

Виброплатформа Genau VibroFit V2

Руководство пользователя

БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА ПОКУПКУ!



Вы только что приобрели продукт, созданный с учетом качества, безопасности и функциональности. Данное оборудование позволяет безопасно и комфортно заниматься спортом, не выходя из дома. Регулярные занятия спортом - один из лучших способов сохранить здоровье. В целях безопасности и сохранения здоровья просим ознакомиться с данной инструкцией перед использованием.

Пожалуйста, прочтите все инструкции перед использованием данного изделия и сохраните их для справки.

ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Внимание! Чтобы снизить риск ожогов, пожара, поражения электрическим током или травмирования людей, перед эксплуатацией виброплатформы прочтите следующие важные меры предосторожности и информацию.

Условия эксплуатации

- Не используйте прибор во влажной или запылённой среде, чтобы избежать короткого замыкания или поломки двигателя.
- Не используйте устройство, если температура в помещении превышает 40 °C.
- Не размещайте изделие на открытом воздухе или под прямыми солнечными лучами.

- Устанавливайте прибор только на ровной и устойчивой поверхности.
- Внимание: при переносе устройства из холодного в тёплое помещение дождитесь не менее 1 часа перед включением, чтобы избежать конденсации и выхода прибора из строя.

Кому не рекомендуется использовать данный продукт?

Перед началом использования проконсультируйтесь с врачом, если вы:

- Находитесь под медицинским наблюдением или плохо себя чувствуете;
- Являетесь онкологическим больным;
- Находитесь в состоянии беременности или менструации;
- Страдаете сердечными заболеваниями или остеопорозом;
- Имеете кардиостимулятор или другие имплантаты;
- Моложе 10 или старше 60 лет;
- Имеете протез или трудности при ходьбе;
- Плохо переносите вибрацию или интенсивные физические нагрузки.
- Имеете сахарный диабет, заболевания кровообращения.

Правила эксплуатации

- Снимите с себя металлические и острые предметы, такие как украшения, мобильные телефоны, ключи, ножи и т.п.
- Не курите во время использования прибора.
- Не используйте с другими медицинскими приборами.
- Не применяйте устройство в медицинских целях.
- Не используйте сразу после приёма пищи или воды.
- Берегите от детей и домашних животных. Не вставляйте пальцы или предметы в зазоры конструкции.
- Максимальный допустимый вес пользователя — 150 кг. Не используйте, если превышаете данный предел.
- Не используйте одновременно с другим человеком.
- Не разбирайте и не модифицируйте прибор. Это может привести к короткому замыканию или другим повреждениям.

Прекратите использование немедленно при следующих условиях:

- Попадание воды или других жидкостей на корпус или пульт;
- Повреждение корпуса или появление постороннего шума;
- Болезненные ощущения во время сеанса;
- Сбои в электропитании;

- Воздействие молнии.

Электропитание и кабель:

- Убедитесь, что напряжение соответствует требованиям прибора.
- Не тяните за шнур — отключайте, удерживая за вилку.
- Выключайте устройство и вынимайте вилку из розетки при длительном перерыве в использовании.
- В случае повреждения кабеля или поломки прекратите использование, отключите питание и обратитесь в сервисный центр.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Прежде чем приступать к выполнению этой или любой другой программы упражнений, проконсультируйтесь с врачом. Это особенно важно для людей старше 35 лет или людей с уже имеющимися проблемами со здоровьем. Прочитайте все инструкции перед использованием.

