti į naudotos elektros ir elektroninės įrangos surinkimo punktą, taip prisidedamas prie pakartotinio naudojimo, perdirbimo ar utilizavimo ir taip saugodamas aplinką. Norėdami tai padaryti, kreipkitės į punktą, kuriame prietaisas buvo įsigytas, arba į vietos valdžios instituciją. Elektroninėje įrangoje esantys pavojingi komponentai gali sukelti ilgalaikį neigiamą poveikį aplinkai, taip pat žalingą poveikį žmonių sveikatai.

LV: Iekārtas marķējums ar pārsvītrotā atkritumu konteinerā simbolu norāda, ka nolietotās elektriskās un elektroniskās iekārtas ir aizliegts novietot kopā ar citiem atkritumiem. Saskaņā ar EEIA direktīvu par nolietotu elektrisko un elektronisko iekārtu atkritumu apsaimniekošanu šāda veida iekārtām jāizmanto atsevišķas iznīcināšanas metodes.

Lietotājam, kurš vēlas atbrīvoties no šī produkta, ir pienākums to nogādāt nolietoto elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas punktā, tādējādi veicinot atkārtotu izmantošanu, pārstrādi vai reģenerāciju un tādējādi vides aizsardzību. Lai to izdarītu, lūdzu, sazinieties ar punktu, kurā ierīce tika iegādāta, vai ar vietējo pašvaldību. Elektroniskajās iekārtās esošās bīstamās sastāvdaļas var radīt ilgtermiņa nelabvēlīgu ietekmi uz vidi, kā arī kaitīgu ietekmi uz cilvēka veselību.

NL: De markering van de apparatuur met het symbool van de doorgekruiste afvalcontainer geeft aan dat het verboden is om gebruikte elektrische en elektronische apparatuur bij ander afval te plaatsen. Volgens de WEEE-richtlijn betreffende het beheer van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur moeten aparte verwijderingsmethoden worden gebruikt voor dit type apparatuur.

De gebruiker die van plan is om dit product weg te gooien, is verplicht om het naar een inzamelpunt voor gebruikte elektrische en elektronische apparatuur te brengen en zo bij te dragen aan hergebruik, recycling of terugwinning en dus aan de bescherming van het milieu. Neem hiervoor contact op met het punt waar u het apparaat hebt gekocht of met uw gemeente. Gevaarlijke onderdelen in elektronische apparatuur kunnen op lange termijn schadelijke gevolgen hebben voor het milieu en de menselijke gezondheid.

PT: A marcação do equipamento com o símbolo de contentor de resíduos riscado indica que é proibido colocar equipamentos eléctricos e electrónicos usados juntamente com outros resíduos. De acordo com a Diretiva REEE relativa à gestão de resíduos eléctricos e electrónicos usados, devem ser utilizados métodos de eliminação separados para este tipo de equipamento.

O utilizador que pretenda desfazer-se deste produto é obrigado a levá-lo a um ponto de recolha de equipamentos eléctricos e electrónicos usados, contribuindo assim para a reutilização, reciclagem ou recuperação e, consequentemente, para a protecção do ambiente. Para tal, contacte o ponto de recolha onde o aparelho foi adquirido ou a sua autoridade local. Os componentes perigosos contidos nos equipamentos electrónicos podem causar efeitos adversos a longo prazo no ambiente, bem como efeitos nocivos para a saúde humana.

RO: Marcarea echipamentului cu simbolul containerului de deșeuri barat indică faptul că este interzisă plasarea echipamentelor electrice și electronice uzate împreună cu alte deșeuri. În conformitate cu Directiva DEEE privind gestionarea deșeurilor electrice și electronice uzate, pentru acest tip de echipament trebuie utilizate metode separate de eliminare.

Utilizatorul care intenționează să elimine acest produs este obligat să îl ducă la un punct de colectare a echipamentelor electrice și electronice uzate, contribuind astfel la reutilizare, reciclare sau recuperare și, astfel, la protecția mediului. Pentru a face acest lucru, vă rugăm să contactați punctul de la care a fost achiziționat aparatul sau autoritatea locală. Componentele periculoase conținute în echipamentele electronice pot provoca efecte negative pe termen lung asupra mediului, precum și efecte nocive asupra sănătății umane.

SK: Označenie zariadenia symbolom preškrtnutého kontajnera na odpad znamená, že je zakázané umiestňovať použité elektrické a elektronické zariadenia spolu s iným odpadom. Podľa smernice WEEE o nakladaní s použitým elektrickým a elektronickým odpadom sa pre tento typ zariadenia musia používať oddelené metódy likvidácie.

Používateľ, ktorý má v úmysle zlikvidovať tento výrobok, je povinný odovzdať ho na zberné miesto použitých elektrických a elektronických zariadení, čím prispeje k opätovnému použitiu, recyklácii alebo zhodnoteniu, a tým aj k ochrane životného prostredia. Za týmto účelom sa obráťte na miesto, kde bol spotrebič zakúpený, alebo na miestny úrad. Nebezpečné komponenty obsiahnuté v elektronických zariadeniach môžu spôsobiť dlhodobé nepriaznivé účinky na životné prostredie, ako aj škodlivé účinky na ľudské zdravie.

SL: Oznaka opreme s simbolom prečrtanega zabojnika za odpadke pomeni, da je prepovedano odlagati izrabljeno električno in elektronsko opremo med druge odpadke. V skladu z Direktivo OEEO o ravnanju z izrabljenimi električnimi in elektronskimi odpadki je treba za to vrsto opreme uporabljati ločene metode odstranjevanja.

Uporabnik, ki namerava ta izdelek odstraniti, ga mora odnesti na zbirno mesto za rabljeno električno in elektronsko opremo ter tako prispevati k ponovni uporabi, recikliranju ali predelavi in s tem k varovanju okolja. V ta namen se obrnite na točko, kjer je bila naprava kupljena, ali na lokalne oblasti. Nevarne komponente, ki jih vsebuje elektronska oprema, lahko povzročijo dolgoročne škodljive vplive na okolje in tudi škodljive vplive na zdravje ljudi.

SV: Märkningen av utrustningen med den överkorsade symbolen för avfallsbehållare anger att det är förbjudet att placera begagnad elektrisk och elektronisk utrustning tillsammans med annat avfall. Enligt WEEE-direktivet om hantering av använt elektriskt och elektroniskt avfall måste separata metoder för avfallshantering användas för denna typ av utrustning.

Den användare som avser att göra sig av med denna produkt är skyldig att lämna den till en samlingsplats för begagnad elektrisk och elektronisk utrustning och på så sätt bidra till återanvändning, återvinning eller återvinning och därmed till skyddet av miljön. För att göra detta, vänligen kontakta den plats där apparaten köptes eller din lokala myndighet. Farliga komponenter som ingår i elektronisk utrustning kan orsaka långsiktiga negativa effekter på miljön och skadliga effekter på människors hälsa.

UK: Маркування обладнання символом перекресленого контейнера для відходів вказує на те, що відпрацьоване електричне та електронне обладнання заборонено викидати разом з іншими відходами. Відповідно до Директиви WEEE про управління використаними електричними та електронними відходами, для цього типу обладнання повинні використовуватися окремі методи утилізації.

