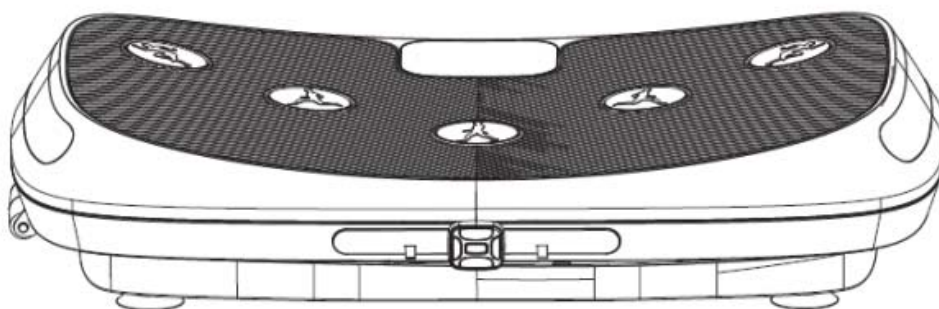


NAVODILA ZA UPORABO – SLO

IN 19893 Vibracijska naprava inSPORTline Julisa

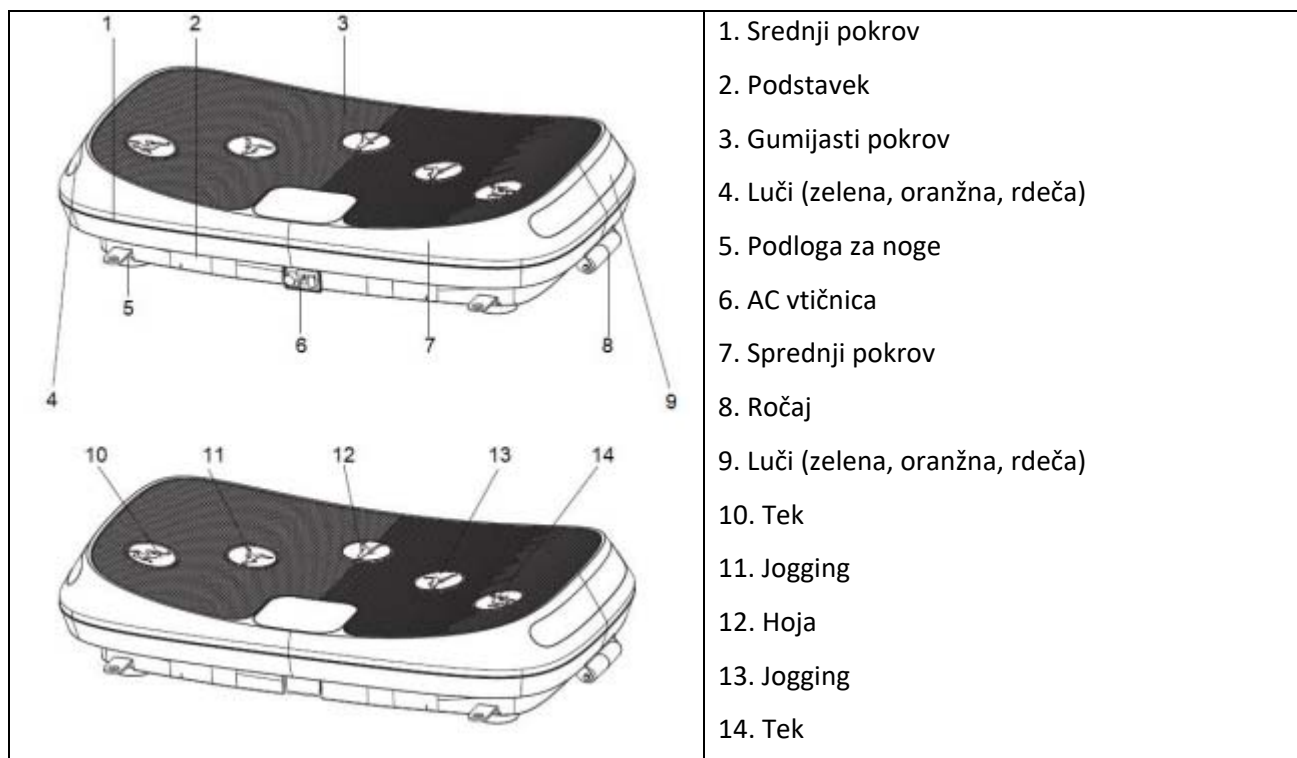


VARNOSTNA NAVODILA

- Pred uporabo natančno preberite priročnik in ga hranite za nadaljnjo uporabo.
- Ne uporabljajte v vlažnih okoljih, kot so savne in kopalnice.
- Ne uporabljajte, če je sobna temperatura nad 40 ° C.
- Samo za notranjo uporabo.
- Hranite ločeno od sonca.
- Izdelek postavite na ravno in trdno podlago.
- Če izdelek premaknete iz nižje temperature na višjo, pustite, da se izdelek segreje na sobno temperaturo.
- Izdelek ni primeren za nosečnice ali v času menstruacije.
- Izdelek ni primeren za ljudi, ki trpijo zaradi: tumorjev, srčnih bolezni, osteoporoze, slabosti ali po operaciji.
- Izdelek ni primeren za ljudi z umetnimi udi, spodbujevalniki.
- Pred uporabo odstranite ure, zapestnice, verižice, uhane, ključe in vse predmete iz žepov.
- Odstranite vse predmete, ki ogrožajo ljudi, ki uporabljajo opremo iz vaše okolice.
- Okoli naprave mora biti 0,6 m prostega prostora.
- Med uporabo ne kadite, ne uživajte alkohola ali drugih drog.
