

Виброплатформа Genau VibroFit V3

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.

ВИБРОПЛАТФОРМА VIBROFIT V3

- Мини-виброплатформа позволяет не только эффективно снижать количество жира в организме, но и способствует общему улучшению физической формы. Устройство работает по принципу плавных боковых колебаний и амплитудной суперпозиции, воздействуя на мышцы всего тела. В результате активизируется процесс сжигания калорий, устраняется избыточное накопление жировых отложений.
- При использовании платформы всего 5–10 минут в день можно сжечь такое же количество калорий, как за 1 час бега. Это позволяет повысить эффективность занятий и достичь видимых результатов без значительных временных затрат. Пользователь может самостоятельно регулировать скорость вибрации — от 1 до 30/60 уровней, выбирая оптимальный режим.
- Устройство отличается удобным и интуитивно понятным дизайном. Простота в эксплуатации сочетается с высокой результативностью. Благодаря высокочастотным и малоамплитудным вибрациям, платформа способствует снижению скованности в ногах, возникающей, например, при ревматизме или у пожилых людей при недостаточной физической активности.
- Эффективность устройства подтверждена положительными отзывами пользователей различных возрастов и профессий. По данным ATV, имеются отчёты, подтверждающие благоприятное влияние платформы на здоровье. Это универсальное средство для занятий дома, подходящее для всех членов семьи.
- Занятия на платформе способствуют снижению веса за счёт увеличения энергозатрат организма, без необходимости соблюдать строгие диеты или прибегать к агрессивным методам снижения веса, которые могут нанести вред организму, то есть без риска возврата утраченных килограммов.
- Кроме того, всего за 5 минут в день мужчины могут улучшить физическую форму, а женщины — поддерживать стройную фигуру. Виброплатформа также способствует ускорению обмена веществ и

замедлению процессов старения. Используйте устройство с комфортом и уверенностью — оно создано для поддержки вашего здоровья, внешнего вида и общего самочувствия.

ОПИСАНИЕ ПРОДУКТА

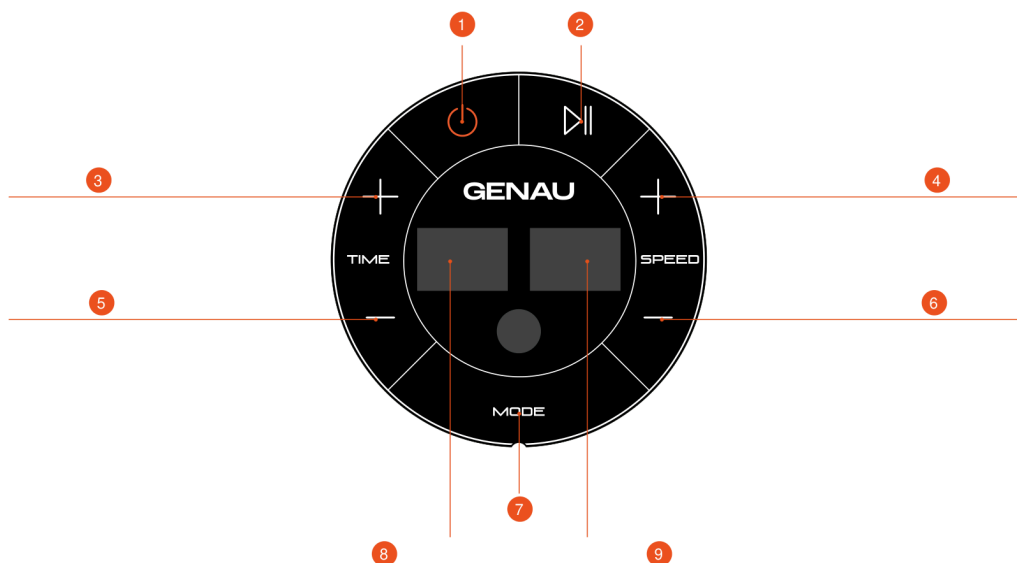


На рисунке:

- 1. Верхняя крышка
- 2. Резиновый коврик для стоп
- 3. Крышка средней части
- 4. Опорная подножка
- 5. Нижняя платформа

ПАНЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ И ПУЛЬТ

Панель управления



На рисунке:

- 1. Питание
- 2. Вкл. / Выкл.
- 3. Увеличение времени
- 4. Увеличение скорости
- 5. Уменьшение времени
- 6. Уменьшение скорости
- 7. Выбор режима
- 8. Окно отображения времени / автофункции / режима
- 9. Окно отображения скорости

Пульт дистанционного управления



На рисунке:

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

Примечание: Для работы пульта дистанционного управления используются две батарейки 1,5 В типа ААА (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 во время работы, чтобы увеличить скорость, от 1 до 99.

