HOMCOM

IN230600530V02_UK_FR_ES_PT_DE_IT

A90-304



CE

EN_IMPORTANT, RETAIN FOR FUTURE REFERENCE: READ CAREFULLY.
FR_IMPORTANT: A LIRE ATTENTIVEMENT ET A CONSERVER POUR VOUS Y REFRERER ULTERIEUREMENT
ES_IMPORTANTE, LEA DETENIDAMENTE Y GUARDE PARA FUTURAS REFERENCIAS.
PT_IMPORTANTE, GUARDE PARA FUTURA REFERÊNCIA, LEIA ATENTAMENTE.
DE_WICHTIG! SORFGFÄLTIG LESEN UND FÜR SPÄTERES NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.
IT_IMPORTANTE, LEGGERE E CONSERVARE QUESTO MANUALE D'ISTRUZIONE PER UN USO FUTURO.

EN

We are appreciated that you choose it .
Please read the instruction when use the machine , especial the safety precautions so that you can use it right , also keep this manual for check in the future .

CATALOGUE

Safety Cautions 3

The instructions of remote control 5

Movement Caution 6

Exercise Method 6

Cleaning and Maintenance of the machine 7

Usual problem handle 7

Important Safety Information

Please keep this manual in a safe place for easy reference.

1. It is important to read this entire manual before assembling and using the equipment.
2. Before starting any exercise program you should consult your doctor to determine if you have any medical or physical conditions that could put your health and safety at risk, or prevent you from using the equipment properly.
3. Keep children and pets away from the equipment. The equipment is designed for adult use only.
4. Use the equipment on a solid, flat level surface with a protective cover for your floor or carpet. To ensure safety, the equipment should have at least 0.6 meters of free space all around it.
5. Before using the equipment check that the nuts and bolts are securely tightened.
6. Wear suitable clothing while using the equipment. Avoid wearing loose clothing that may get caught in the equipment or that may restrict or prevent movement.
7. The equipment is not suitable for therapeutic use. Suitable for home use only. Maximum weight of user: 120kg.
8. This appliance can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and understand the hazards involved.
9. Children shall not play with the appliance.
10. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.
11. If the supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, its service agent or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.

BATTERY WARNING

- non-rechargeable batteries are not to be recharged;
- rechargeable batteries are to be removed from the appliance before being charged;
- different types of batteries or new and used batteries are not to be mixed;
- batteries are to be inserted with the correct polarity;
- exhausted batteries are to be removed from the appliance and safely disposed of;
- if the appliance is to be stored unused for a long period, the batteries should be removed;
- the supply terminals are not to be short-circuited.
- Never use the appliance and its battery in extreme conditions (high or low extreme temperatures, high altitude…) during use, storage or transportation.
- Warning: Batteries shall not be exposed to excessive heat such as sunshine, fire or the like.
- Never damage the appliance and its battery.
- CAUTION: Risk of fire or explosion if the battery is replaced by an incorrect type.

-  High sound pressure
- Hearing damage risk
- Do not listen at high volume levels for long periods.
- ~ : Alternating current

SAFETY CAUTIONS

Environment

1.Do not use this product in wet or dusty environment, to avoid the occurrence of electric shock or motor failure;
2.Do not use this product at room temperature above 40 degrees Celsius;
3.Do not place the product in a place outside or in direct sunlight;
4.Please lay the product on the flat ground.
Note: if the product is moved from the low temperature to a higher temperature, wait for an hour before use, in order to avoid condensation of water vapor on the machine parts, resulting in failure of the machine.

People who are not suitable for use in this product

If you have any of the following circumstances, please consult your doctor before using this product,
1.The doctor is receiving treatment or physical discomfort;
2.Malignant tumor patients;
3.A pregnant woman or a woman in the physical;
4.Cardiac
5.Osteoporosis patients;
6.In vivo implantation of an electronic instrument such as a pacemaker;
7.Children under 60 years of age, 10 years of age or older, please reduce the frequency of vibration;
8.A plus or handicapped people;

Need to know when to use

Before use, please remove your watch, bracelet, mobile phone and other valuables and keys, and any sharp objects, so as not to damage the goods or cause physical damage.
1 . Please do not smoke in use;
2 . Do not use this product and other medical equipment;
3 . Do not use this product for medical purposes;
4 . Do not use this product after a meal or drink;
5. When using this product, please keep children or pets away, and it is strictly forbidden to insert your fingers into the gap between the cover and the base;
6 . This product bearing 120KGS, more than the weight of people do not use;
7 . This product is only one person, please do not use two or more than two people at the same time.

Prohibit

It is forbidden to disassemble, disassemble or modify the products without permission, in order to avoid the electric shock or cause the malfunction of the machine.

Please stop using the following

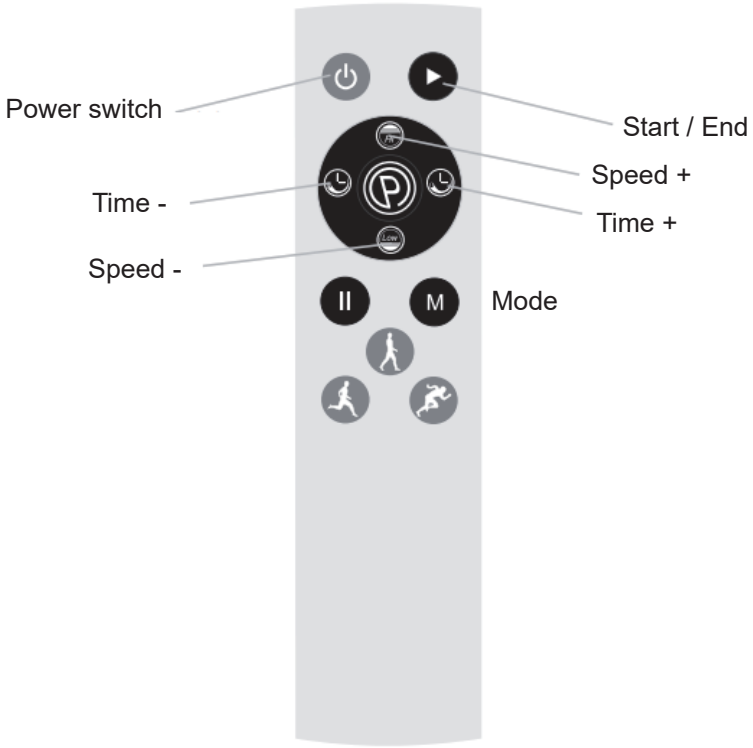
1. Accidental water or other liquids splash on the product or on the remote control;
2. Related parts are damaged or internal abnormal sound;
3. Feel abnormal or local pain during use;
4. Sudden power failure;
5. Occurrence of lightning.

About power plug and power cord

1. Please check if the voltage is in conformity with the requirements of the product before use.
2. Do not plug the plug with wet hands to avoid electric shock;
3. Pull the plug out of the power cord while pulling out the socket. Do not force pull, bending, twisting power cord;
4. When power cut off or long term is not used, please turn off the power switch, unplug the power plug;
5. If the power cord is damaged, please stop using it immediately, turn off the power switch, pull the power cord out of the socket and contact the professional maintenance personnel.

THE INSTRUCTIONS OF REMOTE CONTROL

Remote Control



Automatic mode:

the default mode is manual mode, press the key to enter the automatic mode, repeat press keys can choose "P1", "P2", "P3" and "HP".

Manual mode, automatic mode, humanized programming, automatically adjust the vibration frequency. In automatic mode, speed and time can not be adjusted, in manual mode, standby time can adjust the time, speed can not be adjusted; start work, speed can be adjusted, time can not be adjusted.

Time+:

The default working time is 10-15 minutes, and is divided into different stalls, press the key incress the regulation of different stalls.

Time-:

The default working time is 10-15 minutes, and is divided into different stalls, press the key reduce the regulation of different stalls.

Power switch:

Plug in power supply, open the power switch.

Start / Stop:

Open the power switch, press the key to start the product and press again the key to stop working.

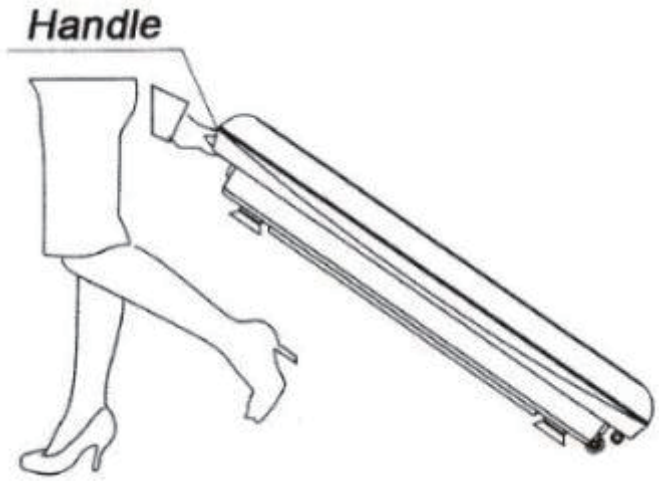
Speed +:

Manual mode， when machine in working, we can press the key to increase the speed, adjust the position of the different grades, the general choice of middle gear position is more appropriate.

Speed -:

Manual mode， when machine in working, we can press the key to reduce the speed, adjust the position of the different grades, the general choice of middle gear position is more appropriate.

MOVEMENT CAUTION



Please check the machine , in the bottom of the middle cover , you can find one can be catch with hands. lift up one side without the movement wheel reach to 45 concerns , then move to the place you want .

EXERCISE METHOD



1.For the waist and hip : stand on the machine, spare apart the legs , let the same as the shoulder wide.



2.For the thigh : stand one the machine, Let the knee bending.



3.For the thigh and calf : sit in the chair , put the foot on the machine, let them vibration.



4.Just for Calf : sit floor , let the calf on the machine , also can be lean back.



5. For the shoulder joint : put the hands on the machine , let them distant , go down your knee .

These all be normal posture , you can find others posture . Each posture will be benefit different body .

CLEANING AND MAINTENANCE OF THE MACHINE

Please confirm you have cut off the power before clean. And the plug is drawn . Then ,you can use the cloth with detergent .Last , Use dry cloth deal with these detergent

Caution

Do not use benzene, thinner and alcohol, gasoline and other corrosive and volatile cleaners cleaning products, otherwise maybe cause the product discoloration or internal structure corrosion, cracking,etc.

For the remote control , you only use the dry cloth clean , not the wet .

Please confirm you have cut off the power and the plug is drawn. Wipe off the dust and dirt , please move to the place away from the heating , another also prevent the wet. if you will not use for a long time , please use the dusty cover .

