

Genau VibroFit V2 дирилдөөчү платформасы

Колдонуучунун колдонмосу

Котормо автоматтык түрдө жасалган.

САТЫП АЛГАНЫҢЫЗ ҮЧҮН РАХМАТ!



Сиз сапатты, коопсуздукту жана функционалдуулукту эске алуу менен түзүлгөн продуктуну сатып алдыңыз. Бул жабдуу үйдөн чыкпай эле коопсуз жана ыңгайлуу машыгууга мүмкүндүк берет. Спорт менен үзгүлтүксүз машыгуу — ден соолукту сактоонун эң мыкты жолдорунун бири. Коопсуздук жана ден соолукту сактоо максатында колдонуудан мурун ушул нускама менен таанышып чыгууңузду суранабыз.

Бул буюмду колдонуудан мурун бардык нускамаларды окуп чыгып, кийин кароо үчүн сактап коюңуз.

КООПСУЗДУК ТЕХНИКАСЫ БОЮНЧА НУСКАМАЛАР

Бул бөлүмдүн котормосу азырынча текшериле элек. Расмий текст — орус тилинде.

Көңүл буруңуз! Күйүк, өрт, электр тогунун урушу же адамдардын жаракат алуу коркунучун азайтуу үчүн дирилдөөчү платформаны колдонуудан мурун төмөнкү маанилүү сактык чаралары жана маалымат менен таанышыңыз.

Колдонуу шарттары

- Кыска туташуунун же кыймылдаткычтын бузулушунун алдын алуу үчүн приборду нымдуу же чаңдуу чөйрөдө колдонбоңуз.
- Бөлмөдөгү температура 40 °C ашса, шайманды колдонбоңуз.
- Буюмду ачык абада же түз күн нурунун астына койбоңуз.
- Приборду тегиз жана туруктуу бетке гана орнотуңуз.
- Көңүл буруңуз: шайманды муздак бөлмөдөн жылуу бөлмөгө көчүргөндө, конденсат пайда болуп прибор бузулбашы үчүн, күйгүзүүдөн мурун кеминде 1 саат күтүңүз.

Бул буюмду колдонуу кимге сунушталбайт?

Колдонууну баштоодон мурун дарыгер менен кеңешиңиз, эгер сиз:

- Медициналык көзөмөлдө турасыз же өзүңүздү жаман сезесиз;
- Онкологиялык оорулуусуз;
- German же етегиңиз келген мезгилдесиз;
- Жүрөк оорусу же остеопороз менен ооруйсуз;
- Кардиостимулятор же башка имплантаттарыңыз бар;
- 10 жаштан кичүүсүз же 60 жаштан улуусуз;
- Протезиңиз бар же басууда кыйынчылыктарыңыз бар;
- Дирилдөөнү же интенсивдүү физикалык жүктөмдү начар көтөрөсүз.
- Кант диабетиңиз же кан айлануу оорууларыңыз бар.

Колдонуу эрежелери

- Өзүңүздөн металл жана курч буюмдарды, мисалы, зергер буюмдарын, уюлдук телефондорду, ачкычтарды, бычактарды ж.б. чечиңиз.
- Прибор колдонулуп жатканда тамеки чекпеңиз.
- Башка медициналык приборлор менен бирге колдонбоңуз.
- Шайманды медициналык максатта колдонбоңуз.
- Тамак же суу ичкенден кийин дароо колдонбоңуз.
- Балдардан жана үй жаныбарларынан сактаңыз. Конструкциянын боштуктарына манжаларды же буюмдарды салбаңыз.
- Колдонуучунун эң жогорку уруксат берилген салмагы — 150 кг. Бул чектен ашсаңыз, колдонбоңуз.
- Башка адам менен бир эле учурда колдонбоңуз.
- Приборду бөлүп-жарбаңыз жана өзгөртпөңүз. Бул кыска туташууга же башка бузулууларга алып келиши мүмкүн.

Төмөнкү учурларда колдонууну дароо токтотуңуз:

- Корпуска же пультка суу же башка суюктуктардын тийиши;

- Корпустун бузулушу же бөтөн добуштун пайда болушу;
- Сеанс учурунда оор сезимдер;
- Электр кубатынын үзгүлтүккө учурашы;
- Чагылгандын таасири.

