



ANVÄNDARHANDBOK - SV

IN 2164 VibroGym inSPORTline Lilly Vibrationsmaskin



INNEHÅLL

SÄKERHETS INSTRUKTIONER.....	3
PRODUKTBESKRIVNING	5
TEKNISKA PARAMETRAR	5
DELARLISTA	6
HOPSÄTTNING	7
ANVÄNDA SIG AV	10
PROGRAM	10
KONTROLLPANEL	11
SJÄLV UNDERHÅLL	14
RENGÖRING.....	14
Vanliga frågor	14
MILJÖSKYDD	14
VILLKOR OCH VILLKOR FÖR GARANTI, GARANTIKRAV	14

SÄKERHETS INSTRUKTIONER

Följ de varningar och försiktighetsåtgärder som anges nedan strikt. Detta förhindrar skador på din maskin eller skador på din kropp eller förlust som orsakas av felaktig användning av maskinen. Läs bruksanvisningen noggrant innan du börjar använda den och förvara den för framtida referenser. Läs handboken noggrant och förvara den för framtida referens.

Följ instruktionerna när du använder maskinen.

- Se till att strömkontakten inte trycks ner vid maskinens sida.
- Strömkontakten kan skadas, vilket kan leda till elektriska stötar eller brand.
- Använd endast maskinens eluttag.
- Anslutning av flera produkter till ett uttag kan leda till brand. Säkring kan skadas eller så fungerar inte produkten.
- Ta bort smuts på kontakten med torra kläder. Smuts och onormal anslutning
- kan leda till brand.
- Lämna 20 cm mellanrum från väggen när du installerar maskinen.
- Bra luftcirkulationer förhindrar att produkten fungerar felaktigt. För säkerhets skull, håll avståndet till 0,6 m runt enheten.
- Installera produkten i fast och horisontell mark.
- Buller och vibrationer kan skapas när marknivån inte är horisontell. Justera maskinen när marken inte är jämn.
- Efter att ha använt maskinen, tryck på Stopp-knappen. Gå ner från maskinen när maskinen stannar helt.
- Att avgå under körningstillståndet kan leda till fysiska skador. Koppla ur
- strömkontakten när produkten inte används.
- Detta förhindrar onödigt slöseri med el och kan förhindra brand. Vänligen spring inte ovanpå
- maskinen när produkten används. Produkten kan skadas.
-
- Gamla människor och barn bör åtföljas av vårdnadshavare när de använder maskinen. Fysiska skador kan orsakas.
-
- Maskinen kan inte ta mer än två personer. Maximal viktgräns är **120** kg. Maskinen kan skadas.
-
- Koppla bort enheten innan du rengör den, ta bort eventuella vattenpartiklar med torra kläder för att förhindra att vattenpartiklar tränger in i maskinen.
- Vattenpartiklar kommer att försvaga isoleringen och leda till elektrisk läckage och brand och lätt att ruttna maskinen.
- Rengör maskinens yta med lämpliga rengöringsmedel som är lämpliga för materialet. Torka av ytan med torra kläder när våt
- handduk hade använts för att rengöra ytan. Rengör och torka maskinen innan du förvarar maskinen under lång tid. Rengör ytan
- med torra kläder före förvaring för att förhindra korrosion. Koppla inte ur och koppla inte in kontakten med våta händer.
-
-
- Det kan leda till elektrostöt
- Slå inte i nätsladden och undvik att nätsladden skadas av tunga föremål.

