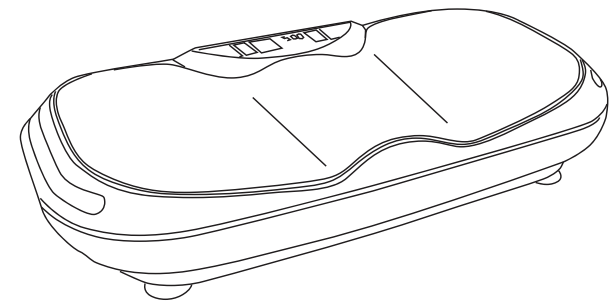


BEDIENUNGSANLEITUNG

Vibrationsplatte mit Fitnessbändern

VITAPLATE



Artikelnummer: 70598

Unterstützung oder Gewährleistungs- und Garantieansprüchen wenden Sie sich bitte an die unten angegebene Adresse.

Adresse: arcotec GmbH, Hertzstrasse 15, 30827 Garbsen, Deutschland,
Tel.: 05131 / 46 58 90, E-Mail: info@arcotec.de

Konformitätserklärung

Hiermit erklärt arcotec Mobilfunktechnik GmbH, dass der Artikel "Vibrationsplatte Vitaplate 3D", Artikelnummer 70598, in Übereinstimmung mit den Bestimmungen der EG-Richtlinie(n) ist.

Die vollständige Konformitätserklärung kann auf der Internetseite www.arcotec.de abgerufen werden.



HINWEIS!

Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und Anweisungen, um das Verletzungsrisiko zu senken.

*Abbildungen können vom erworbenen Produkt abweichen

13. AUTO MODE P1, P2, P3

TIME (Minuten)	P1 (Speed) Oszillation+Linear	P2 (Speed) Oszillation+Linear	P3 (Speed) Oszillation+Linear
10-9	2	7	1
9-8	4	3	5
8-7	6	7	3
7-6	6	3	1
6-5	6	7	5
5-4	6	3	3
4-3	6	7	1
3-2	6	3	5
2-1	4	7	3
1-0	2	3	1

10. FUNKTIONSBESCHREIBUNG

Display



Fernbedienung



1. Stellen Sie sicher, dass das Stromkabel zuerst mit dem Gerät verbunden ist, bevor Sie das andere Ende in eine passende Steckdose stecken.
2. Schalten Sie den Stromschalter an der Hinterseite des Geräts auf Position 'I' und stellen Sie sicher, dass der Schalter aufleuchtet. Das Gerät wird nach dem Anschalten im manuellen Modus sein und das Display wird '2D' als Mode, '5' als Time und '00' als Speed anzeigen.
3. Vor dem Start des Geräts wählen Sie das Trainingsprogramm. Wählen Sie zwischen manuellen Programm (M) oder voreingestellten Programmen (P1, P2, P3). Im Display wird das gewählte Programm angezeigt. Um zwischen Programmen zu wechseln drücken Sie 'P' am Display oder wählen Sie mithilfe der Fernbedienung. Wenn Sie das Programm gewählt haben, stellen Sie die Trainingsdauer ein indem Sie den Time Knopf gedrückt halten oder mithilfe der Fernbedienung. Stellen Sie die Geschwindigkeit ein mittels den Speed + oder – Knöpfen am Display oder auf der Fernbedienung.

11. MANUELLES PROGRAMM (M)

Nach dem Start des Gerätes kann die Zeit und Geschwindigkeit weiterhin angepasst werden über das Display oder die Fernbedienung. Sie können das Gerät jederzeit stoppen durch Drücken des Start/ Stop Knopfes am Display oder auf der Fernbedienung.

Nach Beendigung Ihres Trainings schalten Sie das Gerät am Stromschalter aus und stecken Sie das Kabel aus.

12. VOREINGESTELTE PROGRAMME (P1, P2, P3)

Es gibt 3 voreingestellte Programme (P1, P2, P3) zur Auswahl. Um diese auszuwählen drücken Sie den P Knopf an Display oder Fernbedienung bis das gewünschte Programm angezeigt wird.