Электр кубаты жана кабель:

- Чыңалуу приборго коюлган талаптарга ылайык экенин текшериңиз.
- Зымдан тартпаңыз — сайгычтан кармап өчүрүңүз.
- Узак убакыт колдонбой турганда шайманды өчүрүп, сайгычты розеткадан сууруп коюңуз.
- Кабель бузулган же шайман иштебей калган учурда колдонууну токтотуп, кубатты өчүрүп, тейлөө борборуна кайрылыңыз.

ЭСКЕРТҮҮ! Ушул же башка ар кандай көнүгүү программасын аткарууга киришүүдөн мурун дарыгер менен кеңешиңиз. Бул өзгөчө 35 жаштан улуу адамдар же ден соолугунда көйгөйлөрү бар адамдар үчүн маанилүү. Колдонуудан мурун бардык нускамаларды окуп чыгыңыз.

БУЮМДУН СҮРӨТТӨМӨСҮ

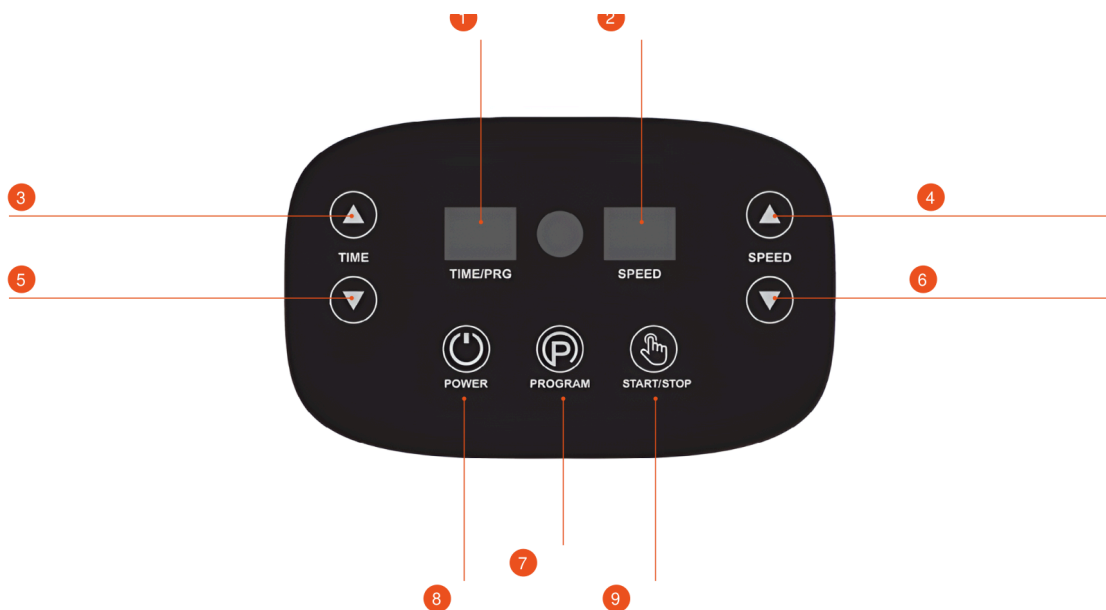


Сүрөттө:

1. Платформа
2. Үстүңкү капкак
3. Тайгалабоочу бутчалар
4. Негиз
5. Электр сайгычы
6. Ортоңку бөлүктүн капкагы