- När den är skadad kan det leda till brand.
- Använd inte skadad nätsladd eller kontakt. Det kan leda till eld eller elektrisk stöt.
- Installera inte maskinen på våt eller nära vatten.
- Det kan leda till elektriskt läckage. Maskinen kan korroderas när den används på vått ställe eller placeras i närheten av vatten.
- Vänligen lagra inte artiklar ovanpå plattan.
- Det kan leda till elstöt eller brand och kan skada den elektriska kretsen.
- Stänk inte vatten eller rengör maskinen med bensin, bensen, thinner eller klor.
- Det finns risk för att få elektrisk stöt eller att få eld. Det kan också skada den elektroniska kretsen.
- Ta bort strömkontakten före rengöring För att förhindra elektrisk läckage.
- Ta bort nätsladden omedelbart och sluta träna när maskinen skapar rök eller brinnande lukt.
- Det kan leda till eld eller elektrisk stöt.
- Ta inte isär, reparera eller modifiera maskinen om du inte är professionell.
- Bristande efterlevnad leder till produktskador eller ekonomiska skador på grund av brand eller fel på maskinen.
- **Övergripande maskindimensioner:** 67 x 55 x 121 cm (L x B x H)
- **Storlek på den vibrerande ytan:** 53 x 38 cm (L x B)
- **Maximal belastning:** 120 kg
- **Utrustningens vikt:** 35 kg
- **Kategori:** HA (enligt EN 957) lämplig för hemmabruk.

Om du är under medicinsk behandling eller något av följande symtom. Kontakta din läkare. innan

- Epilepsi
- Diabetes
- Hjärta och kärlsjukdom
- Halkade eller hade rygg / ryggkirurgi Knä- och höftimplantat
- Pacemaker
- Nyligen infogade IUD, Metal pins Tumor
-
- Senaste infektioner
- Senaste operativa sår
- Gravid kvinna
- Allvarlig migrän

TIPS

Det rekommenderas att dricka 500 ml ljummet vatten före användning för att eliminera det giftiga avfallet. Drick 3000 ml vatten dagligen för en hälsosammare livsstil eftersom det kan återuppliva din energi i din kropp. Vatten kan gynna din kropp enligt följande:

- Hjälper till att förhindra matsmältningsbesvär
- Minska sjukdomen, särskilt i njuren
- Förbättra ämnesomsättningshastigheten
- Förbättra blodcirkulationen och förhindra hjärtsjukdomar
- Stärka ditt immunförsvar
- Minska tryck och stress
- Förhindra trötthet och öka uthålligheten i kroppen
- Förbättra din hudstruktur för ett fräschare utseende

PRODUKTBESKRIVNING

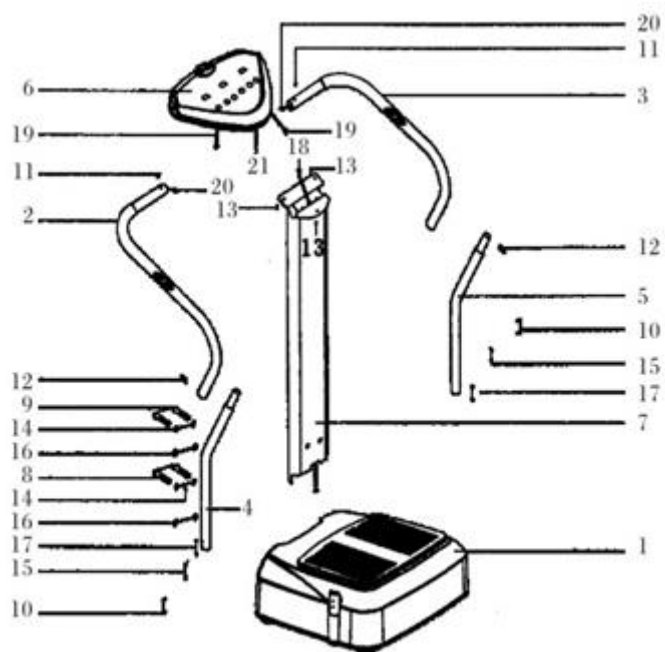


TEKNISKA PARAMETRAR

Maximal kraft	Inmatning Spänning	Inmatning kraft	Hastighet räckvidd	Amplitud	Maximal användare vikt	Mått	NW / GW
1,5 hk	220V / 50Hz 300 W		50	0-10 mm	120 kg	d735xš695xv1220 mm	45 kg / 49 kg