Stellen Sie die gewünschte Trainingsdauer ein und drücken Sie dann den Start/Stop Knopf an Display oder Fernbedienung, um das Gerät zu starten. Nach dem Start des Gerätes im P1, P2 oder P3 kann der Modus und die Zeit ABER NICHT die Geschwindigkeit angepasst werden über das Display oder die Fernbedienung.

Sie können das Gerät jederzeit stoppen durch Drücken des Start/ Stop Knopfes am Display oder auf der Fernbedienung.

Nach Beendigung Ihres Trainings schalten Sie das Gerät am Stromschalter aus und stecken Sie das Kabel aus.

1. MONTAGEANLEITUNG

Lesen Sie die folgenden Hinweise und bewahren Sie diese Anleitung für die Zukunft auf.



Warnung!

Um das Risiko einer Verletzung zu verhindern muss der Benutzer vor Gebrauch des Geräts diese Benutzeranleitung vollständig lesen und verstehen. Das Gerät wurde für den privaten Gebrauch im Hausbereich konzipiert. Halten Sie sich an die Hinweise in dieser Anleitung und nutzen Sie das Gerät nicht für andere Zwecke.

Lesen Sie die folgenden Hinweise und bewahren Sie diese Anleitung für die Zukunft auf.

2. SICHERHEITSHINWEISE

- Nicht zu benutzen von Kindern oder Schwangeren!
- Nur für den hier aufgeführten Gebrauch benutzen.
- Das Gerät darf nicht im Freien genutzt werden.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn dieses beschädigt ist.
- Springen Sie auf dem Gerät nicht auf und ab.
- Legen Sie das Gerät auf eine ebene, feste und trockene Oberfläche zur Nutzung.
- Schalten Sie das Gerät nach der Benutzung aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.
- Führen Sie einige Aufwärmübungen durch, bevor Sie das Gerät nutzen.
- Erhöhen Sie die Intensität während des Trainings nur geringfügig.
- Das Gerät darf nur von einer Person gleichzeitig genutzt werden.
- Suchen Sie einen Arzt auf, wenn Sie eine der folgenden Symptome verspüren: Übelkeit, Schmerzen in den Gelenken oder anderen Regionen, Kopfschmerzen, Herzpochen oder andere ungewöhnliche Symptome.
- Sollten Sie über einen längeren Zeitraum keinen Sport getrieben haben oder leiden Sie an Herzerkrankungen, neurologischen Erkrankungen, Kreislaufproblemen oder orthopädischen Problemen, sollten Sie vor dem Training unbedingt einen Arzt aufsuchen.
- Beenden Sie umgehend das Training, wenn Sie sich müde, unbehaglich oder schwindelig fühlen.
- Benutzen Sie das Gerät nicht mehr wie 10 Minuten am Stück.

Zur Wahrung der Sicherheit ist das Gerät nicht geeignet für Personen mit physischen oder psychischen Einschränkungen oder bei fehlender Erfahrung mit dem Umgang solcher Geräte, bis eine Einweisung durch eine Fachkraft erfolgte.



Warnung!

Konsultieren Sie Ihren Arzt vor dem Trainingsstart. Dies ist besonders wichtig für Personen mit Vorerkrankungen. Der Verkäufer übernimmt keine Verantwortung für Personenschäden und Sachschäden, die durch das Benutzen dieses Geräts entstehen.

3. MEDIZINISCHER HINWEIS

Sie dürfen das Gerät keinesfalls benutzen wenn Sie:

- Schwanger sind
- Kürzlich eine Operation hatten
- Verletzungen an Knie, Schulter, Rücken oder Nacken haben
- Netzhautbedingte Krankheiten haben

Es wird dringend empfohlen vor dem Trainingsbeginn einen Arzt zu konsultieren wenn folgende Krankheiten/Konditionen haben:

- Herz-Kreislaufkrankungen
- Hoher Blutdruck
- Akute Thrombose
- Akute Hernia
- Schweres Diabetes
- Epilepsie
- Schwere Migräne
- Bösartiger Tumor
- Herzschrittmacher, Metallimplantate, künstliche Gelenke oder Gliedmaßen, Stents, IUDs, Metallplatten oder Stifte
- Jede kürzlich zurückliegende Krankheit oder Infektion
- Venenthrombose
- Krebs

4. PFLEGE UND WARTUNG



Warnung! Vor der Wartung und Pflege schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose, bevor Sie das Gerät pflegen.

