

SPORTNOW

IN260200053V01_DE_FR_ES_IT

A90-390V00



Original instructions
Instructions d'origine
Originalbetriebsanleitung
Instrucciones originales
Istruzioni originali



EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.
FR_IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y
REFERER ULTERIEUREMENT
ES_IMPORTANTE, LEA Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.
DE_WICHTIG! SORGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTER NACHSCHLAGEN
AUFBEWAHREN.
IT_IMPORTANTE! CONSERVARE IL PRESENTE MANUALE PER FUTURO
RIFERIMENTO E LEGGERLO ATTENTAMENTE.

1. Important Information and Warning	3
2. General Safety Instructions	3
3. Box Contents	4
4. Equipment Assembly	5
5. Product Use	8
6. Remote Control Functions	10
7. Display Functions	10
8. Possible Problems	13
9. Transport	14
10. Workout Suggestions	14
11. Technical Data	14

1. IMPORTANT INFORMATION AND WARNING

FOR YOUR SAFETY, READ CAREFULLY ALL THE INFORMATION IN THIS MANUAL.

- Before beginning any exercise program consult a physician and/or a fitness coach.
- This is important for people of all ages or who have any pre-existing health problem.
- If you experience any pain or tightness, heart beat irregularity, breathlessness or discomfort during exercise, stop and consult your doctor before continuing.
- Only one person at a time should use this equipment.
- Keep children and pets away from the equipment.
- Caution: Excessive or Inadequate Exercise may cause injury.
- It is recommended not to exercise immediately after meals. Wait at least 1 hour before starting your practice.
- It is recommended that people with little physical/sensory abilities, mental disorders, people with little experience or knowledge, be accompanied by a coach during the practice of the physical exercise.

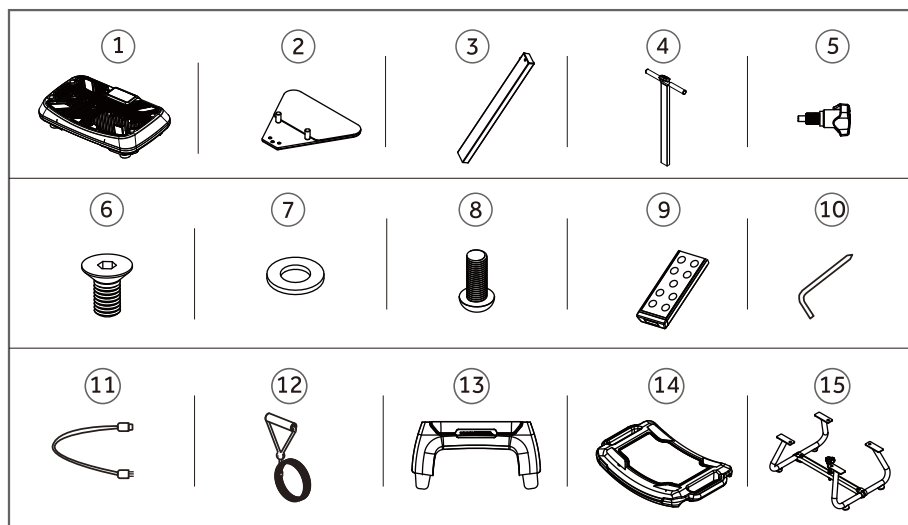
2. GENERAL SAFETY INSTRUCTIONS

- It is the owner's responsibility to ensure that all users are properly informed about the precautions for their safety.
- This appliance is designed for home and office use alone. It has no therapeutic purposes.
- For your safety, make sure all parts are properly attached and the appliance is on a solid surface and that the area around it is free of obstructions and make sure the appliance is in perfect condition before each use.
- Wear appropriate exercise clothing and avoid accessories that may get caught by the equipment.
- To ensure the safety of children and/or pets, do not allow them to play on or near the device.

GENERAL CONSIDERATIONS

- Never use abrasives or solvents to clean the equipment.
- Do not leave the equipment exposed to natural agents such as sunlight, rain, dew, dust, salt spray, etc.
- Do not place the equipment in dusty and humid places, saunas or anyplace not ventilated.

3. BOX CONTENTS



N°	DESCRIPTION	QUANTITY
1	VIBRATORY PLATFORM	1
2	ROD BASE	1
3	ROD MAIN TUBE	1
4	UPPER ROD STRUCTURE	1
5	ROD HANDLE	1
6	SCREW R78	3
7	WASHER W15	4
8	SCREW R29	4
9	REMOTE CONTROL	1
10	ALLEN S5 WITH PHILLIPS	1
11	POWER CABLE	1
12	ELASTIC	2
13	HAND HANDLE	2
14	SEAT	1
15	METAL SEAT STRUCTURE	1

4. EQUIPMENT ASSEMBLY

TURNING ON THE EQUIPMENT

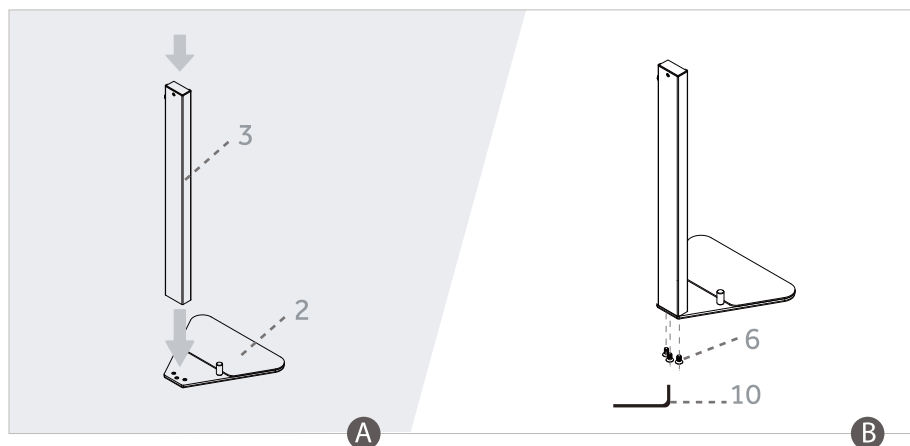
To turn on the Platform, connect one end of the power cable to the equipment and the other end to the power plug (Image A). Then, turn on the switch (Image B).

BIVOLT EQUIPMENT (127 ~ 220V)



ROD

Align and position the Rod Main Tube (item 3) on the Rod Base (item 2) as shown in Image A. Right after, fix the set by using the "R78" screws (item 6 - 3 units) and the combined wrench "Allen S5 with Phillips" (item 10).

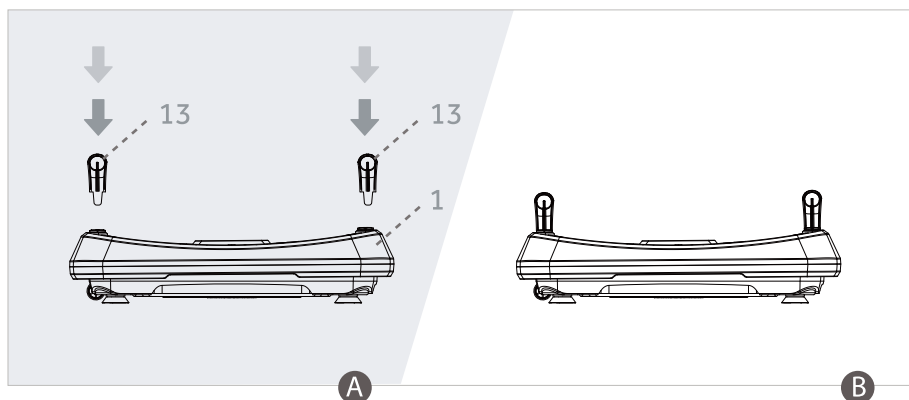


Position the “Upper Rod Structure” (item 4) in the previously assembled set, as shown in Image A. Position the structure at the desired height and fix the set with the Rod Handle (item 5), as shown in Image B.



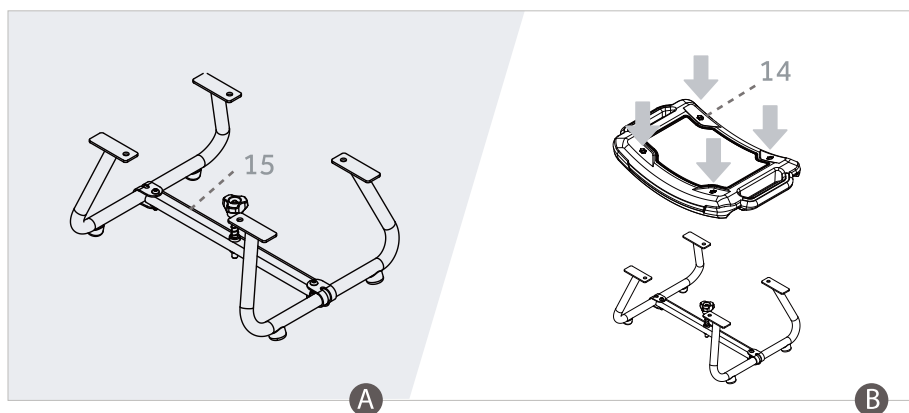
VIBRATORY PLATFORM

Align and position the platform holes with the Hand Handles (item 13) on the Vibratory Platform (item 1) and fit it as shown in the following images. Do the same with the second Hand Handle (item 13) on the opposite side.

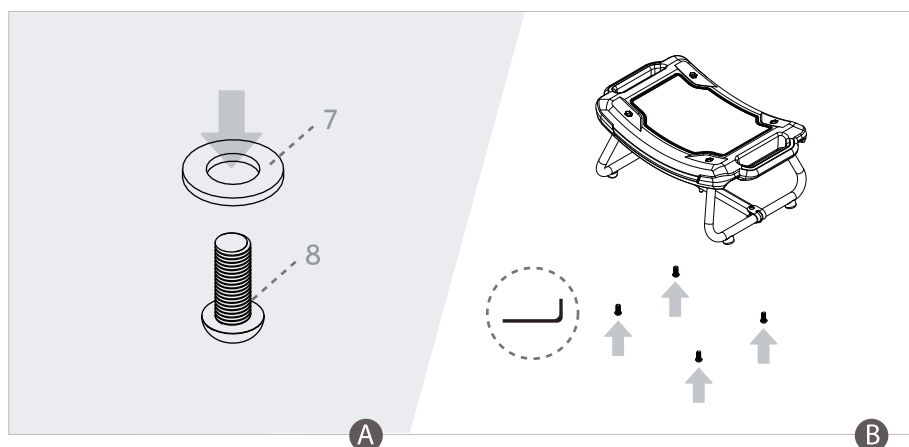


SEAT

Rotate the Metal Seat Structure (item 15) so that its final position become similar to Image A. Completed the first step, position the Seat (item 14) on top of the metal structure (item 15), as shown in Image B.



Position the Washer W15 (item 7) in a concentric way into the Screw R29 (item 8). Do this for all 4 units of each Washer and Screw. After that, fix the assembly (Metal Structure - Seat) using the Allen / Phillips screwdriver and the set of Screw and Washer.



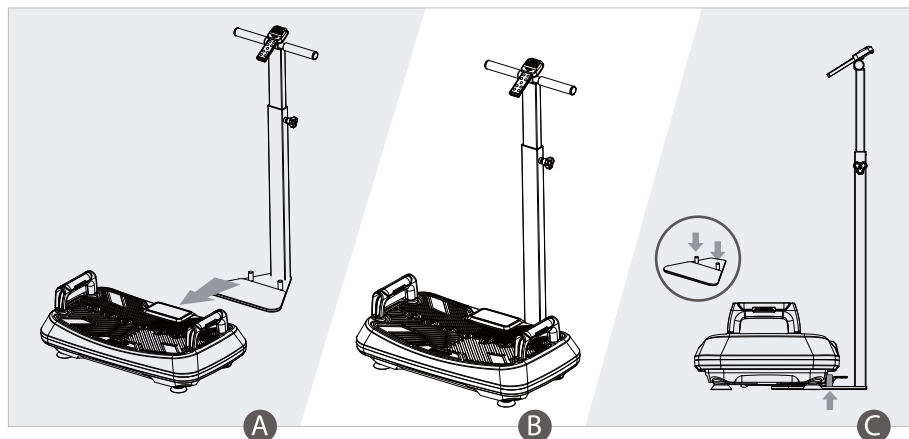
5. PRODUCT USE

ROD POSITIONING

Lift slightly the backside of the Vibrating Platform.

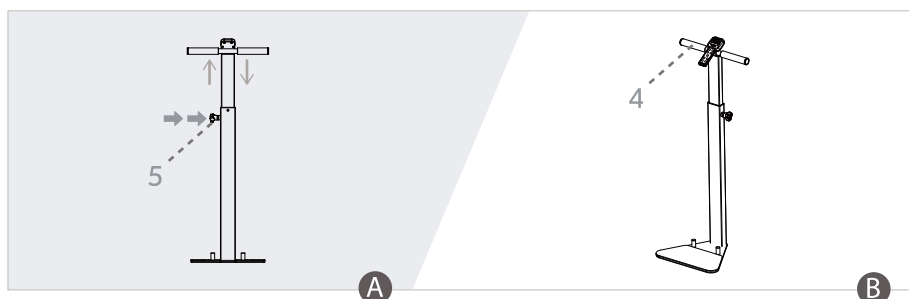
While the Platform is still lifted, center and position the Rod according to Images A and B.

Attention: The pins indicated in Image C shows the maximum proximity that the Rod must be to the Platform. So the Platform must lightly touching these pins.



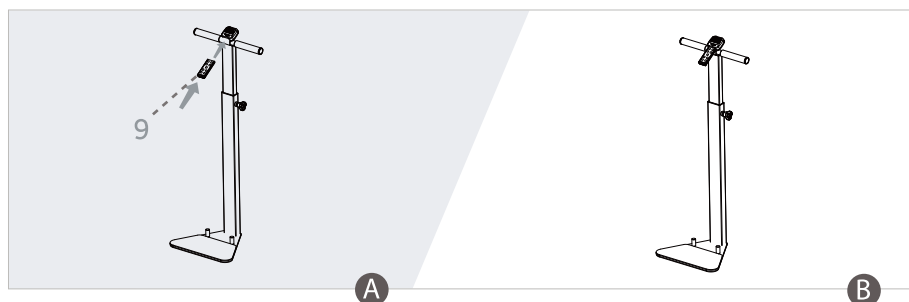
ROD HEIGHT ADJUSTMENT

To adjust, unscrew the Rod Handle (item 5) as shown in Image A. When unscrewing it, will be possible to move the Upper Rod Metal Structure (item 4). After choosing the desired height, screw the Rod Handle again until the entire structure is firmly fixed.



REMOTE CONTROL POSITIONING

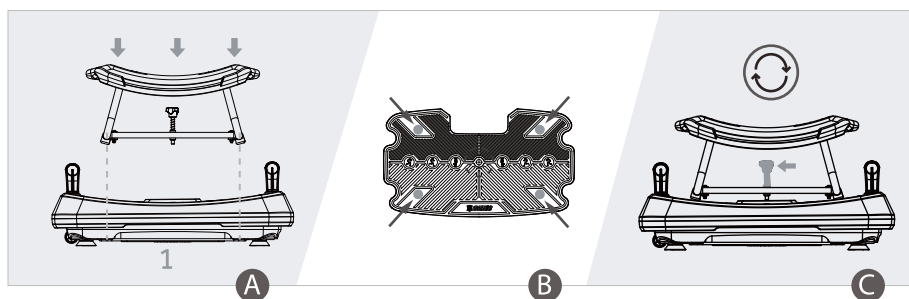
The Remote Control (item 9) can be positioned on the Rod at the location shown in Image A. To fix it on the Rod, just fit the Remote Control in place. According to images A and B.



SEAT POSITIONING

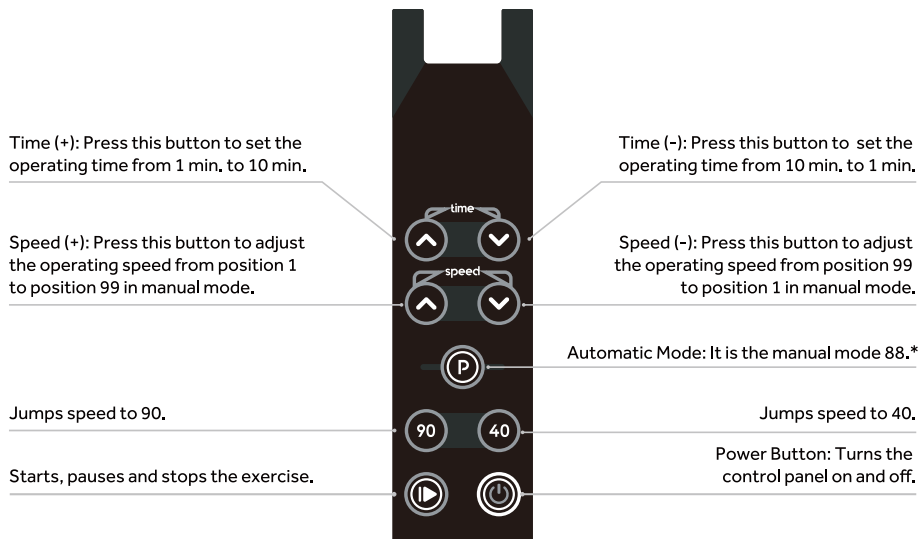
Position the Seat set at the top of the Vibrating Platform (item 1). When positioning, make sure that the structure feet are aligned with the indicated marks, as shown in image B, and that the Seat Handle is concentric to the central hole of the Platform, as shown in image C.