DELAR LISTA

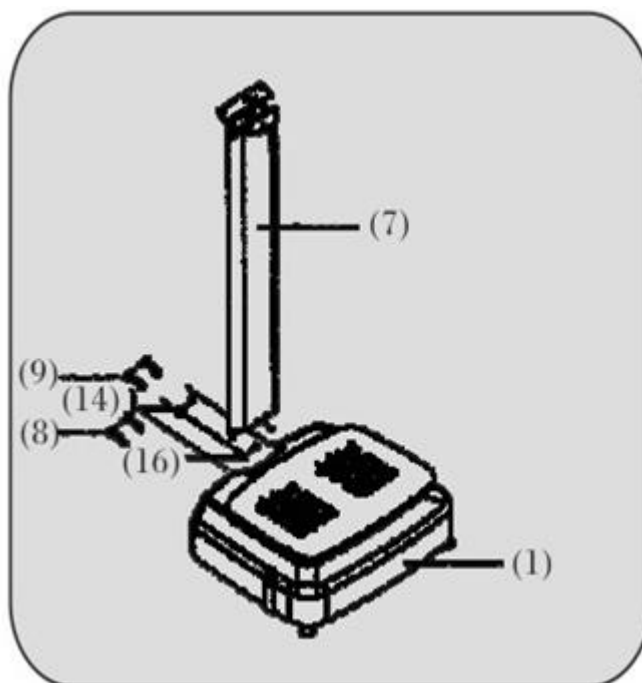
Nej.	namn	Antal	Nej.	namn	Antal
1	Bas	1	12	Tvårskruv M5x10	4
2	Vänster handtag stöd	1	13	Tvårskruv M6x10	3
3	Höger handtag stöd	1	14	Fjäderbricka M8	4
4	Vänster handtag	1	15	Fjäderbricka M5	4
5	Höger handtag	1	16	Bricka M8	4
6	Kontrollpanel	1	17	Bricka M5	1
7	Mittpost	1	18	Kabel A	1
8	Bult M8x20	2	19	Fettgivarkabel B	1
9	Bult M8x60	2	20	Fettgivarkabel A Kabel B	2
10	Tvårskruv M5x10	4	21		2
11	Bult M8x40	2			



HOPSÄTTNING

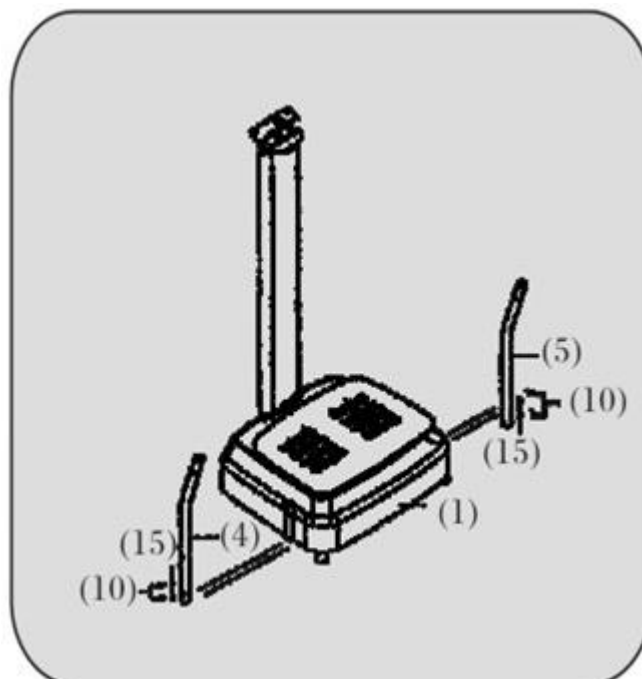
STEG 1

Placera basen (1) på marken. Anslut kablarna från mittstolpen (7) till kablarna från basen (1). Fäst stolpen (7) på basen (1) med 2x bultar (8), 2x bultar (9), 4x brickor (14) och 4x brickor (16) enligt bilden.



