

Heimsport-Trainingsgerät
VIBRO 1000



DK

MONTAGE og
BETJENINGSVEJLEDNING

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstraße 55
42551 Velbert



Vigtige anbefalinger og sikkerhed

Instruktioner

Vores produkter er alle testet og repræsenterer derfor de højeste gældende sikkerhedsstandarder. Denne kendsgerning gør det imidlertid ikke unødvendigt at overholde følgende principper nøje.

1. Monter maskinen nøjagtigt som beskrevet i installationsvejledningen, og brug kun de vedlagte, specifikke dele af maskinen. Inden montering kontrolleres leverancens fuldstændighed i forhold til leveringsbekendtgørelsen og kartonens fuldstændighed i forhold til samlingstrinnene i installations- og betjeningsvejledningen.
2. Kontroller, at alle skruer, møtrikker og andre forbindelser sidder fast, inden maskinen tages i brug første gang og med regelmæssige mellemrum (hver 1-2 måned) for at sikre, at træneren er i en sikker tilstand. Udskift defekte komponenter med det samme og/eller hold udstyret i brug, indtil det reparerer.
3. Stil maskinen på et tørt, plant sted og beskyt den mod fugt og vand. Ujævne dele af gulvet skal kompenseres med passende foranstaltninger og de medfølgende justerbare dele af maskinen, hvis sådanne er installeret. Sørg for, at der ikke kommer kontakt med fugt eller vand.
4. Anbring en passende base (f.eks. Gummimåtte, træplade osv.) Under maskinen, hvis maskinens område skal være særligt beskyttet mod fordybninger, snavs osv.
5. Brug ikke aggressive rengøringsmidler til rengøring af maskinen, og brug kun de medfølgende værktøjer eller egnede værktøjer til at samle maskinen og til nødvendige reparationer. Fjern sveddråber fra maskinen umiddelbart efter endt træning.
6. Træn kun på maskinen, når den fungerer korrekt. Brug kun originale reservedele til nødvendige reparationer. ADVARSEL: Udskift ormdelene med det samme, og hold dette udstyr ude af brug, indtil det reparerer.
7. Når du justerer de justerbare dele, skal du observere den korrekte position og de markerede, maksimale indstillingspositioner og sikre, at den nyjusterede position er korrekt sikret. Fjern venligst de værktøjer, du skal justere efter justering af en ny position.
8. Medmindre andet er beskrevet i vejledningen, må maskinen kun bruges til træning af én person ad gangen. Træningstiden bør ikke overhales 3 x 15 min./Dagligt.
9. ADVARSEL! Hvis du bemærker en følelse af svimmelhed, sygdom, brystmerter eller andre unormale symptomer, skal du stoppe med at træne og kontakte en læge.
10. Glem aldrig, at sportsmaskiner ikke er legetøj. De må derfor kun bruges efter deres formål og af passende informerede og instruerede personer.
11. Personer som børn, handicappede og handicappede bør kun bruge maskinen i nærvær af en anden person, der kan give hjælp og råd. Tag passende foranstaltninger for at sikre, at børn aldrig bruger maskinen uden opsyn.
12. Sørg for, at den person, der udfører træning, og andre mennesker aldrig bevæger eller holder nogen dele af deres krop i nærheden af bevægelige dele.
13. Ved slutningen af dets levetid må dette produkt ikke bortskaffes med det normale husholdningsaffald, men det skal afleveres til et samlingssted for genbrug af elektriske og elektroniske komponenter. Du finder muligvis symbolet på produktet, i vejledningen eller på emballagen. Materialerne er genanvendelige i overensstemmelse med deres mærkning. Med genbrug, materialeanvendelse eller beskyttelse af vores miljø. Spørg den lokale administration om det ansvarlige bortskaffelsessted.
14. For at beskytte miljøet må du ikke bortskaffe emballagematerialer eller dele af maskinen som husholdningsaffald. Læg disse i de relevante opsamlingsbeholdere, eller bring dem til et passende indsamlingssted.
15. Inden du bruger de elastiske reb, skal du kontrollere rebens ender med hensyn til en sikkerhedsforbindelse og ingen skader. Også Vibro 1000 skal sikre med kropsvægt, så den ikke kan løfte sig under træning med reb. Der bør være plads nok til din individuelle træning, hvis du bruger de elastiske reb. Bøj ikke de elastiske reb mere end 1,20m.
16. Den maksimalt tilladte belastning (= kropsvægt) er angivet som 100 kg. Evaluer din kropsvægt, før du starter øvelsen. Denne artikels computer svarer til de grundlæggende krav i EMV-direktivet fra 2014/30EU lavspændingsdirektivet 2014/35 EU.
17. Monterings- og betjeningsvejledningen er en del af produktet. Hvis der sælges eller overføres til en anden person, skal dokumentationen leveres sammen med produktet.