Completed this step, fix the set by screwing the Seat Handle clockwise (Image C) until the set is firmly fixed.



Your product is ready to be used!

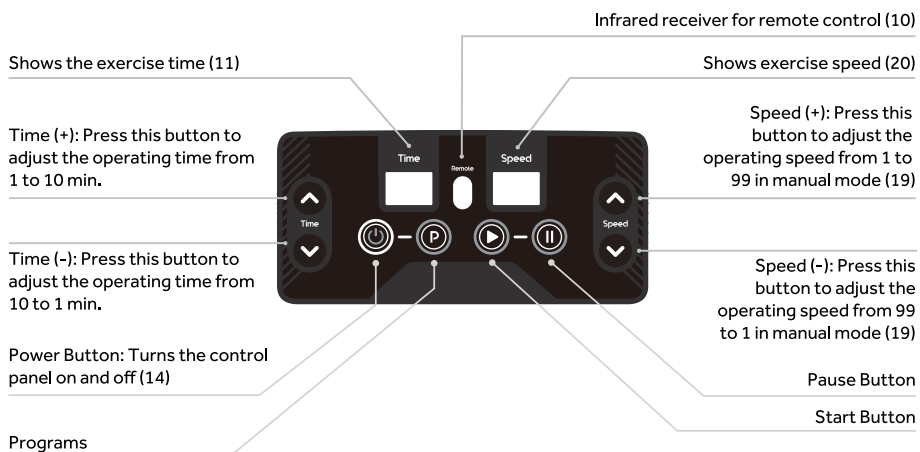
6. REMOTE CONTROL FUNCTIONS



Warning: The remote control can effectively emit control signals within 2.5 meters. When using the remote control, aim the infrared transmitter against the display receiver for control signals.

* Press this button to switch the automatic control mode from P1 to P3. The automatic mode is an easy-to-use function that can adjust the vibration frequency automatically, the time and speed cannot be adjusted.

7. DISPLAY FUNCTIONS



MANUAL MODE PROGRAM

The user can manually configure the time and intensity of the exercise, to adjust them to his needs, follow the instructions below:

1. Plug the device's power cable into the power plug. Turn on the power switch. After turning on, the device will beep.
2. Press the power button (⏻) on the controller or on the display to turn on the equipment.
3. Choose the exercise time, it can be from 1 to 10 minutes. To increase the time, press the time button (+) on the remote control or (▲) on the display. To decrease the time, press the time button (-) on the remote control (▼) or on the display. The time on the display will show the remaining exercise time.
4. Start the exercise by pressing the button (▶) on the remote control or on the display.
5. You will now be able to choose the intensity of the vibration. The intensity levels are from 1 to 99. To increase the value, press the speed button (+) on the control or (▲) on the display. To decrease the value, press the speed button (-) on the control or (▼) on the display.
6. You can also quickly increase the speed to 40 or 90 using the buttons (90) and (40) on the controller.
7. To stop the exercise, press the button (▶) on the remote control or the button (|||) on the display.
8. To turn the equipment off, press the button (⏻) on the remote control or on the display.

AUTOMATIC MODE PROGRAM

The equipment has predefined exercise programs, to access them follow the instructions below:

1. Plug the device's power cable into the power plug. Turn on the power switch. After turning on, the device will beep.
2. Press the power button (⏻) on the controller or on the display to turn on the equipment.
3. Press the button (P) on the remote control or (P) on the display to choose between the 3 existing programs, P1, P2 and P3.
4. When you choose the desired program, start the exercise by pressing the button (▶) on the remote control or the button (▶) on the display.
5. The table below shows the intensity of the exercise according to each program, the value automatically change every minute.
6. To stop the exercise, press the button (▶) on the remote control or the button (|||) on the display.
7. To turn the equipment off, press the button (⏻) on the remote control or on the display.

AUTOMATIC MODE TABLE

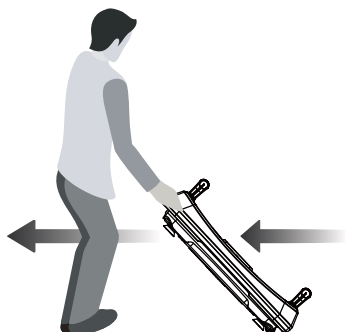
INTENSITY OF EACH LEVEL			
TIME (min)	P1	P2	P3
9	16	20	10
8	18	40	44
7	28	60	99
6	38	80	33
5	48	99	99
4	58	40	22
3	48	99	99
2	38	40	11
1	28	99	99

8. POSSIBLE PROBLEMS

PROBLEM	POSSIBLE CAUSE	SOLUTION
The equipment does not start.	The power cable is loose.	Connect the power plug.
	The switch is off.	Turn on the switch.
	The electric current is so high that the fuse has blown.	Replace the fuse with one of the same model.
The equipment in operation emits noises.	It is a common noise while the equipment is in operation.	It does not need repair.
The equipment does not correspond to the remote control.	The remote control battery has run out.	Replace the battery.
	The remote control is too far from the equipment.	Keep a maximum distance of 2.5 meters.
The equipment suddenly turns off.	The standard operating time has reached its limit. It is a protection for the equipment's electric motor.	Initialize the equipment after 10 minutes. The equipment will operate automatically after the engine has cooled down.
The equipment does not operate normally.	Equipment is being used beyond standards recommended in the instruction manual.	Unplug the equipment and reset it.

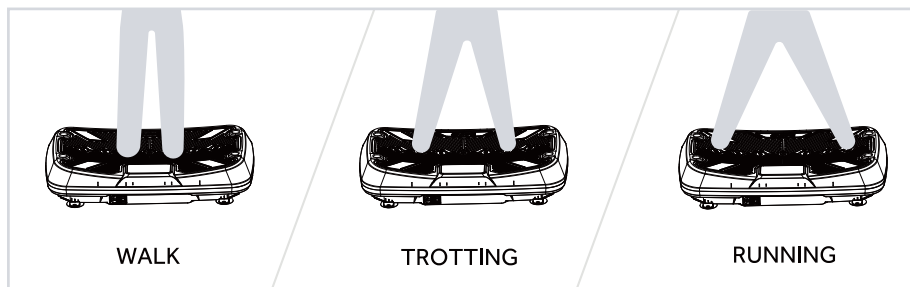
9. TRANSPORT

Before using the equipment, place it on a flat, stable and horizontal surface, with a distance of at least 20 centimeters from any wall or object. To transport the product, hold the side of the equipment and lift it until its wheels touch the floor. Pull the product out gently.



10. WORKOUT SUGGESTIONS

The Vibrating Platform simulates the actions of walking, trotting and running, through vibratory movements. Check the position of your feet on the surface of the device: the greater the distance between them, the greater the intensity of the exercise.



11. TECHNICAL DATA

Input voltage: 100-240 V

Frequency: 50/60 Hz

Power: 150 W

Load capacity: 120 kg

1.Wichtige Informationen und Warnhinweise	16
2.Allgemeine Sicherheitshinweise	16
3.Kartoninhalt	17
4.Montage des Geräts	18
5.Produktnutzung	21
6.Fernbedienungsfunktionen	23
7.Displayfunktionen	23
8.Mögliche Probleme	26
9.Transport	27
10.Workout-Vorschläge	27
11.Technische Daten	27

1. WICHTIGE INFORMATIONEN UND WARNUNG

ZUR IHRER SICHERHEIT LESEN SIE SORGFÄLTIG ALLE INFORMATIONEN IN DIESER ANLEITUNG.

- Vor Beginn eines Trainingsprogramms konsultieren Sie einen Arzt und/oder einen Fitnesstrainer.
- Dies ist für Personen jeden Alters oder mit bestehenden Gesundheitsproblemen wichtig.
- Wenn Sie während des Trainings Schmerzen, Engegefühl, unregelmäßigen Herzschlag, Atemnot oder Unwohlsein verspüren, brechen Sie ab und konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie fortfahren.
- Nur eine Person darf das Gerät gleichzeitig benutzen.
- Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern.
- Vorsicht: Übermäßiges oder unzureichendes Training kann zu Verletzungen führen.
- Es wird empfohlen, nicht unmittelbar nach den Mahlzeiten zu trainieren. Warten Sie mindestens 1 Stunde, bevor Sie mit Ihrem Training beginnen.
- Es wird empfohlen, dass Personen mit geringen körperlichen/sensorischen Fähigkeiten, psychischen Störungen oder wenig Erfahrung oder Kenntnissen während der Ausübung der körperlichen Übung von einem Trainer begleitet werden.

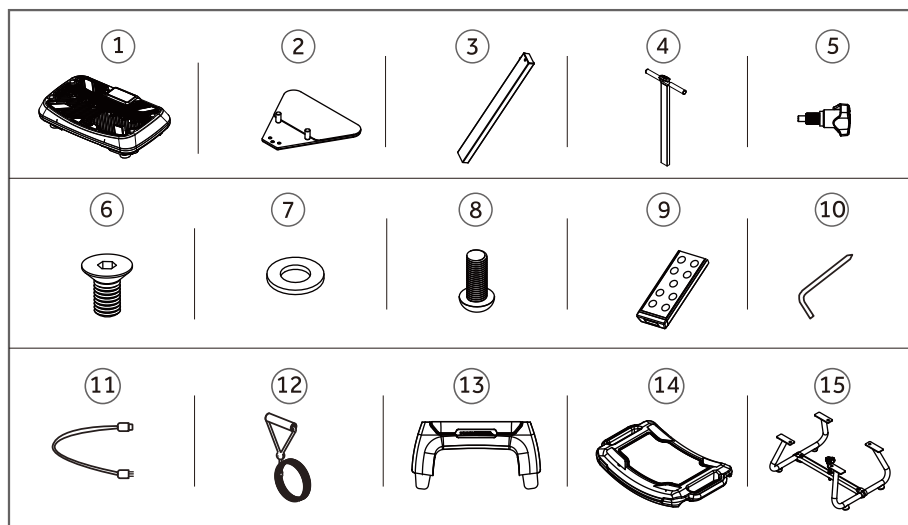
2. ALLGEMEINE SICHERHEITSHINWEISE

- Es liegt in der Verantwortung des Eigentümers, sicherzustellen, dass alle Benutzer ordnungsgemäß über die Vorsichtsmaßnahmen für ihre Sicherheit informiert sind.
- Dieses Gerät ist ausschließlich für den Haus- und Bürogebrauch konzipiert. Es hat keine therapeutischen Zwecke.
- Zu Ihrer Sicherheit sollten Sie darauf achten, dass alle Teile ordnungsgemäß befestigt sind, das Gerät auf einer festen Oberfläche steht, der Bereich rundum frei von Hindernissen ist und das Gerät vor jeder Benutzung in einwandfreiem Zustand ist.
- Tragen Sie angemessene Sportkleidung und vermeiden Sie Accessoires, die vom Gerät erfasst werden könnten.
- Um die Sicherheit von Kindern und/oder Haustieren zu gewährleisten, lassen Sie sie nicht auf oder in der Nähe des Geräts spielen.

ALLGEMEINE HINWEISE

- Verwenden Sie niemals Scheuermittel oder Lösungsmittel zur Reinigung des Geräts.
- Setzen Sie das Gerät keinen natürlichen Einflüssen wie Sonnenlicht, Regen, Tau, Staub, Salzspray usw. aus.
- Stellen Sie das Gerät nicht an staubige und feuchte Orte, in Saunen oder an unbelüftete Plätze.

3. INHALT DER VERPACKUNG



N°	BESCHREIBUNG	MENGE
1	SCHWINGUNGSPLATTFORM	1
2	STANGENBODEN	1
3	STANGENHAUPTROHR	1
4	OBERE STANGENSTRUKTUR	1
5	GRIFFSTANGE	1
6	SCHRAUBE R78	3
7	UNTERLEGSCHIEBE W15	4
8	SCHRAUBE R29	4
9	FERNBEDIENUNG	1
10	INBUSSCHLÜSSEL S5 MIT PHILIPS	1
11	STROMKABEL	1
12	ELASTIC	2
13	HANDGRIFF	2
14	SITZ	1
15	METAL SITZKONSTRUKTION	1

4. AUSRÜSTUNGSMONTAGE

EINSCHALTEN DES GERÄTS

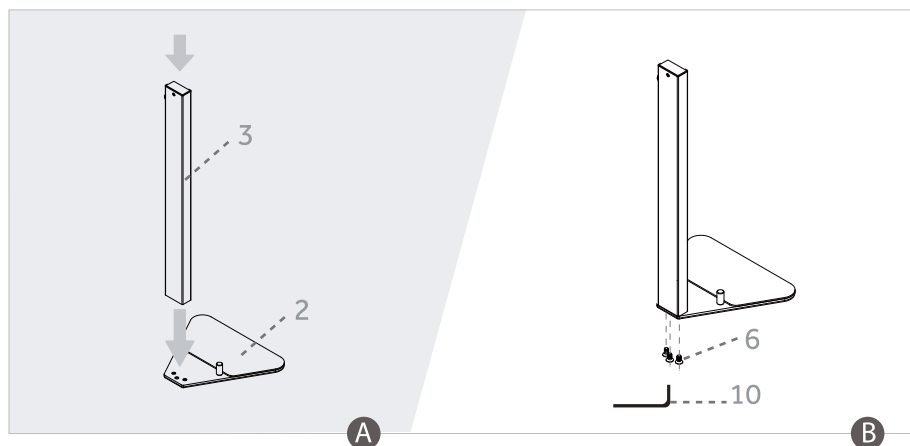
Um die Plattform einzuschalten, stecken Sie ein Ende des Netzkabels in das Gerät und das andere Ende in die Netzsteckdose (Bild A). Schalten Sie dann den Schalter ein (Bild B).

BIVOLT GERÄT (127~220V)



ROD

Richten Sie den Hauptrohr der Stange (Teil 3) auf dem Sockel der Stange (Teil 2) aus und positionieren Sie ihn wie in Bild A gezeigt. Fixieren Sie den Satz anschließend mit den Schrauben „R78“ (Teil 6 – 3 Stück) und dem Kombinationsschlüssel „Allen S5 mit Phillips“ (Teil 10).

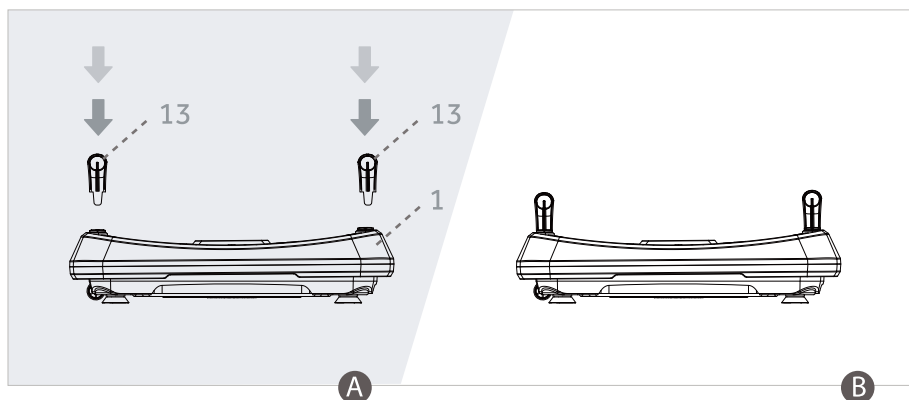


Positionieren Sie die „Obere Stangenstruktur“ (Teil 4) in dem zuvor montierten Satz, wie in Bild A gezeigt. Positionieren Sie die Struktur in der gewünschten Höhe und fixieren Sie den Satz mit dem Stangengriff (Teil 5), wie in Bild B gezeigt.