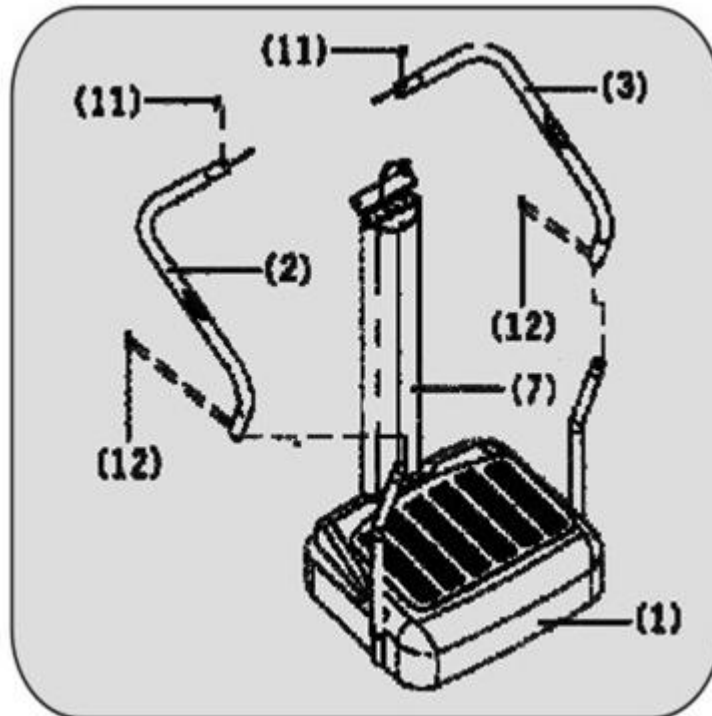
STEG 2

Fäst stödstångerna (4 och 5) i hålen i basen (1) med 4x bultar (10) och 4x brickor (15).



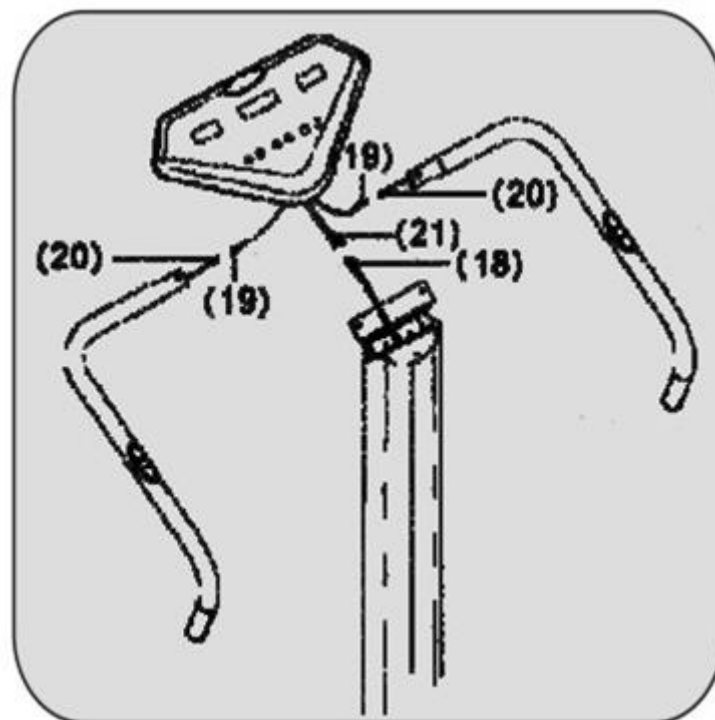
STEG 3

Fäst handtagen (2 och 3) på stödstångerna (4 och 5) med 4x bultar (12). Fäst handtagen (2 och 3) till mittstolpen (7) med 2x bultar (11).



