

Vibrationsplatte mit Zugbändern

VITAPLATE ^{@tec} by



Benutzungshinweise

Bitte lesen Sie die Hinweise und Anleitung vor der ersten Nutzung.

Vielen Dank für den Kauf der VITAPLATE by @tec

Damit Sie sicher sein können dieses Produkt richtig zu benutzen lesen Sie bitte die Bedienungsanleitung sorgfältig.

Vor der ersten Benutzung beachten Sie bitte die Sicherheitshinweise.

Heben Sie diese Bedienungsanleitung bitte auch weiterhin auf um evtl. nachlesen zu können.

Inhaltsverzeichnis:

Sicherheitshinweise	2
Bezeichnung und Funktion des Produktes	3
Darstellung und Funktion der Fernbedienung	4
Anwendungsmöglichkeiten	5
Transportmöglichkeit	6
Reinigung und Wartung	7
Eventuelle Probleme und Lösungen	8
Technische Details	9

Sicherheitshinweise:

Benutzen Sie die Vitaplate by @tec nicht in staubiger oder feuchter Umgebung um elektrische Schäden oder Geräteausfall zu vermeiden. Benutzen Sie das Gerät nicht bei Innenraum Temperaturen von über 40° C. Benutzen Sie die Vitaplate by @tec nicht außerhalb geschlossener Räume, sowie nicht unter direkter Sonneneinstrahlung oder auf unebenen Flächen. Bitte warten Sie ca. 1 Stunde vor Nutzung der Vibrationsplatte, wenn Sie diese aus hohen Temperaturbereichen, oder Feuchtigkeit herausgeholt haben. Vermeiden Sie hierdurch Kondensieren sowie maschinelle Fehler die auftreten könnten.

Personen mit nachfolgenden Problemen wird die Nutzung nicht empfohlen

Es wird dringend empfohlen Ihren Arzt zu konsultieren vor der ersten Nutzung, wenn / bei:

- Patienten in ärztlicher Behandlung sind, sich nicht wohl fühlen
- Nutzer mit Tumoren
- Patientinnen die schwanger sind oder Ihre Periode haben
- Menschen mit Herz / Kreislaufproblemen
- Osteoporose Patienten
- Menschen mit Herzschrittmacher oder implantierten elektronischen Teilen
- Personen mit künstlichen Gliedmaßen
- Menschen die empfindlich sind bei starken Vibrationen oder harten Übungen

Beachten Sie bitte während der Nutzung der Vitaplate by @atec:

- Bitte entfernen Sie Ihre Armbanduhr, Armreifen, Ihr Handy, Taschenmesser, andere gefährliche Gegenstände die Ihren Körper verletzen könnten.
- Nicht rauchen während der Nutzung der Vibrationsplatte.
- Benutzen Sie das Gerät nicht in Verbindung mit anderen medizinischen Geräten, z.B. Infusionen etc.
- Bitte die Vibrationsplatte nicht für medizinische Behandlungszwecke benutzen.
- Nutzen Sie die Vitaplate by @tec nicht unmittelbar nach Mahlzeiten oder großer Flüssigkeitszufuhr.
- Während der Nutzung bitte Kinder und Tiere fernhalten.

Es ist untersagt und gefährlich Finger oder andere Körperteile zwischen die Vibrationsplatte und der Bodenplatte zu stecken.

- Kinder unter 10 Jahren und Personen über 60 Jahre sollten die Vibrationsplatte nur unter Aufsicht benutzen.
- Die maximale Belastung der Vitaplate by @tec beträgt 100 KG, eine höhere Gewichtsbelastung wird nicht empfohlen.
- Dieses Produkt ist ausschließlich zur Nutzung für eine Person ausgelegt

!!! WARNUNG !!!

Nicht fachgemäßes demontieren oder reparieren ist nicht erlaubt um elektrische Schäden oder Fehlfunktionen zu vermeiden.

Kontaktieren Sie Ihren Händler, wenn Hilfe nötig ist.