БАШКАРУУ ПАНЕЛИ ЖАНА ПУЛЬТ

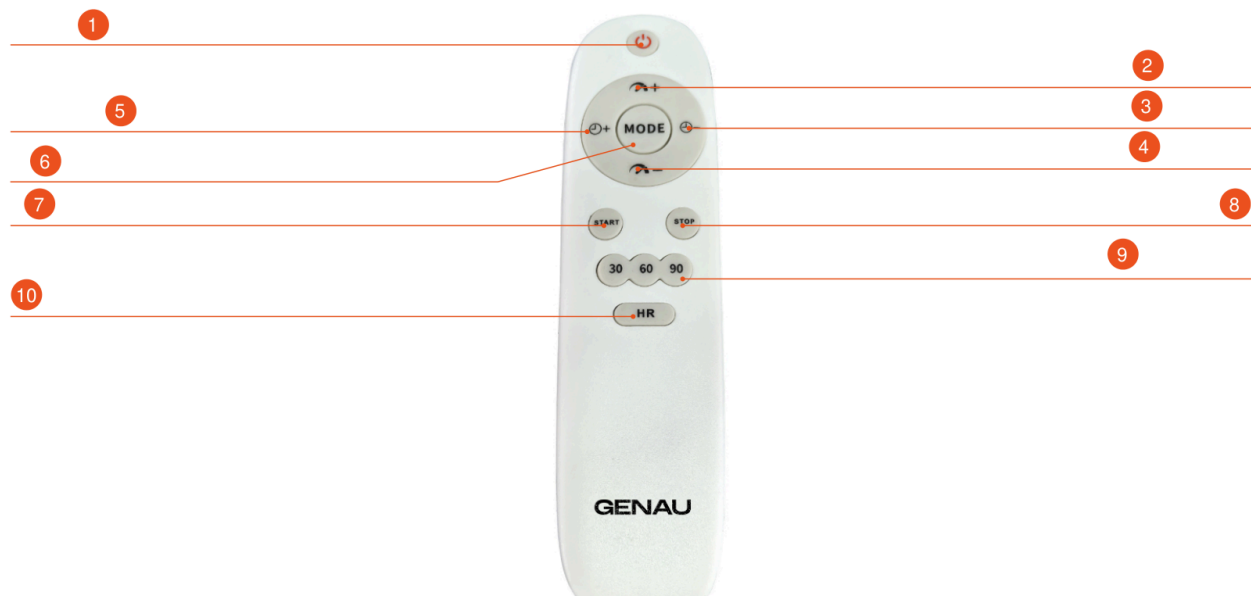
Башкаруу панели



Сүрөттө:

1. Убакыт
2. Ылдамдык
3. Убакытты көбөйтүү
4. Ылдамдыкты көбөйтүү
5. Убакытты азайтуу
6. Ылдамдыкты азайтуу
7. Программа
8. Кубат
9. Старт/стоп

Алыстан башкаруу пулты



Сүрөттө:

1. Кубат баскычы
2. Ылдамдыкты көбөйтүү
3. Убакытты азайтуу
4. Ылдамдыкты азайтуу
5. Убакытты көбөйтүү
6. Режим
7. Старт
8. Стоп
9. Ылдамдык которгучу
10. HR

Эскертүү: Алыстан башкаруу пультунун иштеши үчүн эки 1,5 В AAA типтеги батареика колдонулат (комплектке кирбейт). Батареикалар пульттун арткы бөлүгүндөгү батареика бөлүмүндө полярдуулукка ылайык коюлганын текшерипиз.

Эскертүү: Алыстан башкаруу пультунун сигналынын таасирдүү аракет аралыгы — 2,5 метр. Пульттун багыты буюмдун кабыл алгычынын багытына дал келишин көзөмөлдөңүз.

Баскычтардын функциялары

Функция	Сүрөттөмөсү
Ылдамдык+	Кол режиминде ылдамдыкты жогорулатуу үчүн ушул баскычты басыңыз. Ылдамдык диапазону: 1–99.
Ылдамдык-	Кол режиминде иштеп жатканда ылдамдыкты азайтуу үчүн ушул баскычты басыңыз. Ылдамдык диапазону: 1–99.

Функция	Сүрөттөмөсү
Старт	Кубатты туташтырыңыз, башкы которгучту күйгүзүңүз жана шайманды ишке киргизүү үчүн ушул баскычты басыңыз.
Убакыт+	Демейки боюнча 20 мүнөт коюлган. Убакытты максимумга чейин — 30 мүнөткө чейин көбөйтүү үчүн ушул баскычты басыңыз.
Убакыт-	Демейки боюнча 20 мүнөт коюлган. Убакытты минимумга чейин — 5 мүнөткө чейин азайтуу үчүн ушул баскычты басыңыз.
Стоп	Шайманды токтотуу үчүн ушул баскычты басыңыз.
Кубат баскычы	Шайман иштеп жатканда кубатты өчүрүү үчүн ушул баскычты басыңыз.
Режим	Демейки боюнча кол режими коюлган. Автоматтык режимди тандоо үчүн ушул баскычты басыңыз: «P1», «P2» жана «P9». «HR» — бул кол режими. Автоматтык режим — дирилдөө жыштыгын автоматтык түрдө тууралаган адаптивдүү программа. Автоматтык режимде ылдамдык менен убакыт туураланбайт; кол режиминде убакытты тууралоого болот. Күтүү режиминде ылдамдыкты тууралоого болот, бирок убакытты болбойт. Старт учурунда убакыт туураланбайт.
Ылдамдык которгучу	30: 30-ылдамдыкка которуу, 60: 60-ылдамдыкка которуу, 90: 90-ылдамдыкка которуу
HR	HR режимине которулуу