Користувач, який має намір утилізувати цей виріб, зобов'язаний здати його в пункт прийому відпрацьованого електричного та електронного обладнання, сприяючи таким чином повторному використанню, переробці або відновленню і, таким чином, захисту навколишнього середовища. Для цього, будь ласка, зверніться до магазину, в якому було придбано прилад, або до місцевої влади. Небезпечні компоненти, що містяться в електронному обладнанні, можуть спричинити довгостроковий негативний вплив на навколишнє середовище, а також шкідливий вплив на здоров'я людини.

GUARANTEE CARD

Article name:.....

EAN code:.....

Date of sale:

GUARANTEE TERMS:

1. The Seller, on behalf of the Guarantor, provides a guarantee in the territory of the Republic of Poland for a period of 24 months from the date of sale.
2. The guarantee will be honoured by the shop or service centre upon presentation by the customer:
 - a legibly and correctly completed warranty card with the sales stamp and the seller's signature,
 - a valid proof of purchase of the equipment with the date of sale / receipt, the goods claimed.
3. Any defects and damage discovered during the warranty period will be repaired free of charge within a maximum of 21 days from the date of delivery of the goods to the service.
4. In the case of the necessity to import parts, the repair period may be extended by the time necessary for their import, but not longer than 90 days.
5. The warranty does not cover:
 - mechanical damage and defects caused by them,
 - damages and defects resulting from improper use and storage,
 - improper assembly and maintenance,
 - damage and wear of components such as cables, straps, rubber parts, pedals, sponge grips, wheels, bearings, etc.
6. The warranty is void in the event of:
 - expiry date,
 - self-repair,
 - failure to observe the rules of correct operation.
7. Product returned for repair should be complete and clean. In the case of defects the service has the right to refuse acceptance for repair. If the product is delivered dirty, the service centre may refuse to accept it or clean it at the customer's expense with his written consent.
8. The warranty does not cover installation and maintenance work, which, according to the user manual, must be carried out by the user himself.
9. The guarantor also informs that it provides post-warranty service.
10. The goods should be protected for shipping.
11. In order to make use of the warranty, please follow the procedure on the website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In case of non-conformity of the sold thing with the contract, the buyer is entitled by law to legal remedies from and at the expense of the seller. The guarantee does not affect such remedies.

THE EQUIPMENT IS NOT INTENDED FOR REHABILITATION AND THERAPY

NOTES ON THE COURSE OF REPAIRS

Item	Date of notification	Date of provision	Course of repairs	Signature of the recipient (shop, owner)

KARTA GWARANCYJNA

Nazwa artykułu:.....
Kod EAN:.....
Data sprzedaży:.....

WARUNKI GWARANCJI:

1. Sprzedawca w imieniu Gwaranta udziela gwarancji na terytorium RP na okres 24 miesięcy od daty sprzedaży.
2. Gwarancja będzie respektowana przez sklep lub serwis po przedstawieniu przez klienta:
 - czytelnie i poprawnie wypełnionej karty gwarancyjnej z pieczętą sprzedaży oraz podpisem sprzedawcy,
 - ważnego dowodu zakupu sprzętu z datą sprzedaży / rachunku, reklamowanego towaru.
3. Ewentualne wady i uszkodzenia ujawniane w okresie gwarancyjnym będą naprawiane bezpłatnie w terminie nie dłuższym niż 21 dni od daty dostarczenia towaru do serwisu.
4. W przypadku konieczności sprowadzenia części z importu okres naprawy może się wydłużyć o czas niezbędny do ich sprowadzenia jednak nie dłużej niż o 90 dni.
5. Gwarancją nie są objęte:
 - uszkodzenia mechaniczne i wywołane nimi wady,
 - uszkodzenia i wady wynikłe wskutek niewłaściwego z przeznaczeniem użytkowania i przechowywania,
 - niewłaściwy montaż i konserwacja,
 - uszkodzenia i zużycie takich elementów jak: linki, paski, elementy gumowe, pedały, uchwyty z gąbki, kółka, łożyska itp.
6. Gwarancja traci ważność w przypadku:
 - upływu terminu ważności,
 - samodzielnych napraw,
 - nieprzestrzegania zasad prawidłowej eksploatacji.
7. Produkt oddany do naprawy powinien być kompletny i czysty. W przypadku stwierdzenia braków serwis ma prawo odmówić przyjęcia do naprawy. W przypadku dostarczenia brudnego produktu serwis może odmówić jego przyjęcia lub też na koszt klienta za jego pisemną zgodą dokonać czyszczenia.
8. Gwarancją nie są objęte czynności związane z montażem, konserwacją, które zgodnie z instrukcją obsługi użytkownik zobowiązany jest wykonać we własnym zakresie.
9. Gwarant informuje również, że prowadzi serwis pogwarancyjny.
10. Towar powinien być zabezpieczony do wysyłki.
11. W celu skorzystania z gwarancji, przestrzegaj procedury zamieszonej na stronie internetowej:
<https://serwis.abisal.pl/>

W przypadku braku zgodności rzeczy sprzedanej z umową kupującemu z mocy prawa przysługują środki ochrony prawnej ze strony i na koszt sprzedawcy. Gwarancja nie ma wpływu na te środki ochrony prawnej.

SPRZĘT NIE JEST PRZEZNACZONY DO UŻYTKU W CELACH REHABILITACYJNYCH I TERAPEUTYCZNYCH.

ADNOTACJE O PRZEBIEGU NAPRAW

L.p.	Data zgłoszenia	Data wydania	Przebieg napraw	Podpis odbierającego (sklep, właściciel)

ZÁRUČNÍ LIST

Název produktu:.....

EAN kód:.....

Datum prodeje:.....

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY:

1. Prodávající jménem Ručitele poskytuje záruku na území Polské republiky na dobu 24 měsíců od data prodeje.
2. Záruka bude uznána prodejnou nebo servisním střediskem po předložení zákazníkem:
 - čitelně a správně vyplněný záruční list s prodejním razítkem a podpisem prodávajícího,
 - platný doklad o koupi zařízení s datem prodeje/příjmu, reklamované zboží.
3. Veškeré závady a poškození zjištěné v záruční době budou bezplatně odstraněny nejpozději do 21 dnů ode dne doručení zboží do servisu.
4. V případě nutnosti dovozu dílů může být doba opravy prodloužena o dobu nutnou k jejich dovozu, nejdéle však o 90 dnů.
5. Záruka se nevztahuje na:
 - mechanická poškození a jimi způsobené závady,
 - poškození a závady vzniklé v důsledku nesprávného používání a skladování,
 - nesprávné montáže a údržby,
 - poškození a opotřebení součástí, jako jsou kabely, řemínky, gumové díly, pedály, houbové rukojeti, kola, ložiska atd.
6. Záruka zaniká v případě:
 - datum vypršení platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržení pravidel správného provozu.
7. Výrobek vrácený k opravě by měl být kompletní a čistý. V případě závad má servis právo odmítnout přijetí do opravy. Pokud je výrobek dodán znečištěný, může jej servisní středisko s písemným souhlasem zákazníka odmítnout přijmout nebo jej na jeho náklady vyčistit.
8. Záruka se nevztahuje na instalační a údržbářské práce, které si podle návodu k obsluze musí uživatel provádět sám.
9. Garant dále informuje, že poskytuje pozáruční servis.
10. Zboží by mělo být chráněno pro přepravu.
11. Pro uplatnění záruky postupujte podle postupu na internetových stránkách: <https://serwis.abisal.pl/>.

Pokud zboží neodpovídá smlouvě, má kupující ze zákona nárok na zajištění právní ochrany na náklady prodávajícího. Záruka nemá na tyto zákonné opravné prostředky vliv.

