

# VIBRAČNÍ DESKA VIBRO FORM

Návod k použití  
Model: RC-CFM-V20

Děkujeme za zakoupení našeho produktu. Před použitím tohoto produktu si prosím pozorně přečtete tuto příručku a postupujte podle pokynů. Příručku uchovejte i pro její případné další použití.

## **Bezpečnostní opatření - v jakém prostředí výrobek používat**

Nepoužívejte výrobek ve vlhkém nebo prašném prostředí, aby nedošlo k úrazu elektrickým proudem nebo poškození mechanických částí. Nepoužívejte produkt, pokud je teplota v místnosti vyšší než 40 stupňů.

Nepoužívejte produkt venku nebo na přímém slunečním záření.

Produkt instalujte pouze na rovnou podlahu.

## **VAROVÁNÍ**

Při přemístění produktu z místa s nízkou teplotou na místo s teplotou vysokou jej nechte cca 1 hodinu temperovat, aby nedošlo ke kondenzaci vodní páry uvnitř přístroje a jeho následnému poškození. Teprve po této době jej můžete zapnout.

Před používáním výrobku se poradte se svým lékařem pokud máte nějaké zdravotní problémy.

### **Kdo by neměl výrobek používat:**

Pacienti, kteří jsou léčeni nebo se necítí dobře

Pacienti s maligním nádorem

Těhotné ženy nebo ženy v období menstruace

Lidé se srdečními chorobami

Pacienti s osteoporózou

Lidé s implantovaným srdečním kardiostimulátorem nebo jiným lékařským elektronickým přístrojem

Lidé s umělou končetinou

Lidé, kteří jsou citliví na vibrace a namáhavé cvičení

## **POZNÁMKY K POUŽÍVÁNÍ**

Před použitím si prosím sundejte hodinky, náramky, odložte mobilní telefon a jiné cenné předměty a klíče, nůž nebo jiné ostré předměty, aby nedošlo k poškození nebo zranění.

Během používání nekuřte.

Nepoužívejte prosím tento produkt společně s jinými zdravotnickými zařízeními.

Nepoužívejte prosím tento produkt pro účely lékařského ošetření.

Nepoužívejte produkt ihned po jídle nebo pití.

Během používání prosím držte děti nebo domácí mazlíčky mimo dosah produktu. Je zakázáno vkládat prsty nebo jiná cizí tělesa do mezery mezi středním a spodním krytem.

Během používání produktu je nutný dohled zodpovědné osoby u dětí mladších 10 let a osob starších 60 let.

Nosnost výrobku je maximálně 120 kg; lidé s vyšší hmotností by neměli tento produkt používat.

Tento produkt je omezen pro používání pouze jednou osobou.

## **VAROVÁNÍ:**

Neoprávněná demontáž, rozebrání nebo renovace není povolena, aby nedošlo k úrazu elektrickým proudem nebo poruchám.

V případě potřeby kontaktujte prodejce nebo autorizované servisní středisko.

Přestaňte produkt používat za níže uvedených podmínek, v těchto případech jej vypněte a vytáhněte zástrčku ze zdroje napájení:

- pokud voda nebo jiná kapalina jsou náhodně rozstříknuty na produkt nebo ovladač.

- pokud bylo zjištěno, jakékoliv poškození nebo je obnažena vnitřní součástka.

- pokud během používání pociťujete neobvyklou nebo silnou bolest.

- pokud je poškozena zástrčka nebo napájecí kabel.

Přístroj taktéž vypněte při hřmění nebo bouři.

## **Další bezpečnostní pokyny:**

Zkontrolujte, zda síťové napětí odpovídá napětí specifikovanému pro tento produkt.

Nesahejte na zástrčku mokrou rukou, aby nedošlo k úrazu elektrickým proudem.

Vytáhněte napájecí kabel za zástrčku a ne za kabel.

Vypněte síťový vypínač, pokud produkt nepoužíváte po delší dobu.

Pokud dojde k poškození napájecího kabelu, přestaňte produkt používat, vypněte síťový vypínač, vytáhněte zástrčku a kontaktujte servisní oddělení.

Poškozený napájecí kabel nechte vyměnit vždy servisním technikem nebo podobně kvalifikovanou osobou, abyste se vyhnuli nebezpečí úrazu elektrickým proudem.