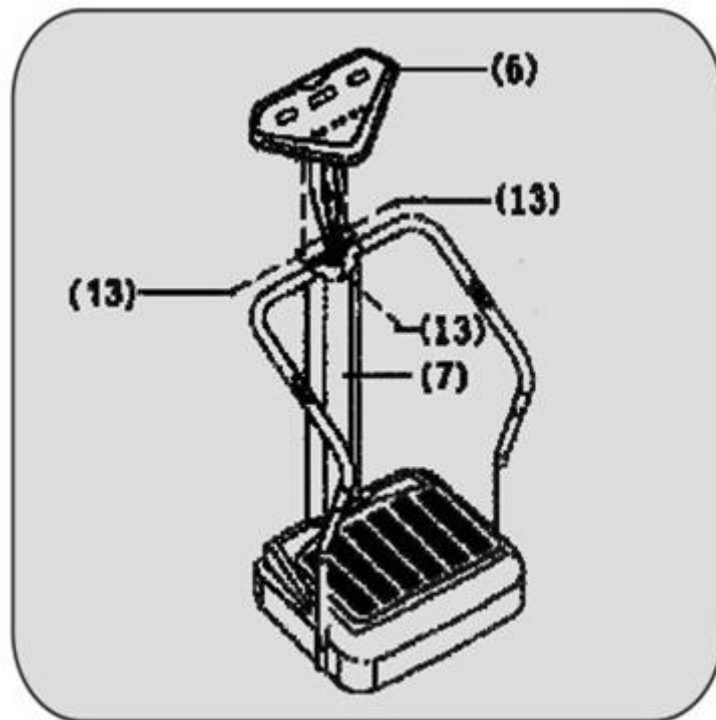
STEG 4

Anslut kablarna (18 och 21) till fettsensorn A (20) och B (19). Sätt sedan in kablarna i stolpen (7).



STEG 5

Fäst och fäst manöverpanelen (6) på mittstolpen (7) med 3x skruvar (13).



ANVÄNDA SIG AV

Tryck på startknappen för att starta enheten. Använd

konsolen enligt instruktionerna.

Placera enheten på ett plant och fast golv. Du kan använda en skyddskudde. Använd inte

kontinuerligt i mer än 20 minuter.

Om du använder övningar som gör det svårt att starta maskinen rekommenderar vi att du startar maskinen först eller ber en annan person om hjälp.

PROGRAM

Programinställningar

Typ	Träningscykel	Träningsdags	Hastighet
Regelbunden kondition	1x upp till 3x per dag 4x	5–20 min	Medelhastighet
Viktminskning	upp till 8x per dag	10–20 min	Lägre hastighet