ZAŘÍZENÍ NENÍ URČENO K POUŽITÍ PRO RAHABILITAČNÍ A TERAPEUTICKÉ ÚČELY.

UPOZORNĚNÍ O OPRAVĚ

Č.	Datum nahlášení	Datum vydání	Průběh oprav	Podpis příjemce (obchod, majitel)

GARANTI-KORT

Artikelnavn:.....
EAN-kode:.....
Dato for salg:.....

GARANTIBETINGELSER:

1. Sælgeren yder på vegne af garantistilleren en garanti på Republikken Polens område i en periode på 24 måneder fra salgsdatoen.
2. Garantien vil blive overholdt af butikken eller servicecentret, når kunden fremviser
 - et letlæseligt og korrekt udfyldt garantikort med salgstempel og sælgers underskrift,
 - et gyldigt købsbevis for udstyret med salgsdato/kvittering, de varer, der gøres krav på.
3. Eventuelle fejl og skader, der opdages i garantiperioden, vil blive repareret gratis inden for højst 21 dage fra datoen for levering af varerne til service.
4. I tilfælde af nødvendigheden af at importere dele, kan reparationsperioden forlænges med den tid, der er nødvendig for deres import, men ikke længere end 90 dage.
5. Garantien dækker ikke:
 - mekaniske skader og defekter forårsaget af dem,
 - skader og defekter som følge af forkert brug og opbevaring,
 - forkert montering og vedligeholdelse,
 - skader og slitage på komponenter som kabler, stropper, gummidele, pedaler, svampegreb, hjul, lejer osv.
6. Garantien bortfalder i tilfælde af:
 - udløbsdato,
 - selvreparation,
 - manglende overholdelse af reglerne for korrekt betjening.
7. Produktet, der returneres til reparation, skal være komplet og rent. I tilfælde af defekter har servicecentret ret til at nægte at modtage produktet til reparation. Hvis produktet leveres snavset, kan servicecentret nægte at modtage det eller rengøre det for kundens regning med dennes skriftlige samtykke.
8. Garantien dækker ikke installations- og vedligeholdelsesarbejde, som i henhold til brugervejledningen skal udføres af brugeren selv.
9. Garantigiveren oplyser også, at den yder service efter garantien.
10. Varerne skal beskyttes ved forsendelse.
11. For at gøre brug af garantien skal du følge proceduren på hjemmesiden: <https://serwis.abisal.pl/>.

I tilfælde af den solgte tings manglende overensstemmelse med kontrakten har køberen ifølge loven ret til retsmidler fra og på bekostning af sælgeren. Garantien påvirker ikke sådanne retsmidler.

UDSTYRET ER IKKE BEREGNET TIL GENOPTRÆNING OG TERAPI

BEMÆRKNINGER TIL REPARATIONSFORLØBET

Emne	Dato for notificacion	Dato for levering	Forløb af reparationer	Modtagerens underskrift (butik, ejer)

GARANTIEKARTE

Artikelname:.....

EAN-Code:.....

Verkaufsdatum:.....

GARANTIEBEDINGUNGEN:

1. Der Verkäufer übernimmt im Namen des Garantiegebers eine Garantie auf dem Gebiet der Republik Polen für einen Zeitraum von 24 Monaten ab dem Verkaufsdatum.
2. Die Garantie wird von der Verkaufsstelle oder dem Servicecenter bei Vorlage des Kunden gewährt:
 - eine leserlich und korrekt ausgefüllte Garantiekarte mit dem Verkaufsstempel und der Unterschrift des Verkäufers,
 - einen gültigen Kaufbeleg für das Gerät mit dem Datum des Verkaufs/der Quittung, die reklamierte Ware.
3. Alle während der Garantiezeit festgestellten Mängel und Schäden werden innerhalb von maximal 21 Tagen ab dem Datum der Übergabe der Ware an den Service kostenlos behoben.
4. Im Falle der Notwendigkeit, Teile zu importieren, kann die Reparaturfrist um die Zeit, die für den Import erforderlich ist, verlängert werden, jedoch nicht länger als 90 Tage.
5. Die Garantie erstreckt sich nicht auf:
 - mechanische Schäden und dadurch verursachte Mängel,
 - Schäden und Mängel, die auf unsachgemäße Verwendung und Lagerung zurückzuführen sind,
 - unsachgemäße Montage und Wartung,
 - Schäden und Verschleiß an Komponenten wie Kabeln, Riemen, Gummiteilen, Pedalen, Schwammgriffen, Rädern, Lagern usw.
6. Die Garantie erlischt im Falle von:
 - Verfallsdatum,
 - Selbstreparatur,
 - Nichtbeachtung der Regeln für den korrekten Betrieb.
7. Das zur Reparatur eingesandte Produkt muss vollständig und sauber sein. Im Falle von Mängeln hat der Service das Recht, die Annahme zur Reparatur zu verweigern. Wird das Produkt verschmutzt angeliefert, kann der Kundendienst die Annahme verweigern oder es auf Kosten des Kunden mit dessen schriftlicher Zustimmung reinigen.
8. Die Garantie erstreckt sich nicht auf Installations- und Wartungsarbeiten, die laut Gebrauchsanweisung vom Benutzer selbst durchgeführt werden müssen.
9. Die Garantiegeberin weist darauf hin, dass sie auch einen Nachgarantieservice anbietet.
10. Die Ware sollte für den Versand geschützt werden.
11. Um die Garantie in Anspruch zu nehmen, befolgen Sie bitte das Verfahren auf der Website: <https://serwis.abisal.pl/>.

Im Falle der Nichtübereinstimmung des verkauften Gegenstandes mit dem Vertrag stehen dem Käufer Rechtsbehelfe auf Kosten des Verkäufers zu. Die Garantie beeinflusst diese Rechtsbehelfe nicht.

DAS GERÄT IST NICHT ZUR VERWENDUNG ZUR REHABILITATION UND THERAPEUTISCHEN ZWECKEN BESTIMMT

VERMERKE ÜBER DEN VERLAUF DER REPARATUREN

Lfd. Nr.	Datum der Anmeldung	Datum der Ausgabe	Verlauf der Reparaturen	Unterschrift des Empfängers (Laden, Eigentümer)

TARJETA DE GARANTÍA

Nombre del artículo:.....

Código EAN:.....

Fecha de venta:.....

CONDICIONES DE GARANTÍA:

1. El Vendedor, en nombre del Garante, ofrece una garantía en el territorio de la República de Polonia por un período de 24 meses a partir de la fecha de venta.
2. La garantía será respetada por la tienda o centro de servicio previa presentación por parte del cliente
 - una tarjeta de garantía cumplimentada de forma legible y correcta con el sello de venta y la firma del vendedor,
 - una prueba válida de compra del equipo con la fecha de venta / recibo, los bienes reclamados.
3. Los defectos y daños descubiertos durante el periodo de garantía serán reparados gratuitamente en un plazo máximo de 21 días a partir de la fecha de entrega de la mercancía al servicio.
4. En el caso de que sea necesario importar piezas, el periodo de reparación podrá ampliarse por el tiempo necesario para su importación, pero no superior a 90 días.
5. La garantía no cubre:
 - daños mecánicos y defectos causados por ellos,
 - daños y defectos derivados de un uso y almacenamiento inadecuados,
 - montaje y mantenimiento inadecuados,
 - daños y desgaste de componentes como cables, correas, piezas de goma, pedales, puños de esponja, ruedas, rodamientos, etc.
6. La garantía quedará anulada en caso de:
 - caducidad,
 - autoreparación,
 - incumplimiento de las normas de correcto funcionamiento.
7. El producto devuelto para su reparación debe estar completo y limpio. En caso de defectos, el servicio tiene derecho a negarse a aceptarlo para su reparación. Si el producto se entrega sucio, el centro de servicio puede negarse a aceptarlo o limpiarlo a expensas del cliente con su consentimiento por escrito.
8. La garantía no cubre los trabajos de instalación y mantenimiento que, según el manual de instrucciones, debe realizar el propio usuario.
9. El garante informa también de que presta servicio post garantía.
10. La mercancía debe estar protegida para su envío.
11. Para hacer uso de la garantía, siga el procedimiento indicado en la página web: <https://serwis.abisal.pl/>.

