



UŽIVATELSKÝ MANUÁL – CZ
S2778 Vibrační plošina Spartan Vibro Plate



OBSAH

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY.....	3
SESTAVENÍ.....	4
OVLÁDÁNÍ.....	5
ČIŠTĚNÍ.....	6
SKLADOVÁNÍ.....	6
ČÁSTÉ PROBLÉMY.....	6
CVIKY	7
OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ.....	9
ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE	9

BEZPEČNOSTNÍ POKYNY

- Pozorně si přečtete manuál.
- Po použití vždy vypojte zástrčku.
- Pokud přijde zařízení do styku s vodou, okamžitě ho přestaňte využívat, nedotáchejte se ho a vypojte přístroj z elektrické sítě.
- Nepoužívejte během koupele nebo ve sprše.
- Neukládejte na vlhkých místech nebo poblíž vody.
- Neponořujte do vody.
- Nenechávejte zapojený přístroj bez dozoru. Po použití přístroj vypojte ze zásuvky.
- Během masáže nezakrývejte končetiny a přístroj polštářem nebo jinou příkrývkou.
- Buďte pozorní, pokud přístroj používáte poblíž dětí nebo lidmi se sníženými mentálními nebo fyzickými schopnostmi.
- Používejte pouze tak jak je zamýšleno výrobcem. Produkt neupravujte.
- Nepoužívejte, pokud je vlhký nebo poškozen napájecí kabel. Pokud je zařízení poškozeno kontaktujte výrobce nebo experta na opravu.
- Netahejte napájecí kabel.
- Napájecí kabel držte mimo zdroj tepla.
- Nepokládejte předměty do nebo poblíž ventilačních otvorů.
- Pouze pro vnitřní použití.
- Produkt používejte pouze na rovném a pevném povrchu. Kolem přístroje musí být prostor min. 0,6 m.
- Prvně zařízení vypněte a až poté vypojte ze zásuvky.
- Před cvičením provádějte zahřívací cviky.
- Držte mimo dosah dětí a lidí se sníženou mentální nebo fyzickou schopností.
- Nepoužívejte nepřetržitě déle jak 10 min.
- Lidé trpící: chronickým nebo akutním kožním onemocněním, srdečními problémy, fyzickým zraněním, horečkou, po mrtvici nebo infarktu nebo těhotné ženy a lidé s mentálními poruchami nesmí produkt používat.
- Nepoužívejte pod vlivem drog nebo alkoholu.
- Nepoužívejte hodinu před a po jídle.
- Produkt čistěte vlhkým hadříkem. Nepoužívejte agresivní alkoholové nebo vodu.
- Neopravujte nebo nemodifikujte produkt. Vždy kontaktujte výrobce.
- Neseďte nebo nestůjte na masážním přístroji, pokud ho nepoužíváte.
- Abyste se vyhnuli podráždění kůže, noste během masáže ponožky.
- Nevystavujte nárazům.
- Na zařízení neskákejte.
- **Hmotnost:** 21 kg
- **Maximální nosnost:** 120 kg
- **Kategorie:** H – pro domácí použití

SESTAVENÍ

Krok 1

Vyberte si pro sestavení vhodné místo s dostatkem prostoru. Je doporučen prostor minimálně 1 metr kolem přístroje.

Vložte 2 x AAA alkalické baterie do ovladače.

Krok 2

Na spodní straně pravého okraje stroje je váleček, při pohledu na displej. Podržte levou stranu stroje a zvedněte ji úhel do 45 °. Potom použijte válec k umístění přístroje na předem určené místo.

Krok 3

Přípevnění expandérů

Přípevněte expandéry umístěním do kovového ramene pod stroj. Vytočte kovová ramena tak aby směřovaly směrem od disku. Uvolněte zámek karabiny (je-li třeba) na konci expandérů, zahákněte jej na konci kovového ramene a poté karabinu uzamkněte.