- Izdelek ni medicinski pripomoček.
- Hranite izven dosega otrok in hišnih ljubljencev.
- Ne vstavljajte prstov ali drugih delov telesa v odprtine.
- Če izdelek uporabljajo otroci, mlajši od 10 let, ali starejši od 60 let, je potreben nadzor odraslih.
- Izdelka ne popravljajte sami ali ne spreminjajte nepooblaščenih sprememb.
- Če se na izdelku pojavijo ostri robovi, takoj prenehajte uporabljati izdelek.
- Hranite ločeno od vode.
- Če je katerikoli del poškodovan, nemudoma ustavite delovanje naprave in ga izklopite.
- Ne priključujte in ne uporabljajte izdelka, če so vaše roke mokre.
- Naprave ne vlecite in ne obešajte za napajalni kabel.

- Vibracij ne uporabljajte predolgo.
- Izdelka ne puščajte vklopljenega ali vtaknjenga v omrežje brez nadzora.
- Redno preverjajte, ali imajo elastike znake obrabe ali poškodbe.
- Redno preverjajte, ali ima naprava obrabo ali poškodbe.
- Uporaba mora biti prijetna. Če se počutite slabo, takoj prenehajte z vadbo in se obrnite na zdravnika.
- Vedno stojte na sredini naprave.
- Omejitev teže: 120 kg
- Uporaba: Kategorija H za domačo uporabo po EN 957
- Potrdila: 1808095/1808096