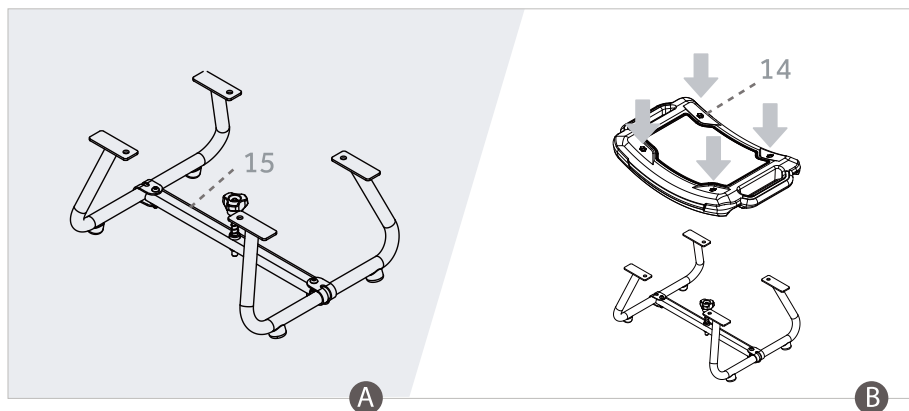
VIBRATORISCHE PLATTFORM

Richten Sie die Plattformlöcher an den Handgriffen (Teil 13) auf der Vibrationsplattform (Teil 1) aus und setzen Sie sie wie auf den folgenden Bildern gezeigt ein. Gehen Sie mit dem zweiten Handgriff (Teil 13) auf der gegenüberliegenden Seite genauso vor.

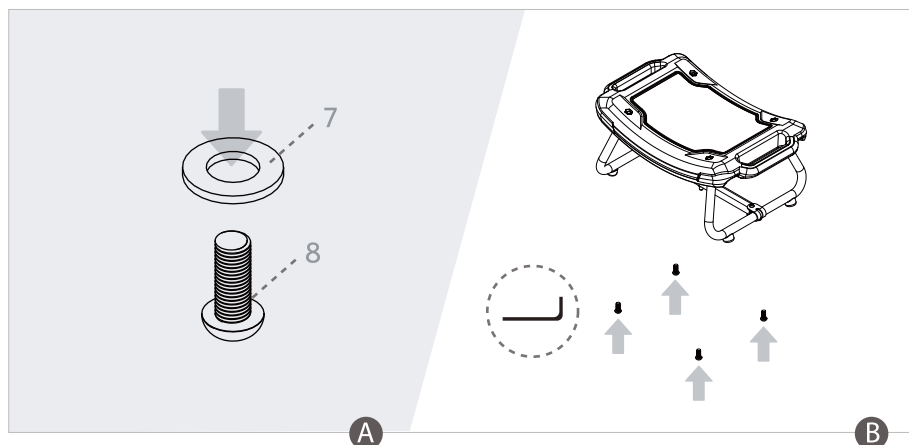


SITZ

Drehen Sie die Metall-Sitzstruktur (Teil 15) so, dass ihre endgültige Position Bild A ähnelt. Nach Abschluss des ersten Schritts platzieren Sie den Sitz (Teil 14) oben auf der Metallstruktur (Teil 15), wie in Bild B gezeigt.



Setzen Sie die Unterlegscheibe W15 (Teil 7) konzentrisch in die Schraube R29 (Teil 8) ein. Wiederholen Sie diesen Schritt für alle 4 Einheiten jeder Unterlegscheibe und Schraube. Danach befestigen Sie die Baugruppe (Metallstruktur - Sitz) mit dem Inbuss- / Kreuzschlitzschraubendreher und dem Satz aus Schraube und Unterlegscheibe.



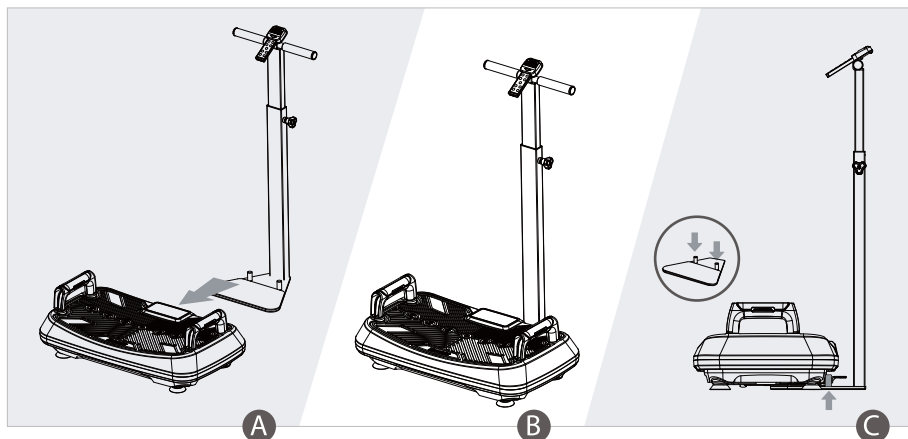
5. PRODUKTVERWENDUNG

STANGENPOSITIONIERUNG

Heben Sie die Rückseite der Vibrationsplattform leicht an.

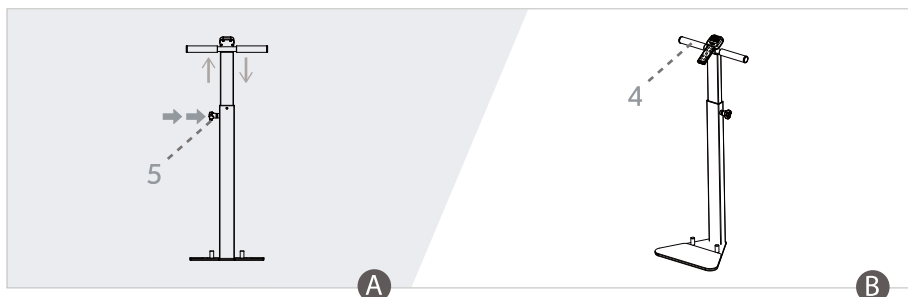
Während die Plattform noch angehoben ist, zentrieren und positionieren Sie die Stange gemäß den Abbildungen A und B.

Achtung: Die in Bild C gezeigten Stifte geben den maximalen Abstand an, den der Stab zur Plattform haben darf. Die Plattform muss also leicht diese Stifte berühren.



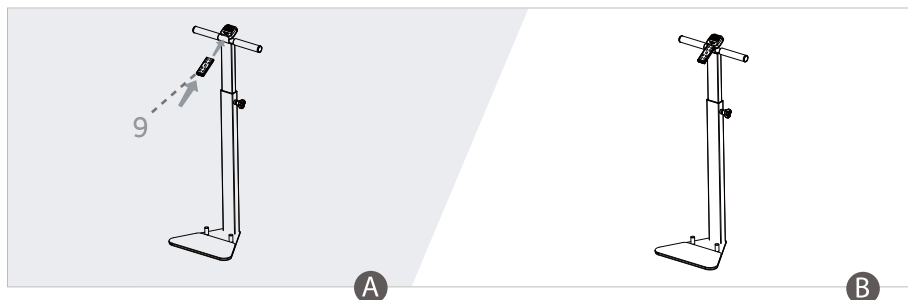
EINSTELLUNG DER STABHÖHE

Zur Einstellung schrauben Sie den Stabgriff (Teil 5) wie in Bild A gezeigt auf. Beim Aufschrauben ist es möglich, die obere Metallstruktur des Stabes (Teil 4) zu bewegen. Wählen Sie die gewünschte Höhe aus und schrauben Sie den Stabgriff wieder zu, bis die gesamte Struktur fest fixiert ist.



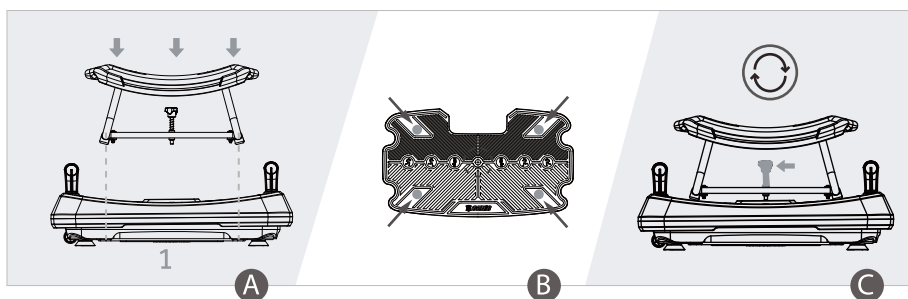
POSITIONIERUNG DER FERNBEDIENUNG

Die Fernbedienung (Gegenstand 9) kann an der Stange an der in Bild A gezeigten Position platziert werden. Um sie an der Stange zu befestigen, setzen Sie einfach die Fernbedienung an Ort und Stelle ein. Gemäß Bildern A und B.



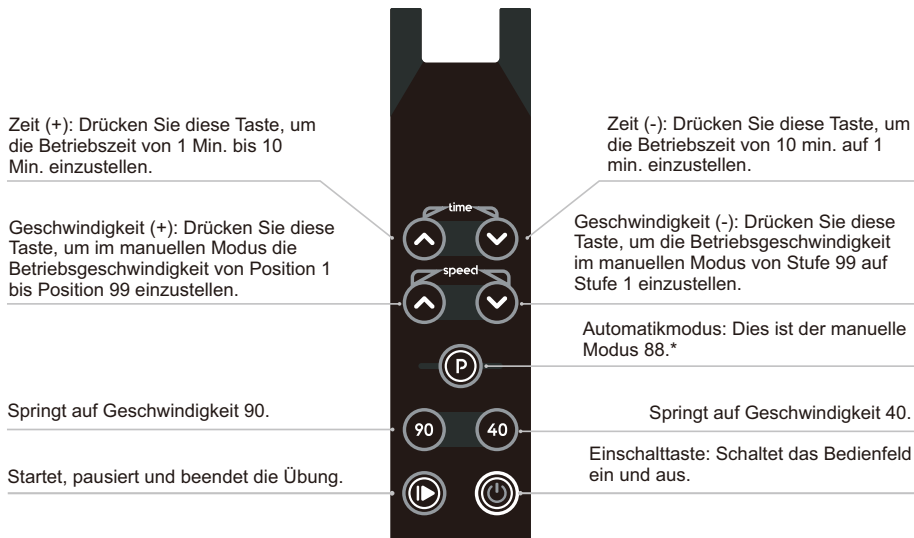
SITZPOSITIONIERUNG

Positionieren Sie das Sitzgarnitur oben auf der Vibrationsplattform (Teil 1). Achten Sie bei der Positionierung darauf, dass die Strukturfüße mit den angegebenen Markierungen ausgerichtet sind, wie in Bild B dargestellt, und dass der Sitzgriff konzentrisch zum Mittelloch der Plattform liegt, wie in Bild C gezeigt. Nach Abschluss dieses Schritts befestigen Sie den Satz, indem Sie den Sitzgriff im Uhrzeigersinn (Bild C) festdrehen, bis der Satz fest fixiert ist.



Ihr Produkt ist einsatzbereit!

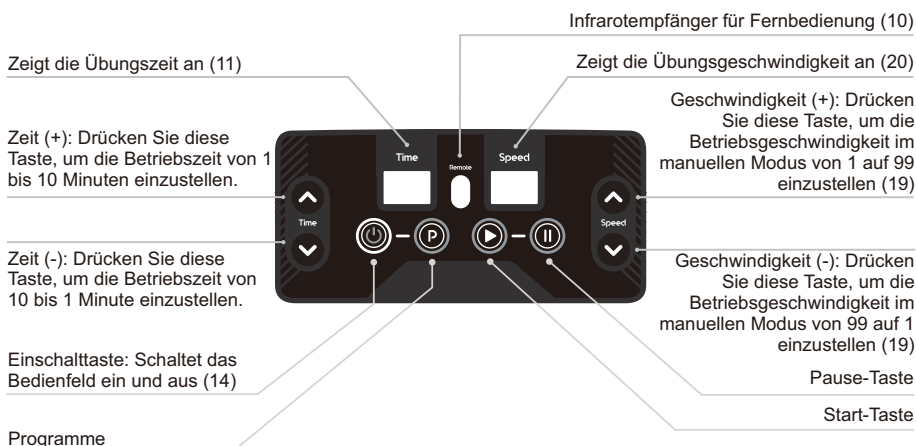
6. BEDIENELEMENTE DER FERNBEDIENUNG



Warnung: Die Fernbedienung kann innerhalb von 2,5 Metern effektiv Steuersignale abgeben. Richten Sie beim Gebrauch der Fernbedienung den Infrarotsender gegen den Empfänger des Displays für die Steuersignale.

*Drücken Sie diese Taste, um den automatischen Steuerungsmodus von P1 auf P3 umzuschalten. Der Automatikmodus ist eine benutzerfreundliche Funktion, die die Vibrationsfrequenz automatisch anpassen kann; Zeit und Geschwindigkeit lassen sich nicht einstellen.

7. ANZEIGEFUNKTIONEN



MANUELLER MODUS-PROGRAMM

Der Benutzer kann die Zeit und Intensität der Übung manuell konfigurieren, um sie an seine Bedürfnisse anzupassen. Folgen Sie den nachstehenden Anweisungen:

1. Stecken Sie das Netzkabel des Geräts in die Steckdose. Schalten Sie den Netzschalter ein. Nach dem Einschalten ertönt ein Piepton vom Gerät.
2. Drücken Sie den Ein-/Ausschalter () am Controller oder am Display, um das Gerät einzuschalten.
3. Wählen Sie die Trainingszeit, sie kann von 1 bis 10 Minuten betragen. Um die Zeit zu erhöhen, drücken Sie die Zeit-Taste (+) auf der Fernbedienung oder () auf dem Display. Um die Zeit zu verringern, drücken Sie die Zeit-Taste (-) auf der Fernbedienung () oder auf dem Display. Die Zeit auf dem Display zeigt die verbleibende Trainingszeit an.
4. Starten Sie das Training, indem Sie die Taste () auf der Fernbedienung oder auf dem Display drücken.
5. Sie können jetzt die Intensität der Vibration wählen. Die Intensitätsstufen reichen von 1 bis 99. Um den Wert zu erhöhen, drücken Sie die Geschwindigkeitstaste (+) an der Steuerung oder () auf dem Display. Um den Wert zu verringern, drücken Sie die Geschwindigkeitstaste (-) an der Steuerung oder () auf dem Display.
6. Sie können die Geschwindigkeit auch schnell auf 40 oder 90 erhöhen, indem Sie die Tasten (90) und (40) an der Steuerung verwenden.
7. Um die Übung zu beenden, drücken Sie die Taste () an der Fernbedienung oder die Taste () auf dem Display.
8. Um das Gerät auszuschalten, drücken Sie die Taste () an der Fernbedienung oder auf dem Display.

AUTOMATIK-MODUS-PROGRAMM

Das Gerät verfügt über vordefinierte Trainingsprogramme. Um darauf zuzugreifen, befolgen Sie die folgenden Anweisungen:

1. Stecken Sie das Netzkabel des Geräts in die Steckdose. Schalten Sie den Netzschalter ein. Nach dem Einschalten gibt das Gerät einen Signalton von sich.
2. Drücken Sie den Netzschalter (⏻) am Controller oder am Display, um das Gerät einzuschalten.
3. Drücken Sie die Taste (P) auf der Fernbedienung oder (P) auf dem Display, um zwischen den 3 vorhandenen Programmen P1, P2 und P3 zu wählen.
4. Wenn Sie das gewünschte Programm ausgewählt haben, starten Sie die Übung durch Drücken der Taste (▶) auf der Fernbedienung oder der Taste (▶) auf dem Display.
5. Die nachfolgende Tabelle zeigt die Intensität der Übung gemäß jedem Programm, der Wert ändert sich automatisch jede Minute.
6. Um die Übung zu beenden, drücken Sie die Taste (▶) auf der Fernbedienung oder die Taste (||) auf dem Display.
7. Um das Gerät auszuschalten, drücken Sie die Taste (⏻) auf der Fernbedienung oder auf dem Display.