КӨНҮГҮҮЛӨРДҮ АТКАРУУ БОЮНЧА КОЛДОНМО

Дирилдөөчү платформа денеңиздин өз рефлекстерин колдонуп, булчуңдарды ыңгайлуу жол менен машыктырат — ашыкча жүктөмдү талап кылбайт. Дирилдөөчү платформа бул милдетти, сиз чыңалган абалда турганда, мисалы, тизелериңизди бүгүп турганда жана булчуңдарыңыз сизди ошол абалда кармап туруу үчүн иштегенде, эң жакшы аткарат. Дирилдөөчү платформа тез кыймылдаганда, булчуңдарыңыз сизди ошол абалда кармап туруу үчүн автоматтык түрдө бир аз кыймылдайт, бул болсо булчуңдарыңызды абдан натыйжалуу машыктырат дегенди билдирет. Дирилдөөчү платформа абдан натыйжалуу, бирок көрсөтүлгөн абалдардын биринде колдонсоңуз гана, ал эми эң жакшы натыйжаларга тизелериңизди же колдоруңузду (дирилдөөчү платага эмнеси басып турганына жараша) бүксөңүз гана жетесиз — ошондо булчуңдарыңыз сүрөттөлгөн автоматтык кыймылды жасайт.

Дирилдөөчү платформаны булчуң оорууларын жеңилдетүү жана кан айланууну жакшыртуу үчүн жалпы массажер катары да колдонсо болот, бирок мындай учурда платага ушунчалык катуу баспай, ага иштин бардыгын сиз үчүн аткарууга мүмкүнчүлүк бересиз. Толук кандуу машыгуу үчүн ар биринде бир нече мүнөттөн ар кандай абалдарды колдонуңуз.



Бүт денени машыктыруу абалы

Платформага чыгып, бутуңузду ийниңиздин туурасындай жайыңыз. Бул жалпы кан айланууну жакшыртууга жана булчуңдардын тонусун жогорулатууга жардам берет.



Тизелер бүгүлгөн поза

Отуруп-турууда бутуңузду ийниңиздей кеңири жайыңыз, мүмкүн болсо тизелериңизди 90 градуска чейин бүгүп, ушул абалды кармап туруңуз. Бул жамбаш булчуңдарын машыктыруу үчүн эң сонун көнүгүү.



Түртүнүү позасы

Колдоруңузду ийниңиздин туурасындай жайыңыз. Булчуңдарды көбүрөөк машыктыргыңыз келсе, чыканактарыңызды 90 градус бурчка чейин бүгүп, ушул абалда токтоңуз.



Балтыр позасы

Балтырыңызды сүрөттө көрсөтүлгөндөй платформага коюп, колдоруңуз менен артыңыздан полго таянып туруңуз. Көнүгүүнү тереңирээк кылуу үчүн, куймуңузду полдон көтөрүп, балтырыңызга басым жасаңыз.



«Белден бүгүлүү» позасы

Бутуңузду түзөп, белден бүгүлүп, колдоруңузду платформага коюңуз. Көнүгүүнү тереңирээк аткаруу үчүн колдоруңузду чыканактан бүгүңүз.



Бир бутта туруу позасы

Бир бутуңузду педалга коюп, эс алыңыз. Көнүгүүнү тереңирээк аткаруу үчүн алдыга кадам таштап, платформага дененин көбүрөөк салмагын түшүрүңүз.



Отуруу позасы 1

Куймуңуз дирилдөөчү платформада жаткандай кылып отуруңуз. Арканы түз кармап, ыңгайлуу отуруңуз.



Отуруу позасы 2

Отургучта отуруп, буттарыңызды платформага коюңуз. Бул чыңалууну басаңдатуунун жана буттагы кан айланууну жакшыртуунун эң сонун жолу.

ТАЗАЛОО ЖАНА ТЕЙЛӨӨ

Тазалоодон мурун кубат баскычы өчүрүлгөнүн жана сайгыч розеткадан чыгарылганын текшериңиз. Буттун педалдарын жана капкакты жуучу каражаты бар нымдуу чүпүрөк менен жакшылап тазалап, андан кийин жуучу каражатты кургак чүпүрөк менен этияттык менен сүртүп алса болот.