USUAL PROBLEM HANDLE

Number	Problem	Reason	Method
1	Unable to boot	1.the plug dont inset well 2.the machine is not start . 3.The instantaneous electric current too big, blown fuse	1.Be sure the plug is inserted into 2.Open the red botton 3.Change the same model blown
2	machine makes noise, like “dada” or “xiuxiu”	It is normal noise, just the machine work	No need do something
3	Remote control not work	1.Remote control battery dead 2.The machine and remote control distant too far	1.Change the battery 2.control the distant in 2.5meters
4	Stop use	Time out	After 10mitues , operate again
5	Cant be operate	Maybe Operating frequency	OFF , then On

Wir freuen uns sehr über Ihre Wahl.
Bitte lesen Sie die Anweisungen, wenn Sie das Gerät benutzen, besonders die Sicherheitsvorkehrungen, damit Sie es richtig benutzen können, bewahren Sie auch dieses Handbuch zum Nachschlagen in der Zukunft auf.

KATALOG

Sicherheitsmaßnahmen 9

Die Anweisungen Zur Fernbedienung 13

Bewegung Vorsicht 14

Übungsverfahren 14

Reinigung und Wartung des Geräts 15

Übliche Problembehebung 15

Wichtige Sicherheitshinweise

Bewahren Sie diese Anleitung an einem sicheren Ort für den einfachen Zugriff auf.

1. Es ist wichtig, diese Anleitung vollständig zu lesen, bevor Sie das Gerät zusammenbauen und verwenden.
2. Bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren, um festzustellen, ob Sie medizinische oder körperliche Bedingungen haben, die Ihre Gesundheit und Sicherheit gefährden oder die ordnungsgemäße Nutzung des Geräts beeinträchtigen könnten.
3. Halten Sie Kinder und Haustiere vom Gerät fern. Das Gerät ist nur für die Nutzung durch Erwachsene konzipiert.
4. Verwenden Sie das Gerät auf einer festen, ebenen Fläche mit einer Schutzunterlage für Ihren Boden oder Teppich. Um die Sicherheit zu gewährleisten, sollte das Gerät mindestens 0,6 Meter freien Raum auf allen Seiten haben.
5. Vor der Verwendung des Geräts überprüfen Sie, ob die Muttern und Schrauben fest angezogen sind.
6. Tragen Sie geeignete Kleidung bei der Verwendung des Geräts. Vermeiden Sie das Tragen von weiter Kleidung, die sich im Gerät verfangen oder die Bewegung einschränken oder verhindern könnte.
7. Das Gerät ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet. Nur für den häuslichen Gebrauch geeignet.Maximalgewicht des Benutzers: 120kg.
8. Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
9. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
10. Reinigung und Benutzer-Wartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.
11. Wenn die Netzanschlussleitung dieses Gerätes beschädigt wird, muss sie durch den Hersteller oder seinen Kundendienst oder eine ähnlich qualifizierte Person ersetzt werden, um Gefährdungen zu vermeiden.

BATTERIE-WARNUNG

- Nicht-wiederaufladbare Batterien dürfen nicht wieder aufgeladen werden.
- Aufladbare Batterien immer aus dem Gerät entfernen, um sie aufzuladen.
- Unterschiedliche Batterie- bzw. Akkutypen sowie neue und alte Batterien dürfen nicht gemischt eingesetzt werden.
- Batterien stets polrichtig einsetzen, da sonst die Gefahr des Platzens besteht.
- Entfernen Sie verbrauchte Batterien umgehend und entsorgen Sie diese umweltgerecht.
- Entnehmen Sie die Batterien aus dem Gerät, wenn Sie es längere Zeit nicht benutzen oder es lagern wollen.
- Die Anschlussklemmen dürfen nicht kurzgeschlossen werden.
- Verwenden Sie das Gerät und seine Batterie niemals unter extremen Bedingungen (extrem hohe oder niedrige Temperaturen, große Höhen usw.) während des Gebrauchs, der Lagerung oder des Transports.
- Warnung: Batterien dürfen keiner übermäßigen Hitze wie Sonne, Feuer oder Ähnlichem ausgesetzt werden.
- Beschädigen Sie niemals das Gerät und seine Batterien.
- VORSICHT: Es besteht Brand- oder Explosionsgefahr, wenn die Batterie durch einen falschen Typ ersetzt wird.
-  Hoher Schalldruck
- Risiko von Gehörschäden
- Hören Sie nicht über einen längeren Zeitraum mit hoher Lautstärke.
- ~ : Wechselstrom

SICHERHEITSMAßNAHMEN

Umwelt

1.Verwenden Sie dieses Produkt nicht in nasser oder staubiger Umgebung, um das Auftreten eines Stromschlags oder Motorausfalls zu vermeiden;
2.Verwenden Sie dieses Produkt nicht bei einer Raumtemperatur von über 40 Grad Celsius;
3.Stellen Sie das Produkt nicht an einem Ort im Freien oder in direktem Sonnenlicht auf;
4.Stellen Sie das Produkt bitte auf einen ebenen Boden.
Hinweis: Wenn das Produkt von einer niedrigen Temperatur in eine höhere Temperatur gebracht wird, warten Sie eine Stunde, bevor Sie es verwenden, um die Kondensation von Wasserdampf auf den Geräteteilen zu vermeiden, was zu einem Ausfall des Geräts führen kann.

Personen, die dieses Produkts nicht verwenden sollen

Wenn einer der folgenden Umstände auf Sie zutrifft, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt, bevor Sie dieses Produkt verwenden,
1.Der Benutzer befindet sich in Behandlung oder hat körperliche Beschwerden;
2.Patienten mit bösartigem Tumor;
3.Eine schwangere Frau oder eine Frau mit körperlichen Beschwerden;
4.Herzkranke
5.Osteoporose-Patienten;
6.In-vivo-Implantation eines elektronischen Geräts wie z. B. eines Herzschrittmachers;
7.Kinder unter 60 Jahren, 10 Jahre oder älter, bitte reduzieren Sie die Vibrationsfrequenz;
8.Invalide oder behinderte Menschen;

Was Sie wissen müssen, wenn Sie das Gerät benutzen

Bitte legen Sie vor dem Gebrauch Ihre Uhr, Ihr Armband, Ihr Mobiltelefon und andere Wertgegenstände sowie Schlüssel, Messer und andere scharfe Gegenstände ab, um die Sachen nicht zu beschädigen oder körperliche Schäden zu verursachen.
1 . Bitte rauchen Sie während des Gebrauchs nicht;
2 . Verwenden Sie dieses Produkt nicht zusammen mit anderen medizinischen Geräten;
3 . Verwenden Sie dieses Produkt nicht für medizinische Zwecke;
4 . Verwenden Sie dieses Produkt nicht nach einer Mahlzeit oder einem Getränk;
5 . Wenn Sie dieses Produkt verwenden, lassen Sie keine Kinder oder Haustiere in der Nähe, und es ist strengstens verboten, Ihre Finger in den Spalt zwischen der Abdeckung und der Basis zu stecken;
6 . Dieses Produkt trägt 120 kg, nicht mit mehr Gewicht verwenden;
7 . Dieses Produkt ist nur eine Person, bitte verwenden Sie nicht zwei oder mehr als zwei Personen zur gleichen Zeit.

Verbieten

Es ist verboten, die Produkte ohne Erlaubnis zu zerlegen, zu demontieren oder zu modifizieren, um einen Stromschlag zu vermeiden oder die Fehlfunktion der Maschine zu verursachen.

Bitte verwenden Sie nach Folgendem nicht mehr

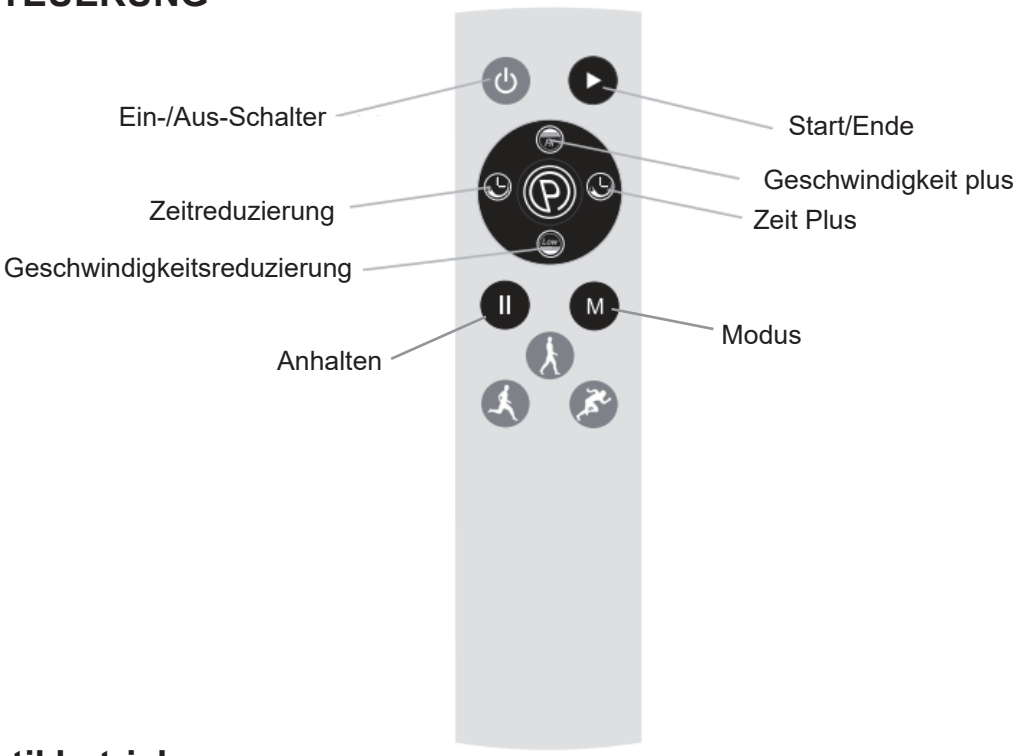
1. Versehentliches Spritzen von Wasser oder anderen Flüssigkeiten auf das Produkt oder auf die Fernbedienung;
2. Zugehörige Teile sind beschädigt oder es treten interne abnormale Geräusche auf;
3. Sie fühlen abnormale oder lokale Schmerzen während des Gebrauchs;
4. Plötzlicher Stromausfall;
5. Auftreten von Blitzschlag.

Über Netzstecker und Stromkabel

1. Prüfen Sie vor der Verwendung, ob die Spannung mit den Anforderungen des Produkts übereinstimmt.
2. Stecken Sie den Stecker nicht mit nassen Händen ein, um einen Stromschlag zu vermeiden;
3. Ziehen Sie den Stecker nicht am Stromkabel aus der Steckdose heraus. Ziehen Sie nicht gewaltsam am Strom, biegen oder verdrehen Sie es nicht;
4. Wenn der Strom abgeschaltet oder längere Zeit nicht benutzt wird, schalten Sie bitte den Ein-/Aus-Schalter aus und ziehen Sie den Netzstecker;
5. Wenn das Stromkabel beschädigt ist, verwenden Sie es bitte nicht mehr, schalten Sie den Ein-/Aus-Schalter aus, ziehen Sie das Stromkabel aus der Steckdose und wenden Sie sich an das professionelle Wartungspersonal.