AUTOMATISCHER MODUS TABELLE

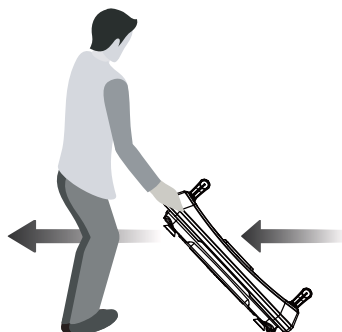
INTENSITÄT JEDER STUFE			
ZEIT (min)	P1	P2	P3
9	16	20	10
8	18	40	44
7	28	60	99
6	38	80	33
5	48	99	99
4	58	40	22
3	48	99	99
2	38	40	11
1	28	99	99

8. MÖGLICHE PROBLEME

PROBLEM	MÖGLICHE URSACHE	SOLUTION
Die Ausrüstung startet nicht.	Das Netzkabel ist lose.	Stecken Sie den Netzstecker ein.
	Der Schalter ist ausgeschaltet.	Schalten Sie den Schalter ein.
	Der Strom ist so hoch, dass die Sicherung durchgebrannt ist.	Ersetzen Sie die Sicherung durch ein Modell gleicher Bauart.
Das Gerät gibt im Betrieb Geräusche von sich.	Es handelt sich um ein normales Betriebsgeräusch.	Eine Reparatur ist nicht erforderlich.
Die Ausrüstung entspricht nicht der Fernbedienung.	Die Batterie der Fernbedienung ist leer.	Batterie austauschen.
	Die Fernbedienung ist zu weit von der Ausrüstung entfernt.	Halten Sie einen maximalen Abstand von 2,5 Metern ein.
Die Anlage schaltet sich plötzlich ab.	Die Standardbetriebszeit hat ihr Limit erreicht. Es handelt sich um einen Schutz für den Elektromotor der Anlage.	Initialisieren Sie die Anlage nach 10 Minuten. Die Anlage wird automatisch arbeiten, nachdem der Motor abgekühlt ist.
Das Gerät funktioniert nicht normal.	Das Gerät wird über die in der Bedienungsanleitung empfohlenen Standards hinaus verwendet.	Ziehen Sie den Stecker des Geräts ab und setzen Sie es zurück.

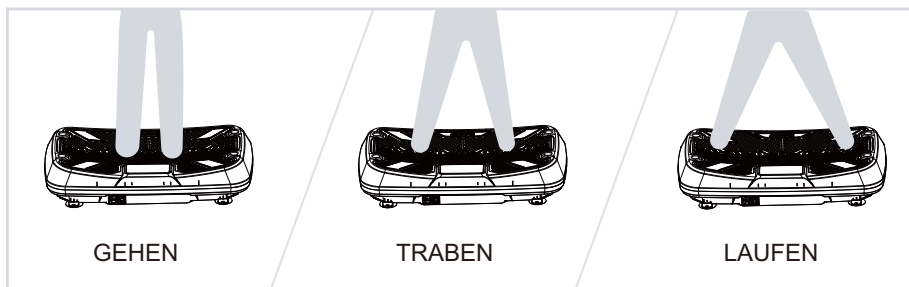
9. TRANSPORT

Bevor Sie das Gerät verwenden, stellen Sie es auf eine flache, stabile und horizontale Fläche, mit einem Abstand von mindestens 20 Zentimetern zu jeder Wand oder jedem Gegenstand. Um das Produkt zu transportieren, halten Sie die Seite des Geräts und heben Sie es an, bis seine Räder den Boden berühren. Ziehen Sie das Produkt vorsichtig heraus.



10. TRAININGSVORSCHLÄGE

Die Vibrationsplattform simuliert durch Vibrationsbewegungen die Bewegungen des Gehens, Trabens und Laufens. Überprüfen Sie die Position Ihrer Füße auf der Oberfläche des Geräts: Je größer der Abstand zwischen ihnen ist, desto größer ist die Intensität der Übung.



11. TECHNISCHE DATEN

Eingangsspannung: 100-240 V

Frequenz: 50/60 Hz

Leistung: 150 W

Belastbarkeit: 120 kg

1. Informations importantes et avertissements	29
2. Instructions générales de sécurité	29
3. Contenu de la boîte	30
4. Assemblage de l'équipement	31
5. Utilisation du Produit	34
6. Fonctions de la Télécommande	36
7. Fonctions de l'Écran	36
8. Problèmes Possibles	39
9. Transport	40
10. Suggestions d'entraînement	40
11. Données techniques	40

1. INFORMATIONS IMPORTANTES ET AVERTISSEMENT

POUR VOTRE SÉCURITÉ, LISEZ ATTENTIVEMENT TOUTES LES INFORMATIONS CONTENUES DANS CE MANUEL.

- Avant de commencer tout programme d'exercice, consultez un médecin et/ou un coach de fitness.
- Ceci est important pour les personnes de tout âge ou souffrant de problèmes de santé préexistants.
- Si vous ressentez une douleur, une gêne, des palpitations cardiaques, un essoufflement ou un inconfort pendant l'exercice, arrêtez et consultez votre médecin avant de continuer.
- Une seule personne à la fois doit utiliser cet équipement.
- Tenir les enfants et les animaux de compagnie à l'écart de l'équipement.
- Attention : Un exercice excessif ou inadéquat peut causer des blessures.
- Il est recommandé de ne pas faire d'exercice immédiatement après les repas. Attendez au moins 1 heure avant de commencer votre entraînement.
- Il est recommandé que les personnes ayant peu de capacités physiques/sensorielles, les personnes souffrant de troubles mentaux, ou celles ayant peu d'expérience ou de connaissances, soient accompagnées d'un coach pendant la pratique de l'exercice physique.

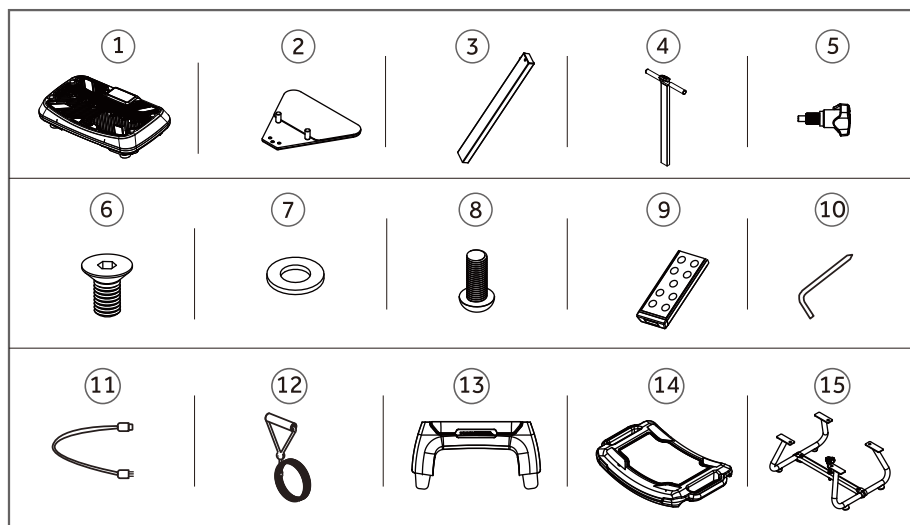
2. CONSIGNES GÉNÉRALES DE SÉCURITÉ

- Il est de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs sont correctement informés des précautions pour leur sécurité.
- Cet appareil est conçu uniquement pour un usage domestique et de bureau. Il n'a aucun but thérapeutique.
- Pour votre sécurité, assurez-vous que toutes les pièces sont correctement fixées, que l'appareil est posé sur une surface solide et que la zone autour de celui-ci est dégagée, et vérifiez que l'appareil est en parfait état avant chaque utilisation.
- Portez des vêtements de sport appropriés et évitez les accessoires qui pourraient être happés par l'équipement.
- Pour assurer la sécurité des enfants et/ou des animaux de compagnie, ne les laissez pas jouer sur ou à proximité de l'appareil.

CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES

- N'utilisez jamais de produits abrasifs ou de solvants pour nettoyer l'équipement.
- Ne laissez pas l'équipement exposé aux agents naturels tels que la lumière du soleil, la pluie, la rosée, la poussière, les embruns salins, etc.
- Ne placez pas l'équipement dans des endroits poussiéreux et humides, les saunas ou tout endroit non ventilé

3. CONTENU DE LA BOÎTE



N°	DESCRIPTION	QUANTITÉ
1	PLATE-FORME VIBRATOIRE	1
2	BASE DE TIGE	1
3	TUBE PRINCIPAL DE TIGE	1
4	STRUCTURE DE TIGE SUPÉRIEURE	1
5	MANCHE DE TIGE	1
6	VIS R78	3
7	ROUELLE W15	4
8	VIS R29	4
9	TÉLÉCOMMANDE	1
10	CIÉ ALLEN S5 AVEC ÉTOILE	1
11	CÂBLE D'ALIMENTATION	1
12	ÉLASTIQUE	2
13	POIGNÉE MANUELLE	2
14	SIÈGE	1
15	STRUCTURE DU SIÈGE EN MÉTAL	1

MONTAGE DE L'ÉQUIPEMENT

MISE EN MARCHÉ DE L'APPAREIL

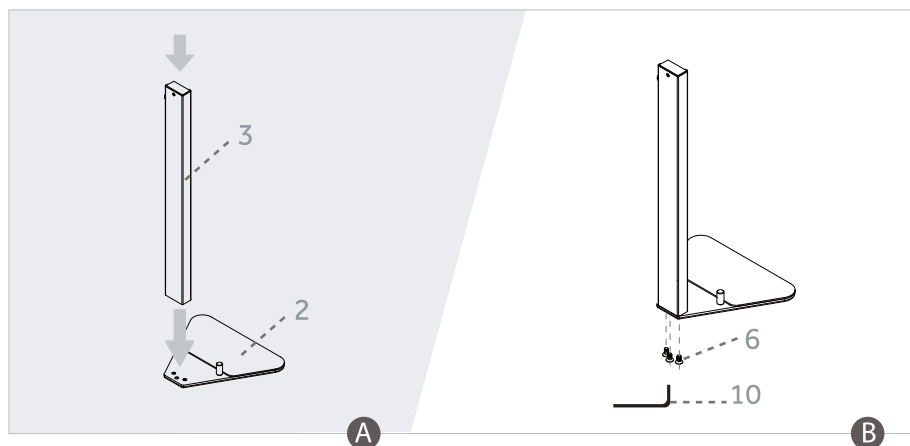
Pour mettre la Plateforme en marche, connectez une extrémité du câble d'alimentation à l'appareil et l'autre extrémité à la prise secteur (Image A). Ensuite, mettez l'interrupteur en position marche (Image B).

APPAREIL BIVOLT (127~220V)



TIGE

Aligner et positionner le Tube Principal de la Tige (élément 3) sur la Base de la Tige (élément 2) comme illustré sur l'Image A. Immédiatement après, fixer l'ensemble à l'aide des vis "R78" (élément 6 - 3 unités) et de la clé combinée "Allen S5 avec Phillips" (élément 10).

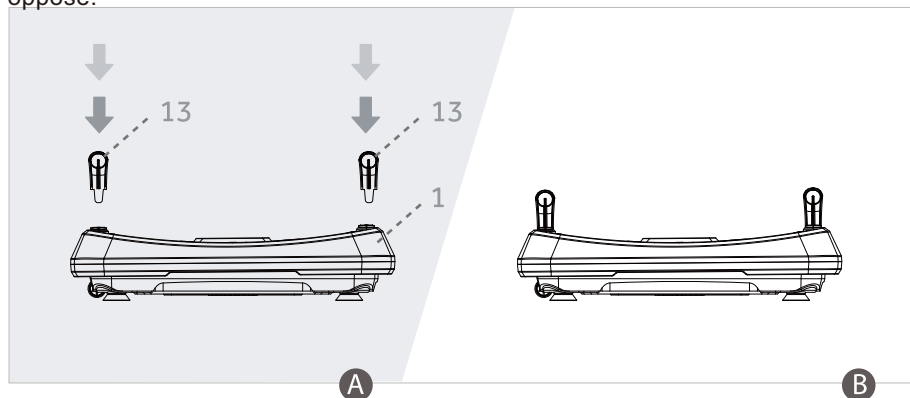


Positionner la "Structure Supérieure de Tige" (élément 4) sur l'ensemble précédemment monté, comme illustré sur l'Image A. Positionner la structure à la hauteur souhaitée et fixer l'ensemble avec la Poignée de Tige (élément 5), comme illustré sur l'Image B.



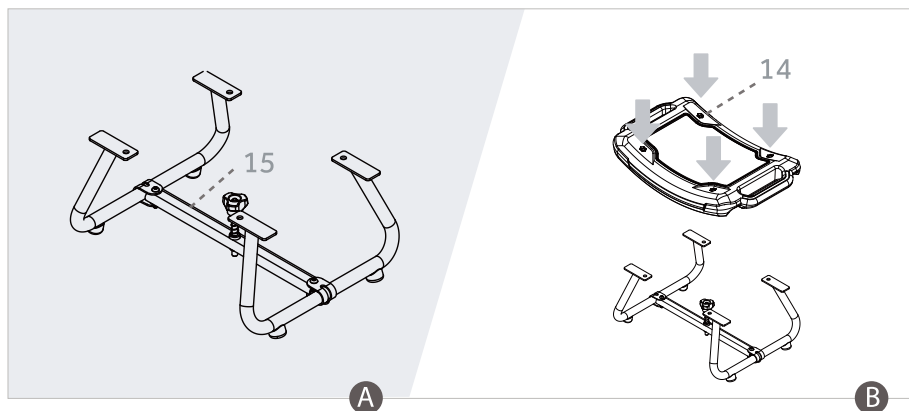
PLATE-FORME VIBRANTE

Alignez et positionnez les trous de la plateforme avec les Poignées (article 13) sur la Plateforme Vibrante (article 1) et fixez-la comme illustré sur les images suivantes. Faites de même avec la seconde Poignée (article 13) sur le côté opposé.

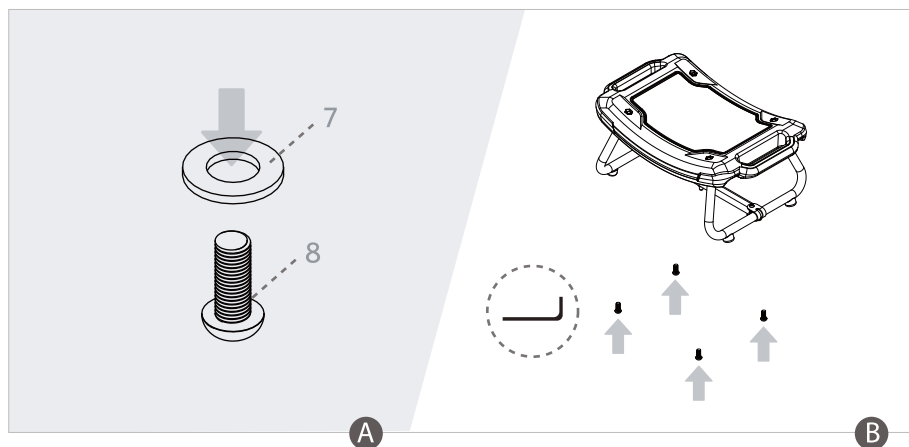


SIÈGE

Faites pivoter la Structure Métallique du Siège (article 15) de sorte que sa position finale devienne similaire à l'Image A. Une fois la première étape terminée, positionnez le Siège (article 14) sur le dessus de la structure métallique (article 15), comme montré dans l'Image B.



Positionnez la Rondelle W15 (article 7) de manière concentrique sur la Vis R29 (article 8). Répétez cette opération pour les 4 exemplaires de chaque Rondelle et Vis. Ensuite, fixez l'assemblage (Structure Métallique - Siège) à l'aide de la clé Allen / tournevis cruciforme et du jeu de Vis et Rondelle.



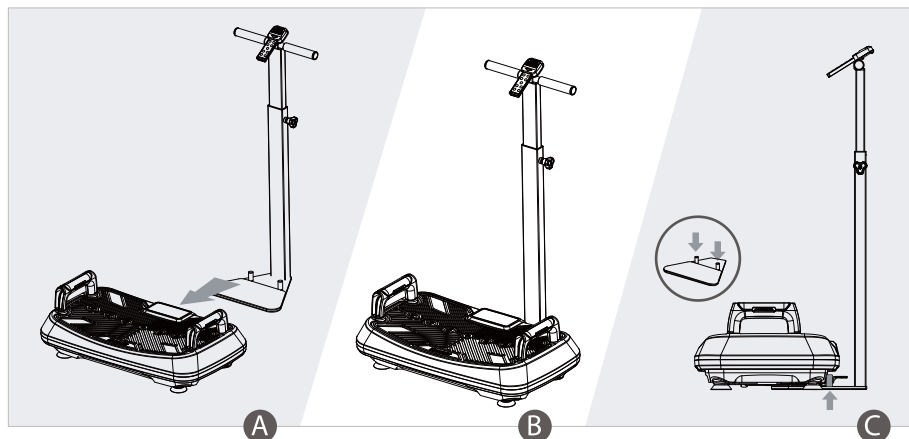
5. UTILISATION DU PRODUIT

POSITIONNEMENT DE LA BARRE

Soulevez légèrement l'arrière de la plate-forme vibrante.

Tout en maintenant la plateforme soulevée, centrez et positionnez la tige conformément aux images A et B.

