

ИНСТРУКЦИЯ ЗА УПОТРЕБА

Спортна виброплатформа за оформяне на тялото

Моля, прочетете внимателно преди употреба.

1. Мерки за безопасност и условия на работа

Условия за ползване

- **Не използвайте** уреда във влажна или прашна среда, за да избегнете токов удар или повреда на машината.
- **Не използвайте** уреда при стайна температура над 40°C .
- **Не излагайте** уреда на пряка слънчева светлина или на открито. Поставете го върху равен под.
- При преместване от студено на топло място изчакайте **1 час** преди употреба, за да предотвратите конденз на влага, който може да причини повреда.

Препоръчва се консултация с лекар преди употреба за лица, които:

- Преминават лечение или не се чувстват добре.
- Имат специфични здравословни проблеми (тумори, заболявания на ушите, остеопороза).
- Са бременни или в период на менструация.
- Имат поставен пейсмейкър или друго медицинско електронно устройство.
- Използват протези.
- Са чувствителни към вибрации и интензивни движения.

Важни указания по време на работа

- Преди употреба свалете часовници, гривни, мобилни телефони, ключове и остри предмети, за да избегнете повреди или наранявания.
- **Не пушете** по време на употреба.
- Не използвайте уреда едновременно с други медицински уреди.
- Не използвайте уреда за медицински цели или непосредствено след хранене.
- Дръжте децата и домашните любимци далеч от уреда. Не пъхайте пръсти или чужди тела в отворите/пролуките на уреда.
- Деца под 10 години и възрастни над 60 години трябва да използват уреда само с придружител.

- Максимално допустимо тегло: **120 кг.**
- Уредът е предназначен за ползване само от **един човек** едновременно.

2. Безопасност при захранването и предупреждения

Предупреждение:

Не разглобявайте, не ремонтирайте и не модифицирайте уреда сами, за да избегнете токов удар или повреда. При необходимост се свържете с сервиз или местния дистрибутор.

Изключете уреда и го изключете от контакта незабавно при:

- Разливане на вода или други течности върху уреда или контролера.
- Повреда на аксесоарите или откриване на оголени вътрешни компоненти.
- Силна болка по време на употреба.
- Спиране на тока или гръмотевична буря.

Захранващ кабел и щепсел:

- Уверете се, че напрежението отговаря на посоченото за уреда.
- Не пипайте щепсела с мокри ръце.
- Изключвайте щепсела, като държите самия щепсел, а не кабела.
- Когато уредът не се използва дълго време, изключете го от захранващата мрежа.

3. Технически характеристики

- **Наименование:** Спортна виброплатформа за оформяне на тялото
- **Номинално напрежение:** 220V – 240V
- **Номинална мощност:** 180W
- **Клас на защита:** Klasa II

4. Контролен панел и дистанционно управление

Бутони на панела и дистанционното:

- **Start / Stop (Старт/Стоп):** Включване и спиране на тренировката.

- **Power (Захранване):** Включване/изключване на уреда.
- **Time+ / Time- (Време + / -):** Настройване на времетраенето.
- **Speed+ / Speed- (Скорост + / -):** Настройване на нивата на скорост.
- **Prg mode / Program (Програми):** Избор на предварително зададени програми.

5. Начини на употреба (Позиции на тялото)

1. Изправен стоеж (с разкряч на ширината на раменете):

- *Ефект:* Упражнява кръста и ханша, облекчава напрежението в кръста и оформя красиви извивки.

2. Широко разкряч със леко сгънати колена:

- *Ефект:* Подобрява кръвообращението, намалява мастните натрупвания и облекчава болките.

3. Седнали на стол/софа с крака върху платформата:

- *Ефект:* Натоварва бедрата и прасците.

4. Седнали на пода с крака върху платформата:

- *Ефект:* Упражнява вътрешните мускули на бедрата и прасците.

5. Коленичили на пода с ръце върху платформата:

- *Ефект:* Оформя раменните стави и мускулите на ръцете.

6. Почистване и поддръжка

- **Почистване на корпуса:** Изключете уреда от щепсела. Почистете повърхността с влажна кърпа и малко неутрален почистващ препарат, след което подсушете добре със суха кърпа.
- **Внимание:** Не използвайте корозивни препарати (като бензин или разреждатели), за да предотвратите повреда на пластмасата.
- **Дистанционно управление:** Почиствайте **само със суха кърпа**.
- **Съхранение:** Съхранявайте уреда на чисто и сухо място, далеч от високи температури, прах и влага.

7. Отстраняване на неизправности

№	Проблем	Вероятна причина	Решение
1	Уредът не се включва	1. Щепселът не е включен. 2. Ключът за захранване е изключен. 3. Изгорял предпазител.	1. Включете щепсела. 2. Включете бутона за захранване. 3. Сменете предпазителя.
2	Чува се звук "шиу-шиу" по време на работа	Това е нормален работен звук на двигателя, а не механична повреда.	Не се изисква действие.
3	Уредът не реагира на дистанционното	1. Изтощена батерия. 2. Прекалено голямо разстояние.	1. Сменете батерията. 2. Използвайте дистанционното на разстояние до 2.5 метра.

№	Проблем	Вероятна причина	Решение
4	Уредът спира неочаквано	Достигнато е фабричното време за автоматично изключване (10 минути).	Изчакайте малко и включете отново.