DIE ANWEISUNGEN ZUR FERNBEDIENUNG

FERNSTEUERUNG



Automatikbetrieb:

der Standardmodus ist der manuelle Modus, drücken Sie die Taste, um in den automatischen Modus zu gelangen, wiederholtes Drücken der Tasten kann „P1“, „P2“, „P3“ und „HP“ wählen.

Manueller Modus, automatischer Modus, humanisierte Programmierung, automatische Einstellung der Vibrationsfrequenz. Im Automatikmodus können Geschwindigkeit und Zeit nicht eingestellt werden, im manuellen Modus kann die Standby-Zeit eingestellt werden, die Geschwindigkeit kann nicht eingestellt werden; starten Sie den Betrieb, die Geschwindigkeit kann eingestellt werden, die Zeit kann nicht eingestellt werden.

Zeit plus:

Die voreingestellte Betriebszeit beträgt 10-15 Minuten und ist in verschiedene Abschnitte unterteilt, drücken Sie die Taste, um die Regelung der verschiedenen Abschnitte zu aktivieren.

Zeitreduzierung:

Die voreingestellte Betriebszeit beträgt 10-15 Minuten und ist in verschiedene Abschnitte unterteilt; drücken Sie die Taste, um die Regelung der verschiedenen Abschnitte zu reduzieren.

Netzschalter:

Stecken Sie das Netzteil ein, öffnen Sie den Ein-/Aus-Schalter.

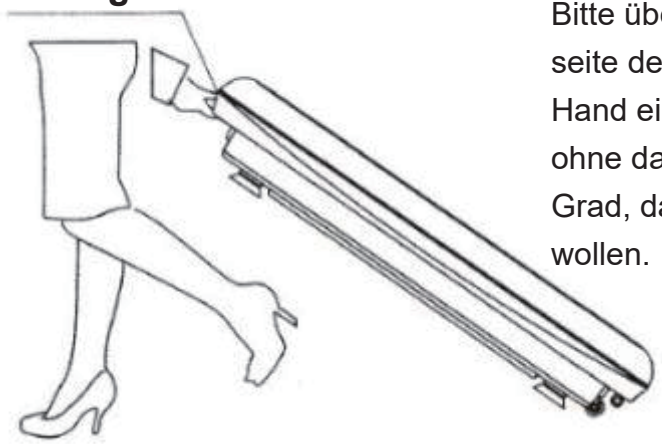
Start/Ende:

Öffnen Sie den Ein-/Aus-Schalter, drücken Sie die Taste, um das Produkt zu starten und drücken Sie erneut die Taste, um den Betrieb zu beenden.

Geschwindigkeit plus:
Manueller Modus, wenn die Maschine in Betrieb ist, können wir die Taste drücken, um die Geschwindigkeit zu erhöhen, die Position der verschiedenen Stufen einstellen, die allgemeine Wahl der mittleren Geschwindigkeit ist besser geeignet.

BEWEGUNG VORSICHT

Handgriff



Bitte überprüfen Sie die Maschine, in der Unterseite der mittleren Abdeckung, finden Sie mit der Hand eine Verriegelung. heben Sie eine Seite, ohne das Bewegungsrad zu erreichen, um 45 Grad, dann bewegen Sie es an den Ort, den Sie wollen.

ÜBUNGSVERFAHREN



1.Für die Taille und Hüfte: Stehen Sie auf der Maschine, spreizen Sie die Beine schulterbreit.



2.Für den Oberschenkel: Stellen Sie sich auf die Maschine, beugen Sie das Knie.



3.Für den Oberschenkel und die Wade: Setzen Sie sich auf den Stuhl, stellen Sie den Fuß auf die Maschine, lassen Sie sie vibrieren.



4.Nur für die Wade: Setzen Sie sich auf den Boden, lassen Sie die Wade auf der Maschine, Sie können sich auch zurücklehnen.



5. Für das Schultergelenk: Legen Sie die Hände auf die Maschine, von Ihnen entfernt, gehen Sie in die Knie.
Dies alles sind normale Stellungen, Sie können andere Stellungen finden. Jede Stellung ist für einen anderen Körper von Vorteil.

REINIGUNG UND WARTUNG DES GERÄTS

Bitte vergewissern Sie sich, dass Sie vor der Reinigung den Strom abgeschaltet haben. Und der Stecker gezogen ist. Dann können Sie das Tuch mit Reinigungsmittel verwenden. Zuletzt verwenden Sie ein trockenes Tuch um das Reinigungsmittel zu entfernen

Vorsicht

Verwenden Sie keine Benzol, Verdünner und Alkohol, Benzin und andere ätzende und flüchtige Reinigungsmittel, sonst kann vielleicht das Produkt Verfärbung oder interne Strukturkorrosion, oder Rissbildung verursachen, usw.

Für die Fernbedienung verwenden Sie nur ein trockenes Tuch, nicht ein nasses. Vergewissern Sie sich, dass die Stromzufuhr unterbrochen ist und der Stecker gezogen ist. Wischen Sie den Staub und Schmutz ab, bitte bewegen Sie sich an den Ort weg von der Heizung, und auch von der Nässe weg. Wenn Sie es für eine lange Zeit nicht verwenden, verwenden Sie bitte eine Abdeckung gegen Staub.

ÜBLICHE PROBLEMBEHEBUNG

Anzahl	Problem	Ursache	Methode
1	Unfähig zu starten	1.Der Stecker ist nicht richtig eingesteckt 2.Die Maschine startet nicht. 3.Momentane Überspannung, die Sicherung ist durchgebrannt.	1.Vergewissern Sie sich, dass der Stecker eingesteckt ist 2.Öffnen Sie den roten Deckel 3.Ersetzen Sie mit der gleichen Sicherung, wie die durchgebrannte
2	Die Maschine macht Geräusche, wie „Dada“ oder „Xiuxiu“.	Das ist ein normales Geräusch, da die Maschine arbeitet.	Keine Notwendigkeit, etwas zu tun
3	Fernbedienung funktioniert nicht	1.Batterie der Fernbedienung ist leer 2.Die Maschine und die Fernbedienung sind zu weit voneinander entfernt	1.Wechseln Sie den Akku 2.Kontrolle der Entfernung auf 2,5 Metern
4	Verwendung stoppen	Zeitüberschreitung	Nach 10 Minuten wieder einschalten
5	Kann nicht betrieben werden	Vielleicht Betriebssequenz	AUS, dann Ein

Nous vous remercions d’avoir choisi ce produit.
Veuillez lire les instructions lors de l’utilisation de l’appareil, en particulier les précautions de sécurité, afin de l’utiliser correctement. Conservez également ce manuel pour référence future.

Catalogue

Précautions de sécurité 17

Instructions pour la télécommande 20

Précautions de déplacement 21

Méthodes d’exercice 21

Nettoyage et entretien de l’appareil 22

Gestion des problèmes courants 22

Informations importantes de sécurité

Veuillez conserver ce manuel dans un endroit sûr pour pouvoir le consulter facilement.

1. Il est important de lire l'intégralité de ce manuel avant d'assembler et d'utiliser l'équipement.
2. Avant de commencer tout programme d'exercice, vous devriez consulter votre médecin pour déterminer si vous avez des problèmes médicaux ou physiques qui pourraient mettre votre santé et votre sécurité en danger, ou vous empêcher d'utiliser correctement l'équipement.
3. Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'équipement. L'équipement est conçu uniquement pour un usage adulte.
4. Utilisez l'équipement sur une surface solide, plane et nivelée avec une protection pour votre sol ou moquette. Pour garantir la sécurité, l'équipement doit avoir au moins 0,6 mètre d'espace libre tout autour.
5. Avant d'utiliser l'équipement, vérifiez que les écrous et boulons sont bien serrés.
6. Portez des vêtements adaptés lors de l'utilisation de l'équipement. Évitez les vêtements amples qui pourraient se coincer dans l'équipement ou restreindre vos mouvements.
7. L'équipement n'est pas adapté à un usage thérapeutique. Convient uniquement pour un usage domestique. Poids maximum de l'utilisateur : 120 kg.
8. Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 8 ans et plus et par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou un manque d'expérience et de connaissances à condition qu'elles aient reçu une supervision ou des instructions concernant l'utilisation de l'appareil en toute sécurité et qu'elles comprennent les dangers encourus.
9. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil.
10. Le nettoyage et l'entretien par l'usager ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
11. Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son service après vente ou des personnes de qualification similaire afin d'éviter un danger.

AVERTISSEMENT SUR LES PILES

- les batteries non rechargeables ne doivent pas être rechargées;
- les batteries rechargeables doivent être retirées de l'appareil avant d'être chargées;
- les différents types de batteries ou les batteries neuves et usagées ne doivent pas être mélangées;
- les batteries doivent être insérées selon la polarité correcte;
- les batteries déchargées doivent être retirées de l'appareil et éliminées de façon sûre;
- si l'appareil doit être entreposé sans être utilisé pendant une longue période, il convient de retirer les batteries;
- les bornes d'alimentation ne doivent pas être court-circuitées.
- Ne pas utiliser l'appareil et sa batterie dans des conditions extrêmes (températures très faibles ou très élevées, haute altitude…) pendant l'utilisation, le stockage ou le transport.
- Avertissement: L'appareil et sa batterie ne doivent pas être exposées à une chaleur excessive telle que celle du soleil, d'un feu ou d'origine similaire.
- Ne jamais endommager l'appareil et sa batterie.
- ATTENTION: Risque d'incendie ou d'explosion si la batterie est remplacée par un type incorrect.
-  Pression acoustique élevée
- Risque de détérioration de l'audition
- Ne pas écouter à des niveaux de volume élevés pendant des périodes prolongées
- ~ : Courant alternatif

Précautions de sécurité

Environnement

1. N’utilisez pas ce produit dans un environnement humide ou poussiéreux pour éviter les risques de choc électrique ou de panne du moteur.
2. N’utilisez pas ce produit à une température ambiante supérieure à 40 degrés Celsius.
3. Ne placez pas le produit à l’extérieur ou sous la lumière directe du soleil.
4. Veuillez poser le produit sur une surface plane.

Remarque : Si le produit est déplacé d’une basse température vers une température plus élevée, attendez une heure avant de l’utiliser afin d’éviter la condensation de vapeur d’eau sur les pièces de l’appareil, ce qui pourrait entraîner une panne.