Stoppen Sie sofort die Benutzung, wenn folgende Bedingungen eingetreten sind und trennen Sie die Stromverbindung:

- Wasser oder andere Flüssigkeit ist auf der Vitaplate by@tec oder auf der Fernbedienung
- Ein Zubehörteil ist beschädigt, eine interne Komponente ausgesetzt hat
- Sie sich unwohl oder unsicher, geschmerzt fühlen
- Starke Unwetter mit Blitzen und Donner

Steckdose und Stromkabel

- Stellen Sie sicher das die richtige Stromversorgung gewährleistet ist
- Ziehen Sie nicht den Stromstecker mit nassen Händen um Stromschlag vorzubeugen
- Halten Sie den Stromstecker in der Hand um das Kabel aus der Steckdose zu ziehen
- Schalten Sie die Stromzufuhr ab und entfernen das Stromkabel vom Gerät
- Im Fall eines elektrischen Fehlers durch lange Nichtnutzung ziehen Sie bitte den Stecker, und rufen Sie Ihren Techniker / Händler an
- Benutzen Sie das Gerät nicht wenn das Stromkabel beschädigt ist

Name und Funktion der Produktteile

Oberer Rahmen
 Mittlerer Rahmen
 Gummierte Standfläche
 Display / Bedienungsanzeige
 Transportrolle
 Stromanschluss

Fuß
 Transportrolle
 Oberer Rahmen
 Mittlerer Rahmen
 Basis Rahmen

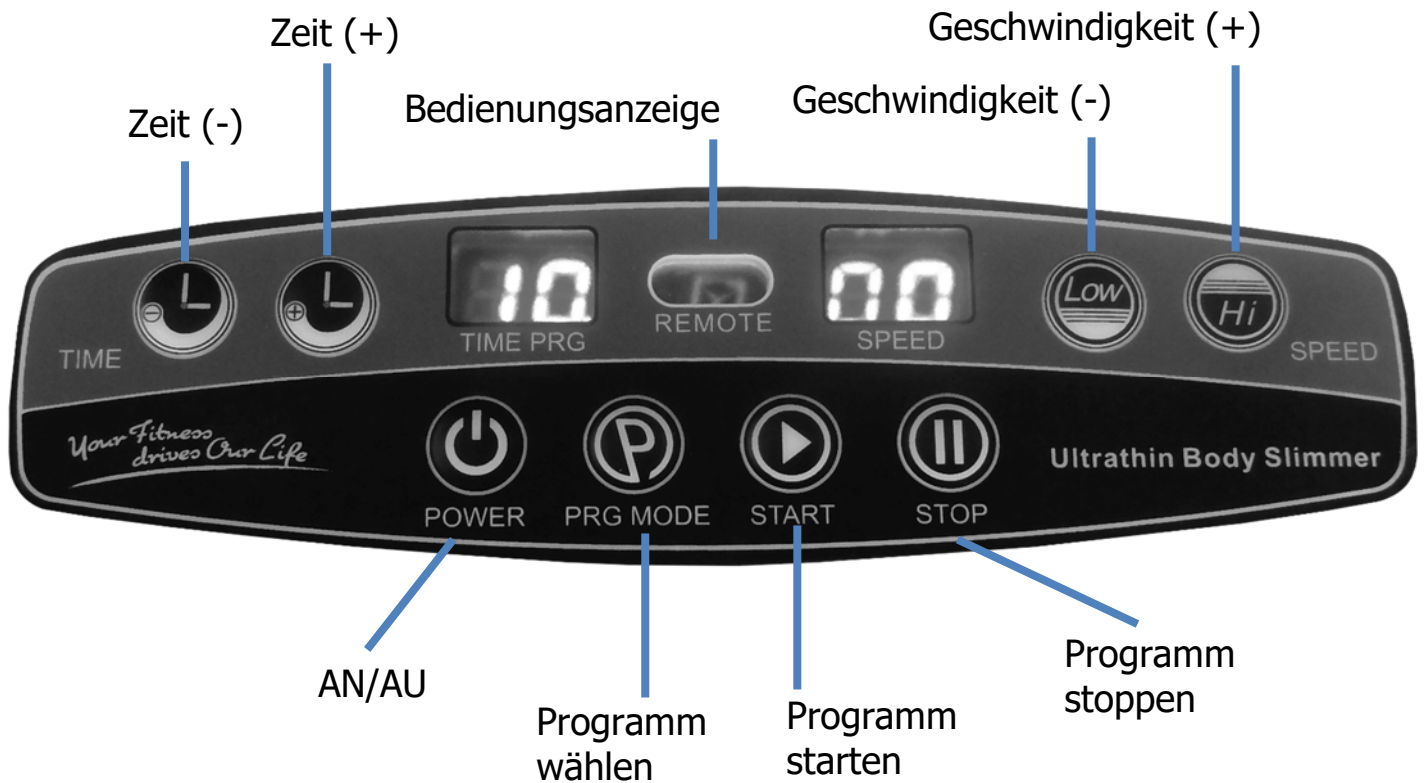


Stromanschluss

Gummierte Standfläche



Display



Bezeichnung und Funktionen der Fernbedienung

1. AN / AUS:



Stecken Sie den Stromstecker in die Steckdose, dann drücken Sie die rote "An/Aus" Taste.