Reparieren oder Öffnen Sie das Gerät nicht. Wenden Sie sich in jedem Fall zuerst an Ihren Händler.

5. REINIGUNG

Wischen Sie das Gerät direkt nach dem Gebrauch mit einem Mikrofaser-Tuch (nur leicht angefeuchtet mit mildem Seifenwasser) ab.

6. LAGERUNG

Überprüfen Sie das Kabel regelmäßig vor der Lagerung auf Schäden. Sollte das Stromkabel beschädigt sein MUSS es durch ein baugleiches Kabel mit denselben Spezifikationen ersetzt werden. Ziehen Sie das Gerät nicht am Kabel aus der Steckdose, sondern greifen Sie direkt den Stecker zum Ziehen, um einen Kabelriss zu vermeiden. Ziehen Sie den Stecker, wenn das Gerät nicht in Gebrauch ist. Lagern Sie das Gerät auf den Füßen stehend (nicht gekippt oder Hochkant lagern).

7. FEHLBEHEBUNG

- Kein Licht; keine Reaktion auf Drücken der Knöpfe auf Display oder Fernbedienung
- Überprüfen Sie, ob das Gerät an die Stromversorgung angeschlossen ist (Stecker eingesteckt) und eingeschaltet ist (Stromschalter auf Position „I“ und leuchtet). Überprüfen Sie die verwendete Steckdose mithilfe eines anderen elektrischen Geräts auf Funktionstüchtigkeit. Lassen Sie evtl. die Sicherung im Stecker ersetzen.
- Gerät kann mit der Fernbedienung nicht angesteuert werden, Steuerung über das Display funktioniert jedoch.
- Zielen Sie mit dem Sensor der Fernbedienung direkt auf den Sensor des Displays. Ersetzen Sie die Batterien der Fernbedienung (2 x AAA Alkali-Batterien werden benötigt).
- Die Geschwindigkeit ist zu schnell!
- Passen Sie die Geschwindigkeit mithilfe der Speed Knöpfe an Display oder Fernbedienung an.



Achtung! Das Produkt kann von den gezeigten Abbildungen/Illustrationen abweichen!

8. PRODUKT SPEZIFIKATION

Max. Benutzergewicht:	120 kg
Abmessungen:	780 x 445 x 170 mm
Brutto Gewicht:	21,5 kg
Netto Gewicht	18 kg
Betriebsspannung	220-240V
Nenn-Frequenz	50/60Hz
Leistungsaufnahme	max. 300W

9. AUFBAUANLEITUNG

Schritt 1:

- Wählen Sie einen geeigneten Aufstellort für das Gerät. Lassen Sie mindestens 1 Meter Platz auf jeder Seite des Geräts um Verletzungen zu vermeiden. Stellen Sie das Gerät auf eine ebene und feste Oberfläche. Achten Sie auf eine passende Abdeckung für Ihren Teppich oder Bodenbelag.
- Legen Sie 2 x AAA Alkali-Batterien in die Fernbedienung ein.

Schritt 2:

Rollgriff

- Unterhalb des linken Geräterandes (vom Display aus gesehen) befindet sich der Rollgriff. Fassen Sie den linken Geräterand und heben Sie diesen auf ca. 45° an. Dann benutzen Sie den Rollgriff, um das Gerät optimal zu positionieren.

Schritt 3:

Widerstandsseile

- Befestigen Sie die Widerstandsseile mithilfe der Karabinerhaken an den Metallstäben unterhalb des Geräts. Drehen Sie die Metallstäbe raus, öffnen Sie den Karabinerhaken, fädeln Sie in durch das Loch am Metallstab, verschließen Sie den Karabiner und sichern Sie in mithilfe der Sicherungsschraube.



Hinweis: Stellen Sie sicher, dass der Karabinerverschluss mithilfe der Sicherungsschraube verschlossen ist, um ein Loslösen der Widerstandsseile zu verhindern.