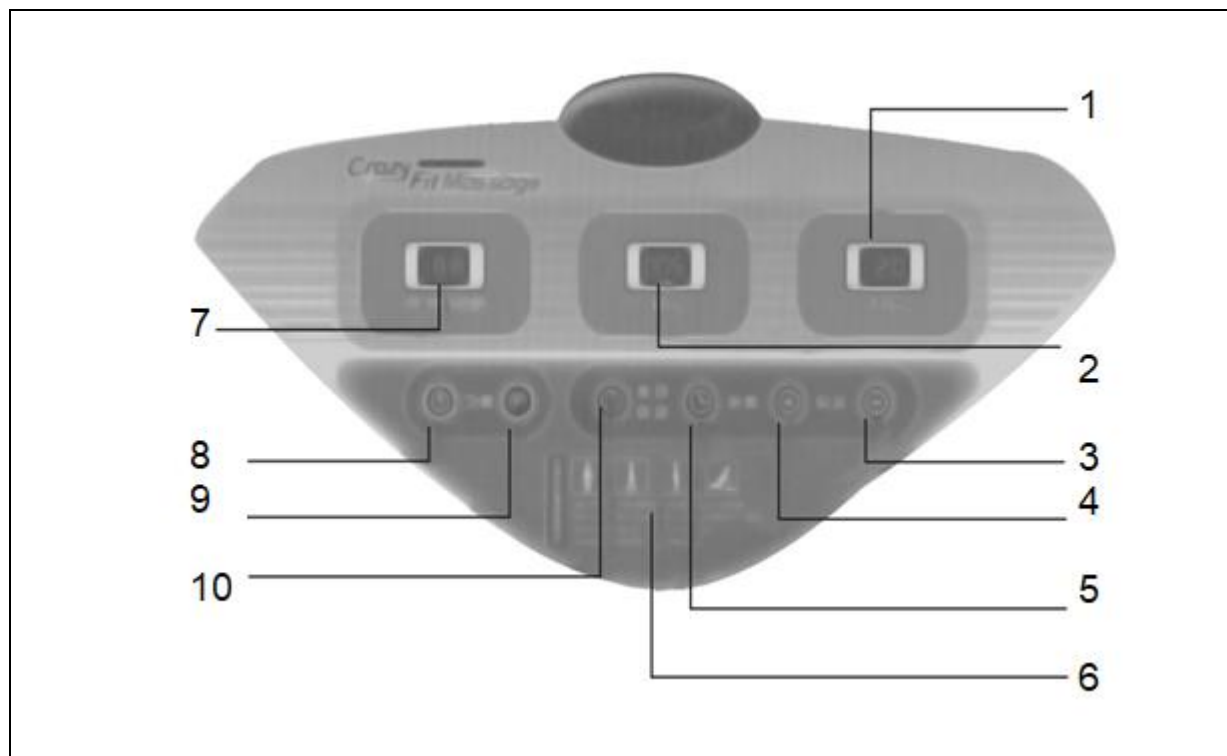
Programhastighet

Program 10 min	9 min	8 min	7 min	6 min	5 min	4 min	3 min	2 min	1 min	
P1	15	25	40	35	27	25	20	15	10	5
P2	15	20	25	35	15	12	10	7	5	2
P3	25	10	40	10	40	10	25	10	25	10

Kropps fettmätning (orienterande)


Kön	Undervikt	Vanligt	Övervikt
Man	<17	17-27	> 27
Kvinnor	<14	14-23	> 23

KONTROLLPANEL



1.	Hastighet
2.	Tid
3.	Minska hastigheten
4.	Öka hastighet
5.	Tidsinställning
6.	Spara guide
7.	Kropps fett
8.	Slå på knappen
9.	Stopp-knapp
10.	Knapp för mätning av kropps fett

Start / stopp-knapp:   tryck på den här knappen för att slå på / stänga av enheten

Fettmättningsknapp:  När du har slagit på enheten kan du välja programmet genom att trycka på fettmättningsknapp: automatisk massage, manuell massage (program P1 - P3) eller kropps fettberäkning (värdena är endast vägledande och är inte för medicinska ändamål). Tryck på knappen för att växla mellan 88-P1-P2-P3-1.

88 - manuell program, användaren kan ställa in hastigheten enligt sina egna krav. P1 - P3 - Förinställda program som inte kan justeras under drift.

Kropps fettmätning: Tryck på knappen för mätning av kropps fett och tryck på 1 för att ställa in kön, ålder, längd och vikt. Tryck på 1 för att komma in i BMI-programmet.

ÖVNINGAR



Motion 1

Feet on the plate, hands hold the handlebar and being the state of knee-bend.



Mainly train the part of back, hips and legs.



Motion 2

Sit on the plate, fold your legs, hands hold on the handlebar.



Mainly train the part of legs muscles, shoulder, waists muscles and stomach.



Motion 3

Feet on the side, hands put on you toes. Knee only slightly bended. Stomach muscles flexed.



Mainly train muscles of back and of arms.



Motion 4

Sit on the plate, hands hold on the handlebar, keep legs straight.



Mainly train the part of legs muscles and waists.



Motion 5

Stay with one foot on the plate and another on ground; hands put on waists.



Mainly train the part of waists, stomach muscles and thigh.



Motion 6

Feet on the foot on the plate and another on ground hands hold on the handlebar.



Mainly train the part of waists, stomach muscles and legs.



Motion 7

Stay with one foot on the plate and another keeps straight, lay down your back on ground, hands put on the ground and keep straight.

■■■■■■■■■■
Mainly train the part of legs, thigh and hips muscles.



Motion 8

Squat down on the ground, hands put on the plate, body in the state of lying prone.

■■■■■■■■■■
Mainly train the part of legs muscles, shoulder, arms and upper body muscles.



Motion 9

Feet on the plate, hands put on ground, body be the state of lying prone and keep balance.

■■■■■■■■■■
Mainly train the part of shoulder, chest, arms and upperbody muscles.



Motion 10

Body lay prone on the plate, put legs on the main support tube, hands put on ground.