ОПИСАНИЕ ПРОДУКТА

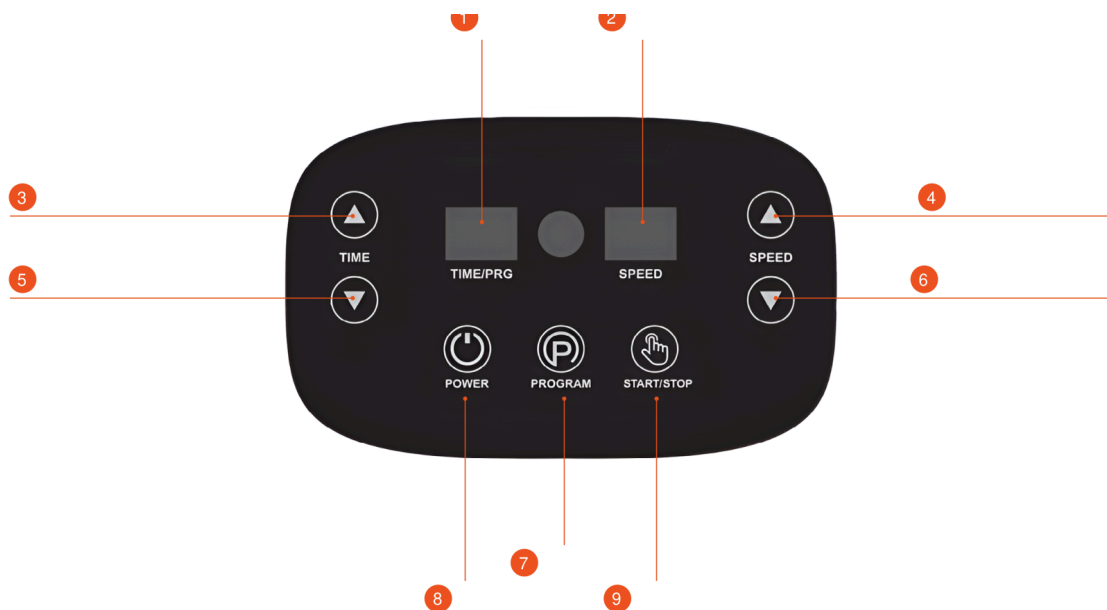


На рисунке:

1. Платформа
2. Верхняя крышка
3. Нескользящие ножки
4. Основание
5. Сетевая вилка
6. Крышка средней части

ПАНЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ И ПУЛЬТ

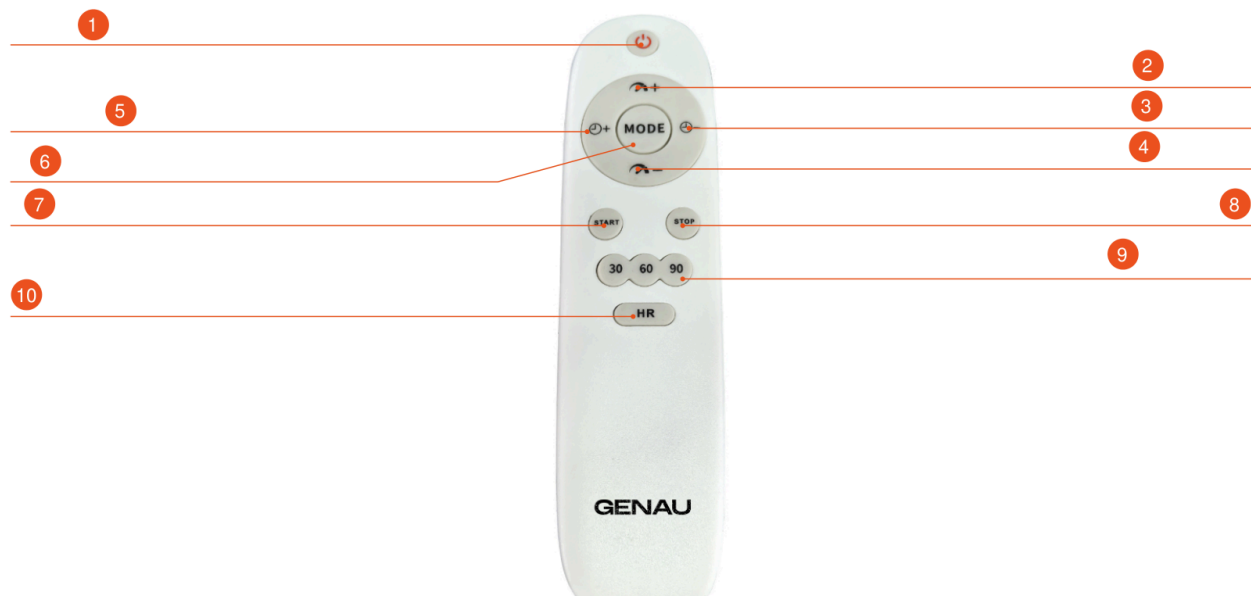
Панель управления



На рисунке:

- 1. Время
- 2. Скорость
- 3. Увеличение времени
- 4. Увеличение скорости
- 5. Уменьшение времени
- 6. Уменьшение скорости
- 7. Программа
- 8. Питание
- 9. Старт/стоп

Пульт дистанционного управления



На рисунке:

1. Кнопка питания
2. Увеличение скорости
3. Уменьшение времени
4. Уменьшение скорости
5. Увеличение времени
6. Режим
7. Старт
8. Стоп
9. Переключатель скоростей
10. HR

Примечание: Для работы пульта дистанционного управления используются две батарейки 1,5 В типа AAA (не входят в комплект). Убедитесь, что батарейки установлены в соответствии с полярностью в отсеке для батареек, расположенном в задней части пульта дистанционного управления.

Примечание: Эффективная дальность действия сигнала пульта дистанционного управления составляет 2,5 метра. Пожалуйста, следите за тем, чтобы направление пульта совпадало с направлением приемника изделия.

Функции кнопок

Функция	Описание
Скорость+	В ручном режиме нажмите эту кнопку для увеличения скорости. Диапазон скорости: 1–99.

Функция	Описание
Скорость-	В ручном режиме нажмите эту кнопку, чтобы уменьшить скорость во время работы. Диапазон скорости: 1–99.
Старт	Подключите питание, включите главный выключатель и нажмите эту кнопку, чтобы запустить устройство.
Время+	По умолчанию установлено 20 минут. Нажмите эту кнопку, чтобы увеличить время до максимума — 30 минут.
Время-	По умолчанию установлено 20 минут. Нажмите эту кнопку, чтобы уменьшить время до минимума — 5 минут.
Стоп	Нажмите эту кнопку, чтобы остановить устройство.
Кнопка питания	Нажмите эту кнопку, чтобы выключить питание во время работы устройства.
Режим	По умолчанию установлен ручной режим. Нажмите эту кнопку, чтобы выбрать автоматический режим: «P1», «P2» и «P9». «HR» — это ручной режим. Автоматический режим — это адаптивная программа, которая автоматически регулирует частоту вибрации. В автоматическом режиме скорость и время не регулируются; в ручном режиме можно регулировать время. В режиме ожидания можно регулировать скорость, но нельзя время. Во время старта время не регулируется.
Переключатель скоростей	30: переключиться на скорость 30, 60: переключиться на скорость 60, 90: переключиться на скорость 90
HR	Переключиться в режим HR

РУКОВОДСТВО ПО ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ

Виброплатформа использует собственные рефлексy организма для тренировки мышц удобным способом, который не требует от вас чрезмерной нагрузки. Вибрационная платформа лучше всего справляется с этой задачей, когда вы находитесь в напряженном положении, например, в позе с согнутыми коленями, и ваши мышцы работают, чтобы удержатъ вас в этом положении. Когда вибрирующая платформа быстро движется, ваши мышцы автоматически двигаются на небольшую величину, чтобы удержатъ вас в этой позе, а значит, тренируют ваши мышцы очень эффективно. Вибрационная платформа очень эффективна, но только если вы используете ее в одном из показанных положений, а наилучших результатов вы добьетесь, только если согнете колени или руки (в зависимости от того, что давит на вибрирующую пластину), чтобы ваши мышцы совершали описанное автоматическое движение.

Вибрационную платформу можно использовать и в качестве общего массажера для облегчения мышечных болей и улучшения кровообращения, но в этом случае вы не будете так сильно давить на

плиту, а позвольте ей делать работу за вас. Для полноценной тренировки используйте несколько различных поз по несколько минут в каждой.



Положение для тренировки всего тела

Встаньте на платформу и вытяните ноги на ширину плеч. Это поможет улучшить общее кровообращение и повысить тонус мышц.



Поза с согнутыми коленями

При приседании расставьте ноги так же широко, как и плечи, и согните колени до 90 градусов, если можете, и удерживайте это положение. Это отличное упражнение для тренировки бедер.



Поза для отжимания

Вытяните руки на ширину плеч. Если вы хотите больше тренировать мышцы, согните локти под углом 90 градусов и задержитесь в этом положении.