Personnes non adaptées à l’utilisation de ce produit

i vous vous trouvez dans l’une des situations suivantes, veuillez consulter votre médecin avant d’utiliser ce produit :

1. Vous suivez un traitement médical ou ressentez un inconfort physique.
2. Patients atteints de tumeurs malignes.
3. Femmes enceintes ou en période de menstruation.
4. Personnes atteintes de maladies cardiaques.
5. Patients souffrant d’ostéoporose.
6. Personnes ayant un dispositif électronique implanté dans le corps, comme un stimulateur cardiaque.
7. Enfants de moins de 10 ans ou personnes de plus de 60 ans : veuillez réduire la fréquence des vibrations.
8. Personnes handicapées ou nécessitant une assistance.

Ce qu’il faut savoir avant utilisation

Avant l’utilisation, veuillez retirer votre montre, bracelet, téléphone portable, clés et tout objet de valeur ou tranchant, afin de ne pas endommager le produit ou causer des blessures physiques.

1. Veuillez ne pas fumer pendant l’utilisation.
2. N’utilisez pas ce produit avec d’autres équipements médicaux.
3. N’utilisez pas ce produit à des fins médicales.
4. N’utilisez pas ce produit juste après un repas ou une boisson.
5. Lors de l’utilisation, tenez les enfants et les animaux domestiques à distance, et il est strictement interdit d’insérer les doigts dans l’espace entre le couvercle et la base.
6. Ce produit supporte un poids maximal de 120 kg ; les personnes dépassant ce poids ne doivent pas l’utiliser.
7. Ce produit est conçu pour une seule personne ; ne l’utilisez pas à deux ou plus simultanément.

Interdictions

Il est interdit de démonter, désassembler ou modifier le produit sans autorisation, afin d'éviter les risques de choc électrique ou de dysfonctionnement de l'appareil.

Arrêtez l'utilisation dans les cas suivants

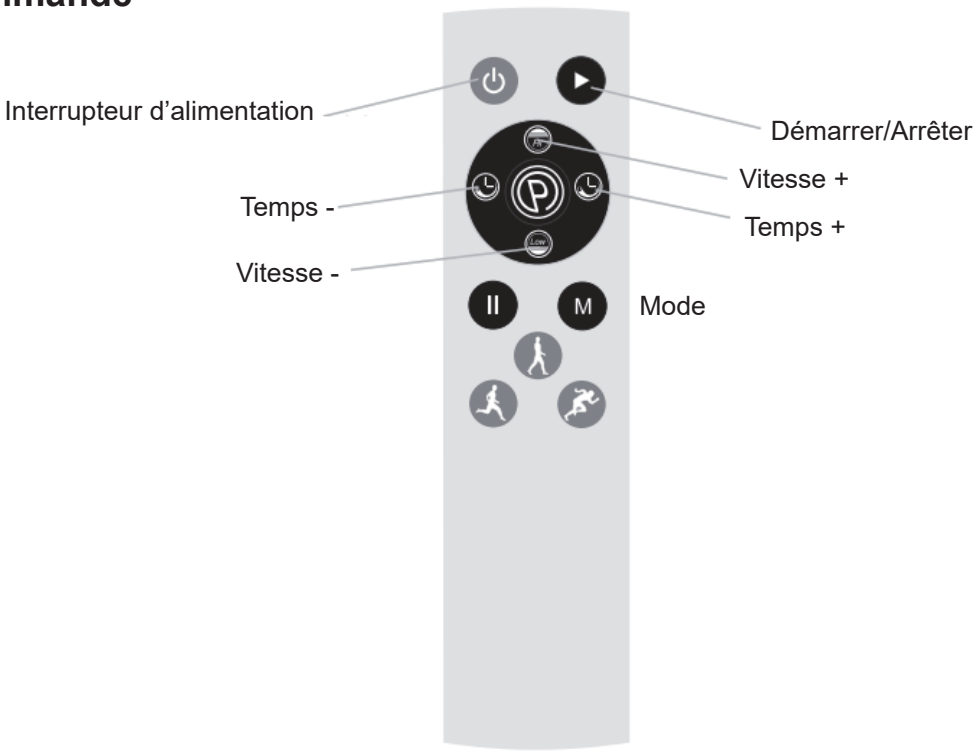
1. De l'eau ou d'autres liquides éclaboussent accidentellement le produit ou la télécommande.
2. Les pièces concernées sont endommagées ou un bruit anormal provient de l'intérieur.
3. Vous ressentez une anomalie ou une douleur locale pendant l'utilisation.
4. Une panne de courant soudaine survient.
5. En cas d'orage ou de foudre.

À propos de la prise et du cordon d'alimentation

1. Avant utilisation, vérifiez si la tension correspond aux exigences du produit.
2. Ne branchez pas la prise avec les mains mouillées pour éviter les chocs électriques.
3. Débranchez la prise en la tenant, sans tirer, plier ou tordre le cordon d'alimentation de force.
4. En cas de coupure de courant ou de non-utilisation prolongée, veuillez éteindre l'interrupteur d'alimentation et débrancher la prise.
5. Si le cordon d'alimentation est endommagé, arrêtez immédiatement l'utilisation, éteignez l'interrupteur, débranchez la prise et contactez un professionnel pour la maintenance.

Instructions pour la télécommande

Télécommande



Mode automatique :

Le mode par défaut est le mode manuel. Appuyez sur la touche pour passer en mode automatique ; en appuyant à nouveau, vous pouvez choisir entre « P1 », « P2 », « P3 » et « HP ».

En mode manuel, automatique ou programmation humanisée, la fréquence de vibration est ajustée automatiquement. En mode automatique, la vitesse et le temps ne peuvent pas être réglés. En mode manuel, à l'arrêt, le temps peut être ajusté, mais pas la vitesse ; en fonctionnement, la vitesse peut être ajustée, mais pas le temps.

Temps + :

Le temps de fonctionnement par défaut est de 10 à 15 minutes, divisé en différents paliers. Appuyez sur la touche pour augmenter le réglage des différents paliers.

Temps - :

Le temps de fonctionnement par défaut est de 10 à 15 minutes, divisé en différents paliers. Appuyez sur la touche pour réduire le réglage des différents paliers.

Interrupteur d'alimentation :

Branchez l'alimentation et allumez l'interrupteur d'alimentation.

Démarrer/Arrêter :

Allumez l'interrupteur d'alimentation, appuyez sur la touche pour démarrer le produit, et appuyez à nouveau pour arrêter.

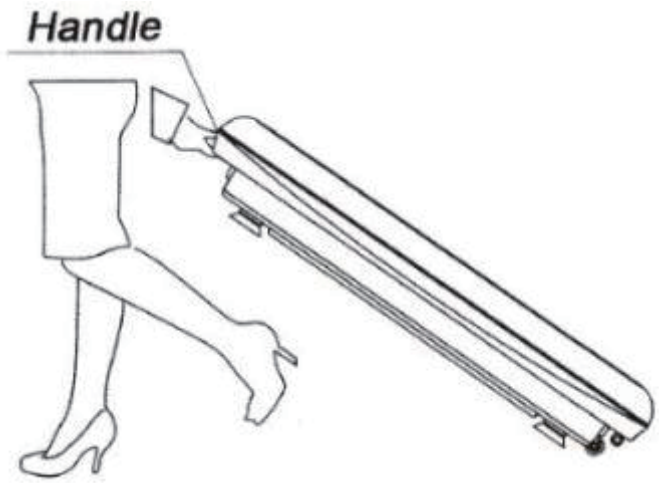
Vitesse + :

En mode manuel, lorsque l'appareil est en marche, vous pouvez appuyer sur la touche pour augmenter la vitesse, ajuster les différents niveaux ; le niveau intermédiaire est généralement le plus adapté.

Vitesse - :

En mode manuel, lorsque l'appareil est en marche, vous pouvez appuyer sur la touche pour réduire la vitesse, ajuster les différents niveaux ; le niveau intermédiaire est généralement le plus adapté.

Précautions de déplacement



Vérifiez l'appareil : sous le couvercle central, à la base, vous trouverez une poignée que vous pouvez saisir avec les mains. Soulevez un côté sans les roues de déplacement jusqu'à un angle de 45 degrés, puis déplacez-le à l'endroit souhaité.

Méthodes d'exercice



Pour la taille et les hanches : Tenez-vous sur l'appareil, écartez les jambes à la largeur des épaules.



Pour les cuisses : Tenez-vous sur l'appareil, fléchissez les genoux.



Pour les cuisses et les mollets : Asseyez-vous sur une chaise, placez les pieds sur l'appareil et laissez-les vibrer.



Uniquement pour les mollets : Asseyez-vous sur le sol, placez les mollets sur l'appareil, vous pouvez également vous pencher en arrière.



Pour les articulations des épaules : Placez les mains sur l'appareil, écartez-les, et fléchissez les genoux.

Ces postures sont standards, mais vous pouvez en trouver d'autres. Chaque posture bénéficie à différentes parties du corps.

Nettoyage et entretien de l’appareil

Assurez-vous d’avoir coupé l’alimentation et débranché la prise avant de nettoyer. Utilisez ensuite un chiffon avec un détergent doux. Enfin, essuyez avec un chiffon sec pour enlever les résidus de détergent.

Attention

N’utilisez pas de benzène, de diluant, d’alcool, d’essence ou d’autres nettoyants corrosifs ou volatils, car cela pourrait entraîner une décoloration, une corrosion de la structure interne ou des fissures sur le produit.

Pour la télécommande, utilisez uniquement un chiffon sec, jamais un chiffon humide.

Assurez-vous que l’alimentation est coupée et la prise débranchée. Essuyez la poussière et la saleté, puis rangez l’appareil dans un endroit éloigné des sources de chaleur et à l’abri de l’humidité. Si vous ne l’utilisez pas pendant longtemps, couvrez-le avec une housse anti-poussière.

Gestion des problèmes courants

Numéro	Problème	Raison	Solution
1	Impossible de démarrer	1. La prise n’est pas bien insérée 2. L’appareil n’est pas allumé 3. Un courant instantané trop élevé a fait sauter le fusible	1. Assurez-vous que la prise est bien insérée 2. Appuyez sur le bouton rouge 3. Remplacez le fusible par un modèle identique
2	L’appareil fait du bruit, comme « dada » ou « xiuxiu »	C’est un bruit normal dû au fonctionnement de l’appareil	Aucune action nécessaire
3	La télécommande ne fonctionne pas	1. La batterie de la télécommande est morte 2. La distance entre l’appareil et la télécommande est trop grande	1. Remplacez la batterie 2. Maintenez une distance de 2,5 mètres maximum
4	Arrêt de l’utilisation	Temps écoulé	Après 10 minutes, redémarrez
5	Ne peut pas être utilisé	Peut-être à cause de la fréquence d’utilisation	Éteignez, puis rallumez



Agradecemos que haya elegido este producto.
Por favor, lea las instrucciones al usar la máquina, especialmente las precauciones de seguridad, para utilizarla correctamente. También conserve este manual para futuras consultas.