Monteringsvejledning:

Fjern alle de separate dele fra emballagen, læg dem på gulvet og kontroller, at alle er der baseret på instruktionerne for montering og brug.

1. Vibrationsmaskine
2. Fjernbetjening
3. 2x elastiske reb med håndtag
4. AC -adapter

Tilslut de elastiske reb på siden af Vibro 1000. Sørg for hver træning, at de elastiske reb er sikre. Bøj ikke de elastiske reb mere end 1,20m. Under brug af de elastiske reb er det nødvendigt at fastgøre Vibro 1000 med kropsvægt for at holde gulvkontakt.



Dansk

Fjernbetjening

Tag fjernbetjeningen ud af emballagen, og isæt batteriet (Type CR 2025-3V-knapcelle) i batterirummet ved at se efter den rigtige polaritet. (Batteri til fjernbetjeningen er ikke inkluderet i denne vare. Køb dem på dit lokaliserede marked.) Du kan bruge fjernbetjeningsalternativet til nøglen ved hovedelementet til at tænde/slukke og øge eller reducere intensiteten.



Sådan betjenes og bruges:

1. Sæt vekselstrømsadapteren i DC-stikket på Vibro 1000, og sæt den derefter i et passende og gemt installeret stik til væggen (230V ~ 50Hz).
2. Sid på en stol, og sæt dine fødder på fodstøtterne. Alternativt kan dine kalve masseres ved at sidde på gulvet og placere kalvene på fodstøtterne.
3. Tryk på ON/OFF -tasten, og produktet starter med hastighedsniveau 1 i 15 minutter.
4. Tryk på Speed +tasten, intensiteterne vil være højere, indtil til det højeste niveau 10.
5. Tryk på Speed -tasten, intensiteterne vil være lavere, indtil til det laveste niveau 1.
6. For en yderligere armtræning, tag de elastiske kabler ved håndtagets udvidelser og træk dem til din overkrop i enhver rytme (alternativt eller samtidigt). For at træne hænderne skal du trykke på håndtagets udvidelser rytmisk (skiftevis eller samtidigt).
7. Tryk på ON/OFF -tasten for at afslutte tidligere træning. Når produktet ikke er i brug, skal det tages ud af stikkontakten



Part list - spare part list Vibro 1000 Art.-No. 2075, 2076

Technical data: Issue: 15. 12. 2019

- Stimulates the feet, calves, thighs (leg muscles) through oscillation
- 10 freely selectable vibration intensity levels
- Movement of the non-slip footplates 0-4mm
- Automatic shutdown after 15 minutes
- Including remote control, alternatively setting on the device possible
- Includes 2 elastic cables with hand expanders for training arm, Upper body and hand muscles
- 4 feet for vibration damping and safe device stand
- Power adapter
- Electrical data: 100-240V / 50-60HZ / 60 watts
- Load max. 100 kg (body weight)

Product weight: approx. 5 kg

Dimensions: approx. L 35 x W 33 x H 11 cm

Please contact us if any components are defective or missing, or if you need any spare parts or replacements in future:

Internet service- and spare parts data base:
www.christopeit-service.de

Top-Sports Gilles GmbH
Friedrichstr. 55
42551 Velbert
Telefon: +49 (0) 20 51 - 6 06 70
Telefax: +49 (0) 20 51 - 6 06 74 4
e-mail: info@christopeit-sport.com
www.christopeit-sport.com

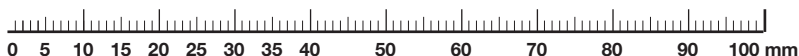
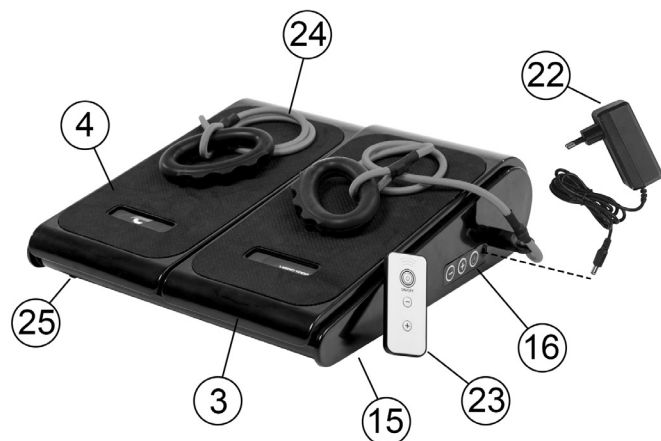