2. Start / Stop



Drücken Sie die "Start/Stop" Taste, um ein bestimmter Modus zu starten. Während der Nutzung können Sie mit der Taste das Modus auch beenden.

3. Anwendungszeit: (-)



Die voreingestellte Laufzeit beträgt 10 Minuten, unterteilt in 10 Stufen. Drücken Sie diese Taste, um die Laufzeit während der Nutzung zu verringern

4. Geschwindigkeit / Intensität: (+)



Erhöhen Sie die Intensität manuell mit dieser Taste von 1 - 20, währen der Nutzung.

5. Anwendungszeit: (+)



Drücken Sie diese Taste, um die Laufzeit während der Nutzung zu verlängern.

6. Geschwindigkeit / Intensität: (-)



Verringerung der Intensität.

7. Automatisches Modus

Drücken Sie die "P" Taste, um zwischen den voreingestellten Automatikprogrammen P1, P2 und P3 zu wählen. Während des Ablaufes eines Automatikprogramms können.

8. Manuelles Modus

Drücken Sie die Taste "M" um im manuellen Modus zu trainieren. In diesem Modus können Sie individuell Intensität und Trainingszeit einstellen oder während der Übung verändern



Im Automatik-Modus sind Geschwindigkeit und Zeit nicht einstellbar.

Im manuellen Modus können Sie die Anwendungszeit und Intensität nach Belieben einstellen.

!!! WICHTIG !!!

Die maximale Empfangs - Entfernung der Fernbedienung zur Vitaplate by @tec beträgt 2,5 Meter.

Die Infrarotemissionsanzeige der Steuerung sollte immer auf das Infrarot-Empfangsfenster ausgerichtet sein.

Übungen / Anwendungsbeispiele

1. Stehen Sie aufrecht mit gespreizten Beinen auf der Vibrationsplatte. Der Abstand der Beine sollte dem Ihrer Schultern entsprechen. Diese Position kann Ihrer Hüfte und dem Gesäß Entspannung, Gewichtsreduzierung sowie Figurbetontes Styling geben.

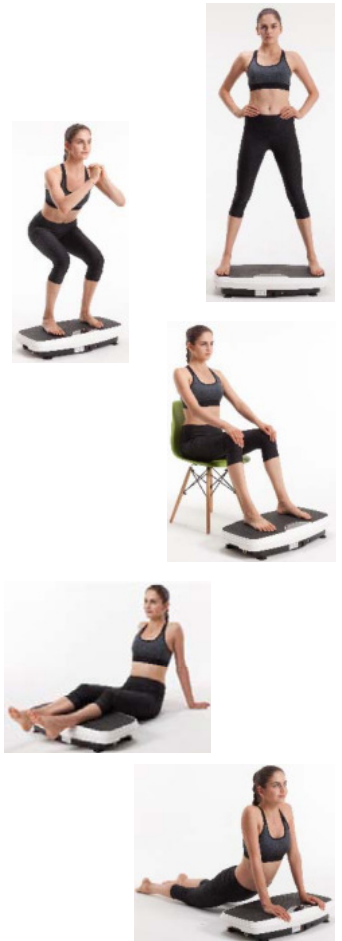
2. Stellen Sie sich in Hockposition mit vorgestreckten Oberarmen auf die Vibrationsplatte. Diese Position kann Oberschenkel verbessert durchbluten, Schmerzen, Verkrampfungen lindern, sowie für Cellulitis / Fettabbau sorgen

3. Setzen Sie sich auf einen Stuhl oder Sofa und stellen Sie beide Füße auf die Vibrationsplatte. Diese Position trainiert Ihre Oberschenkel und die Waden. Lockert Ihre Muskulatur

4. Setzen Sie sich auf Ihren Boden / Teppich und legen Sie beide Füße auf die Vibrationsplatte um Ihre Beinübungen durchzuführen. Lockerung der Muskulatur, Förderung der Durchblutung, Abbau von angelagerten Fettpolstern kann diese Übung zur Folge haben

5. Knien Sie auf Ihren Boden / Teppich, stützen Sie sich mit beiden Händen auf die Vibrationsplatte. Diese Übung trainiert Ihren Oberarm und Schultermuskulatur, reduziert angelagertes Unterarmfett

6. Nutzen Sie die Dehnungsbänder die Sie links und rechts vom Gerät einklicken können um damit diverse Trainingsübungen zu ergänzen, speziell für die Bizeps- und Schulterbereich Übungen.