Функция	Описание
Скорость-	В ручном режиме нажмите эту кнопку во время работы, чтобы уменьшить скорость, от 1 до 99.
Старт	Подключите питание, включите основной выключатель и нажмите для запуска устройства.
Время+	Увеличение времени (максимальное значение – 30 минут).
Время-	Уменьшение времени (по умолчанию 20 минут, минимальное значение – 5 минут).
Пауза	Нажмите эту кнопку, чтобы приостановить работу.
Кнопка питания	Нажмите эту кнопку, чтобы отключить питание во время работы.
Переключатель режимов	По умолчанию установлен ручной режим. Автоматические режимы: “P1”, “P2”, “P9”. “HR” – ручной режим. В автоматическом режиме частота вибрации настраивается автоматически, а скорость и время недоступны для регулировки. В ручном режиме можно настроить время и скорость (но не в режиме ожидания).

ТИПИЧНЫЕ НЕИСПРАВНОСТИ И СПОСОБЫ ИХ УСТРАНЕНИЯ

№	Проблема	Решение
1	Устройство не включается	Убедитесь, что вилка питания плотно вставлена в розетку. Проверьте, включён ли главный выключатель питания. Возможна перегрузка по току — замените предохранитель на аналогичный, если он сгорел.
2	Во время работы слышны необычные звуки	Лёгкие шумы при работе являются нормальными и не свидетельствуют о неисправности. дополнительных действий не требуется.
3	Пульт дистанционного управления не работает	Проверьте батарейку в пульте. При необходимости замените её. Убедитесь, что дистанция до устройства не превышает 2,5 метров — это максимальная дальность действия инфракрасного сигнала.
4	Устройство останавливается во время использования	Завершилось заданное время тренировки. Подождите 10 минут, затем перезапустите устройство.
5	Устройство работает некорректно	Возможна перегрузка по командам. Выключите питание, подождите несколько секунд и снова включите виброплатформу.

Если предложенные действия не помогли устранить проблему, обратитесь к производителю или в авторизованный сервисный центр.

Внимание! Не разбирайте устройство и не пытайтесь отремонтировать его самостоятельно.

РУКОВОДСТВО ПО ВЫПОЛНЕНИЮ УПРАЖНЕНИЙ



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.

Эффект от использования

Формирование фигуры

Благодаря сбалансированной высокочастотной вибрации платформа Vibrofit V3 позволяет использовать различные положения тела для глубокого воздействия на мышечные ткани, повышения их эластичности и уменьшения локальных жировых отложений. Регулярное применение способствует формированию тела, восстановлению тонуса и повышению уверенности в себе.

Фитнес и самочувствие

Использование позиций, вдохновленных восточными практиками (медитация, статические стойки и пр.), способствует расслаблению тела и ума, снятию мышечного напряжения и боли, улучшению кровообращения и общего самочувствия.

ОЧИСТКА И ОБСЛУЖИВАНИЕ

Очистка поверхности корпуса

Перед началом чистки убедитесь, что главный выключатель устройства отключён, а шнур питания вынут из розетки.

Резиновый коврик и корпус платформы можно протереть влажной тканью с мягким моющим средством, затем аккуратно вытереть насухо чистой сухой тканью.

Уход за пультом дистанционного управления

Пульт следует протирать исключительно сухой мягкой тканью. Не используйте влажные салфетки или мокрую ткань, чтобы избежать повреждений электроники.

Техническое обслуживание

- Убедитесь, что питание отключено, а вилка вынута из розетки.
- Регулярно удаляйте пыль и загрязнения с корпуса. Храните устройство в сухом, проветриваемом месте, вдали от источников влаги.
- Если вы не планируете использовать виброплатформу длительное время, рекомендуется накрыть её защитным чехлом (приобретается отдельно), чтобы предотвратить попадание пыли внутрь.

Внимание! Не используйте агрессивные и летучие чистящие средства, такие как бензин, растворители, спирт или ацетон, поскольку они могут повредить лакокрасочное покрытие или внутренние элементы устройства. Не допускайте попадания жидкости внутрь устройства — это может привести к короткому замыканию.

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
Наименование продукта	Виброплатформа Vibrofit V3
Номинальное напряжение	220–240 В~
Номинальная мощность	200 Вт
Номинальная частота	50/60 Гц
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