OPIS IZDELKA

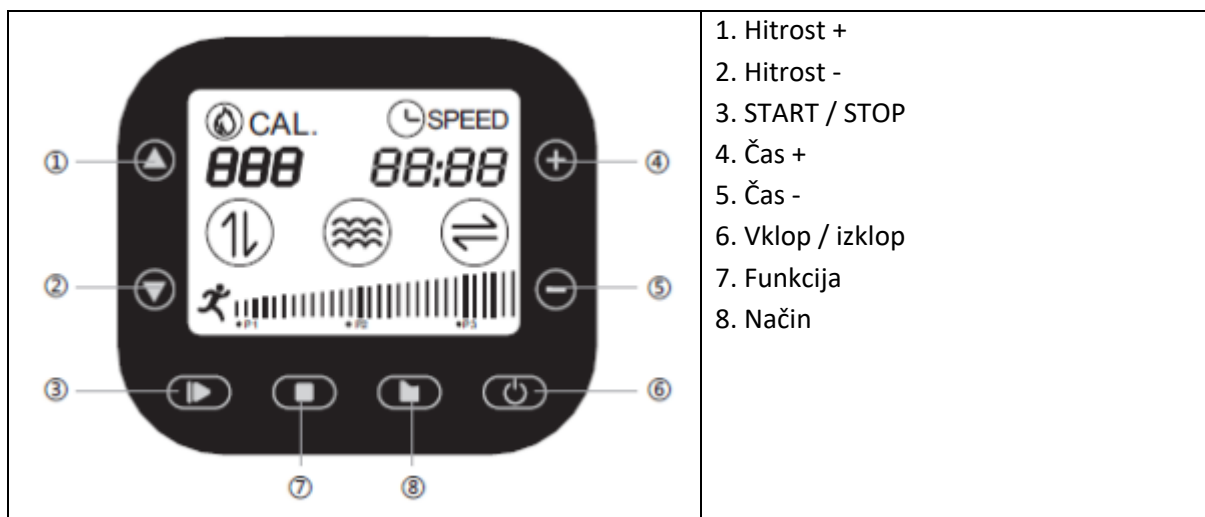


Barve osvetlitve se spreminjajo s hitrostjo.

Paket vsebuje:

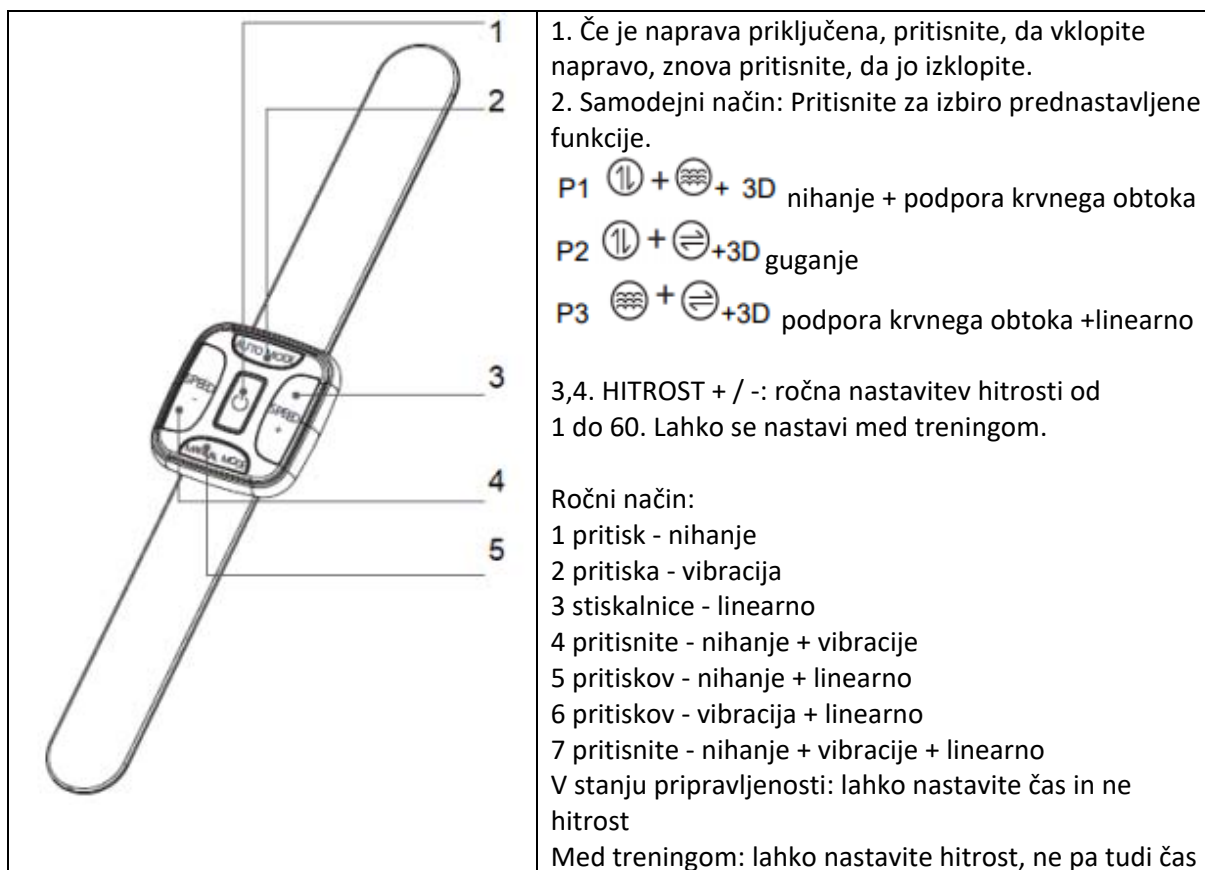


ZASLON



Vnaprej nastavljena vrednost za čas treninga je 10 min, razdeljeno na 10 segmentov.
Uporabite gumba Time + / -, da nastavite čas.