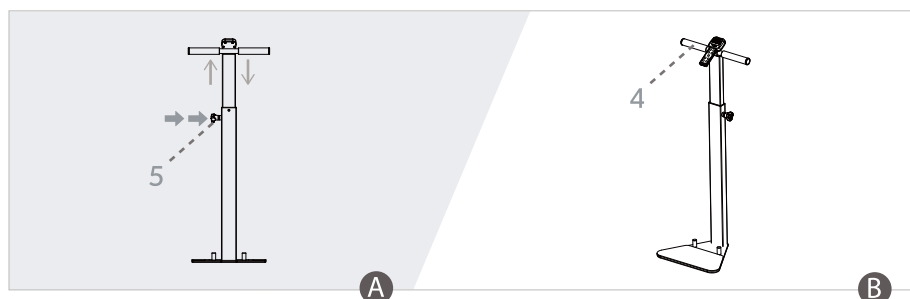
Attention : Les broches indiquées sur l'Image C montrent la proximité maximale à laquelle la Tige doit se trouver par rapport à la Plateforme. Ainsi, la Plateforme doit effleurer légèrement ces broches.



AJUSTEMENT DE LA HAUTEUR DE LA TIGE

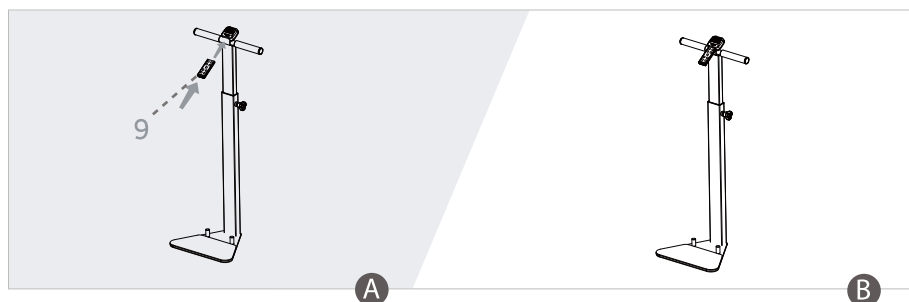
Pour régler, dévissez la Poignée de Tige (article 5) comme illustré sur l'Image A.

En la dévissant, il sera possible de déplacer la Structure Métallique Supérieure de la Tige (article 4). Après avoir choisi la hauteur souhaitée, revissez la Poignée de Tige jusqu'à ce que toute la structure soit fermement fixée.



POSITIONNEMENT DE LA TÉLÉCOMMANDE

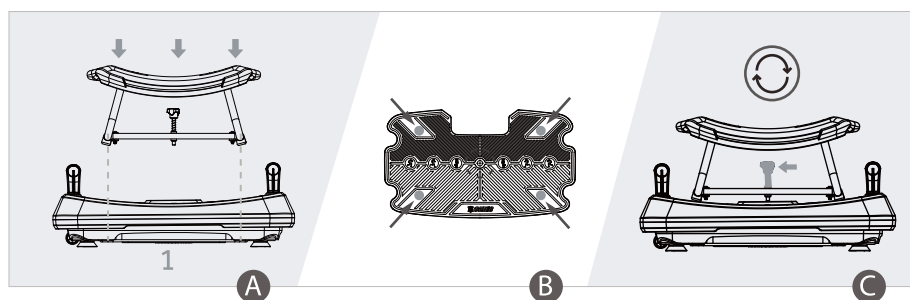
La télécommande (pièce 9) peut être positionnée sur la tige à l'emplacement indiqué sur l'image A. Pour la fixer sur la tige, il suffit d'ajuster la télécommande en place. Selon les images A et B.



POSITIONNEMENT DU SIÈGE

Positionnez l'ensemble du siège sur le dessus de la plateforme vibrante (pièce 1). Lors du positionnement, assurez-vous que les pieds de la structure sont alignés avec les repères indiqués, comme le montre l'image B, et que la poignée du siège est centrée sur le trou central de la plateforme, comme le montre l'image C.

Une fois cette étape terminée, fixez l'ensemble en vissant la poignée du siège dans le sens des aiguilles d'une montre (image C) jusqu'à ce que l'ensemble soit solidement fixé.



Votre produit est prêt à être utilisé !

6. FONCTIONS DE LA TÉLÉCOMMANDE

Temps (+) : Appuyez sur ce bouton pour régler le temps de fonctionnement de 1 min. à 10 min.

Vitesse (+) : Appuyez sur ce bouton pour ajuster la vitesse de fonctionnement de la position 1 à la position 99 en mode manuel.

La vitesse passe à 90.

Démarre, met en pause et arrête l'exercice.

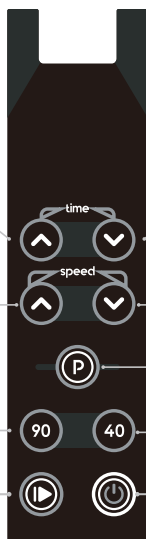
Temps (-) : Appuyez sur ce bouton pour définir le temps de fonctionnement de 10 min à 1 min.

Vitesse (-) : Appuyez sur ce bouton pour ajuster la vitesse de fonctionnement de la position 99 à la position 1 en mode manuel.

Mode automatique : C'est le mode manuel 88.*

La vitesse passe à 40.

Bouton d'alimentation : allume et éteint le panneau de contrôle.



Avertissement : La télécommande peut émettre efficacement des signaux de contrôle jusqu'à 2,5 mètres. Lorsque vous utilisez la télécommande, dirigez l'émetteur infrarouge vers le récepteur du boîtier de contrôle.

*Appuyez sur ce bouton pour basculer le mode de contrôle automatique de P1 à P3. Le mode automatique est une fonction facile à utiliser qui peut ajuster automatiquement la fréquence des vibrations, le temps et la vitesse ne peuvent pas être réglés.

7. FONCTIONS D'AFFICHAGE

Affiche le temps d'exercice (11)

Temps (+) : Appuyez sur ce bouton pour régler le temps de fonctionnement de 1 à 10 min.

Temps (-) : Appuyez sur ce bouton pour régler le temps de fonctionnement de 10 à 1 min.

Bouton d'alimentation : Allume et éteint le panneau de contrôle (14)

Programmes

Récepteur infrarouge pour télécommande (10)

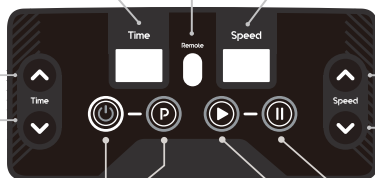
Affiche la vitesse de l'exercice (20)

Vitesse (+) : Appuyez sur ce bouton pour régler la vitesse de fonctionnement de 1 à 99 en mode manuel (19)

Vitesse (-) : Appuyez sur ce bouton pour régler la vitesse de fonctionnement de 99 à 1 en mode manuel (19)

Bouton Pause

Bouton Démarrer



PROGRAMME MODE MANUEL

L'utilisateur peut configurer manuellement la durée et l'intensité de l'exercice pour les adapter à ses besoins, en suivant les instructions ci-dessous :

1. Branchez le câble d'alimentation de l'appareil à la prise de courant. Allumez l'interrupteur d'alimentation. Après l'allumage, l'appareil émettra un bip sonore.
2. Appuyez sur le bouton d'alimentation () sur la télécommande ou sur l'écran pour allumer l'équipement.
3. Choisissez la durée de l'exercice, elle peut aller de 1 à 10 minutes. Pour augmenter la durée, appuyez sur le bouton de temps (+) de la télécommande ou (▲) sur l'affichage. Pour diminuer la durée, appuyez sur le bouton de temps (-) de la télécommande (▼) ou sur l'affichage. Le temps affiché indiquera la durée restante de l'exercice.
4. Démarrez l'exercice en appuyant sur le bouton (▶) de la télécommande ou de l'écran.
5. Vous pouvez maintenant choisir l'intensité des vibrations. Les niveaux d'intensité vont de 1 à 99. Pour augmenter la valeur, appuyez sur le bouton de vitesse (+) sur la télécommande ou sur (▲) sur l'écran. Pour diminuer la valeur, appuyez sur le bouton de vitesse (-) sur la télécommande ou sur (▼) sur l'écran.
6. Vous pouvez également augmenter rapidement la vitesse à 40 ou 90 en utilisant les boutons (90) et (40) sur la télécommande.
7. Pour arrêter l'exercice, appuyez sur le bouton (▶) de la télécommande ou sur le bouton (||) de l'écran.
8. Pour éteindre l'appareil, appuyez sur le bouton () sur la télécommande ou sur l'écran.

PROGRAMME MODE AUTOMATIQUE

L'équipement dispose de programmes d'exercices prédéfinis. Pour y accéder, suivez les instructions ci-dessous :

1. Branchez le câble d'alimentation de l'appareil à la prise de courant. Allumez l'interrupteur d'alimentation. Après l'allumage, l'appareil émettra un bip sonore.
2. Appuyez sur le bouton d'alimentation (⏻) sur la télécommande ou sur l'écran pour allumer l'équipement.
3. Appuyez sur le bouton (P) de la télécommande ou (P) sur l'écran pour choisir entre les 3 programmes existants, P1, P2 et P3.
4. Une fois le programme souhaité sélectionné, démarrez l'exercice en appuyant sur le bouton (▶) de la télécommande ou sur le bouton (▶) de l'écran.
5. Le tableau ci-dessous indique l'intensité de l'exercice pour chaque programme, la valeur change automatiquement toutes les minutes.
6. Pour arrêter l'exercice, appuyez sur le bouton (▶) sur la télécommande ou sur le bouton (||) sur l'écran.
7. Pour éteindre l'appareil, appuyez sur le bouton (⏻) sur la télécommande ou sur l'écran.

TABLEAU DU MODE AUTOMATIQUE

INTENSITÉ DE CHAQUE NIVEAU			
TEMPS (min)	P1	P2	P3
9	16	20	10
8	18	40	44
7	28	60	99
6	38	80	33
5	48	99	99
4	58	40	22
3	48	99	99
2	38	40	11
1	28	99	99

8. PROBLÈMES POSSIBLES

PROBLÈME	CAUSE POSSIBLE	SOLUTION
L'équipement ne démarre pas.	Le câble d'alimentation est desserré.	Branchez la prise d'alimentation.
	L'interrupteur est éteint.	Allumez l'interrupteur.
	Le courant électrique est si élevé que le fusible a sauté.	Remplacez le fusible par un modèle identique.
L'équipement en fonctionnement émet des bruits.	Il s'agit d'un bruit normal pendant le fonctionnement de l'équipement.	Aucune réparation n'est nécessaire.
L'équipement ne correspond pas à la télécommande.	La pile de la télécommande est épuisée.	Remplacez la pile.
	La télécommande est trop éloignée de l'équipement.	Maintenez une distance maximale de 2,5 mètres.
L'équipement s'éteint soudainement.	Le temps de fonctionnement standard a atteint sa limite. Il s'agit d'une protection pour le moteur électrique de l'équipement.	Réinitialisez l'équipement après 10 minutes. L'équipement fonctionnera automatiquement après le refroidissement du moteur.
L'équipement ne fonctionne pas normalement.	L'équipement est utilisé au-delà des normes recommandées dans le manuel d'instructions.	Débranchez l'équipement et réinitialisez-le.



FR

Cet appareil,
ses accessoires,
cordons et batteries
se recyclent

REPRISE
À LA LIVRAISON



ou

À DÉPOSER
EN MAGASIN



ou

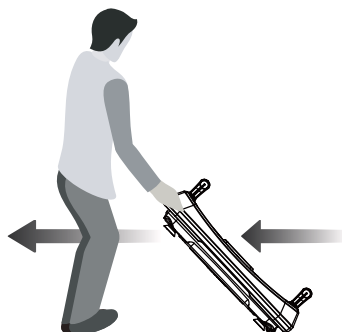
À DÉPOSER
EN DÉCHÈTERIE



Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !

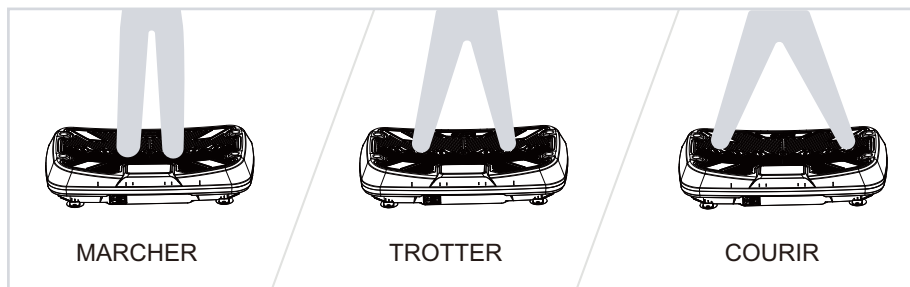
9. TRANSPORT

Avant d'utiliser l'équipement, placez-le sur une surface plane, stable et horizontale, avec une distance d'au moins 20 centimètres de tout mur ou objet. Pour transporter le produit, tenez le côté de l'équipement et soulevez-le jusqu'à ce que ses roues touchent le sol. Tirez le produit doucement.



10. SUGGESTIONS D'ENTRAÎNEMENT

La plateforme vibrante simule les actions de la marche, du trot et de la course, par des mouvements vibratoires. Vérifiez la position de vos pieds sur la surface de l'appareil : plus la distance entre eux est grande, plus l'intensité de l'exercice est importante.



11. DONNÉES TECHNIQUES

Tension d'entrée: 100-240 V

Fréquence: 50/60 Hz

Puissance: 150 W

Charge maximale: 120 kg

1. Información Importante y Advertencia	42
2. Instrucciones Generales de Seguridad	42
3. Contenido del Empaque	43
4. Ensamblaje del Equipo	44
5. Uso del producto	47
6. Funciones del mando a distancia	49
7. Funciones de pantalla	49
8. Problemas posibles	52
9. Transporte	53
10. Sugerencias de Ejercicio.	53
11. Datos Técnicos	53

1. INFORMACIÓN IMPORTANTE Y ADVERTENCIA

POR SU SEGURIDAD, LEA ATENTAMENTE TODA LA INFORMACIÓN DE ESTE MANUAL.

- Antes de comenzar cualquier programa de ejercicio, consulte a un médico y/o a un entrenador de fitness.
- Esto es importante para personas de todas las edades o que tengan algún problema de salud preexistente.
- Si experimenta algún dolor o tensión, irregularidad en el latido del corazón, falta de aliento o malestar durante el ejercicio, deténgase y consulte a su médico antes de continuar.
- Solamente una persona por vez debe usar este equipo.
- Mantenga a los niños y a las mascotas alejados del equipo.
- Precaución: El ejercicio excesivo o inadecuado puede causar lesiones.
- Se recomienda no hacer ejercicio inmediatamente después de las comidas. Espere al menos 1 hora antes de comenzar su práctica.
- Se recomienda que las personas con poca capacidad física o sensorial, trastornos mentales, y aquellas con poca experiencia o conocimientos, estén acompañadas por un entrenador durante la práctica del ejercicio físico.

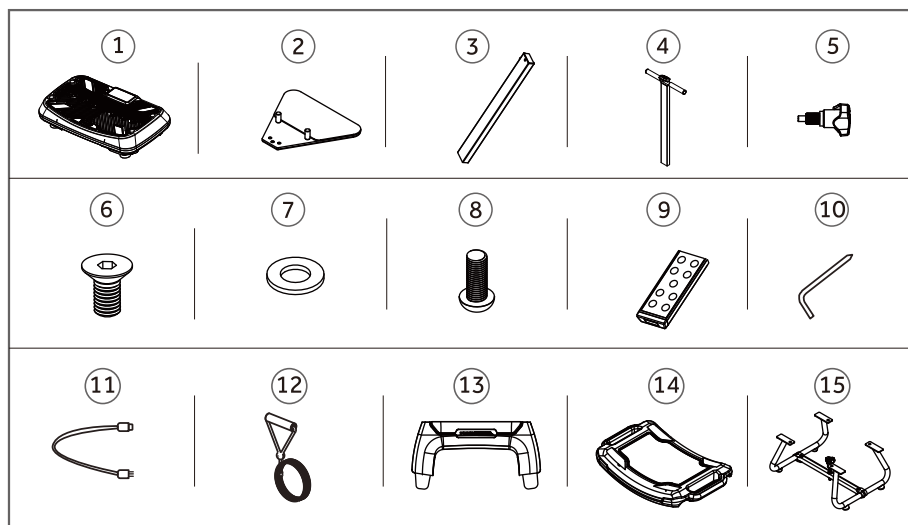
2. INSTRUCCIONES GENERALES DE SEGURIDAD

- Es responsabilidad del propietario asegurarse de que todos los usuarios estén debidamente informados sobre las precauciones para su seguridad.
- Este aparato está diseñado únicamente para uso doméstico y de oficina. No tiene fines terapéuticos.
- Por su seguridad, asegúrese de que todas las piezas estén bien sujetas, el aparato esté sobre una superficie sólida y la zona que lo rodea esté libre de obstáculos. Asegúrese de que el aparato esté en perfecto estado antes de cada uso.
- Utilice ropa deportiva apropiada y evite accesorios que puedan engancharse en el equipo.
- Para garantizar la seguridad de niños y/o mascotas, no permita que jueguen sobre el dispositivo ni cerca de él.