En caso de falta de conformidad de la cosa vendida con el contrato, el comprador tiene derecho por ley a los remedios legales de y a expensas del vendedor. La garantía no afecta a dichos recursos.

EL EQUIPO NO ESTÁ DESTINADO A REHABILITACIÓN Y TERAPIA

NOTAS SOBRE EL CURSO DE LAS REPARACIONES

Artículo	Fecha de notificación	Fecha de provision	Curso de la reparación	Firma del destinatario (tienda, propietario)

GARANTEEKAART

Artikli nimi:.....
EAN-kood:.....
Müügikuupäev:

GARANTIINGIMUSED:

- Müüja annab Garanti nimel garantii Poola Vabariigi territooriumil 24 kuu jooksul alates müügikuupäevast.
- Kauplus või teeninduskeskus täidab garantii kliendi esitamisel:
 - loetavalt ja korrektset täidetud garantiikaart koos müügitempliga ja müüja allkirjaga,
 - kehtivat tõendit seadme ostu kohta koos müügikuupäevaga / kviitungiga, taotletud kaupu.
- Garantiiperioodi jooksul avastatud defektid ja kahjustused parandatakse tasuta maksimaalselt 21 päeva jooksul alates kauba teenindusse üleandmise kuupäevast.
- Kui on vaja importida varuosasid, võib remondiperioodi pikendada nende importimiseks vajaliku aja võrra, kuid mitte kauem kui 90 päeva.
- Garantii ei hõlma:
 - mehaanilisi kahjustusi ja nende põhjustatud defekte,
 - vigastusi ja defekte, mis tulenevad ebaõigest kasutamisest ja ladustamisest,
 - ebaõige kokkupanek ja hooldus,
 - selliste komponentide nagu kaablid, rihmad, kummiosad, pedaalid, käsnaad, rattad, laagrid jne kahjustused ja kulumine.
- Garantii kaotab kehtivuse juhul, kui:
 - kehtivuse lõppemise kuupäev,
 - eneseparandus,
 - õige kasutamise reeglite eiramine.
- Remondiks tagastatud toode peab olema täielik ja puhas. Defektide korral on teenindusel õigus keelduda remondiks vastuvõtmisest. Kui toode on tarnitud määratud, võib teeninduskeskus keelduda selle vastuvõtmisest või puhastada selle kliendi kulul tema kirjalikul nõusolekul.
- Garantii ei hõlma paigaldus- ja hooldustööd, mida vastavalt kasutusjuhendile peab kasutaja ise tegema.
- Garantii andja teavitab ka sellest, et ta pakub garantiijärgset hooldust.
- Kaup tuleb transportimiseks kaitsta.
- Garantii kasutamiseks järgige palun veebilehel <https://serwis.abisal.pl/> toodud menetlust.

Ostjal on seadusest tulenevalt õigus saada müüjalt ja müüja kulul õiguskaitsevahendeid müüdü asja mittevastavuse korral. Garantii ei mõjuta neid õiguskaitsevahendeid.

SEADE EI OLE ETTE NÄHTUD TAASTUSRAVIKS JA TERAAPIAKS.

MÄRKUSED REMONDI KÄIGU KOHTA

Punkti	Teatamise kuupäevate of	Andmete esitamise kuupäev	Remondi käik	Vastuvõtja allkiri (kauplus, omanik)

CARTE DE GARANTIE

Nom de l'article:.....

Code EAN:.....

Date de vente:

CONDITIONS DE GARANTIE:

1. Le vendeur, au nom du garant, accorde une garantie sur le territoire de la République de Pologne pour une période de 24 mois à compter de la date de vente.
2. La garantie sera honorée par le magasin ou le centre de service sur présentation par le client :
 - d'une carte de garantie lisiblement et correctement remplie, portant le cachet de la vente et la signature du vendeur,
 - d'une preuve d'achat valide de l'équipement avec la date de la vente/du reçu, des biens faisant l'objet de la réclamation.
3. Les défauts et dommages constatés pendant la période de garantie seront réparés gratuitement dans un délai maximum de 21 jours à compter de la date de livraison des marchandises au service.
4. S'il est nécessaire d'importer des pièces, la période de réparation peut être prolongée du temps nécessaire à leur importation, mais pas plus de 90 jours.
5. La garantie ne couvre pas
 - les dommages mécaniques et les défauts causés par ceux-ci,
 - les dommages et défauts résultant d'une utilisation et d'un stockage inappropriés,
 - d'un montage et d'un entretien incorrects,
 - les dommages et l'usure des composants tels que les câbles, les sangles, les pièces en caoutchouc, les pédales, les poignées en éponge, les roues, les roulements, etc.
6. La garantie est annulée en cas de :
 - date d'expiration,
 - d'autoréparation,
 - de non-respect des règles de bon fonctionnement.
7. Le produit retourné pour réparation doit être complet et propre. En cas de défauts, le service a le droit de refuser l'acceptation pour réparation. Si le produit est livré sale, le centre de service peut refuser de l'accepter ou le nettoyer aux frais du client avec son accord écrit.
8. La garantie ne couvre pas les travaux d'installation et d'entretien qui, selon le manuel d'utilisation, doivent être effectués par l'utilisateur lui-même.
9. Le garant informe également qu'il fournit un service post-garantie.
10. Les marchandises doivent être protégées pour l'expédition.
11. Pour faire jouer la garantie, veuillez suivre la procédure décrite sur le site web : <https://serwis.abisal.pl/>.

En cas de non-conformité de la chose vendue au contrat, l'acheteur a droit, en vertu de la loi, à des réparations légales de la part du vendeur et à ses frais. La garantie n'affecte pas ces recours.

L'APPAREIL N'EST PAS DESTINÉ À LA RÉÉDUCATION ET À LA THÉRAPIE

NOTES SUR LE DÉROULEMENT DES RÉPARATIONS

Article	Date de notification	Date de mise à disposition	Déroulement des réparations	Signature du destinataire (atelier, propriétaire)

GARANCIA KÁRTYA

Cikk neve:.....
EAN-kód:.....
Az értékesítés dátuma:.....