## Popis částí a ovládacích prvků

### a) Na přístroji

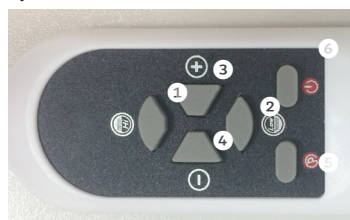
- 1: Zvýšení času a rychlosti
- 2: Snížení času a rychlosti
- 3: Přepínání režimů: automatický režim a manuální režim
- 4: Tlačítko ON/OFF
- 5: Čas
- 6: přijímač IČ dálkového ovládání
- 7: displej pro zobrazení frekvence
- 8: displej pro zobrazení času / programu  
(funguje na 2 ks baterie 1,5 V AAA, nejsou součástí balení)

síťové připojení

síťový vypínač

výklopný úchyt B pro karabinu A pružného úchopu

### b) na dálkovém ovladači



1. vibrace +
2. vibrace -
3. čas +
4. čas -
5. volba programu
6. ON/OFF

### Používání:

Pokud chcete při cvičení používat pružné úchopy zajistěte karabinu A do úchytu B, viz. obr. Zapojte konektor síťového kabelu do konektoru přístroje a následně zástrčku do elektrické zásuvky. Spínačem produkt zapnete do pohotovostního stavu.

Možnosti nastavení:

Čas -: Snížení času: výchozí pracovní doba je 15 minut, rozdělena do 99 úrovní, stisknutím tohoto tlačítka zkrátíte čas.

Čas +: Zvýšení času: výchozí pracovní doba 15 minut je zároveň maximální dobou chodu, rozdělena do 99 úrovní vibrací, stisknutím tohoto tlačítka prodloužíte čas.

Rychlost +: Zvýšení rychlosti: Ručně 1-99, Stisknutím tohoto tlačítka zvýšíte rychlost, když přístroj pracuje.

Rychlost -: Snížení rychlosti: Ručně 1-99, stisknutím tohoto tlačítka snížíte rychlost, když přístroj pracuje.

Tlačítkem MODE, můžete nastavit manuální nebo automatický režim. Automatický režim lze navolit v několika programech (viz. Tabulka níže) Tlačítkem ON/OFF spustíte / vypnete vibrace. V pohotovostním režimu můžete upravit čas a zvolit režim - automatický/manuální. Rychlost v tomto stavu není nastavitelná. Při provozu je nastavitelná rychlost, čas a volba programů nastavitelná není. Poznámka: Efektivní dosah příjmu z DO je cca 1,5 metru.

### Použití i

1: Postavte se na produkt ve svislé poloze s nohama od sebe, vzdálenost nohou je většinou stejná jako šířka ramen. Tato pozice procvičuje pas a hýždě, aby zmírnila napětí v pase a tvořila krásné křivky hýždí.

2: Postavte se na produkt s nohama od sebe a ohnutými koleny. Pozice procvičuje stehna, zamezuje bolestivost, zlepšuje krevní oběh a snižuje ukládání tuku.

3: Posadte se na židli nebo pohovku s nohama položenými na produktu. Tato pozice procvičuje stehna a lýtka.

4: Posadte se na koberec s nohama položenými na produktu. Toto držení těla procvičuje nohy.

5: Klekněte si na koberec, ruce položte na produkt s tělem nakloněným dopředu, tato pozice procvičuje ramenní klouby a paže.

Funkce a vlastnosti:

Díky repozici a vysokofrekvenčním vibracím a kývání, v kombinaci s různými postojmi cvičení, může tento stroj hluboce stimulovat svalovou tkáň, snížit hromadění tuků, regulovat pružnost svalů, tvarovat křivky těla. To vše pro lepší pocit zdraví a sebevědomí.