Funktionen und Eigenschaften

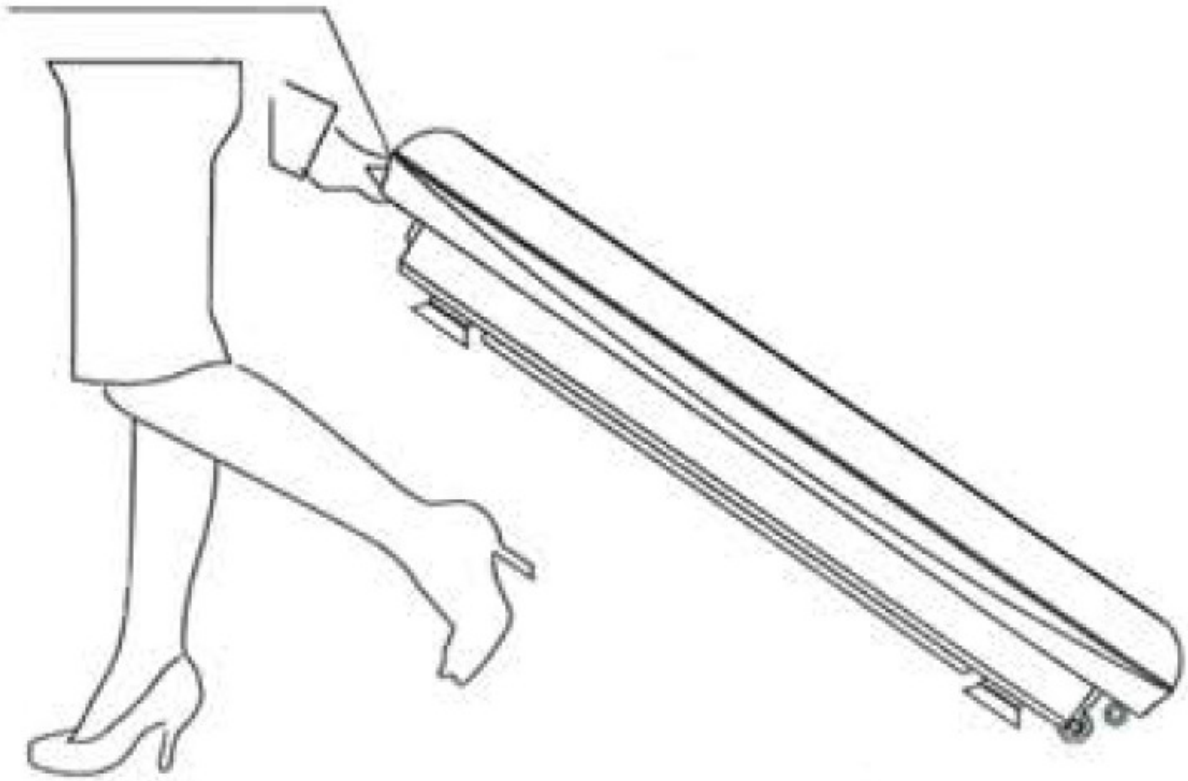
Körper und Aussehen - durch entspannende und hohe Frequenz Vibrationen und Schwingungen, kombiniert mit verschiedensten Anwendungsübungen kann die Vibrationsplatte Ihr tiefes Muskelgewebe stimulieren sowie für geringere Fettansammlung, Abbau und für mehr körperliche Fitness und Wohlbefinden sorgen.

Funktionsweise / Ursprung - die Gesundheitsideen der unterstützenden Körperhilfe, und Fitnessideen, basieren oft auf den chinesischen, traditionellen Kulturkreisen wie Kung Fu, Buddhismus, Taoismus.

Die Fürsprecher dieser passiven Übungen sind es, die es Ihnen erlauben zu Hause in gleichmäßigem Ablauf, dafür Sorge zu tragen das viele körperliche Vorteile zum Tragen kommen können:

- Verbesserte Durchblutung
- Geförderte Zelldurchblutung
- Fettabbau
- Muskelaufbau
- Gewichtsverlust
- Wohlbefinde

Handhabung



Transportmöglichkeit:

Zwei Handgriffe sind jeweils zur leichten Handhabung unter der mittleren Rahmung eingearbeitet.

Wenn Sie die Vitaplate by @tec transportieren wollen greifen Sie in eine hinein, und durch die Transportrolle können Sie die Vibrationsplatte leicht wegrollen.