■■■■■■■■■■
Mainly train the part of thigh, chest, hips and all body muscles.



Motion 11

Stay one hand on the plate and squat next to the item.

■■■■■■■■■■
Mainly train the part of legs muscles, hands and shoulder.



Motion 12

Feet on the plate, body lay on ground, hands put on ground.

■■■■■■■■■■
Mainly train the part of thigh and hips muscles.

SJÄLV UNDERHÅLL

1. Dra åt alla bultar regelbundet.
2. Rengör svett och smuts efter varje användning.
3. Innan rengöring, se till att huvudströmbrytaren är avstängd och att nätkontakten tas ur eluttaget.
4. Använd inte vibrationsplattan för länge för första gången.
5. Stäng av strömmen och ta ut kontakten ur uttaget varje gång efter användning.
6. Använd inte maskinen i våta utrymmen som badrum, pool eller spa. Använd den inte när det finns för mycket damm, olja, rök eller kaustisk gas.
7. Undvik att skada ytan på vibrationsplattans yta med tungt föremål genom att knacka hårt, repa med kraft.

RENGÖRING

Användning av frätande rengöringsmedel är förbjudet. Använd inte bensen eller thinner för att rengöra eller spraya insektsmedel på maskinen.

FAQ

Maskinen klinkar under drift Displayen visas inte	Dra åt alla skruvar och fyra brickor Kontrollera källan
Displayen visar information, men motorn går inte	Låg spänning
Maskinen är inte jämn	Rikta in maskinen med de fyra fötterna under basen

MILJÖSKYDD

Efter att produktens livslängd har löpt ut eller om en eventuell reparation är oekonomisk, kasta den enligt lokala lagar och miljövänligt i närmaste skrotverk.

Genom korrekt bortskaffande skyddar du miljön och de naturliga källorna. Dessutom kan du hjälpa till att skydda människors hälsa. Om du inte är säker på att du bortskaffar rätt, be lokala myndigheter att undvika lagöverträdelse eller sanktioner.

Lägg inte batterierna bland hushållsavfall utan lämna in dem till återvinningsplatsen.

VILLKOR OCH VILLKOR FÖR GARANTI, GARANTIKRAV

Allmänna garantivillkor och definition av villkor

Alla garantivillkor som anges här under bestämmer förfarandet för garantitäckning och garantianspråk. Garantivillkor och garantikrav regleras av lag nr 89/2012 Coll. Civillagen och lag nr 634/1992 Coll., Konsumentskydd, med ändringar, även i fall som inte specificeras av dessa garantiregler.

Säljaren är SEVEN SPORT sro med sitt säte i Strakonická gata 1151 / 2c, Prag 150 00, företagsregistreringsnummer: 26847264, registrerat i handelsregistret vid Regiondomstolen i Prag, avsnitt C, infoga nr 116888.

Enligt gällande lagliga regler beror det på om köparen är slutkund eller inte.

"Köparen som är slutkund" eller helt enkelt "slutkund" är den juridiska enhet som inte slutar och utför avtalet för att driva eller främja sin egen handel eller affärsverksamhet.

"Köparen som inte är slutkund" är en affärsman som köper varor eller använder tjänster i syfte att använda varorna eller tjänsterna för sin egen affärsverksamhet. Köparen överensstämmer med det allmänna köpeavtalet och affärsvillkoren.

Dessa garantivillkor och garantikrav är en integrerad del av varje köpeavtal som görs mellan säljaren och köparen. Alla garantivillkor är giltiga och bindande, såvida inte annat anges i köpeavtalet, i ändringen av detta avtal eller i ett annat skriftligt avtal.

Garantivillkor

Garantiperiod

Säljaren ger köparen 24 månaders garanti för varukvalitet, såvida inte annat anges i garantibeviset, fakturan, leveransbrev eller andra dokument relaterade till varorna. Den lagliga garantiperioden som tillhandahålls konsumenten påverkas inte.

Genom garantin för varukvalitet garanterar säljaren att de levererade varorna under en viss tid ska vara lämpliga för regelbunden eller kontraktsanvändning och att varorna ska bibehålla sina vanliga eller avtalade funktioner.