CONSIDERACIONES GENERALES

- Nunca utilice abrasivos ni disolventes para limpiar el equipo.
- No deje el equipo expuesto a agentes naturales como la luz solar, la lluvia, el rocío, el polvo, la salinidad, etc.
- No coloque el equipo en lugares polvorientos y húmedos, saunas o cualquier lugar no ventilado.

3. CONTENIDO DE LA CAJA



N°	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD
1	PLATAFORMA VIBRATORIA	1
2	BASE DE LA VARILLA	1
3	TUBO PRINCIPAL DE LA VARILLA	1
4	ESTRUCTURA SUPERIOR DE LA VARILLA	1
5	MANIVELA DE LA BARRACOLA	1
6	TORNILLO R78	3
7	LAVADOR W15	4
8	TORNILLO R29	4
9	MANDO A DISTANCIA	1
10	LLAVE ALLEN S5 CON CABEZA PHILLIPS	1
11	CABLE DE ALIMENTACIÓN	1
12	ELÁSTICO	2
13	MANIVELA DE MANO	2
14	ASIENTO	1
15	ESTRUCTURA DEL ASIENTO METÁLICO	1

ENCENDIDO DEL EQUIPO

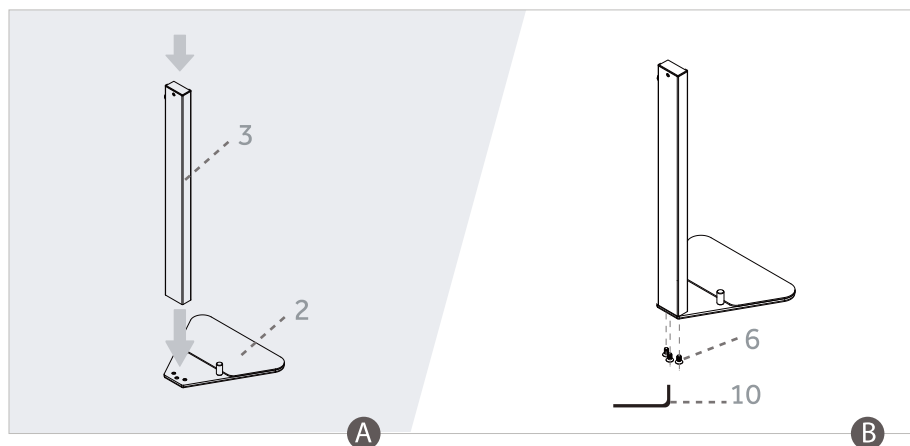
Para encender la Plataforma, conecte un extremo del cable de alimentación al equipo y el otro al enchufe de corriente (Imagen A). Luego, encienda el interruptor (Imagen B).

EQUIPO BIVOLT (127~220V)



BARRA

Alinee y coloque el Tubo Principal de la Barra (pieza 3) en la Base de la Barra (pieza 2) como se muestra en la Imagen A. Inmediatamente después, fije el conjunto utilizando los tornillos "R78" (pieza 6 - 3 unidades) y la llave combinada "Allen S5 con Phillips" (pieza 10).

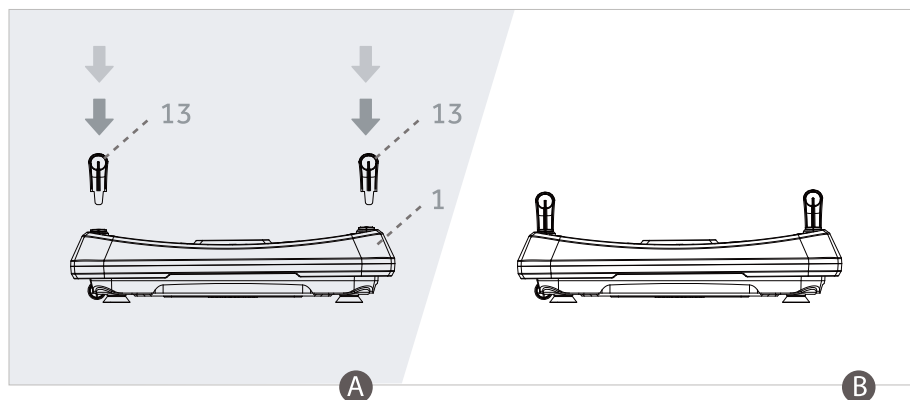


Coloque la "Estructura Superior de la Barra" (pieza 4) en el conjunto previamente ensamblado, como se muestra en la Imagen A. Posicione la estructura a la altura deseada y fije el conjunto con la Palanca de la Barra (pieza 5), como se muestra en la Imagen B.



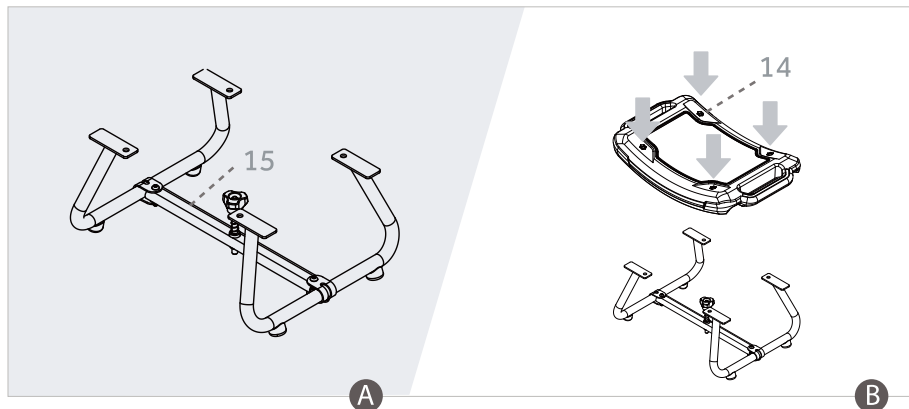
PLATAFORMA VIBRATORIA

Alinee y posicione los orificios de la plataforma con las Manijas Manuales (pieza 13) en la Plataforma Vibratoria (pieza 1) y colóquelas como se muestra en las siguientes imágenes. Haga lo mismo con la segunda Manija Manual (pieza 13) en el lado opuesto.

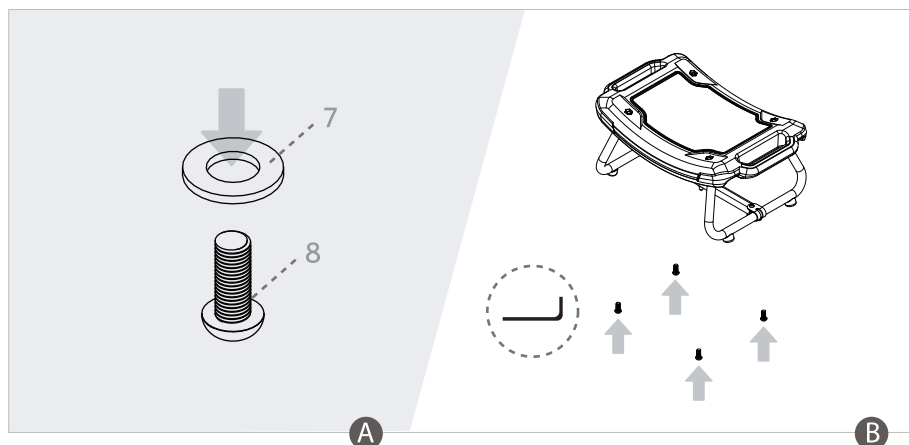


ASIENTO

Gire la Estructura Metálica del Asiento (pieza 15) para que su posición final sea similar a la Imagen A. Una vez completado el primer paso, coloque el Asiento (pieza 14) sobre la estructura metálica (pieza 15), como se muestra en la Imagen B.



Posicione la Arandela W15 (pieza 7) de forma concéntrica sobre el Tornillo R29 (pieza 8). Haga esto para las 4 unidades de cada Arandela y Tornillo. Después de eso, fije el ensamblaje (Estructura Metálica - Asiento) usando el destornillador Allen / Phillips y el conjunto de Tornillo y Arandela.



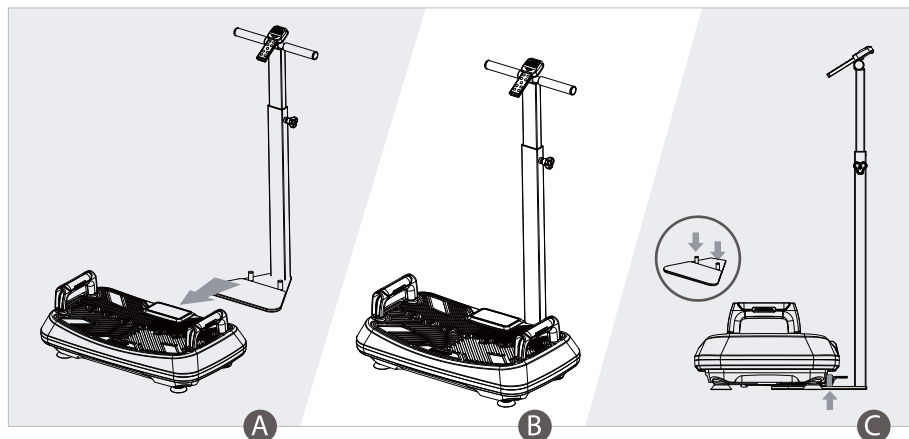
5. USO DEL PRODUCTO

POSICIONAMIENTO DE LA VARILLA

Levante ligeramente la parte trasera de la Plataforma Vibratoria.

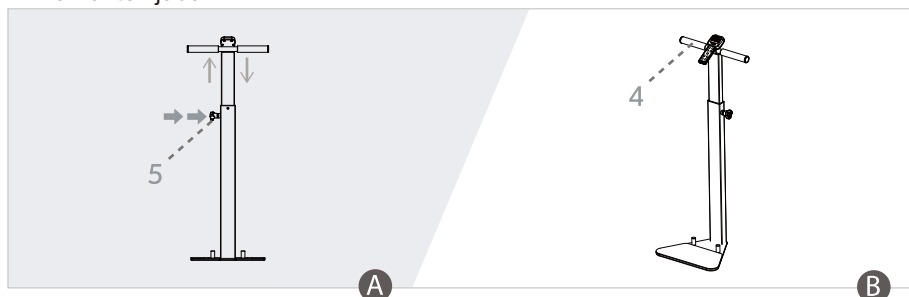
Mientras la Plataforma aún está levantada, centre y coloque la Varilla según las Imágenes A y B.

Atención: Los pasadores indicados en la Imagen C muestran la máxima proximidad que debe tener la Barra respecto a la Plataforma. Por lo tanto, la Plataforma debe tocar ligeramente estos pasadores.



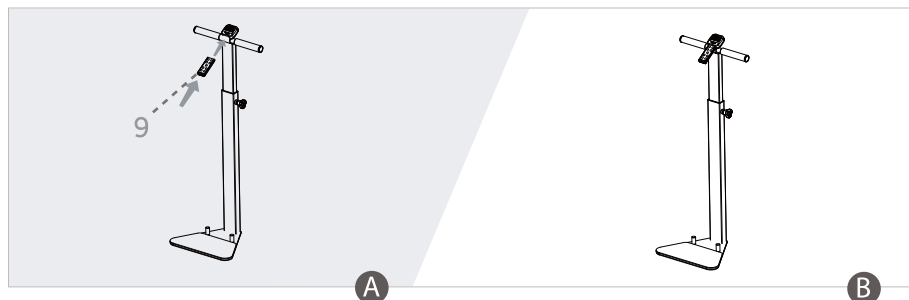
AJUSTE DE ALTURA DE LA BARRA

Para ajustar, desenrosque la Palanca de la Barra (elemento 5) como se muestra en la Imagen A. Al desenroscarla, será posible mover la Estructura Metálica Superior de la Barra (elemento 4). Después de elegir la altura deseada, enrosque nuevamente la Palanca de la Barra hasta que toda la estructura quede firmemente fijada.



POSICIONAMIENTO DEL CONTROL REMOTO

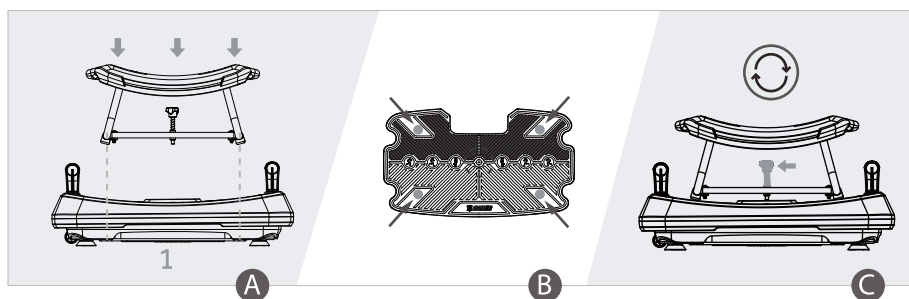
El Control Remoto (artículo 9) se puede colocar en la Varilla en la ubicación que se muestra en la Imagen A. Para fijarlo en la Varilla, simplemente ajuste el Control Remoto en su lugar. Según las imágenes A y B.



POSICIONAMIENTO DEL ASIENTO

Coloque el conjunto del Asiento en la parte superior de la Plataforma Vibratoria (artículo 1). Al posicionarlo, asegúrese de que los pies de la estructura estén alineados con las marcas indicadas, como se muestra en la imagen B, y que el Mango del Asiento sea concéntrico con el orificio central de la Plataforma, como se muestra en la imagen C.

Completado este paso, fije el conjunto girando el Mango del Asiento en sentido horario (Imagen C) hasta que el conjunto esté firmemente sujeto.



¡Su producto está listo para ser utilizado!

6. FUNCIONES DEL CONTROL REMOTO

Tiempo (+): Presiona este botón para ajustar el tiempo de funcionamiento de 1 min. a 10 min.

Velocidad (+): Presiona este botón para ajustar la velocidad de funcionamiento desde la posición 1 hasta la posición 99 en modo manual.

La velocidad salta a 90.

Inicia, pausa y detiene el ejercicio.

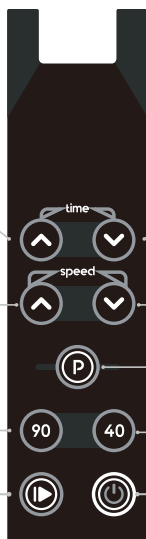
Tiempo (-): Presione este botón para ajustar el tiempo de funcionamiento desde 10 min. hasta 1 min.

Velocidad (-): Presione este botón para ajustar la velocidad de funcionamiento desde la posición 99 hasta la posición 1 en modo manual.

Modo Automático: Es el modo manual 88.*

La velocidad salta a 40.

Botón de encendido: enciende y apaga el panel de control.



Advertencia: El control remoto puede emitir señales de control de forma efectiva dentro de un radio de 2.5 metros. Al usar el control remoto, apunte el transmisor de infrarrojos hacia el receptor de la pantalla para enviar las señales de control.

*Presione este botón para cambiar el modo de control automático de P1 a P3. El modo automático es una función fácil de usar que ajusta automáticamente la frecuencia de vibración; el tiempo y la velocidad no se pueden ajustar.

7. FUNCIONES DE LA PANTALLA

Receptor infrarrojo para mando a distancia (10)

Muestra el tiempo de ejercicio (11)

Muestra la velocidad del ejercicio (20)

Tiempo (+): Presiona este botón para ajustar el tiempo de funcionamiento de 1 a 10 minutos.

Velocidad (+): Presiona este botón para ajustar la velocidad de operación de 1 a 99 en modo manual (19)

Tiempo (-): Presiona este botón para ajustar el tiempo de funcionamiento de 10 a 1 minuto.