Эскертүү: Буюмду тазалоо үчүн бензин, эриткич, спирт, керосин ж.б. сыяктуу күйдүрүүчү жана учуучу тазалоочу каражаттарды колдонбоңуз, антпесе буюмдун боёгунун купкуу тартышына же ички түзүлүштүн коррозиясына, жарака кетишине ж.б. алып келиши мүмкүн. Чынжырдын кыска туташуусунун алдын алуу үчүн корпустун ичине суюктук төкпөңүз.

Алыстан башкаруу пульту

Алыстан башкаруу пультун нымдуу чүпүрөк менен тазалоо бузулууларга алып келиши мүмкүн, ошондуктан пультту тазалоо үчүн кургак чүпүрөктү гана колдонуңуз.

Буюмду тейлөө

- Кубат баскычы өчүрүлгөнүн жана сайгыч розеткадан чыгарылганын текшериңиз.
- Буюмду чаңдан жана кирден сүртүп, таза кармаңыз жана жогорку температура менен нымдуулугу бар жерлерден алыс сактаңыз.
- Эгер бул продуктуну узак убакыт колдонбосоңуз, чаң түшпөш үчүн аны чаңдан коргоочу капкак менен жаап коюңуз (аны өзүңүз сатып алыңыз).

КЕПИЛДИК

Бул бөлүмдүн котормосу азырынча текшериле элек. Расмий текст — орус тилинде.

Genau компаниясы өз продукциясынын жогорку сапатына жана ишенимдүүлүгүнө кепилдик берет. Биз эң мыктысын гана сунуштоого умтулабыз, ошондуктан биздин бардык жабдууларга кепилдик берилет.

Көңүл буруңуз! Кутудан А4 барагындагы расмий кепилдик бланкын таап, аны жабдууну колдонуунун бүткүл мөөнөтү бою ыргытпаңыз.

Эскертүү: Эгер кутудан кепилдик барагын таппасаңыз, тейлөө кызматына кайрылууңузду суранабыз.

Кепилдиктин шарттары

1. Кепилдик мөөнөтү товар сатылган күндөн тартып башталат.

2. Кепилдик заводдук кемчиликтен же материалдардын кемчиликтеринен келип чыккан бузулууларга жайылтылат.

3. Кепилдик тейлөө ыйгарым укуктуу тейлөө борборлорунда жүргүзүлөт.

4. Товар кепилдик мөөнөтүнүн ичинде бузулган учурда сатып алуучу диагностика жана оңдоо үчүн тейлөө борборуна ушул кепилдик барагын жана товарды толук топтому менен көрсөтүшү керек.

5. Кепилдик учуру тастыкталган учурда товарды оңдоо же алмаштыруу акысыз жүргүзүлөт.

6. Кепилдик төмөнкү учурларга жайылтылбайт:

• туура эмес колдонуудан же ташуудан келип чыккан механикалык бузулуулар;

• суюктуктун, оттун, химиялык заттардын жана башка тышкы факторлордун таасиринен келип чыккан бузулуулар;

• колдонуу боюнча нускамаларды сактабоодон келип чыккан бузулуулар;

• конструкцияга Тейлөө кызматы менен макулдашылбаган өз алдынча кийлигишүү же ыйгарым укугу жок адамдар тарабынан оңдоо;

• чыгым материалдары жана кызмат мөөнөтү чектелген тетиктер (кайыштар, батареялар ж.б.).

Кепилдик боюнча арызды кароо

Кепилдик тейлөөнү алуу үчүн сатып алуучу сатуучуга (жабдуу сатып алынган жерге) кайрылышы керек.

Генаи кепилдик барагы толугу менен

ТЕХНИКАЛЫК МААЛЫМАТТАР

Параметр	Мааниси
Буюмдун сүрөттөмөсү	Дирилдөөчү платформа
Кыймылдаткычтын кубаттуулугу	200 Вт
Номиналдык чыңалуу	AC 220–240 V

Параметр	Мааниси
Номиналдык жыштык	50/60 Hz
Ылдамдык диапозону	1–99 деңгээл
Колдонуучунун макс. салмагы	150 кг

Өндүрүүчү: KIMS Industry and Trade Co., Ltd. No 776 Xiangzhang west road, Daxu industrail zone, Yongkang city (321300), Zhejiang province, China.

ТЕЙЛӨӨ

Чогултуу, тренажёрдун иштеши жана кепилдик боюнча суроолор менен Кыргызстандагы Genau тейлөө кызматына кайрылыңыз.

ОсОО «Генау ГМБХ», Кыргызстан. Телефон: +996 778 639 000

Расмий сайт genau.kg