Garantin täcker inte fel som härrör från (om tillämpligt):

- Användarens fel, dvs produktskador orsakade av okvalificerat reparationsarbete, felaktig montering, otillräcklig införande av sadelstolpen i ramen, otillräcklig åtdragning av pedaler och vevar
- Felaktigt underhåll
- Mekaniska skador
- Regelbunden användning (t.ex. slitage på gummi- och plastdelar, rörelsemekanismer, leder, slitage på bromsbelägg / block, kedja, däck, kassett / flerhjul etc.)
- Oundviklig händelse, naturkatastrof Justeringar gjorda av
- okvalificerad person
- Felaktigt underhåll, felaktig placering, skador orsakade av låg eller hög temperatur, vatten, olämpligt tryck, stötar, avsiktliga förändringar i design eller konstruktion etc.

Garantikravförfarande

Köparen är skyldig att kontrollera de varor som levereras av säljaren omedelbart efter att ha tagit ansvaret för varorna och dess skador, dvs. omedelbart efter leveransen. Köparen måste kontrollera varorna så att han upptäcker alla defekter som kan upptäckas med sådan kontroll.

När du gör ett garantikrav är köparen skyldig, på säljarens begäran, att bevisa köpet och giltigheten av fordran genom fakturan eller leveransfakturan som inkluderar produktens serienummer, eller så småningom av dokumenten utan serienummer. Om köparen inte bevisar giltigheten av garantikravet med dessa dokument har säljaren rätt att avslå garantikravet.

Om köparen meddelar ett fel som inte täcks av garantin (t.ex. om garantivillkoren inte uppfylldes eller i händelse av att fel rapporteras av misstag etc.), kan säljaren kräva ersättning för alla kostnader som uppstår till följd av reparationen. Kostnaden ska beräknas enligt giltig prislista för tjänster och transportkostnader.

Om säljaren upptäcker (genom att testa) att produkten inte är skadad accepteras inte garantikravet. Säljaren förbehåller sig rätten att kräva ersättning för kostnader som uppstår till följd av falskt garantianspråk.

Om köparen gör ett anspråk på varorna som lagligen täcks av garantin som säljaren tillhandahåller, ska säljaren åtgärda de rapporterade bristerna genom reparation eller genom att byta ut den skadade delen eller produkten mot en ny. Baserat på köparens överenskommelse har säljaren rätt att byta ut de defekterade varorna mot ett fullt kompatibelt gods med samma eller bättre tekniska egenskaper. Säljaren har rätt att välja formen på de garantiprövningsförfaranden som beskrivs i detta stycke.

Säljaren ska reglera garantikravet inom 30 dagar efter leveransen av de defekta varorna, såvida inte en längre period har avtalats. Den dag då de reparerade eller utbytta varorna överlämnas till köparen anses vara dagen för garantianspråket. När säljaren inte kan lösa garantianspråket inom den överenskomna perioden på grund av varufelens specifika karaktär, ska han och köparen komma överens om en alternativ lösning. Om ett sådant avtal inte görs är säljaren skyldig att ge köparen en ekonomisk ersättning i form av återbetalning.

CZ
SEVEN SPORT sro

Registrerat kontor: Strakonická 1151 / 2c, Praha 5, 150 00, ČR Dělnická
Huvudkontor: 957, Vítkov, 749 01
Garanti och service: Čermenská 486, Vítkov 749 01

CRN: 26847264
MOMSREGISTRERINGSNUMMER: CZ26847264

Telefon: + 420 556 300 970
E-post: eshop@insportline.cz
reklamace@insportline.cz
servis@insportline.cz

Webb: www.inSPORTline.cz

SK
inSPORTline sro

Huvudkontor, garanti- och servicecenter: Električná 6471, Trenčín 911 01, SK

CRN: 36311723
MOMSREGISTRERINGSNUMMER: SK2020177082

Telefon: + 421 (0) 326526701
E-post: objednavky@insportline.sk
reklamacie@insportline.sk
servis@insportline.sk

Webb: www.inSPORTline.sk