Illustration No.	Designation	Dimensions mm	Quantity	Attached to illustration No.	ET number for 2075 (white)	ET-Number for 2076 (black)
1	Base		1		33-2075-01-SW	33-2075-01-SW
2	Footplate holder		2	9+11	33-2075-02-SW	33-2075-02-SW
3	Footplate		2	2	36-2075-01-BT	36-2076-01-BT
4	Footplate overlay		2	3	36-2075-02-BT	36-2075-02-BT
5	Motor		1	1	33-2075-03-SW	33-2075-03-SW
6	Flat belt	PJ 256	1	5+8	36-2075-05-BT	36-2075-05-BT
7	Belt wheel		1	8	36-2075-07-BT	36-2075-07-BT
8	Drive axle		1	9+10	33-2075-04-SW	33-2075-04-SW
9	Bearing seat for base	6002RS	2	1	36-2075-08-BT	36-2075-08-BT
10	Bearing seat for footplate	6000RS	2	2	36-2075-09-BT	36-2075-09-BT
11	Footplate axle		2	1+2	33-2075-05-SI	33-2075-05-SI
12	Axle holder		4	1+11	36-2075-10-BT	36-2075-10-BT
13	Screw	4,2x15	16	5,9+12	36-9825233-BT	36-9825233-BT
14	Screw	M5x10	4	1+15	39-9903	39-9903
15	Screw		1	1	36-2075-06-BT	36-2075-06-BT
16	Controller board		1	5+15	36-2075-03-BT	36-2075-03-BT
17	Screw	M5x6	20	2+3	36-9811-07-BT	36-9811-07-BT
18	Screw	M4x20	4	2+11	39-10187	39-10187
19	Screw	M5x12	4	2+10	39-9903-SW	39-9903-SW
20	Screw	M5x8	4	10	39-9901	39-9901
21	Axle bracket		2	2+11	36-2075-13-BT	36-2075-13-BT
22	AC adpater	24V=DC/2A	1	16	36-2075-12-BT	36-2075-12-BT
23	Remote control		1		36-2075-04-BT	36-2075-04-BT
24	Elastic rope with hand grips		2	15	36-2075-11-BT	36-2076-02-BT
25	Rubber foot		4	15	36-2075-14-BT	36-2075-14-BT
26	Assembly and exercise instructions				36-2075-15-BT	36-2075-15-BT

Introduktion

Vibro 1000 følger princippet om biomekanisk stimulation og i sportsrummet brugt som træningsområde metode. Gennem målrettet kontrolleret vibration findes accelerationsstimuli på det muskulære overførselssystem, hvorved musklen afhængigt af applikationen kan aktiveres eller afslappes. Stofskiftet kan stimuleres af kroppens hormoner, som brænder fedt og opbygger muskler stimulerer og motiliteten øges. De ensartede svingninger kan spredes gennem liggende kropsdele, og dette tillader blodcirkulation og lymfestrøm stimuleret, blokader og kramper løses og følelser af spænding reduceres.

Yderligere sikkerhedsinstruktioner:

Læs venligst omhyggeligt før første brug, instruktionerne igennem ellers kommer du til skade under brug eller beskadiger Vibro 1000 dåsen.

- Anbring enheden på plant underlag.
- Indstil enheden, så det tilgængelige strømkabel ligger. Fra al ekstern rengøring skal stikket tages ud af stikkontakten. Brug under alle omstændigheder apparatet, hvis netledningen er beskadiget.
- Lad være med at stå eller springe, hvis du gør det på Vibro 1000. dog er alle garantikrav dermed slettet.
- Vibrationstræneren er beregnet til kortvarig drift (maks. 3x 15 min.) Og er ikke egnet til kontinuerlig drift. Bet-ween træningsfaserne, en kølefase på min. 5 minutter, så der ikke opstår for tidlig skade, og en lang funktion af enheden er garanteret.
- Fjern stikket fra stikkontakten efter hver brug.

Sundhedsnotater

Grundlæggende anbefales det stærkt at tale med en læge, før du bruger Vibro 1000. Især hvis du lider af infektioner, rygproblemer eller visse sygdomme som f.eks. Leukæmi, hæmofili, Uremia, diabetes eller lider af kræft.

Personer i dårlig stand eller med feber, eller som er ved at komme sig efter sygdom, bør ikke bruge det i lang tid.

Enhver brug af enheden er stærkt forbudt: under graviditet og ringring menstruationsperioden for kvinder; når metalliske implantater såsom skinner, pacemakere osv. slides; under rygning eller ea-ting; direkte efter at have spist for børn under 12 år.

Service / Hersteller

Bei Reklamationen, notwendigen Ersatzteilbestellungen oder Reparaturen wenden Sie sich bitte an unsere Service Abteilung.

Internet Service- und Ersatzteilportal:
www.christopeit-service.de



© by Top-Sports Gilles GmbH
D-42551 Velbert (Germany)

Service:

Tel.: +49 (0)2051/6067-0
Fax: +49 (0)2051/6067-44

Top-Sports Gilles GmbH

Friedrichstrasse 55
D - 42551 Velbert

info@christopeit-sport.com
<http://www.christopeit-sport.com>