GARANCIÁLIS FELTÉTELEK:

1. Az Eladó a Garanciavállaló nevében a Lengyel Köztársaság területén az eladástól számított 24 hónapos időtartamra garanciát vállal.
2. A garanciát az üzlet vagy a szervizközpont a vásárló bemutatásakor teljesíti:
 - egy olvashatóan és helyesen kitöltött, az eladói bélyegzővel és az eladó aláírásával ellátott jótállási jegyet,
 - a berendezés vásárlásáról szóló érvényes bizonylatot az eladás dátumával / nyugtával, az igényelt árut.
3. A jótállási idő alatt felfedezett hibákat és károkat az áru szervizbe való beérkezésétől számított legfeljebb 21 napon belül díjmentesen kijavítják.
4. Abban az esetben, ha alkatrészek behozatalára van szükség, a javítási időszak meghosszabbítható a behozatalukhoz szükséges idővel, de legfeljebb 90 nappal.
5. A garancia nem terjed ki:
 - mechanikai sérülésekre és az általuk okozott hibákra,
 - a nem megfelelő használatból és tárolásból eredő károkat és hibákat,
 - nem megfelelő összeszerelés és karbantartás,
 - az alkatrészek, például kábelek, szíjak, gumi alkatrészek, pedálok, szivacsmarkolatok, kerekek, csapágyak stb. sérülése és kopása.
6. A garancia érvényét veszti abban az esetben, ha:
 - lejáratí idő,
 - önjavítás,
 - a helyes működés szabályainak be nem tartása.
7. A javításra visszaküldött terméknek teljesnek és tisztának kell lennie. Hibák esetén a szerviznek joga van megtagadni a javításra történő átvételt. Ha a terméket szennyezett állapotban szállítják, a szerviz a vevő írásbeli hozzájárulásával megtagadhatja az átvételt, vagy a vevő költségére megtisztíthatja azt.
8. A garancia nem terjed ki a telepítési és karbantartási munkákra, amelyeket a használati útmutató szerint a felhasználónak magának kell elvégeznie.
9. A garanciavállaló tájékoztat arról is, hogy garanciát követő szervizszolgáltatást nyújt.
10. Az árut a szállításhoz védeni kell.
11. A garancia igénybeviteléhez kérjük, kövesse a weboldalon található eljárást: <https://serwis.abisal.pl/>.

Az eladott dolog szerződésnek való meg nem felelése esetén a vevő a törvény szerint jogosult jogorvoslatra az eladótól és annak költségére. A garancia nem érinti ezeket a jogorvoslati lehetőségeket.

A BERENDEZÉS NEM REHABILITÁCIÓS ÉS TERÁPIÁS CÉLOKRA SZOLGÁL.

A JAVÍTÁS MENETÉRE VONATKOZÓ MEGJEGYZÉSEK

Tétel	A bejelentés dátuma	A szolgáltatás időpontja	A javítás menete	A címzett aláírása (üzlet, tulajdonos)

CARTA DI GARANZIA

Nome dell'articolo:.....

Codice EAN:.....

Data di vendita:

TERMINI DI GARANZIA:

1. Il Venditore, per conto del Garante, fornisce una garanzia nel territorio della Repubblica di Polonia per un periodo di 24 mesi dalla data di vendita.
2. La garanzia sarà onorata dal negozio o dal centro di assistenza dietro presentazione da parte del cliente di:
 - una scheda di garanzia compilata in modo leggibile e corretto con il timbro di vendita e la firma del venditore,
 - una prova d'acquisto valida dell'apparecchiatura con la data di vendita/ricezione, la merce reclamata.
3. Eventuali difetti e danni riscontrati durante il periodo di garanzia saranno riparati gratuitamente entro un massimo di 21 giorni dalla data di consegna della merce al servizio.
4. Nel caso in cui sia necessario importare parti di ricambio, il periodo di riparazione può essere prolungato del tempo necessario per la loro importazione, ma non oltre i 90 giorni.
5. La garanzia non copre:
 - danni meccanici e difetti da essi causati,
 - danni e difetti derivanti da uso e conservazione impropri,
 - montaggio e manutenzione impropri,
 - danni e usura di componenti quali cavi, cinghie, parti in gomma, pedali, impugnature in spugna, ruote, cuscinetti, ecc.
6. La garanzia decade in caso di:
 - scadenza,
 - auto-riparazione,
 - mancato rispetto delle regole di corretto funzionamento.
7. Il prodotto restituito per la riparazione deve essere completo e pulito. In caso di difetti, il servizio di assistenza ha il diritto di rifiutare l'accettazione per la riparazione. Se il prodotto viene consegnato sporco, il centro di assistenza può rifiutarlo o pulirlo a spese del cliente con il suo consenso scritto.
8. La garanzia non copre i lavori di installazione e manutenzione che, secondo il manuale d'uso, devono essere eseguiti dall'utente stesso.
9. Il garante informa inoltre che fornisce assistenza post-garanzia.
10. La merce deve essere protetta per la spedizione.
11. Per avvalersi della garanzia, seguire la procedura indicata sul sito web: <https://serwis.abisal.pl/>.

In caso di non conformità della cosa venduta al contratto, l'acquirente ha diritto per legge a rimedi legali da parte del venditore e a spese di quest'ultimo. La garanzia non pregiudica tali rimedi.

L'APPARECCHIATURA NON È DESTINATA ALLA RIABILITAZIONE E ALLA TERAPIA

NOTE SUL CORSO DELLE RIPARAZIONI

Oggetto	Data di notifica	Data della fornitura	Corso delle riparazioni	Firma del destinatario (negozio, proprietario)

GARANTIJOS KORTELĖ

Straipsnio pavadinimas:.....

EAN kodas:.....

Pardavimo data:

GARANTIJOS SĄLYGOS

1. Pardavėjas Garanto vardu suteikia garantiją Lenkijos Respublikos teritorijoje 24 mėnesių laikotarpiui nuo pardavimo dienos.
2. Parduotuvė arba aptarnavimo centras garantiją įvykdys pirkėjui ją pateikus:
 - įskaitomai ir teisingai užpildytą garantijos kortelę su pardavimo antspaudu ir pardavėjo parašu,
 - galiojantį įrangos įsigijimo įrodymą su pardavimo data / kvitu, pretenduojamą prekę.
3. Visi garantiniu laikotarpiu nustatyti defektai ir pažeidimai bus nemokamai pašalinti ne vėliau kaip per 21 dieną nuo prekių pristatymo į servisą dienos.
4. Jei reikia importuoti detales, remonto laikotarpis gali būti pratęstas jų importui reikalingam laikui, bet ne ilgiau kaip 90 dienų.
5. Garantija netaikoma:
 - mechaniniams pažeidimams ir jų sukeltiems defektams,
 - pažeidimams ir defektams, atsiradusiems dėl netinkamo naudojimo ir laikymo,
 - netinkamo surinkimo ir priežiūros,
 - tokių sudedamųjų dalių, kaip trosai, dirželiai, guminės dalys, pedalai, kempininės rankenos, ratai, guoliai ir pan., pažeidimams ir nusidėvėjimui.
6. Garantija negalioja, jei:
 - pasibaigus galiojimo laikui,
 - savaiminio remonto,
 - nesilaikant taisyklingos eksploatacijos taisyklių.
7. Remontui grąžinamas gaminys turi būti sukomplektuotas ir švarus. Esant defektų, servisas turi teisę atsisakyti priimti remontui. Jei gaminys pristatomas nešvarus, servisas gali atsisakyti jį priimti arba išvalyti kliento sąskaita, gavęs jo raštišką sutikimą.
8. Garantija netaikoma montavimo ir priežiūros darbams, kuriuos pagal naudotojo vadovą turi atlikti pats naudotojas.
9. Garantantas taip pat informuoja, kad teikia pogarantinį aptarnavimą.
10. Prekės turi būti apsaugotos gabenimui.
11. Norėdami pasinaudoti garantija, vadovaukitės interneto svetainėje <https://serwis.abisal.pl/> pateikta tvarka.