Aufbewahrung und Pflege

Oberflächenreinigung

Vor dem reinigen, stellen Sie sicher, dass die Vitaplate by @tec ausgeschaltet ist. Ziehen Sie den Stromstecker aus der Steckdose. Die gummierte Standfläche kann mit einfachen Reinigungsmitteln und einem feuchten Tuch gereinigt werden.

Hinweis:

Benutzen Sie keine ätzenden oder Benzolhaltigen Reiniger wie Verdünner. Verwenden Sie keine Scheuermilch oder ähnlich kratzende Produkte, dies kann zu Korrosion und Schäden am Gerät führen. Ebenso kein Wasser auf der Oberfläche verschütten um einen Kurzschluss zu vermeiden.

Fernbedienung:

Feuchte Tücher können zu einer Fehlfunktion führen, reinigen Sie nur mit trockenen Tüchern.

Aufbewahrung und Transport:

Stellen Sie sicher, dass die Vitaplate by tec ausgeschaltet ist und der Stecker aus der Steckdose entfernt ist. Entfernen Sie Staub und Verschmutzungen von dem Gerät und verstauen Sie es an einem nicht zu heißen und trockenen Platz. Wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht benutzen können Sie es durch eine Staubschutzhülle, z.B. einen Kopfkissenbezug vor Staubbefall schützen.

Produkt Name:	Vibrationsplatte mit Zugbändern
Eingangsspannung:	220-240VAC
Leistung:	200W
Frequenz:	4,4Hz - 9,1Hz

Evtl. aufkommende Probleme und Lösungen:

	Problem	Gründe	Lösungen
1	Die Vitaplate kann nicht gestartet werden	Der Stromstecker ist nicht eingesteckt	
		Der An/Aus Schalter ist auf OFF	Schalten Sie den AN/AUS Schalter auf ON
		Die Sicherung ist defekt	Setzen Sie eine neue Sicherung des gleichen Modells ein
2	Sie hören während des Betriebs Geräusche	Normale Motorengeräusche, die durch Abreibung zwischen den einzelnen mechanischen Teilen entsteht	Keine weiteren Schritte notwendig
3	Die Fernbedienung wird bedient, das Gerät reagiert aber nicht	Die Batterien sind aufgebraucht	Setzen Sie neue Batterien in die Fernbedienung ein
		Sie stehen mit der Fernbedienung zu weit weg von Gerät	Beachten Sie, dass die maximale Distanz der Fernbedienung 2,5 Meter zur Vitaplate beträgt
4	Plötzlich Stopp	Die voreingestellte Zeit ist abgelaufen	Schalten Sie nach 10 Minuten das neue Intervall ein
5	Gerät funktioniert nicht durch die Fernbedienung	Es wurde zu viele Befehle in die Fernbedienung in kürzester Zeit eingegeben, die Fernbedienung kann diese nicht verarbeiten	Schalten Sie das Gerät komplett aus und starten Sie die Vitaplate neu

EG-Konformitätserklärung

Für das folgend bezeichnete Produkt

Produktbezeichnung

Vitaplate SE / Vitaplate Pro_X / Vitaplate 3D / Vitaplate mini / Vitaplate by @tec
--

Arcotec Artikelnummer

Art.-Nr.: 70585 / 70583 / 70598 / 70582 / 70590

Wird erklärt, dass das Produkt in Übereinstimmung mit den Bestimmungen der nachstehenden EG-Richtlinie(n) ist.

Referenz-Nr.	Titel
2014/35/EC 2014/30/EC 2011/65/EC	Niederspannungs-Richtlinie Elektromagnetische Verträglichkeit RoHS Richtlinie

Zur Bescheinigung des Erzeugnisses hinsichtlich der obengenannten Richtlinien wurden folgende Normen herangezogen:

EN 55014- 1 :2006+A1 :2009+ A2:2011 EN 61000-3-2:2014 EN 61000-3-3:2013 EN 55014-2:2015 EN 60335-1:2012+A11:2014 EN 60335-2-32:2003+A1:2008 EN 62233:2008

Diese Erklärung wird verantwortlich für den Hersteller / Importeur

arcotec GmbH
Hertzstrasse 15
30827 Garbsen

abgegeben durch:

Frank Wolf
Geschäftsführer

Garbsen, 02.01.2020

arcotec

Hertzstraße 15 GmbH

30827 Garbsen

Tel.: 05131 465890

Fax: 05131 476656

Web: www.arcotec.de

E-Mail: info@arcotec.de