Catálogo

Precauciones de seguridad 24

Instrucciones del control remoto 27

Precauciones de movimiento 28

Métodos de ejercicio 28

Limpieza y mantenimiento de la máquina 29

Manejo de problemas habituales 29

Información importante de seguridad

Guarde este manual en un lugar seguro para futuras consultas.

1. Es importante leer este manual completo antes de ensamblar y usar el equipo.
2. Antes de comenzar cualquier programa de ejercicios, debe consultar a su médico para determinar si tiene alguna condición médica o física que pueda poner en riesgo su salud y seguridad, o impedirle usar el equipo correctamente.
3. Mantenga a niños y mascotas alejados del equipo. El equipo está diseñado solo para uso de adultos.
4. Use el equipo sobre una superficie sólida, plana y nivelada con una cubierta protectora para su piso o alfombra. Para garantizar la seguridad, el equipo debe tener al menos 0.6 metros de espacio libre alrededor.
5. Antes de usar el equipo, verifique que las tuercas y los tornillos estén bien apretados.
6. Use ropa adecuada mientras utiliza el equipo. Evite usar prendas holgadas que puedan engancharse en el equipo o que puedan restringir o impedir el movimiento.
7. El equipo no es apto para uso terapéutico. Solo es adecuado para uso doméstico.Peso máximo del usuario: 120kg.
8. Este aparato puede ser utilizado por niños mayores de 8 años y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o falta de experiencia y conocimientos, siempre que hayan recibido supervisión o instrucciones sobre el uso seguro del dispositivo y comprendan los riesgos involucrados.
9. Los niños no deben jugar con el aparato.
10. La limpieza y el mantenimiento por parte del usuario no deben ser realizados por niños sin supervisión.
11. Si el cable de alimentación está dañado, debe ser reemplazado por el fabricante, su servicio técnico o personas de calificación similar para evitar un peligro.

ADVERTENCIA SOBRE LAS PILAS

- las pilas no recargables no deben recargarse;
- las pilas recargables deben retirarse del dispositivo antes de cargarlas;
- no se deben mezclar diferentes tipos de pilas o pilas nuevas y usadas;
- las pilas deben insertarse con la polaridad correcta;
- Las baterías agotadas deben retirarse del aparato y desecharse de manera segura;
- Si el aparato va a almacenarse sin uso durante un largo período, se deben retirar las baterías;
- Los terminales de alimentación no deben cortocircuitarse.
- Nunca utilice el aparato y su batería en condiciones extremas (temperaturas extremadamente altas o bajas, gran altitud...) durante el uso, almacenamiento o transporte.
- Advertencia: Las baterías no deben exponerse a calor excesivo como luz solar directa, fuego o similares.
- Nunca dañe el aparato ni su batería.
- PRECAUCIÓN: Riesgo de incendio o explosión si la batería es reemplazada por un tipo incorrecto.
-  Presión sonora alta
- Riesgo de daño auditivo
- No escuchar a volúmenes altos durante períodos prolongados.
- ~ : Corriente alterna

Precauciones de seguridad

Entorno

1. No use este producto en un entorno húmedo o polvoriento para evitar descargas eléctricas o fallos del motor.
2. No use este producto a una temperatura ambiente superior a 40 grados Celsius.
3. No coloque el producto en un lugar al aire libre o bajo luz solar directa.
4. Por favor, coloque el producto en una superficie plana.

Nota: Si el producto se traslada de una temperatura baja a una más alta, espere una hora antes de usarlo para evitar la condensación de vapor de agua en las piezas de la máquina, lo que podría causar fallos.

Personas no aptas para usar este producto

Si presenta alguna de las siguientes condiciones, consulte a su médico antes de usar este producto:

1. Está recibiendo tratamiento médico o siente malestar físico.
2. Pacientes con tumores malignos.
3. Mujeres embarazadas o en periodo menstrual.
4. Personas con enfermedades cardíacas.
5. Pacientes con osteoporosis.
6. Personas con un dispositivo electrónico implantado en el cuerpo, como un marcapasos.
7. Niños menores de 10 años o personas mayores de 60 años: por favor, reduzcan la frecuencia de vibración.
8. Personas con discapacidad o que necesiten asistencia.

Lo que debe saber antes de usar

Antes de usar, retire su reloj, pulsera, teléfono móvil, llaves y otros objetos de valor o punzantes para no dañar el producto ni causar lesiones físicas.

1. Por favor, no fume mientras usa el producto.
2. No use este producto junto con otros equipos médicos.
3. No use este producto con fines médicos.
4. No use este producto inmediatamente después de comer o beber.
5. Durante el uso, mantenga a los niños y mascotas alejados, y está estrictamente prohibido insertar los dedos en el espacio entre la cubierta y la base.
6. Este producto soporta un peso máximo de 120 kg; las personas que excedan este peso no deben usarlo.
7. Este producto está diseñado para una sola persona; no lo usen dos o más personas al mismo tiempo.

Prohibiciones

Está prohibido desmontar, desarmar o modificar el producto sin autorización para evitar descargas eléctricas o fallos en la máquina.

Deje de usar en los siguientes casos

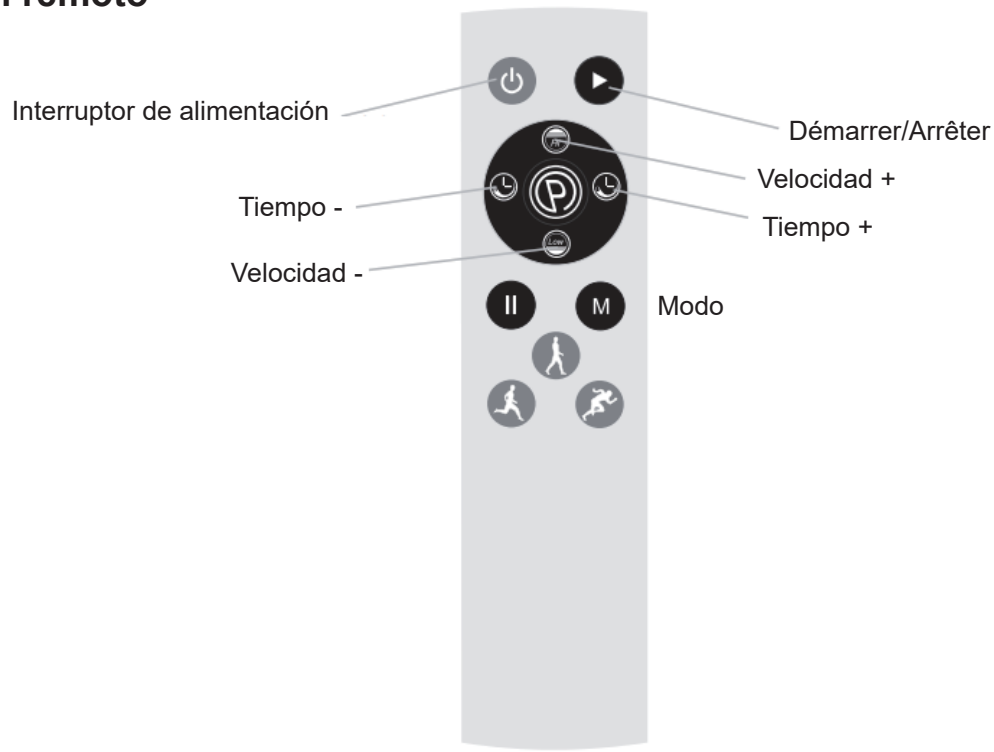
1. Agua u otros líquidos salpican accidentalmente el producto o el control remoto.
2. Las piezas relacionadas están dañadas o se escucha un ruido anormal en el interior.
3. Siente una anomalía o dolor localizado durante el uso.
4. Ocurre un corte de energía repentino.
5. Hay relámpagos o tormentas.

Acerca del enchufe y el cable de alimentación

1. Antes de usar, verifique si el voltaje cumple con los requisitos del producto.
2. No conecte el enchufe con las manos mojadas para evitar descargas eléctricas.
3. Desconecte el enchufe sosteniéndolo, sin tirar, doblar ni torcer el cable de alimentación con fuerza.
4. En caso de corte de energía o si no se usa por un período prolongado, apague el interruptor de alimentación y desenchufe el enchufe.
5. Si el cable de alimentación está dañado, deje de usarlo inmediatamente, apague el interruptor de alimentación, desenchufe el cable y contacte a personal de mantenimiento profesional.

Instrucciones del control remoto

Control remoto



Modo automático:

El modo predeterminado es el modo manual. Presione la tecla para entrar en el modo automático; al presionar repetidamente, puede elegir entre «P1», «P2», «P3» y «HP». En modo manual, automático o programación humanizada, la frecuencia de vibración se ajusta automáticamente. En modo automático, la velocidad y el tiempo no se pueden ajustar. En modo manual, en espera, se puede ajustar el tiempo, pero no la velocidad; durante el funcionamiento, se puede ajustar la velocidad, pero no el tiempo.

Tiempo +:

El tiempo de funcionamiento predeterminado es de 10 a 15 minutos, dividido en diferentes niveles. Presione la tecla para aumentar el ajuste a los diferentes niveles.

Tiempo -:

El tiempo de funcionamiento predeterminado es de 10 a 15 minutos, dividido en diferentes niveles. Presione la tecla para reducir el ajuste a los diferentes niveles.

Interruptor de alimentación:

Conecte la fuente de alimentación y encienda el interruptor de alimentación.

Iniciar/Parar:

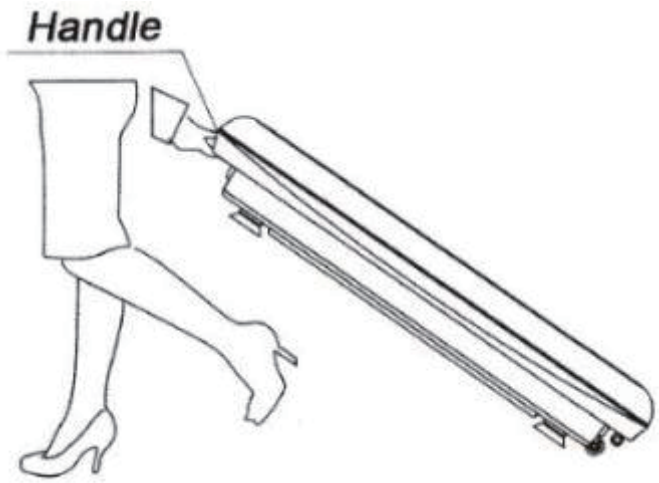
Encienda el interruptor de alimentación, presione la tecla para iniciar el producto y presione nuevamente para detenerlo.