### Rozsah rychlosti (frekvence)

1 - 99

Program	Úroveň rychlosti									
	5	10	15	20	25	27	35	40	25	15
P1	5	10	15	20	25	27	35	40	25	15
P2	2	5	7	10	12	15	35	25	20	15
P3	10	25	10	25	10	40	10	40	10	25
P4	30	35	35	25	35	30	40	30	32	26
P5	50	56	60	68	76	80	90	70	56	60
P6	70	60	70	80	60	70	50	56	50	56
P7	3	14	30	50	60	36	60	36	44	80
P8	18	46	56	64	30	40	50	28	32	16
P9	80	70	52	80	60	80	80	92	99	80

## Skladování a údržba

### Povrchové čištění

Před čištěním se ujistěte, že je vypnuto napájení a že je zástrčka vytažena ze zásuvky.

Povrch přístroje lze čistit vlhkým hadříkem obsahujícím čisticí prostředek. Poté čisticí prostředek z přístroje setřete pomocí vlhkého hadříku bez čisticího prostředku.

Nečistěte výrobek abrazivním nebo korozivním čisticím prostředkem, jako je např. benzen nebo ředidlo, protože by mohlo dojít k vyblednutí, korozi nebo prasknutí produktu.

Nestříkejte do produktu vodu, aby nedošlo ke zkratu.

### Ovladač

K čištění lze používat pouze suchý hadřík, protože vlhkost může způsobit poruchu ovladače.

### Skladování

Přístroj skladujte na čistém a suchém místě kde nebude vystaven vysokým teplotám.

### Běžné problémy a řešení:

Č.	Problém	Příčina	Řešení
1	Produkt nelze spustit	Zástrčka není na svém místě	Zasuňte zástrčku
		Vypínač napájení je vypnutý.	Zapněte spínač
		Ochranná pojistka je spálená	Obráťte se na servisní oddělení
2	Vydává zvuky během činnosti	Normální jev - zvuk generovaný motorem nebo třením mezi mechanickými součástkami	Není nutné žádné opatření
3	Obsluhujete pomocí ovladače, ale produkt nepracuje	Baterie v ovladači jsou vybité	Vyměňte baterie
		Ovladač je příliš daleko od produktu	Efektivní DO od přístroje je cca 1,5m
4	Produkt náhle ukončí provoz	Výchozí pracovní doba vypršela	Po 10 minutách můžete znovu spustit pomocí ON/OFF

### Ochrana životního prostředí

Informace k likvidaci elektrických a elektronických zařízení

Po uplynutí doby životnosti produktu nebo v okamžiku, kdy by oprava byla neekonomická, produkt nevhazujte do domovního odpadu. Za účelem správné likvidace výrobku jej odevzdejte na určených sběrných místech, kde budou přijata zdarma.

Správnou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národními předpisy uděleny pokuty.

Baterie nevhazujte do běžného odpadu, ale odevzdejte na místa zajišťující recyklaci baterií.

### Servis

V případě, že po zakoupení výrobku zjistíte jakoukoli závadu, kontaktujte servisní oddělení. Při použití výrobku se řiďte pokyny uvedenými v příloženém návodu k použití. Na reklamaci nebude brán zřetel, pokud jste výrobek pozměnili či jste se neřídili pokyny uvedenými v návodu k použití.

### Záruka se nevztahuje

- na přirozené opotřebení funkčních částí výrobku v důsledku jeho běžného užívání
- na servisní zásahy související se standardní údržbou výrobku (např. čištění, výměna dílů podléhajících běžnému opotřebení)
- na závady způsobené vnějšími vlivy (např. klimatickými podmínkami, prašností, nevhodným použitím apod.)
- na mechanická poškození v důsledku pádu výrobku, nárazu, úderu do něj apod.
- na škody vzniklé neodborným zacházením nebo použitím výrobku v rozporu s návodem k obsluze, přetížením, použitím nesprávných nebo neoriginálních dílů, při použití nevhodného nebo neoriginálního příslušenství či nevhodných nástrojů apod.
- na škody vzniklé použitím neoriginálních adaptérů nebo na použití originálního adaptéru k jinému výrobku. Je vždy nutné dodržet vzájemnou kompatibilitu v rámci jednoho výrobku.

U reklamovaných výrobků, které nebyly řádně zabezpečeny proti mechanickému poškození při přepravě nese riziko případné škody výhradně majitel. Dodavatel si vyhrazuje právo na případné změny v návodu k použití a neručí za možné tiskové chyby.

Vyobrazení a popis se mohou lišit od skutečnosti v závislosti na modelu.