Velocidad (-): Presiona este botón para ajustar la velocidad de operación de 99 a 1 en modo manual (19)

Botón de encendido: Enciende y apaga el panel de control (14)

Botón de Pausa

Botón de Inicio

Programas

PROGRAMA DE MODO MANUAL

El usuario puede configurar manualmente el tiempo y la intensidad del ejercicio, para ajustarlos a sus necesidades, siga las instrucciones a continuación:

1. Conecte el cable de alimentación del dispositivo al enchufe de corriente. Encienda el interruptor de alimentación. Después de encenderlo, el dispositivo emitirá un pitido.
2. Presione el botón de encendido () en el controlador o en la pantalla para encender el equipo.
3. Elija el tiempo de ejercicio, puede ser de 1 a 10 minutos. Para aumentar el tiempo, presione el botón de tiempo (+) en el control remoto o () en la pantalla. Para disminuir el tiempo, presione el botón de tiempo (-) en el control remoto () o en la pantalla. El tiempo en la pantalla mostrará el tiempo restante de ejercicio.
4. Inicie el ejercicio presionando el botón () en el control remoto o en la pantalla.
5. Ahora podrá elegir la intensidad de la vibración. Los niveles de intensidad van del 1 al 99. Para aumentar el valor, pulse el botón de velocidad (+) en el control o () en la pantalla. Para disminuir el valor, pulse el botón de velocidad (-) en el control o () en la pantalla.
6. También puede aumentar rápidamente la velocidad a 40 o 90 utilizando los botones (90) y (40) del controlador.
7. Para detener el ejercicio, pulse el botón () del control remoto o el botón () de la pantalla.
8. Para apagar el equipo, pulse el botón () en el control remoto o en la pantalla.

MODO PROGRAMA AUTOMÁTICO

El equipo tiene programas de ejercicio predefinidos; para acceder a ellos, siga las instrucciones a continuación:

1. Conecte el cable de alimentación del dispositivo a la toma de corriente. Encienda el interruptor de alimentación. Después de encenderse, el dispositivo emitirá un pitido.
2. Presione el botón de encendido () en el controlador o en la pantalla para encender el equipo.
3. Presione el botón (P) en el control remoto o (P) en la pantalla para elegir entre los 3 programas existentes, P1, P2 y P3.
4. Cuando elija el programa deseado, inicie el ejercicio presionando el botón (▶) en el control remoto o el botón (▶) en la pantalla.
5. La siguiente tabla muestra la intensidad del ejercicio según cada programa, el valor cambia automáticamente cada minuto.
6. Para detener el ejercicio, presione el botón (▶) en el control remoto o el botón (||) en la pantalla.
7. Para apagar el equipo, pulse el botón () en el mando a distancia o en la pantalla.

TABLA DE MODO AUTOMÁTICO

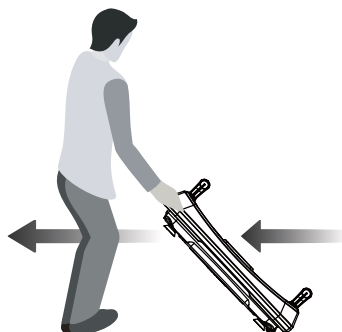
INTENSIDAD DE CADA NIVEL			
TIEMPO (min)	P1	P2	P3
9	16	20	10
8	18	40	44
7	28	60	99
6	38	80	33
5	48	99	99
4	58	40	22
3	48	99	99
2	38	40	11
1	28	99	99

8. POSIBLES PROBLEMAS

PROBLEMA	POSIBLES CAUSAS	SOLUCIÓN
El equipo no arranca.	El cable de alimentación está suelto.	Conecte el enchufe de alimentación.
	El interruptor está apagado.	Encienda el interruptor.
	La corriente eléctrica es tan alta que ha saltado el fusible.	Reemplace el fusible con uno del mismo modelo.
El equipo en funcionamiento emite ruidos.	Es un ruido común mientras el equipo está en funcionamiento.	No necesita reparación.
El equipo no corresponde al control remoto.	La batería del control remoto se ha agotado.	Cambie la batería.
	El control remoto está demasiado lejos del equipo.	Mantenga una distancia máxima de 2,5 metros.
El equipo se apaga de repente.	El tiempo de funcionamiento estándar ha alcanzado su límite. Es una protección para el motor eléctrico del equipo.	Inicialice el equipo después de 10 minutos. El equipo funcionará automáticamente después de que el motor se haya enfriado.
El equipo no funciona normalmente.	El equipo se está utilizando más allá de los estándares recomendados en el manual de instrucciones.	Desenchufe el equipo y reinicielo.

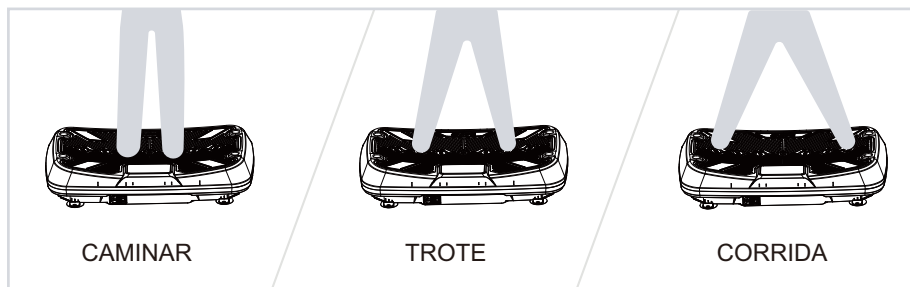
9. TRANSPORTE

Antes de utilizar el equipo, colóquelo sobre una superficie plana, estable y horizontal, con una distancia de al menos 20 centímetros de cualquier pared u objeto. Para transportar el producto, sujete el lateral del equipo y levántelo hasta que sus ruedas toquen el suelo. Tire del producto suavemente.



10. SUGERENCIAS DE EJERCICIO

La Plataforma Vibratoria simula las acciones de caminar, trotar y correr, mediante movimientos vibratorios. Compruebe la posición de sus pies en la superficie del aparato: cuanto mayor sea la distancia entre ellos, mayor será la intensidad del ejercicio.



11.DATOS TÉCNICOS

Capacidad de carga: 120 kg

Tensión de entrada: 100-240 V

Frecuencia: 50/60 Hz

Potencia: 150 W

1. Informazioni importanti e avvertenze	55
2. Istruzioni generali di sicurezza	55
3. Contenuto della confezione	56
4. Assemblaggio dell'apparecchiatura	57
5. Utilizzo del Prodotto	60
6. Funzioni del Telecomando	62
7. Funzioni del Display	62
8. Problemi Possibili	65
9. Trasporto	66
10. Suggerimenti per l'allenamento	66
11. Dati tecnici	66

1. INFORMAZIONI E AVVERTENZE IMPORTANTI

PER LA TUA SICUREZZA, LEGGI ATTENTAMENTE TUTTE LE INFORMAZIONI IN QUESTO MANUALE.

- Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi, consulta un medico e/o un allenatore qualificato.
- Questo è importante per le persone di tutte le età o che hanno problemi di salute preesistenti.
- Se avverti dolore o rigidità, irregolarità del battito cardiaco, mancanza di respiro o fastidio durante l'esercizio, interrompi e consulta il tuo medico prima di continuare.
- Solo una persona alla volta dovrebbe utilizzare questa attrezzatura.
- Tenere bambini e animali domestici lontani dall'attrezzatura.
- Attenzione: un esercizio eccessivo o inadeguato può causare infortuni.
- Si consiglia di non fare esercizio subito dopo i pasti. Attendere almeno 1 ora prima di iniziare la pratica.
- Si consiglia che persone con scarse capacità fisiche/sensoriali, disturbi mentali o con poca esperienza o conoscenza, vengano accompagnate da un allenatore durante la pratica dell'esercizio fisico.

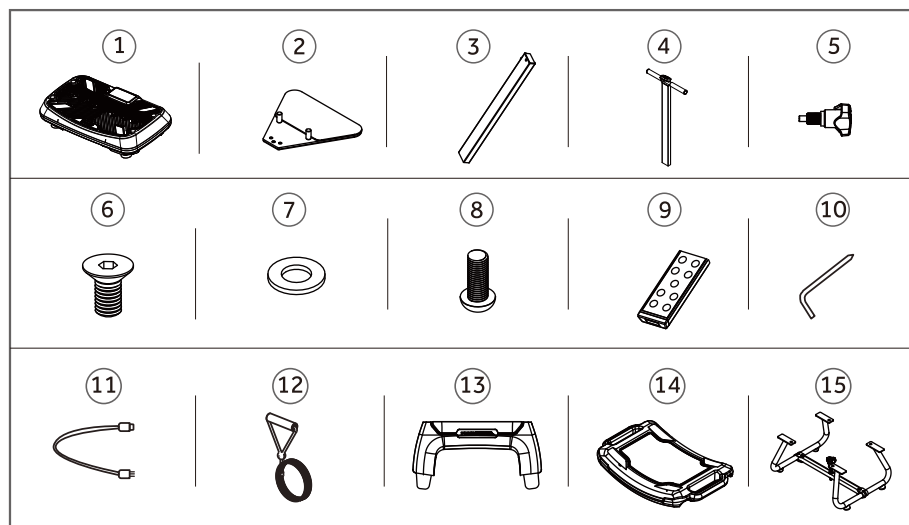
2. ISTRUZIONI GENERALI DI SICUREZZA

- È responsabilità del proprietario garantire che tutti gli utenti siano adeguatamente informati sulle precauzioni per la loro sicurezza.
- Questo apparecchio è progettato esclusivamente per uso domestico e in ufficio. Non ha scopi terapeutici.
- Per la vostra sicurezza, assicuratevi che tutte le parti siano correttamente fissate e che l'apparecchio sia posizionato su una superficie solida, che l'area circostante sia libera da ostacoli e che l'apparecchio sia in perfette condizioni prima di ogni utilizzo.
- Indossate un abbigliamento sportivo adatto ed evitate accessori che possano impigliarsi nell'attrezzatura.
- Per garantire la sicurezza di bambini e/o animali domestici, non consentite loro di giocare sull'apparecchio o nelle sue vicinanze.

CONSIDERAZIONI GENERALI

- Non usare mai abrasivi o solventi per pulire l'attrezzatura.
- Non lasciare l'attrezzatura esposta ad agenti naturali come luce solare, pioggia, rugiada, polvere, salsedine, ecc.
- Non posizionare l'attrezzatura in luoghi polverosi e umidi, saune o qualsiasi luogo non ventilato.

3. CONTENUTO DELLA SCATOLA



N°	DESCRIZIONE	QUANTITÀ
1	PIASTRA VIBRANTE	1
2	BASE DELL'ASTA	1
3	TUBO PRINCIPALE DELL'ASTA	1
4	STRUTTURA SUPERIORE DELL'ASTA	1
5	MANICO PER ASTA	1
6	VITE R78	3
7	ROTA W15	4
8	VITE R29	4
9	COMANDO A DISTANZA	1
10	CHIAVE ALLEN S5 CON FAILLIP	1
11	ALIMENTATORE	1
12	ELASTICO	2
13	MANICOTTO IMPUGNABILE	2
14	SEDILE	1
15	STRUTTURA DELLA SEDUTA IN METALLO	1

ACCENSIONE DELL'ATTREZZATURA

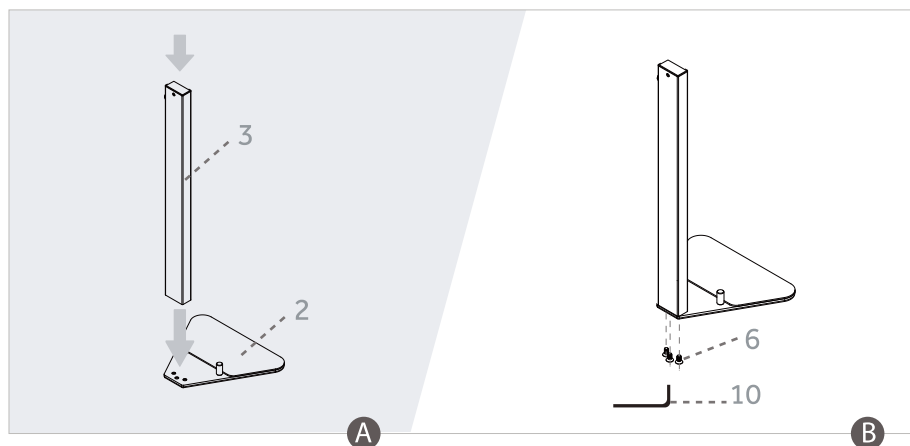
Per accendere la Piattaforma, collegare un'estremità del cavo di alimentazione all'attrezzatura e l'altra estremità alla presa di corrente (Immagine A). Quindi, accendere l'interruttore (Immagine B).

ATTREZZATURA BIVOLT (127~220V)



ROD

Allineare e posizionare il Tubo Principale del ROD (pezzo 3) sulla Base del ROD (pezzo 2) come mostrato nell'Immagine A. Subito dopo, fissare l'insieme utilizzando le viti "R78" (pezzo 6 - 3 unità) e la chiave combinata "Allen S5 con Phillips" (pezzo 10).

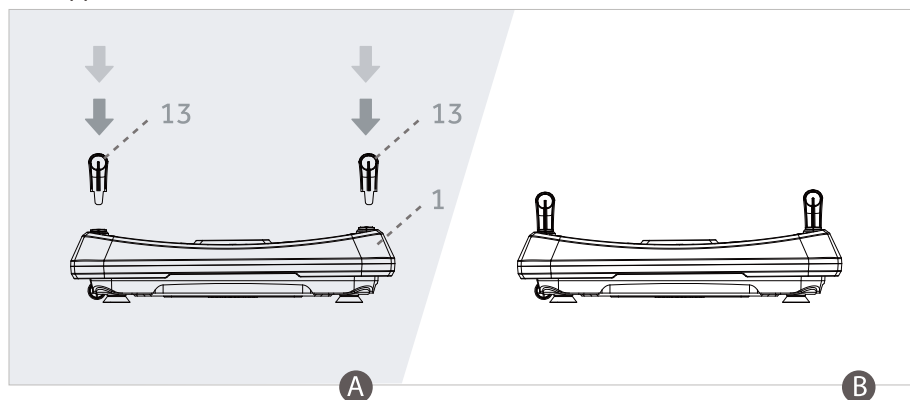


Posizionare la “Struttura Superiore del ROD” (pezzo 4) nell'insieme precedentemente assemblato, come mostrato nell'Immagine A. Posizionare la struttura all'altezza desiderata e fissare l'insieme con la Maniglia del ROD (pezzo 5), come mostrato nell'Immagine B.



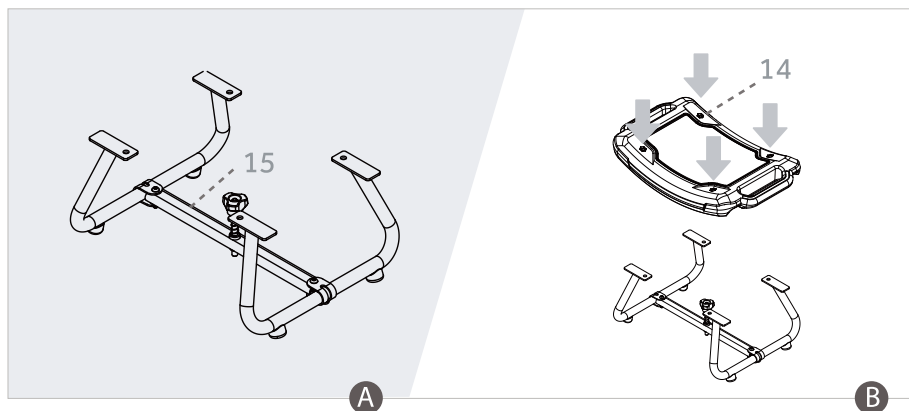
Piattaforma Vibrante

Allineare e posizionare i fori della piattaforma con le Maniglie (articolo 13) sulla Piattaforma Vibrante (articolo 1) e montarle come mostrato nelle immagini seguenti. Ripetere la stessa operazione con la seconda Maniglia (articolo 13) sul lato opposto.

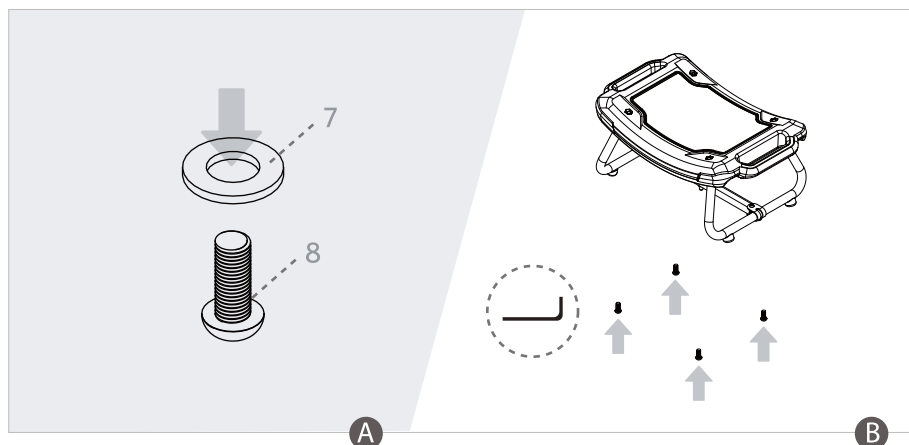


SEDILE

Ruotare la Struttura Metallica del Sedile (articolo 15) in modo che la sua posizione finale diventi simile all'Immagine A. Completato il primo passaggio, posizionare il Sedile (articolo 14) sopra la struttura metallica (articolo 15), come mostrato nell'Immagine B.