Pirkėjas pagal įstatymą turi teisę į teisinę gynimo priemones iš pardavėjo ir jo sąskaita. Garantija neturi įtakos tokioms teisių gynimo priemonėms.

ĮRANGA NĖRA SKIRTA REABILITACIJAI IR TERAPIJAI

PASTABOS DĖL REMONTO EIGOS

Prekė	Notifikavimo data	Pateikimo data	Remonto eiga	Gavėjo parašas (parduotuvė, savininkas)

GARANTIJAS KARTE

Raksta nosaukums:.....
EAN kods:.....
Pārdošanas datums:

GARANTIJAS NOTEIKUMI:

1. Pārdevējs Garantijas devēja vārdā sniedz garantiju Polijas Republikas teritorijā uz 24 mēnešiem no pārdošanas dienas.
2. Garantijas garantiju piešķirs veikals vai servisa centrs pēc tam, kad pircējs to būs uzrādījis:
 - salasāmi un pareizi aizpildītu garantijas karti ar pārdošanas zīmogu un pārdevēja parakstu,
 - derīgu iekārtas iegādi apliecinošu dokumentu, kurā norādīts pārdošanas datums / saņemšanas datums, pieprasītās preces.
3. Visi garantijas laikā konstatētie defekti un bojājumi tiks bez maksas novērsti ne vēlāk kā 21 dienas laikā no preces piegādes servisam.
4. Gadījumā, ja nepieciešams importēt detaļas, remonta periods var tikt pagarināts par laiku, kas nepieciešams to importēšanai, bet ne ilgāk kā par 90 dienām.
5. Garantija neattiecas uz:
 - mehāniskiem bojājumiem un to izraisītiem defektiem,
 - bojājumiem un defektiem, kas radušies nepareizas lietošanas un uzglabāšanas rezultātā,
 - nepareizu montāžu un apkopi,
 - tādu sastāvdaļu bojājumiem un nolietojumu kā troses, siksnas, gumijas detaļas, pedāļi, sūkļa rokturi, riteņi, gultņi utt.
6. Garantija zaudē spēku, ja:
 - beidzas derīguma termiņš,
 - pašremontēšana,
 - nepareizas ekspluatācijas noteikumu neievērošana.
7. Remontam atdotajam izstrādājumam jābūt pilnīgam un tīram. Defektu gadījumā servisam ir tiesības atteikt pieņemšanu remontam. Ja izstrādājums tiek piegādāts netīrs, servisa centrs ar klienta rakstisku piekrišanu var atteikties to pieņemt vai iztīrīt uz klienta rēķina.
8. Garantija neattiecas uz uzstādīšanas un apkopes darbiem, kas saskaņā ar lietotāja rokasgrāmatu jāveic pašam lietotājam.
9. Garantijas devējs arī informē, ka tas nodrošina pēcgarantijas apkalpošanu.
10. Precei jābūt aizsargātai transportēšanai.
11. Lai izmantotu garantiju, lūdzam ievērot tīmekļa vietnē: <https://serwis.abisal.pl/> norādīto procedūru.

Pircējs ir tiesīgs saskaņā ar likumu izmantot tiesiskās aizsardzības līdzekļus no pārdevēja un uz pārdevēja rēķina:
Gadījumā, ja pārdotā prece neatbilst līgumam. Garantija neietekmē šādus tiesiskās aizsardzības līdzekļus.

IEKĀRTA NAV PAREDZĒTA REHABILITĀCIJAI UN TERAPIJAI

PIEZĪMES PAR REMONTA GAITU

Prece	Paziņojuma datums	Nodošanas datums	Remonta gaita	Saņēmēja (veikala, īpašnieka) paraksts

GARANTIEKAART

Naam artikel:.....
EAN-code:.....
Verkoopdatum:.....

GARANTIEVOORWAARDEN:

1. De Verkoper verstrekt, namens de Garant, een garantie op het grondgebied van de Republiek Polen voor een periode van 24 maanden vanaf de verkoopdatum.
2. De garantie zal worden gehonoreerd door de winkel of het servicecentrum op vertoon van:
 - een leesbaar en correct ingevulde garantiekaart met het verkoopstempel en de handtekening van de verkoper,
 - een geldig aankoopbewijs van de apparatuur met de datum van verkoop/ontvangst, de geclaimde goederen.
3. Alle defecten en beschadigingen die tijdens de garantieperiode worden ontdekt, worden gratis gerepareerd binnen maximaal 21 dagen vanaf de datum van levering van de goederen aan de service.
4. In het geval dat onderdelen moeten worden geïmporteerd, kan de reparatieperiode worden verlengd met de tijd die nodig is voor de import, maar niet langer dan 90 dagen.
5. De garantie dekt niet
 - mechanische schade en defecten die hierdoor worden veroorzaakt,
 - schade en defecten als gevolg van onjuist gebruik en onjuiste opslag,
 - onjuiste montage en onjuist onderhoud,
 - schade en slijtage van onderdelen zoals kabels, riemen, rubberen onderdelen, pedalen, sponsgrips, wielen, lagers, enz.
6. De garantie vervalt in geval van:
 - vervaldatum,
 - zelfreparatie,
 - het niet naleven van de regels voor correct gebruik.
7. Product teruggestuurd voor reparatie moet compleet en schoon zijn. In geval van defecten heeft de service het recht om acceptatie voor reparatie te weigeren. Als het product vuil wordt aangeleverd, kan de service weigeren het te accepteren of het op kosten van de klant met zijn schriftelijke toestemming reinigen.
8. De garantie geldt niet voor installatie- en onderhoudswerkzaamheden, die volgens de gebruikershandleiding door de gebruiker zelf moeten worden uitgevoerd.
9. De garantiegever informeert ook dat hij service na garantie biedt.
10. De goederen moeten beschermd worden voor verzending.
11. Om gebruik te maken van de garantie, volg de procedure op de website: <https://serwis.abisal.pl/>.

In geval van niet-overeenstemming van het verkochte met het contract, heeft de koper volgens de wet recht op rechtsmiddelen van en op kosten van de verkoper. De garantie heeft geen invloed op dergelijke rechtsmiddelen.

DE APPARATUUR NIET BEDOELD IS VOOR REVALIDATIE EN THERAPIE

OPMERKINGEN OVER HET VERLOOP VAN REPARATIES

Item	Datum van kennisgeving	Datum van verstrekking	Verloop van reparaties	Handtekening van de ontvanger (winkel, eigenaar)

CARTÃO DE GARANTIA

Designação do artigo:.....

Código EAN:.....