Velocidad +:

En modo manual, cuando la máquina está funcionando, puede presionar la tecla para aumentar la velocidad, ajustándola a los diferentes niveles; generalmente, el nivel intermedio es el más adecuado.

Velocidad -:
En modo manual, cuando la máquina está funcionando, puede presionar la tecla para reducir la velocidad, ajustándola a los diferentes niveles; generalmente, el nivel intermedio es el más adecuado.

Precauciones de movimiento



Verifique la máquina: en la parte inferior de la cubierta central, encontrará un mango que puede agarrar con las manos. Levante un lado sin las ruedas de movimiento hasta un ángulo de 45 grados y luego muévalo al lugar deseado.

Métodos de ejercicio



Para la cintura y las caderas: Párese sobre la máquina, separe las piernas a la anchura de los hombros.



Para los muslos: Párese sobre la máquina, doble las rodillas.



Para los muslos y las pantorrillas: Siéntese en una silla, coloque los pies sobre la máquina y deje que vibren.



Solo para las pantorrillas: Siéntese en el suelo, coloque las pantorrillas sobre la máquina, también puede inclinarse hacia atrás.



Para las articulaciones de los hombros: Coloque las manos sobre la máquina, sepárelas y baje las rodillas.

Estas son posturas estándar, pero puede encontrar otras. Cada postura beneficia diferentes partes del cuerpo.

Limpieza y mantenimiento de la máquina

Asegúrese de haber cortado la alimentación y desenchufado el enchufe antes de limpiar. Luego, puede usar un paño con detergente suave. Finalmente, use un paño seco para eliminar los residuos de detergente.

Precaución

No utilice benceno, diluyente, alcohol, gasolina ni otros limpiadores corrosivos o volátiles, ya que podrían causar decoloración, corrosión de la estructura interna o grietas en el producto.

Para el control remoto, utilice únicamente un paño seco, nunca uno húmedo.

Asegúrese de que la alimentación esté cortada y el enchufe desenchufado. Limpie el polvo y la suciedad, y traslade el producto a un lugar alejado de fuentes de calor y protegido de la humedad. Si no lo usará por un período prolongado, cúbralo con una funda antipolvo.

Manejo de problemas habituales

Número	Problema	Razón	Solución
1	No se puede encender	1. El enchufe no está bien insertado 2. La máquina no está encendida 3. La corriente instantánea fue demasiado alta y quemó el fusible	1. Asegúrese de que el enchufe esté bien insertado 2. Presione el botón rojo 3. Reemplace el fusible por uno del mismo modelo
2	La máquina hace ruido, como «dada» o «xiuxiu»	Es un ruido normal, solo el funcionamiento de la máquina	No es necesario hacer nada
3	El control remoto no funciona	1. La batería del control remoto está agotada 2. La distancia entre la máquina y el control remoto es demasiado grande	1. Reemplace la batería 2. Mantenga una distancia máxima de 2,5 metros
4	Para de funcionar	Tiempo agotado	Después de 10 minutos, vuelva a operar
5	No se puede operar	Puede ser por la frecuencia de operación	Apague y luego encienda

Agradecemos por escolher este produto.
Por favor, leia as instruções ao usar a máquina, especialmente as precauções de segurança, para utilizá-la corretamente. Também guarde este manual para consultas futuras.

Catálogo

Precauções de Segurança 31

Instruções do Controle Remoto 34

Precauções de Movimentação 35

Métodos de Exercício 35

Limpeza e Manutenção da Máquina 36

Tratamento de Problemas Comuns 36

Informações Importantes de Segurança (PT)

Por favor, guarde este manual em um local seguro para referência fácil.

1. É importante ler este manual inteiro antes de montar e utilizar o equipamento.
2. Antes de iniciar qualquer programa de exercícios, você deve consultar seu médico para determinar se possui condições médicas ou físicas que possam colocar sua saúde e segurança em risco, ou impedir o uso adequado do equipamento.
3. Mantenha crianças e animais de estimação afastados do equipamento. O equipamento foi projetado apenas para uso de adultos.
4. Utilize o equipamento sobre uma superfície sólida, plana e nivelada, com uma proteção para o seu piso ou carpete. Para garantir segurança, o equipamento deve ter pelo menos 0,6 metros de espaço livre ao redor.
5. Antes de usar o equipamento, verifique se as porcas e parafusos estão bem apertados.
6. Use roupas adequadas ao utilizar o equipamento. Evite usar roupas largas que possam prender-se no equipamento ou que possam restringir ou impedir o movimento.
7. O equipamento não é adequado para uso terapêutico. Adequado apenas para uso doméstico. Peso máximo do utilizador: 120 kg.
8. Este aparelho pode ser usado por crianças a partir dos 8 anos e por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou falta de experiência e conhecimento, desde que tenham sido supervisionadas ou instruídas quanto ao uso do aparelho de forma segura e compreendam os perigos envolvidos.
9. Crianças não devem brincar com o aparelho.
10. A limpeza e a manutenção pelo usuário não devem ser realizadas por crianças sem supervisão.
11. Se o cabo de alimentação estiver danificado, ele deve ser substituído pelo fabricante, seu agente de assistência ou por pessoas de qualificação semelhante, a fim de evitar perigo.

AVISO DE BATERIA

- pilhas não recarregáveis não devem ser recarregadas;
- pilhas recarregáveis devem ser removidas do aparelho antes de serem carregadas;
- diferentes tipos de pilhas ou pilhas novas e usadas não devem ser misturados;
- as pilhas devem ser inseridas com a polaridade correta;
- as pilhas gastas devem ser removidas do aparelho e descartadas de forma segura;
- se o aparelho for armazenado sem uso por um longo período, as pilhas devem ser removidas;
- os terminais de alimentação não devem ser curto-circuitados.
- Nunca utilize o aparelho nem sua bateria em condições extremas (temperaturas muito altas ou muito baixas, grande altitude…) durante o uso, armazenamento ou transporte.
- Aviso: As baterias não devem ser expostas a calor excessivo, como luz solar direta, fogo ou semelhantes.
- Nunca danifique o aparelho nem sua bateria.
- CUIDADO: Risco de incêndio ou explosão se a bateria for substituída por um tipo incorreto.

- Alta pressão sonora
- Risco de danos auditivos
- Não ouça em volumes altos por longos períodos.
- ~ : Corrente alternada

Precauções de Segurança

Ambiente

1. Não use este produto em um ambiente úmido ou empoeirado para evitar descargas elétricas ou falhas no motor.
2. Não use este produto em uma temperatura ambiente superior a 40 graus Celsius.
3. Não coloque o produto ao ar livre ou sob luz solar direta.
4. Por favor, posicione o produto em uma superfície plana.

Nota: Se o produto for movido de uma temperatura baixa para uma mais alta, espere uma hora antes de usá-lo para evitar a condensação de vapor de água nas peças da máquina, o que pode causar falhas.

Pessoas não aptas para usar este produto

Se você estiver em alguma das seguintes condições, consulte seu médico antes de usar este produto:

1. Está em tratamento médico ou sente desconforto físico.
2. Pacientes com tumores malignos.
3. Mulheres grávidas ou em período menstrual.
4. Pessoas com doenças cardíacas.
5. Pacientes com osteoporose.
6. Pessoas com dispositivos eletrônicos implantados no corpo, como marca-passos.
7. Crianças menores de 10 anos ou pessoas acima de 60 anos: por favor, reduzam a frequência de vibração.
8. Pessoas com deficiência ou que necessitem de assistência.

O que você precisa saber antes de usar

Antes de usar, remova seu relógio, pulseira, celular, chaves e outros objetos de valor ou pontiagudos para não danificar o produto ou causar lesões físicas.

1. Por favor, não fume durante o uso.
2. Não use este produto junto com outros equipamentos médicos.
3. Não use este produto para fins médicos.
4. Não use este produto imediatamente após comer ou beber.
5. Durante o uso, mantenha crianças e animais de estimação afastados, e é estritamente proibido inserir os dedos no espaço entre a tampa e a base.
6. Este produto suporta um peso máximo de 120 kg; pessoas que excedam esse peso não devem usá-lo.
7. Este produto é projetado para uma única pessoa; não o use com duas ou mais pessoas ao mesmo tempo.

Proibições

É proibido desmontar, desarmar ou modificar o produto sem autorização para evitar descargas elétricas ou falhas na máquina.

Pare de usar nos seguintes casos

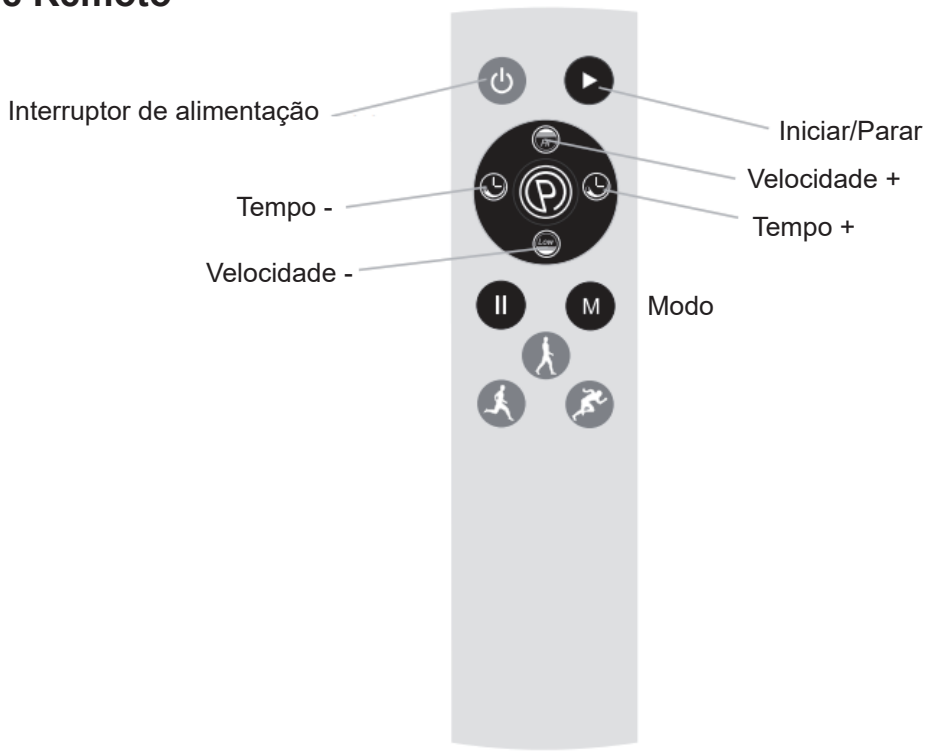
1. Água ou outros líquidos salpicam acidentalmente o produto ou o controle remoto.
2. As peças relacionadas estão danificadas ou há um ruído anormal no interior.
3. Você sente uma anormalidade ou dor localizada durante o uso.
4. Ocorre um corte de energia repentino.
5. Há relâmpagos ou trovoadas.