Posizionare la Rondella W15 (articolo 7) in modo concentrico sulla Vite R29 (articolo 8). Ripetere questa operazione per tutte e 4 le unità di ciascuna Rondella e Vite. Successivamente, fissare l'assemblaggio (Struttura Metallica - Sedile) utilizzando il cacciavite a brugola / Phillips e l'insieme Vite e Rondella.



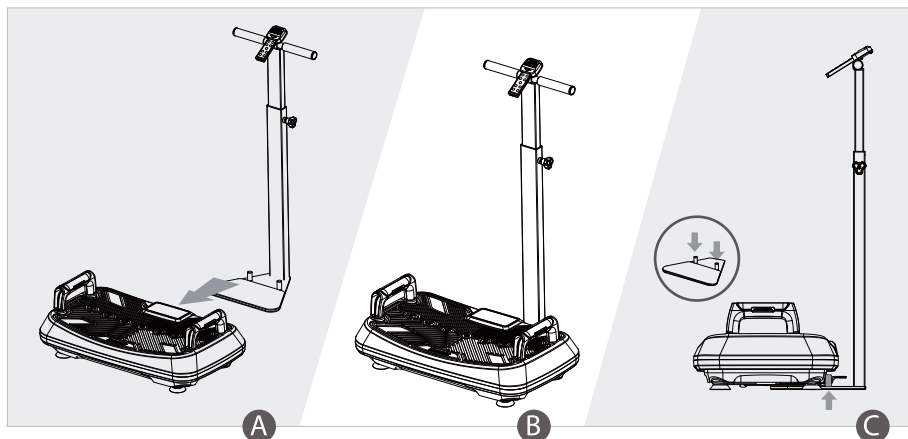
5. UTILIZZO DEL PRODOTTO

POSIZIONAMENTO DELL'ASTA

Sollevare leggermente la parte posteriore della Piattaforma Vibrante.

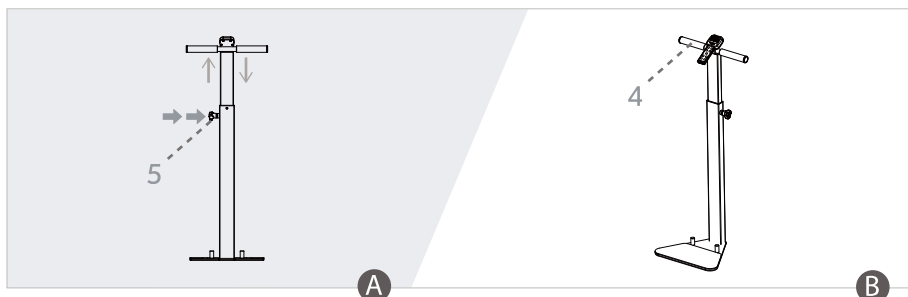
Mentre la Piattaforma è ancora sollevata, centrare e posizionare l'Asta secondo le Immagini A e B.

Attenzione: I perni indicati nell'Immagine C mostrano la massima prossimità che il Braccio deve avere rispetto alla Piattaforma. Pertanto, la Piattaforma deve toccare leggermente questi perni.



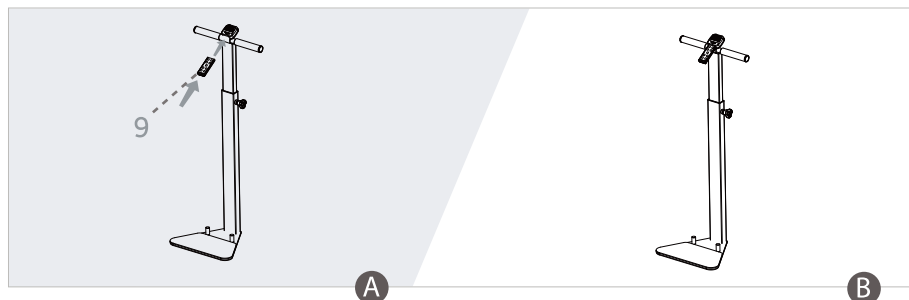
REGOLAZIONE ALTEZZA BRACCIO

Per regolare, svitare la Maniglia del Braccio (pezzo 5) come mostrato nell'Immagine A. Svitandola, sarà possibile muovere la Struttura Metallica Superiore del Braccio (pezzo 4). Dopo aver scelto l'altezza desiderata, riavvitare la Maniglia del Braccio finché l'intera struttura non sarà saldamente fissata.



POSIZIONAMENTO TELECOMANDO

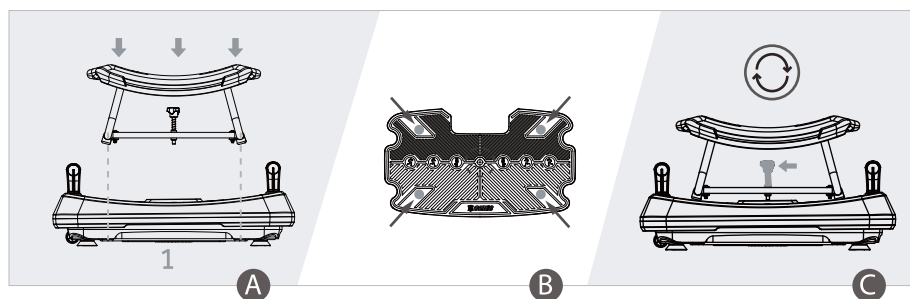
Il Telecomando (elemento 9) può essere posizionato sull'Asta nella posizione mostrata nell'Immagine A. Per fissarlo all'Asta, basta inserire il Telecomando in posizione. Secondo le immagini A e B.



POSIZIONAMENTO DELLA SEDUTA

Posizionare il set della Seduta sulla parte superiore della Piattaforma Vibrante (elemento 1). Durante il posizionamento, assicurarsi che i piedi della struttura siano allineati con i segni indicati, come mostrato nell'immagine B, e che la Maniglia della Seduta sia concentrica al foro centrale della Piattaforma, come mostrato nell'immagine C.

Completato questo passaggio, fissare il set avvitando la Maniglia della Seduta in senso orario (Immagine C) fino a quando il set è saldamente fissato.



Il tuo prodotto è pronto per essere utilizzato!

6. FUNZIONI DEL TELECOMANDO

Tempo (+): Premi questo pulsante per impostare il tempo di funzionamento da 1 min. a 10 min.

Velocità (+): Premi questo pulsante per regolare la velocità operativa dalla posizione 1 alla posizione 99 in modalità manuale.

La velocità salta a 90.

Avvia, mette in pausa e interrompe l'esercizio.

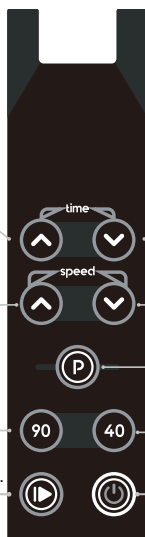
Tempo (-): Premi questo pulsante per impostare il tempo di funzionamento da 10 min. a 1 min.

Velocità (-): Premi questo pulsante per regolare la velocità di funzionamento dalla posizione 99 alla posizione 1 in modalità manuale.

Modalità Automatica: È la modalità manuale 88.*

La velocità salta a 40.

Pulsante di accensione: Accende e spegne il pannello di controllo.



Attenzione: Il telecomando può emettere efficacemente segnali di controllo entro 2,5 metri. Quando utilizzi il telecomando, punta il trasmettitore a infrarossi verso il ricevitore del display per i segnali di controllo.

*Premi questo pulsante per passare dalla modalità di controllo automatico P1 a P3. La modalità automatica è una funzione facile da usare che può regolare automaticamente la frequenza di vibrazione, il tempo e la velocità non sono regolabili.

7. FUNZIONI DI VISUALIZZAZIONE

Ricevitore a infrarossi per telecomando (10)

Mostra il tempo di esercizio (11)

Mostra la velocità di esercizio (20)

Tempo (+): Premi questo pulsante per regolare il tempo di funzionamento da 1 a 10 minuti.

Velocità (+): Premere questo pulsante per regolare la velocità operativa da 1 a 99 in modalità manuale (19)

Tempo (-): Premi questo pulsante per regolare il tempo di funzionamento da 10 a 1 minuto.

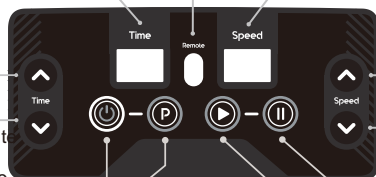
Velocità (-): Premere questo pulsante per regolare la velocità operativa da 99 a 1 in modalità manuale (19)

Pulsante di accensione: Accende e spegne il pannello di controllo (14)

Pulsante Pausa

Programmi

Pulsante Avvia



PROGRAMMA MANUALE

L'utente può configurare manualmente il tempo e l'intensità dell'esercizio, per adattarli alle proprie esigenze, seguendo le istruzioni riportate di seguito:

1. Collegare il cavo di alimentazione del dispositivo alla presa di corrente. Accendere l'interruttore di alimentazione. Dopo l'accensione, il dispositivo emetterà un segnale acustico.
2. Premere il pulsante di accensione (⏻) sul controller o sul display per accendere l'attrezzatura.
3. Scegliere la durata dell'esercizio, da 1 a 10 minuti. Per aumentare il tempo, premere il pulsante tempo (+) sul telecomando o (▲) sul display. Per diminuire il tempo, premere il pulsante tempo (-) sul telecomando (▼) o sul display. Il tempo sul display mostrerà il tempo di esercizio rimanente.
4. Avviare l'esercizio premendo il pulsante (▶) sul telecomando o sul display.
5. Ora potrai scegliere l'intensità della vibrazione. I livelli d'intensità vanno da 1 a 99. Per aumentare il valore, premi il pulsante velocità (+) sul telecomando o (▲) sul display. Per diminuire il valore, premi il pulsante velocità (-) sul telecomando o (▼) sul display.
6. Puoi anche aumentare rapidamente la velocità a 40 o 90 utilizzando i pulsanti (90) e (40) sul telecomando.
7. Per interrompere l'esercizio, premi il pulsante (▶) sul telecomando o il pulsante (||) sul display.
8. Per spegnere l'apparecchio, premi il pulsante (⏻) sul telecomando o sul display.

PROGRAMMA MODALITÀ AUTOMATICA

L'attrezzatura ha programmi di esercizi predefiniti; per accedervi seguire le istruzioni riportate di seguito:

1. Collegare il cavo di alimentazione dell'apparecchio alla presa di corrente.
Accendere l'interruttore di alimentazione. Dopo l'accensione, l'apparecchio emetterà un segnale acustico.
2. Premere il pulsante di accensione (⏻) sul controller o sul display per attivare l'attrezzatura.
3. Premere il tasto (P) sul telecomando o (P) sul display per scegliere tra i 3 programmi esistenti, P1, P2 e P3.
4. Una volta scelto il programma desiderato, iniziare l'esercizio premendo il tasto (▶) sul telecomando o il tasto (▶) sul display.
5. La tabella seguente mostra l'intensità dell'esercizio in base a ciascun programma, il valore cambia automaticamente ogni minuto.
6. Per interrompere l'esercizio, premere il tasto (▶) sul telecomando o il tasto (||) sul display.
7. Per spegnere l'apparecchio, premere il pulsante (⏻) sul telecomando o sul display.

TABELLA DELLA MODALITÀ AUTOMATICA

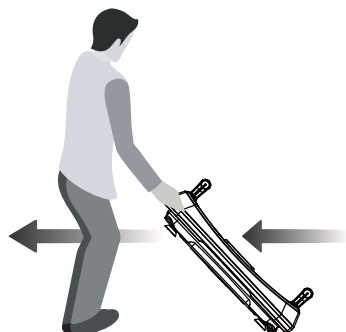
INTENSITÀ DI OGNI LIVELLO			
TEMPO (min)	P1	P2	P3
9	16	20	10
8	18	40	44
7	28	60	99
6	38	80	33
5	48	99	99
4	58	40	22
3	48	99	99
2	38	40	11
1	28	99	99

8. POSSIBILI PROBLEMI

PROBLEMA	CAUSA POSSIBILE	SOLUZIONE
L'attrezzatura non si avvia.	Il cavo di alimentazione è allentato.	Collegare la spina di alimentazione.
	L'interruttore è spento.	Accendere l'interruttore.
	La corrente elettrica è così elevata che il fusibile è saltato.	Sostituire il fusibile con uno dello stesso modello.
L'apparecchiatura in funzione emette rumori.	È un rumore comune mentre l'apparecchiatura è in funzione.	Non necessita di riparazione.
L'apparecchio non corrisponde al telecomando.	La batteria del telecomando si è esaurita.	Sostituire la batteria.
	Il telecomando è troppo distante dall'apparecchio.	Mantenere una distanza massima di 2,5 metri.
L'attrezzatura si spegne improvvisamente.	Il tempo di funzionamento standard ha raggiunto il suo limite. È una protezione per il motore elettrico dell'attrezzatura.	Inizializzare l'attrezzatura dopo 10 minuti. L'attrezzatura funzionerà automaticamente dopo che il motore si sarà raffreddato.
Il dispositivo non funziona normalmente.	L'apparecchio è stato utilizzato al di là degli standard raccomandati nel manuale di istruzioni.	Scollegare l'apparecchio e riavviarlo.

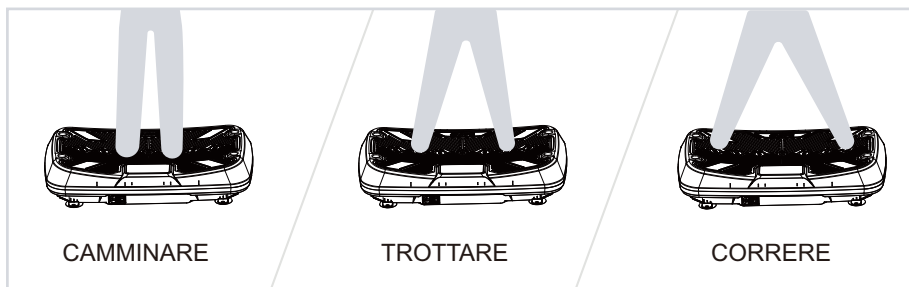
9. TRASPORTO

Prima di utilizzare l'attrezzatura, posizionarla su una superficie piana, stabile e orizzontale, a una distanza di almeno 20 centimetri da qualsiasi muro o oggetto. Per trasportare il prodotto, afferrare il lato dell'attrezzatura e sollevarla fino a quando le sue ruote toccano il pavimento. Tirare delicatamente il prodotto.



10. SUGGERIMENTI DI ALLENAMENTO

La Piattaforma Vibrante simula le azioni di camminare, trottare e correre, attraverso movimenti vibratori. Verificare la posizione dei piedi sulla superficie del dispositivo: maggiore è la distanza tra di essi, maggiore è l'intensità dell'esercizio.



11.DATI TECNICI

Capacità di carico: 120 kg

Tensione di ingresso: 100-240 V

Frequenza: 50/60 Hz

Potenza: 150 W

FR

Si vous avez la moindre question, veuillez contacter notre centre d'assistance à la clientèle.

Nos coordonnées sont les suivantes:



0033-1-84166106



aosom@mhfrance.fr

Importé par/Fabricant/REP:

MH France

2, rue Maurice Hartmann

92130 Issy-les-Moulineaux

France

Fabriqué en Chine

ES

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro Centro de Atención al Cliente. Nuestros datos de contacto son los siguientes:



0034-931294512



atencioncliente@aosom.es

Importador/Fabricante/REP:

Spanish Aosom, S.L.

C/ Roc Gros, nº 15. 08550, Els Hostalets de

Balenya, Spain.

B66295775

www.aosom.es

atencioncliente@aosom.es

TEL: 931294512

HECHO EN CHINA

DE

Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an unser Kundendienstzentrum.

Unsere Kontaktdaten stehen unten:



0049-0(40)-87408465



service@aosom.de

Importeur/Hersteller/REP:

MH Handel GmbH

Wendenstraße 309

D-20537 Hamburg

Germany

IN CHINA HERGESTELLT

IT

In caso di dubbio, si prega di contattare il nostro centro assistenza clienti.

I nostri dettagli di contatto sono di seguito:



0039-0249471447



clienti@aosom.it

IMPORTATO DA/Produttore/REP:

AOSOM Italy srl

Centro Direzionale Milanofiori

Strada 1 Palazzo F1

20057 Assago (MI)

P.I.: 08567220960

FATTO IN CHINA