DALJINSKI UPRAVLJALNIK

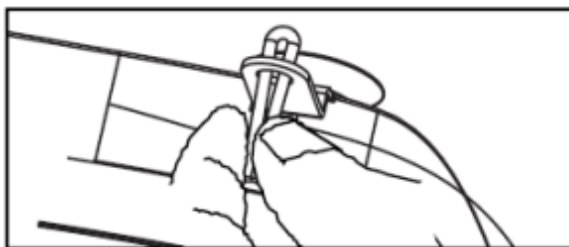


Daljinec ima doseg 2,5 m.

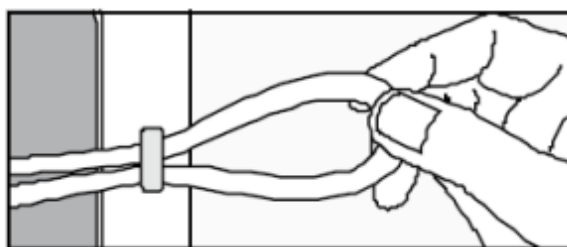
Odstraniti je potrebno izolacijo akumulatorja:



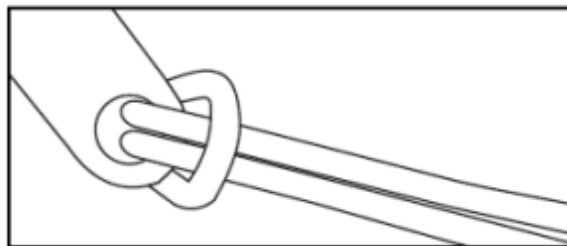
GUMIJASTE ELASTIKE



A



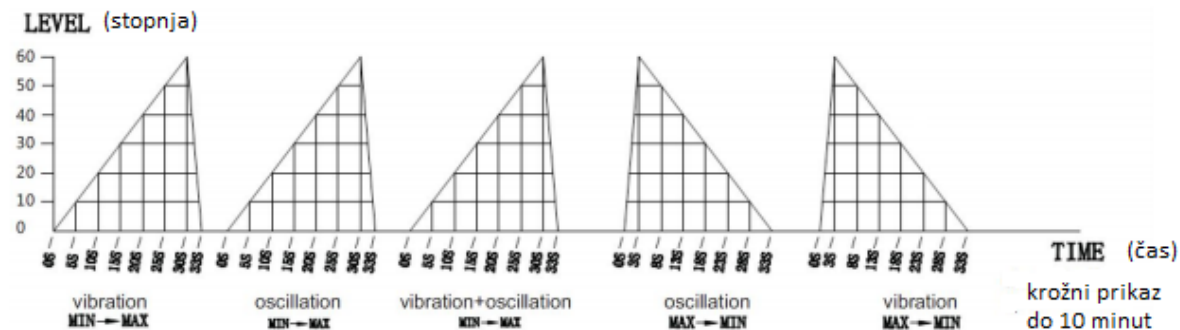
B



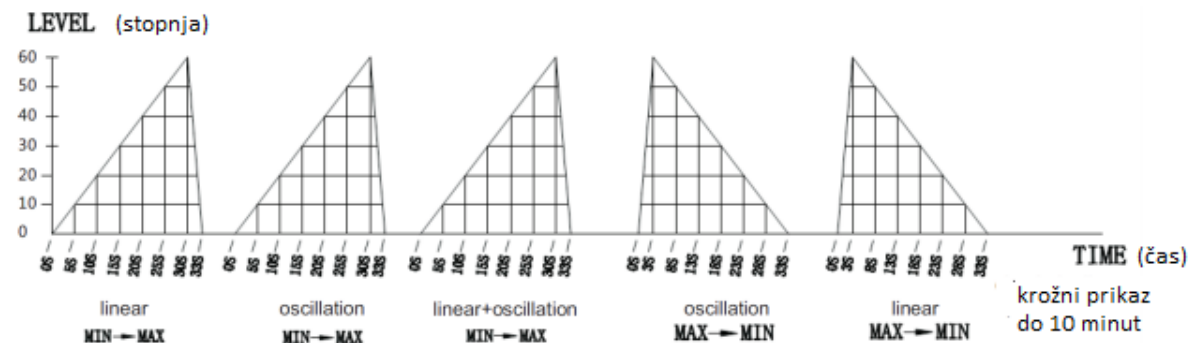
Za uporabo gumijastih elastik jih je treba pritrditi na napravo. Za pravilno pritrditev naredite zanko na koncu elastike in jo vstavite skozi držalo pod napravo. Na vsaki strani naprave je en ročaj za namestitvev. Ko zanko potisnete skozi luknjo na ročaju, potegnite držalo elastike skozi zanko. Nato elastiko rahlo zategnite. Redno preverjajte, ali ima elastika znake obrabe ali poškodbe.