Sobre o plugue e o cabo de alimentação

1. Antes de usar, verifique se a voltagem está de acordo com os requisitos do produto.
2. Não conecte o plugue com as mãos molhadas para evitar descargas elétricas.
3. Desconecte o plugue segurando-o, sem puxar, dobrar ou torcer o cabo de alimentação com força.
4. Em caso de corte de energia ou se não for usado por um período prolongado, desligue o interruptor de alimentação e desconecte o plugue.
5. Se o cabo de alimentação estiver danificado, pare de usá-lo imediatamente, desligue o interruptor de alimentação, desconecte o cabo e entre em contato com um profissional de manutenção.

Instruções do Controle Remoto

Controle Remoto



Modo automático:

O modo padrão é o modo manual. Pressione a tecla para entrar no modo automático; ao pressionar repetidamente, você pode escolher entre «P1», «P2», «P3» e «HP».
No modo manual, automático ou programação humanizada, a frequência de vibração é ajustada automaticamente. No modo automático, a velocidade e o tempo não podem ser ajustados. No modo manual, em espera, o tempo pode ser ajustado, mas a velocidade não; durante o funcionamento, a velocidade pode ser ajustada, mas o tempo não.

Tempo +:

O tempo de funcionamento padrão é de 10 a 15 minutos, dividido em diferentes níveis. Pressione a tecla para aumentar o ajuste para os diferentes níveis.

Tempo -:

O tempo de funcionamento padrão é de 10 a 15 minutos, dividido em diferentes níveis. Pressione a tecla para reduzir o ajuste para os diferentes níveis.

Interruptor de alimentação:

Conecte a fonte de alimentação e ligue o interruptor de alimentação.

Iniciar/Parar:

Ligue o interruptor de alimentação, pressione a tecla para iniciar o produto e pressione novamente para parar.

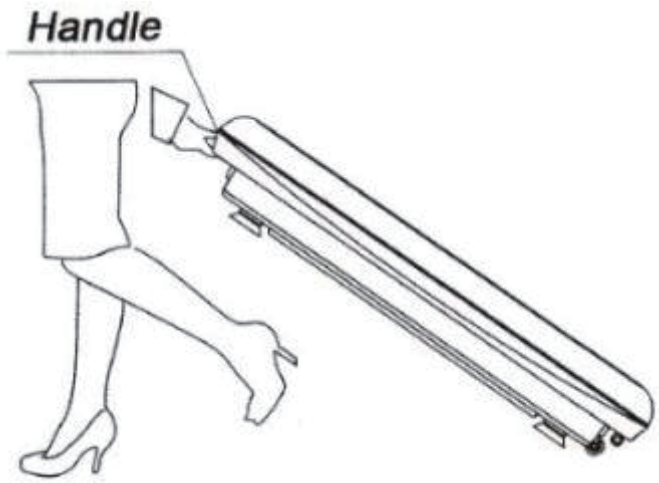
Velocidade +:

No modo manual, quando a máquina está funcionando, você pode pressionar a tecla para aumentar a velocidade, ajustando-a para os diferentes níveis; geralmente, o nível intermediário é o mais adequado.

Velocidade -:

No modo manual, quando a máquina está funcionando, você pode pressionar a tecla para reduzir a velocidade, ajustando-a para os diferentes níveis; geralmente, o nível intermediário é o mais adequado.

Precauções de Movimentação



Verifique a máquina: na parte inferior da tampa central, você encontrará uma alavanca que pode ser segurada com as mãos. Levante um lado sem as rodas de movimentação até um ângulo de 45 graus e, em seguida, mova-o para o local desejado.

Métodos de Exercício



Para a cintura e os quadris: Fique em pé sobre a máquina, separe as pernas na largura dos ombros.



Para as coxas: Fique em pé sobre a máquina, flexione os joelhos.



Para as coxas e as panturrilhas: Sente-se em uma cadeira, coloque os pés sobre a máquina e deixe-os vibrar.



Apenas para as panturrilhas: Sente-se no chão, coloque as panturrilhas sobre a máquina, você também pode se inclinar para trás.



Para as articulações dos ombros: Coloque as mãos sobre a máquina, afaste-as e flexione os joelhos.

Essas são posturas padrão, mas você pode encontrar outras. Cada postura beneficia diferentes partes do corpo.

Limpeza e Manutenção da Máquina

Certifique-se de ter cortado a alimentação e desconectado o plugue antes de limpar. Em seguida, você pode usar um pano com detergente suave. Por fim, use um pano seco para remover os resíduos de detergente.

Atenção

Não utilize benzeno, thinner, álcool, gasolina ou outros limpadores corrosivos ou voláteis, pois podem causar descoloração, corrosão da estrutura interna ou rachaduras no produto.

Para o controle remoto, use apenas um pano seco, nunca um pano úmido.

Certifique-se de que a alimentação esteja cortada e o plugue desconectado. Limpe a poeira e a sujeira e mova o produto para um local afastado de fontes de calor e protegido da umidade. Se não for usá-lo por um período prolongado, cubra-o com uma capa contra poeira.

Tratamento de Problemas Comuns

Número	Problema	Motivo	Solução
1	Não liga	1. O plugue não está bem conectado 2. A máquina não foi ligada 3. A corrente instantânea foi muito alta e queimou o fusível	1. Certifique-se de que o plugue está bem conectado 2. Pressione o botão vermelho 3. Substitua o fusível por um do mesmo modelo
2	A máquina faz ruídos como «dada» ou «xiuxiu»	É um ruído normal, apenas o funcionamento da máquina	Não é necessário fazer nada
3	O controle remoto não funciona	1. A bateria do controle remoto está descarregada 2. A distância entre a máquina e o controle remoto é muito grande	1. Substitua a bateria 2. Mantenha uma distância máxima de 2,5 metros
4	Para de funcionar	Tempo esgotado	Após 10 minutos, opere novamente
5	Não pode ser operado	Pode ser devido à frequência de operação	Desligue e ligue novamente

La ringraziamo per aver scelto questo prodotto.
Si prega di leggere le istruzioni prima di utilizzare la macchina, in particolare le precauzioni di sicurezza, per utilizzarla correttamente. Conservi anche questo manuale per future consultazioni.

Catalogo

Precauzioni di sicurezza 38

Istruzioni per il telecomando 41

Precauzioni per lo spostamento 42

Metodi di esercizio 42

Pulizia e manutenzione della macchina 43

Gestione dei problemi comuni 43

Informazioni importanti sulla sicurezza IT

Si prega di conservare questo manuale in un luogo sicuro per facilitarne la consultazione.

1. È importante leggere attentamente l'intero manuale prima di assemblare e utilizzare l'attrezzatura.
2. Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi, consultare il proprio medico per verificare l'assenza di condizioni mediche o fisiche che potrebbero mettere a rischio la salute e la sicurezza o impedire l'uso corretto dell'attrezzatura.
3. Tenere bambini e animali domestici lontani dall'attrezzatura. L'attrezzatura è progettata esclusivamente per l'uso da parte di adulti.
4. Utilizzare l'attrezzatura su una superficie solida, piana e livellata con una protezione per il pavimento o il tappeto. Per garantire la sicurezza, mantenere uno spazio libero di almeno 0,6 metri tutt'intorno all'attrezzatura.
5. Prima di utilizzare l'attrezzatura, verificare che i dadi e i bulloni siano ben serrati.
6. Indossare abiti adatti durante l'uso dell'attrezzatura. Evitare di indossare abiti larghi che potrebbero impigliarsi nell'attrezzatura o limitare o impedire i movimenti.
7. L'attrezzatura non è adatta per uso terapeutico. Adatta solo per uso domestico.Peso massimo dell'utente: 120 kg.
8. Questo apparecchio può essere utilizzato da bambini a partire dagli 8 anni di età e da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o con mancanza di esperienza e conoscenza, purché siano stati forniti loro supervisione o istruzioni riguardo all'uso sicuro dell'apparecchio e comprendano i pericoli coinvolti.
9. I bambini non devono giocare con l'apparecchio.
10. La pulizia e la manutenzione da parte dell'utente non devono essere effettuate da bambini senza supervisione.
11. Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito dal produttore, dal suo agente di assistenza o da persone con qualifiche simili per evitare pericoli.

AVVERTENZA SULLA BATTERIA

- le batterie non ricaricabili non devono essere ricaricate;
- le batterie ricaricabili devono essere rimosse dall'apparecchio prima di essere ricaricate;
- non devono essere mescolati tipi diversi di batterie o batterie nuove e usate;
- le batterie devono essere inserite con la polarità corretta;
- le batterie esaurite devono essere rimosse dall'apparecchio e smaltite in modo sicuro;
- se l'apparecchio deve essere conservato inutilizzato per un lungo periodo, le batterie devono essere rimosse;
- i terminali di alimentazione non devono essere cortocircuitati.
- Non utilizzare mai l'apparecchio e la sua batteria in condizioni estreme (temperature estremamente alte o basse, alta quota...) durante l'uso, lo stoccaggio o il trasporto.
- Attenzione: le batterie non devono essere esposte a calore eccessivo come luce solare, fuoco o simili.
- Non danneggiare mai l'apparecchio e la sua batteria.
- ATTENZIONE: rischio di incendio o esplosione se la batteria viene sostituita con un tipo errato.
-  Alta pressione sonora
- Rischio di danno all'udito
- Non ascoltare a volumi elevati per lunghi periodi.
- ~ : Corrente alternata

Precauzioni di sicurezza

Ambiente

1. Non utilizzare questo prodotto in un ambiente umido o polveroso per evitare scosse elettriche o guasti al motore.
2. Non utilizzare questo prodotto a una temperatura ambiente superiore a 40 gradi Celsius.
3. Non posizionare il prodotto all'esterno o sotto la luce solare diretta.
4. Si prega di posizionare il prodotto su una superficie piana.

Nota: Se il prodotto viene spostato da una temperatura bassa a una più alta, attendere un'ora prima di utilizzarlo per evitare la condensa di vapore acqueo sulle parti della macchina, che potrebbe causare guasti.

Persone non idonee all'uso di questo prodotto

Se rientra in una delle seguenti condizioni, consulti il medico prima di utilizzare questo prodotto:

1. È in cura medica o avverte disagio fisico.
2. Pazienti con tumori maligni.
3. Donne in gravidanza o durante il ciclo mestruale.
4. Persone con malattie cardiache.
5. Pazienti con osteoporosi.
6. Persone con dispositivi elettronici impiantati nel corpo, come pacemaker.
7. Bambini sotto i 10 anni o persone sopra i 60 anni: si prega di ridurre la frequenza delle vibrazioni.
8. Persone disabili o che necessitano di assistenza.