Data de venda:

CONDIÇÕES DE GARANTIA:

1. O Vendedor, em nome do Garante, presta uma garantia no território da República da Polónia por um período de 24 meses a partir da data de venda.
2. A garantia será honrada pela loja ou pelo centro de assistência técnica mediante a apresentação pelo cliente de
 - um cartão de garantia preenchido de forma legível e correta com o carimbo de venda e a assinatura do vendedor,
 - um comprovativo válido de compra do equipamento com a data de venda/recibo, a mercadoria reclamada.
3. Os defeitos e danos detectados durante o período de garantia serão reparados gratuitamente num prazo máximo de 21 dias a contar da data de entrega da mercadoria ao serviço.
4. Em caso de necessidade de importação de peças, o período de reparação pode ser prolongado pelo tempo necessário para a sua importação, mas não superior a 90 dias.
5. A garantia não cobre
 - danos mecânicos e defeitos causados pelos mesmos,
 - danos e defeitos resultantes de utilização e armazenamento incorrectos
 - montagem e manutenção incorrectas,
 - os danos e o desgaste de componentes como cabos, correias, peças de borracha, pedais, punhos de esponja, rodas, rolamentos, etc.
6. A garantia é anulada em caso de:
 - data de expiração,
 - auto-reparação,
 - não observância das regras de funcionamento correto.
7. O produto devolvido para reparação deve estar completo e limpo. Em caso de defeitos, o serviço de assistência tem o direito de recusar a aceitação para reparação. Se o produto for entregue sujo, o centro de assistência pode recusar-se a aceitá-lo ou limpá-lo a expensas do cliente, com o seu consentimento por escrito.
8. A garantia não cobre os trabalhos de instalação e manutenção que, de acordo com o manual do utilizador, devem ser efectuados pelo próprio utilizador.
9. O garante informa ainda que presta serviço pós-garantia.
10. Os bens devem ser protegidos para o transporte.
11. Para fazer uso da garantia, siga o procedimento no sítio Web: <https://serwis.abisal.pl/>.

Em caso de não conformidade do objeto vendido com o contrato, o comprador tem direito, nos termos da lei, a recursos legais por parte do vendedor e a expensas deste. A garantia não afecta essas vias de recurso.

O APARELHO NÃO SE DESTINA A REABILITAÇÃO E TERAPIA

NOTAS SOBRE O CURSO DAS REPARAÇÕES

Item	Data de notificação	Data da prestação	Curso das reparações	Assinatura do destinatário (loja, proprietário)

CARD DE GARANȚIE

Denumirea articolului:.....

Cod EAN:.....

Data vânzării:

TERMENI DE GARANȚIE:

1. Vânzătorul, în numele garantului, oferă o garanție pe teritoriul Republicii Polonia pentru o perioadă de 24 de luni de la data vânzării.
2. Garanția va fi onorată de magazin sau centrul de service la prezentarea de către client
- un card de garanție completat lizibil și corect, cu ștampila de vânzare și semnătura vânzătorului,
- o dovadă valabilă de cumpărare a echipamentului cu data vânzării / chitanței, bunurile revendicate.
3. Orice defecte și deteriorări descoperite în perioada de garanție vor fi reparate gratuit în termen de maximum 21 de zile de la data livrării bunurilor la service.
4. În cazul necesității de a importa piese, perioada de reparație poate fi prelungită cu timpul necesar importului acestora, dar nu mai mult de 90 de zile.
5. Garanția nu acoperă:
- deteriorările mecanice și defectele cauzate de acestea,
- deteriorările și defectele cauzate de utilizarea și depozitarea necorespunzătoare,
- asamblarea și întreținerea necorespunzătoare,
- deteriorarea și uzura componentelor precum cabluri, curele, piese din cauciuc, pedale, mânere din burete, roți, rulmenți etc.
6. Garanția este anulată în caz de:
- data expirării,
- auto-reparare,
- nerespectarea regulilor de funcționare corectă.
7. Produsul returnat pentru reparație trebuie să fie complet și curat. În caz de defecte, service-ul are dreptul de a refuza acceptarea pentru reparație. În cazul în care produsul este livrat murdar, centrul de service poate refuza să îl accepte sau să îl curețe pe cheltuiala clientului, cu acordul scris al acestuia.
8. Garanția nu acoperă lucrările de instalare și întreținere, care, în conformitate cu manualul de utilizare, trebuie efectuate chiar de către utilizator.
9. De asemenea, garantul informează că oferă servicii post-garanție.
10. Bunurile trebuie protejate pentru expediere.
11. Pentru a face uz de garanție, vă rugăm să urmați procedura de pe site-ul web: <https://serwis.abisal.pl/>.

În caz de neconformitate a lucrului vândut cu contractul, cumpărătorul are dreptul prin lege la remedii legale din partea și pe cheltuiala vânzătorului. Garanția nu afectează aceste c

ECHIPAMENTUL NU ESTE DESTINAT REABILITĂRII ȘI TERAPIEI

NOTE PRIVIND CURSUL REPARAȚIILOR

Punct	Data notificării	Data furnizării	Desfășurarea reparațiilor	Semnătura beneficiarului (magazin, proprietar)

ZÁRUČNÁ KARTA

Názov článku:.....
EAN kód:.....
Dátum predaja:

ZÁRUČNÉ PODMIENKY:

1. Predávajúci v mene ručiteľa poskytuje záruku na území Poľskej republiky na obdobie 24 mesiacov od dátumu predaja.
2. Záruku poskytne predajňa alebo servisné stredisko na základe predloženia záruky zákazníkom:
 - čitateľne a správne vyplnený záručný list s pečiatkou predajcu a podpisom predávajúceho,
 - platného dokladu o kúpe zariadenia s dátumom predaja/prijatia, reklamovaného tovaru.
3. Všetky závady a poškodenia zistené počas záručnej doby budú bezplatne odstránené najneskôr do 21 dní odo dňa doručenia tovaru do servisu.
4. V prípade nutnosti dovozu dielov sa môže doba opravy predĺžiť o čas potrebný na ich dovoz, maximálne však o 90 dní.
5. Záruka sa nevzťahuje na:
 - mechanické poškodenia a nimi spôsobené závady,
 - poškodenia a závady spôsobené nesprávnym používaním a skladovaním,
 - nesprávnej montáže a údržby,
 - poškodenie a opotrebovanie komponentov, ako sú káble, remienky, gumové časti, pedále, hubové rukoväte, kolesá, ložiská atď.
6. Záruka zaniká v prípade:
 - Dátum skončenia platnosti,
 - samoopravy,
 - nedodržania pravidiel správnej prevádzky.
7. Výrobok vrátený na opravu by mal byť kompletný a čistý. V prípade závad má servis právo odmietnuť prijatie do opravy. Ak je výrobok dodaný znečistený, servisné stredisko ho môže odmietnuť prijať alebo ho s písomným súhlasom zákazníka vyčistiť na jeho náklady.
8. Záruka sa nevzťahuje na inštalačné a údržbárske práce, ktoré si podľa návodu na obsluhu musí vykonať používateľ sám.
9. Garant zároveň informuje, že poskytuje pozáručný servis.
10. Tovar by mal byť chránený pri preprave.
11. Ak chcete využiť záruku, postupujte podľa postupu na webovej stránke: <https://serwis.abisal.pl/>.

ZARIADENIE NIE JE URČENÉ NA REHABILITÁCIU A TERAPIU

POZNÁMKY K PRIEBEHU OPRÁV

Položka	Dátum notifikácie	Dátum poskytnutia	Priebeh opravy	Podpis príjemcu (predajňa, vlastník)

GARANCIJSKA KARTICA

Ime izdelka:.....
Koda EAN:.....
Datum prodaje:

GARANCIJSKI POGOJI:

1. Prodajalec v imenu garanta zagotavlja garancijo na ozemlju Republike Poljske za obdobje 24 mesecev od datuma prodaje.
2. Garancijo bo trgovina ali servisni center priznal ob predložitvi garancije s strani kupca:
 - čitljivo in pravilno izpolnjen garancijski list s prodajnim žigom in podpisom prodajalca,
 - veljavnega dokazila o nakupu opreme z datumom prodaje/prevzema, reklamiranega blaga.
3. Vse napake in poškodbe, ugotovljene v garancijskem roku, bodo brezplačno odpravljene najkasneje v 21 dneh od datuma dostave blaga na servis.
4. V primeru potrebe po uvozu delov se lahko obdobje popravila podaljša za čas, potreben za njihov uvoz, vendar ne več kot 90 dni.
5. Garancija ne zajema:
 - mehanskih poškodb in napak, ki jih te povzročijo,
 - poškodb in napak, ki so posledica nepravilne uporabe in skladiščenja,
 - nepravilne montaže in vzdrževanja,
 - poškodb in obrabe sestavnih delov, kot so kabli, trakovi, gumijasti deli, pedala, gobasti ročajji, kolesa, ležaji itd.
6. Garancija preneha veljati v primeru:
 - datum izteka veljavnosti,
 - samopopravila,
 - neupoštevanja pravil pravilnega delovanja.
7. Izdelek, vrnjen v popravilo, mora biti popoln in čist. V primeru napak ima servis pravico zavrniti sprejem v popravilo. Če je izdelek dostavljen umazan, ga lahko servisni center zavrne ali pa ga na stroške stranke z njenim pisnim soglasjem očisti.
8. Garancija ne zajema namestitvenih in vzdrževalnih del, ki jih mora v skladu z navodili za uporabo opraviti uporabnik sam.
9. Garant prav tako obvešča, da zagotavlja tudi pogarancijski servis.
10. Blago mora biti zaščiteno za pošiljanje.
11. Za uveljavljanje garancije upoštevajte postopek na spletni strani: <https://serwis.abisal.pl/>.

V primeru neskladnosti prodane stvari s pogodbo je kupec po zakonu upravičen do pravnih sredstev od prodajalca in na njegove stroške. Garancija ne vpliva na ta pravna sredstva.

OPREMA NI NAMENJENA ZA REHABILITACIJO IN TERAPIJO

OPOMBE O POTEKU POPRAVIL

Artikel	Datum uradnega obvestila	Datum zagotovitve	Potek popravil	Podpis prejemnika (trgovina, lastnik)

GARANTIKORT FÖR GARANTI

Artikelns namn:.....
EAN-kod:.....
Datum för försäljning:.....

GARANTIVILLKOR:

1. Säljaren, på uppdrag av Garanten, lämnar en garanti inom Republiken Polens territorium under en period av 24 månader från försäljningsdatumet.
2. Garantin kommer att uppfyllas av butiken eller servicecentret mot uppvisande av kunden:
 - ett läsligt och korrekt ifyllt garantikort med försäljningsstämpel och säljarens underskrift,
 - ett giltigt inköpsbevis för utrustningen med försäljningsdatum/kvitto, de varor som återopas.
3. Eventuella defekter och skador som upptäcks under garantiperioden kommer att repareras kostnadsfritt inom högst 21 dagar från det datum då varorna levererades till tjänsten.
4. Om det är nödvändigt att importera delar kan reparationsperioden förlängas med den tid som krävs för deras import, men inte längre än 90 dagar.
5. Garantin täcker inte:
 - mekaniska skador och defekter som orsakats av dessa,
 - skador och defekter till följd av felaktig användning och förvaring
 - felaktig montering och felaktigt underhåll,
 - skador och slitage på komponenter som kablar, remmar, gummidelar, pedaler, svamphandtag, hjul, lager etc.
6. Garantin är ogiltig i händelse av:
 - utgångsdatum,
 - självreparation,
 - underlåtenhet att följa reglerna för korrekt användning.
7. Produkter som returneras för reparation ska vara kompletta och rena. Vid defekter har servicecentret rätt att vägra ta emot produkten för reparation. Om produkten levereras smutsig kan servicecentret vägra att ta emot den eller rengöra den på kundens bekostnad med dennes skriftliga medgivande.
8. Garantin omfattar inte installations- och underhållsarbeten, som enligt bruksanvisningen måste utföras av användaren själv.
9. Garantigivaren informerar också om att denne tillhandahåller service efter garantitiden.
10. Varorna bör skyddas för frakt.
11. För att utnyttja garantin ska du följa förfarandet på webbplatsen: <https://serwis.abisal.pl/>.

Om den sålda varan inte överensstämmer med avtalet har köparen enligt lag rätt till rättsmedel från och på bekostnad av säljaren. Garantin påverkar inte sådana rättsmedel.

UTRUSTNINGEN ÄR INTE AVSEDD FÖR REHABILITERING OCH TERAPI

ANTECKNINGAR OM REPARATIONSFÖRLOPPET

Ämne	Datum för anmälan	Datum för tillhandahållande	Reparationens förlopp	Mottagarens underskrift (butik, ägare)

ГАРАНТІЙНИЙ ТАЛОН

Найменування товару:.....

EAN код:.....

Дата продажу:.....

ГАРАНТІЙНІ УМОВИ:

1. Продавець від імені Гаранта надає гарантію на території Республіки Польща терміном на 24 місяці від дати продажу.
2. Гарантія буде виконана магазином або сервісним центром після пред'явлення покупцем - розбірливо і правильно заповненого гарантійного талона з печаткою та підписом продавця - дійсного документа, що підтверджує купівлю обладнання із зазначенням дати продажу/отримання, заявленого товару.
3. Будь-які дефекти і пошкодження, виявлені протягом гарантійного терміну, будуть безкоштовно усунені протягом максимум 21 дня з моменту доставки товару в сервіс.
4. У разі необхідності імпорту запчастин термін ремонту може бути продовжений на час, необхідний для їх імпорту, але не більше ніж на 90 днів.
5. Гарантія не поширюється на
 - механічні пошкодження і викликані ними дефекти,
 - пошкодження і дефекти, що виникли в результаті неправильного використання і зберігання
 - неправильного монтажу та обслуговування,
 - пошкодження та знос компонентів, таких як кабелі, ремені, гумові деталі, педалі, губки, колеса, підшипники тощо.
6. Гарантія втрачає чинність у разі
 - закінчення терміну придатності,
 - самостійного ремонту,
 - недотримання правил правильної експлуатації.
7. Виріб, що повертається в ремонт, повинен бути укомплектований і чистий. У разі виявлення дефектів сервісний центр має право відмовити в прийомі в ремонт. Якщо виріб доставлений брудним, сервісний центр може відмовити в його прийомі або провести чистку за рахунок замовника за його письмовою згодою.
8. Гарантія не поширюється на роботи з монтажу та технічного обслуговування, які, згідно з інструкцією з експлуатації, повинні виконуватися користувачем самостійно.
9. Гарант також повідомляє, що забезпечує післягарантійне обслуговування.
10. Товар повинен бути захищений для транспортування.
11. Для того, щоб скористатися гарантією, будь ласка, дотримуйтеся процедури на сайті: <https://serwis.abisal.pl/>.

У разі невідповідності проданої речі договору, покупець має право на законні засоби правового захисту від продавця і за його рахунок. Гарантія не впливає на такі засоби правового захисту.

ОБЛАДНАННЯ НЕ ПРИЗНАЧЕНЕ ДЛЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ТЕРАПІЇ

ПРИМІТКИ ПРО ХІД РЕМОНТУ

Пункт	Дата повідомлення	Дата надання	Хід ремонту	Підпис одержувача (магазин, власник)

NOTATKI

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



ABISAL.PL/EN



IMPORTER: **ABISAL SP. Z O.O.**, ul. Pyskowicka 17, 41-807 Zabrze, Polska

DISTRIBUTOR: ABISTORE SPORT S.R.O, U Cihelny 230/3, 74801 Hlučín, Česká Republika

SERVICE: serwis@abisal.pl

abisal@abisal.pl www.abisal.pl