PROGRAMI

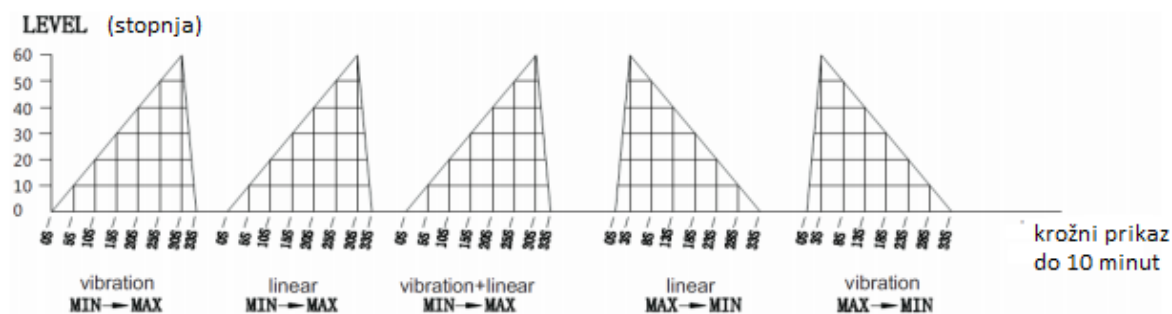
P1 (vibration + oscillation) (vibracije + nihanje)



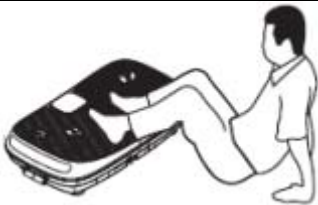
P2 (linear + oscillation) (linearno + nihanje)



P3 (vibration + linear) (vibracije + linearno)



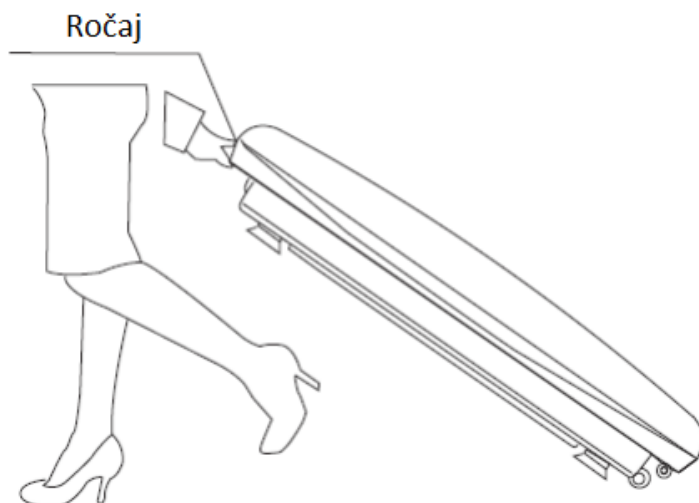
UPORABA

	Stojte na ploščadi, stopala naj bodo široko. Primite elastike. Počasi obrnite trup v desno in levo. Ostanite nekaj sekund na vsaki strani, nato pa se vrnite v sredino. Vajo lahko izvajate tudi z elastikami in iztegnjenimi rokami pred sabo.
	Stojte na ploščadi, stopala naj bodo široko. Primite elastike. Poravnajte hrbet, rahlo upognite kolena in zategnite mišice nog. Kolena lahko bolj upognete za povečanje intenzivnosti.
	Previdno stojte na ploščadi. Pritrdite elastike tako, da so pred prsmi. Počasi povlecite roke za trup in se nato vrnite v prvotni položaj. Vadite lahko obe roki hkrati ali pa izmenično. Naprednejši uporabnik lahko izvede počepe. Vadba se lahko izvede brez platforme.
	Sedite na tleh in podplate postavite na ploščad. Sprostite se in masirajte stopala. Delajte pri nižji stopnji vibracij 1-5.
	Sedite na sredino izdelka. Rahlo se nagnite naprej. Vibracije pomagajo sprostiti hrbet, boke in stegna. Delajte pri nižji stopnji vibracij 1-5.