Cosa sapere prima dell'uso

Prima dell'uso, rimuova orologio, braccialetto, telefono cellulare, chiavi e altri oggetti di valore o affilati per non danneggiare il prodotto o causare lesioni fisiche.

1. Si prega di non fumare durante l'uso.
2. Non utilizzare questo prodotto insieme ad altre apparecchiature mediche.
3. Non utilizzare questo prodotto per scopi medici.
4. Non utilizzare questo prodotto subito dopo aver mangiato o bevuto.
5. Durante l'uso, tenere lontani bambini e animali domestici; è severamente vietato inserire le dita nello spazio tra il coperchio e la base.
6. Questo prodotto supporta un peso massimo di 120 kg; le persone che superano questo peso non devono utilizzarlo.
7. Questo prodotto è progettato per una sola persona; non utilizzarlo con due o più persone contemporaneamente.

Divieti

È vietato smontare, disassemblare o modificare il prodotto senza autorizzazione per evitare scosse elettriche o malfunzionamenti della macchina.

Interrompere l’uso nei seguenti casi

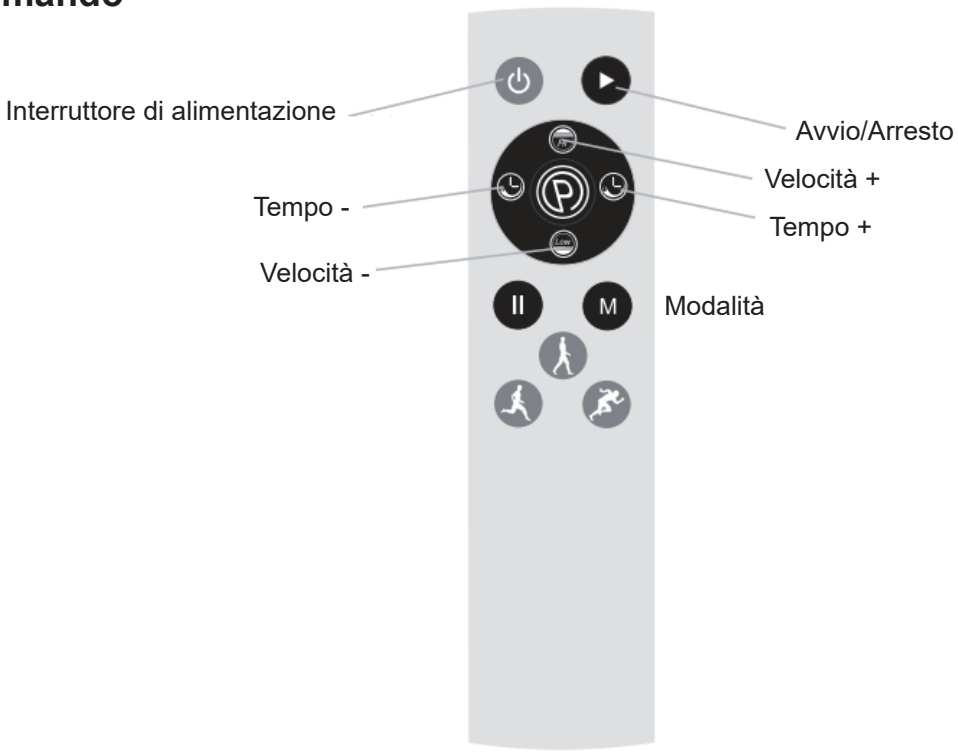
1. Acqua o altri liquidi schizzano accidentalmente sul prodotto o sul telecomando.
2. Le parti interessate sono danneggiate o si sente un rumore anomalo all’interno.
3. Si avverte un’anomalia o dolore localizzato durante l’uso.
4. Si verifica un’interruzione di corrente improvvisa.
5. Si verificano fulmini o temporali.

Riguardo alla spina e al cavo di alimentazione

1. Prima dell’uso, verificare se la tensione è conforme ai requisiti del prodotto.
2. Non collegare la spina con le mani bagnate per evitare scosse elettriche.
3. Scollegare la spina tenendola, senza tirare, piegare o torcere il cavo di alimentazione con forza.
4. In caso di interruzione di corrente o di non utilizzo prolungato, spegnere l’interruttore di alimentazione e scollegare la spina.
5. Se il cavo di alimentazione è danneggiato, interrompere immediatamente l’uso, spegnere l’interruttore di alimentazione, scollegare il cavo e contattare personale di manutenzione professionale.

Istruzioni per il telecomando

Telecomando



Modalità automatica:

La modalità predefinita è quella manuale. Premere il tasto per passare alla modalità automatica; premendo ripetutamente, è possibile scegliere tra «P1», «P2», «P3» e «HP».
In modalità manuale, automatica o programmazione umanizzata, la frequenza di vibrazione viene regolata automaticamente. In modalità automatica, velocità e tempo non possono essere regolati. In modalità manuale, in standby, è possibile regolare il tempo, ma non la velocità; durante il funzionamento, è possibile regolare la velocità, ma non il tempo.

Tempo +:

Il tempo di funzionamento predefinito è di 10-15 minuti, suddiviso in diversi livelli. Premere il tasto per aumentare la regolazione ai diversi livelli.

Tempo -:

Il tempo di funzionamento predefinito è di 10-15 minuti, suddiviso in diversi livelli. Premere il tasto per ridurre la regolazione ai diversi livelli.

Interruttore di alimentazione:

Collegare l'alimentazione e accendere l'interruttore di alimentazione.

Avvio/Arresto:

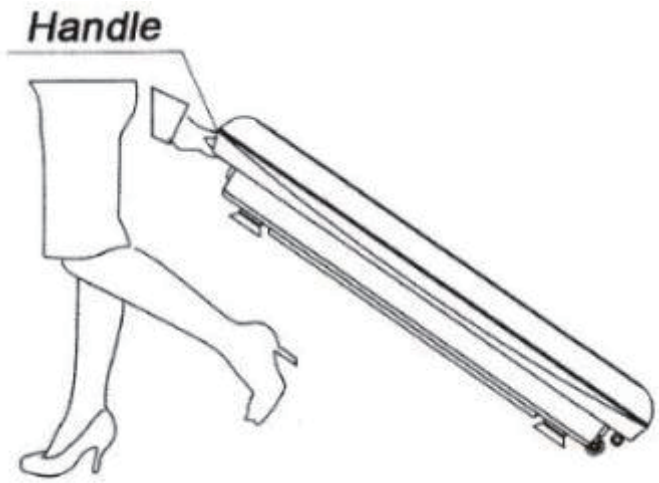
Accendere l'interruttore di alimentazione, premere il tasto per avviare il prodotto e premere nuovamente per fermarlo.

Velocità +:

In modalità manuale, quando la macchina è in funzione, è possibile premere il tasto per aumentare la velocità, regolandola ai diversi livelli; generalmente, il livello intermedio è il più appropriato.

Velocità -:
In modalità manuale, quando la macchina è in funzione, è possibile premere il tasto per ridurre la velocità, regolandola ai diversi livelli; generalmente, il livello intermedio è il più appropriato.

Precauzioni per lo spostamento



Controllare la macchina: nella parte inferiore del coperchio centrale, troverà una maniglia che può essere afferrata con le mani. Sollevare un lato senza le ruote di movimento fino a un angolo di 45 gradi, quindi spostarlo nel luogo desiderato.

Metodi di esercizio



Per la vita e i fianchi: Stare in piedi sulla macchina, divaricando le gambe alla larghezza delle spalle.



Per le cosce: Stare in piedi sulla macchina, piegando le ginocchia.



Per le cosce e i polpacci: Sedersi su una sedia, posizionare i piedi sulla macchina e lasciarli vibrare.



Solo per i polpacci: Sedersi a terra, posizionare i polpacci sulla macchina; è possibile anche inclinarsi all'indietro.



Per le articolazioni delle spalle: Posizionare le mani sulla macchina, distanziarle e piegare le ginocchia.

Queste sono posture standard, ma è possibile trovarne altre. Ogni postura beneficia diverse parti del corpo.

Pulizia e manutenzione della macchina

Assicurarsi di aver scollegato l'alimentazione e rimosso la spina prima di pulire. Quindi, è possibile utilizzare un panno con un detergente delicato. Infine, usare un panno asciutto per rimuovere i residui di detergente.

Attenzione

Non utilizzare benzene, diluente, alcol, benzina o altri detergenti corrosivi o volatili, poiché potrebbero causare scolorimento, corrosione della struttura interna o crepe sul prodotto.

Per il telecomando, utilizzare esclusivamente un panno asciutto, mai uno umido.

Assicurarsi che l'alimentazione sia scollegata e la spina rimossa. Pulire la polvere e lo sporco, quindi spostare il prodotto in un luogo lontano da fonti di calore e protetto dall'umidità. Se non lo si utilizza per un lungo periodo, coprirlo con una copertura antipolvere.

Gestione dei problemi comuni

Numero	Problema	Motivo	Soluzione
1	Impossibile avviarlo	1. La spina non è ben inserita 2. La macchina non è accesa 3. La corrente istantanea è troppo alta e ha bruciato il fusibile	1. Assicurarsi che la spina sia ben inserita 2. Premere il pulsante rosso 3. Sostituire il fusibile con uno dello stesso modello
2	La macchina emette rumori come «dada» o «xiuxiu»	È un rumore normale, dovuto al funzionamento della macchina	Non è necessario fare nulla
3	Il telecomando non funziona	1. La batteria del telecomando è scarica 2. La distanza tra la macchina e il telecomando è eccessiva	1. Sostituire la batteria 2. Mantenere una distanza massima di 2,5 metri
4	Si ferma	Tempo scaduto	Dopo 10 minuti, riavviare
5	Non può essere azionato	Forse a causa della frequenza di utilizzo	Spegnere, quindi riaccendere

UK

If you have any questions, please contact our customer care centre.
Our contact details are below:


0044-800-240-4004


enquiries@mhstar.co.uk

IMPORTER ADDRESS:
MH STAR UK Ltd
1 Northampton Cross Logistics Park
Northampton Cross Road
Northampton
NN4 9FH
MADE IN CHINA

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 Balenyà, Spain.
B66295775
atencioncliente@aosom.es
TEL: 931294512
HECHO EN CHINA

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

PT

Se tiver alguma dúvida, por favor contacte o nosso Centro de Atendimento ao Cliente.
Os nossos dados de contacto são os seguintes:


0034-931294512


info@aosom.pt.

IMPORTADOR:
SPANISH AOSOM, S.L
C.ROC GROS N.15, 08550. ELS HOSTALETS DE BALENYÀ
TEL: 931294512 (SEG-SEX DAS 7:30H ÀS 16:30H)
INFO@AOSOM.PT
WWW.AOSOM.PT

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 CINA