Поза для голеней

Положите голени, как показано на рисунке, на платформу, опираясь руками сзади на пол. Чтобы сделать упражнение более глубоким, поднимите ягодицы от пола и надавите на икры.



Поза «Сгибание в талии»

Вытяните ноги, согнитесь в талии и положите руки на платформу. Для более глубокого выполнения упражнения согните руки в локтях.



Поза на одной ноге

Поставьте одну ногу на педаль и расслабьтесь. Для более глубокого упражнения сделайте выпад вперед, нагружая платформу большим весом тела.



Поза в сидячем положении 1

Сядьте так, чтобы ягодицы лежали на вибрирующей платформе. Сядьте удобно, держа спину прямо.



Поза в сидячем положении 2

Сидя на стуле, положите ноги на платформу. Это отличный способ снять напряжение и улучшить кровообращение в ногах.

ОЧИСТКА И ОБСЛУЖИВАНИЕ

Перед чисткой убедитесь, что кнопка питания выключена, а вилка выдернута из розетки. Ножные педали и крышку можно тщательно очистить влажной тканью с моющим средством, а затем аккуратно вытереть моющее средство сухой тканью.

Примечание: Не используйте для чистки изделия едкие и летучие чистящие средства, такие как бензин, растворитель, спирт, керосин и т. д., иначе это может привести к выцветанию краски изделия или коррозии, растрескиванию и т. д. внутренней структуры. Не проливайте жидкость внутрь корпуса во избежание короткого замыкания цепи.

Пульт дистанционного управления

Чистка пульта дистанционного управления влажной тканью может привести к неисправностям, поэтому используйте только сухую ткань для чистки пульта дистанционного управления.

Обслуживание изделия

- Убедитесь, что кнопка питания выключена, а вилка выдернута из розетки.
- Протрите изделие от пыли и грязи, держите его в чистоте и вдали от мест с высокой температурой и влажностью.
- Если вы не используете этот продукт в течение длительного времени, пожалуйста, накройте его пылезащитным чехлом (пожалуйста, приобретите его самостоятельно), чтобы предотвратить попадание пыли.

ГАРАНТИЯ

Компания Genau гарантирует высокое качество и надежность своей продукции. Мы стремимся предлагать только лучшее, поэтому на всё наше оборудование предоставляется гарантия.

Внимание! Найдите в коробке официальный гарантийный бланк на листе А4 и не выбрасывайте его на протяжении всего срока использования оборудования.

Примечание: Если вы не нашли в коробке гарантийный лист, просим Вас связаться с сервисом.

Условия гарантии

1. Гарантийный срок начинается с даты продажи товара.
2. Гарантия распространяется на дефекты, вызванные заводским браком или недостатками материалов.
3. Гарантийное обслуживание производится в авторизованных сервисных центрах.
4. В случае поломки товара в течение гарантийного срока покупатель должен предоставить данный гарантийный лист и товар в полном комплекте в сервисный центр для диагностики и ремонта.
5. Ремонт или замена товара производится бесплатно в случае подтверждения гарантийного случая.
6. Гарантия не распространяется на следующие случаи:
 - механические повреждения, вызванные неправильной эксплуатацией или транспортировкой;
 - повреждения, вызванные воздействием жидкости, огня, химических веществ и других внешних факторов;
 - поломки, вызванные несоблюдением инструкций по эксплуатации;
 - самостоятельное несогласованное с Сервисом вмешательство в конструкцию или ремонт неавторизованными лицами;
 - расходные материалы и комплектующие с ограниченным сроком службы (ремни, батареи и т.п.).

Обработка заявки по гарантии

Для получения гарантийного обслуживания покупатель должен обратиться к продавцу (место покупки оборудования).

Гарантийный лист Genau полностью

ТЕХНИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ

Параметр	Значение
Описание продукта	Вибрационная платформа
Мощность двигателя	200 Вт
Номинальное напряжение	АС 220–240 V

Параметр	Значение
Номинальная частота	50/60 Hz
Диапазон скорости	1–99 уровни
Макс. вес пользователя	150 кг

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

СЕРВИС

По вопросам сборки, работы тренажера и гарантии обращайтесь в сервис Genau в Кыргызстане.

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

Официальный сайт genau.kg