	Dlani postavite na ploščad v širini ramen. Noge stegnite. Hrbet imejte raven in trebušne mišice stisnjene. Dvignite prsni koš s ploščadi. Vaja krepi mišice prsnega koša, ramena in triceps. Če je vaja pretežka, pokleknite.
	Dlani postavite na ploščad v širini ramen. Postavite svoje roke, vrat in hrbet naravnost. Platforma pomaga sprostiti hrbet in ramena. Delajte pri nižji stopnji vibracij 1-5.
	Sedite na stol in postavite noge na vibrirajočo ploščad. Vibracije pomagajo sprostiti stegna in stopala.

PREVOZ

Izdelek premaknete z ročajem. Izdelek previdno premikajte.



VZDRŽEVANJE IN SKLADIŠČENJE

Pred vzdrževanjem se prepričajte, da je izdelek izklopljen in izključen.

Očistite gumijaste površine z vlažno mehko krpo in toplo vodo. Za bolj trpežno umazanijo lahko uporabite neagresivna čistila.

Ne uporabljajte razredčil, agresivnih čistil, topil itd.

Za brisanje upravljalnika uporabljajte samo suho krpo. Vlaga in voda lahko poškodujeta upravljalnik.

Preden shranite izdelek, se prepričajte, da je izdelek izklopljen in izključen.

Platformo shranite na suhem in senčnem mestu.

Zaščitite pred prahom, visoko temperaturo in vlago.

ODPRAVLJANJE TEŽAV

	Težava	Vzrok	Rešitev
1	Izdelek se ne vklopi	Ni priključen Izklopite napajanje Izgorele varovalke	Priključite elektriko Izklopite napajanje Zamenjajte varovalke
2	Motor oddaja zvoke med vadbo	Pogosti mehanski zvoki	Ni potrebno
3	Upravljalnik ne deluje	Nizka baterija Premajhen doseg	Zamenjajte baterije Domet 2,5 m
4	Nenadna zaustavitev	Izhod iz vaje	Izklopite in vklopite izdelek
5	Motnje	Preveč poslanih ukazov	Znova zaženite napravo
6	ER01 / ER02	Motor ne deluje	Obrnite se na dobavitelja

V primeru napake se vedno obrnite na svojega dobavitelja.

SPECIFIKACIJE

Ime 4D Vibracijska plošča

Št. 19893

Napetost 220 V

Frekvenca 50/60 Hz

Moč 440 W

Proizvedeno na Kitajskem

ZAŠČITA OKOLJA

Po izteku življenjske dobe izdelka ali če je morebitno popravilo neekonomično, ga odvrzite v skladu z lokalnimi zakoni in okolju prijazno.

S pravilnim odstranjevanjem boste zaščitili okolje in naravne vire. Poleg tega lahko pomagata varovati zdravje ljudi.

Če niste prepričani v pravilno odstranjevanje, prosite lokalne oblasti za nasvet, da se izognete kršitvam zakona ali sankcijam.

Ne odvrzite baterij med gospodinjske odpadke, ampak jih predajte na mesto za recikliranje.

GARANCIJSKI POGOJI, REKLAMACIJE

- Garancija je 12 mesecev.

Garancijski pogoji ne veljajo za napake:

- krivda uporabnika, tj. poškodba izdelka zaradi nestrokovnega popravila, nepravilne montaže
- nepravilno vzdrževanje
- mehanske poškodbe
- obraba delov med običajno uporabo (npr. gumijasti in plastični deli, gibljivi mehanizmi, spoji itd.)
- neizogiben dogodek, naravna nesreča
- nestrokovni posegi
- nepravilno ravnanje ali nepravilna namestitvev, nizka ali visoka temperatura, izpostavljenost vodi, nesorazmerni tlak in udarci, namerno spremenjena oblika, oblika ali mere.

ZASTOPNIK ZA SLOVENIJO:



FS SPORT d.o.o.

Hosta 13, 4220 Škofja Loka, Slovenija

T: +386 (0)4 51 51 880

E: info@insportline.si

W: www.insportline.si