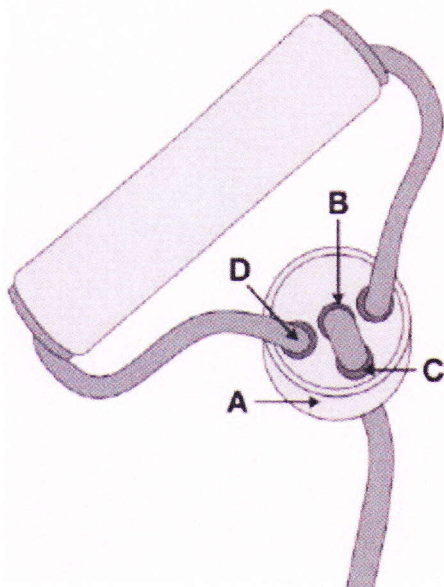
Poznámka: ujistěte se, že je karabina řádně zajištěna, aby se neuvolnila během cvičení.

Úprava expandérů

Pokud potřebujete zkrátit délku expandérů, chytněte Část A do jedné ruky a začnete postupně vysouvat expandér. To by mělo vytvořit malou smyčku v Části B. Vytáhněte Část D směrem od Části A (přitom pevně držte Část A) tak aby smyčka zmizela. Tímto by se měla snížit délka expandérů.

Pokud potřebujete prodloužit délku expandérů, protáhněte část expandérů skrz Část A. Tím se vytvoří malá smyčka v Části B. Poté povytáhněte expandér skrz Část C tak aby se rukojeť pohybovala k Části A. To by mělo zvětšit smyčku a stačí stáhnout Část A tak, aby smyčka zmizela.

Poznámka: Pokud expandéry nepoužíváte, uklidte je na bezpečné místo, abyste snížili riziko úrazu.

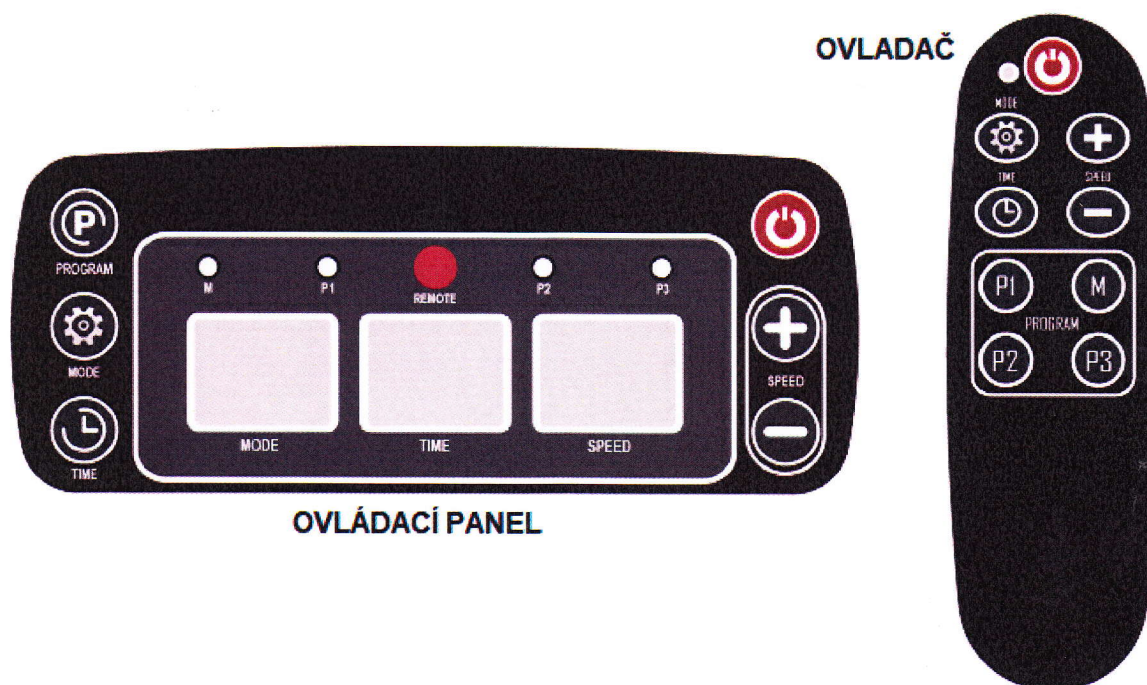


OVLÁDÁNÍ

Ujistěte se, že je přístroj zapojen do zásuvky. Poté zapnete přístroj tlačítkem umístěným na zadní straně přístroje. Vypínač přepnete do „I“ pozice, rozsvítí se. Displej zobrazí „U“ v okně MODE (zvolený program), „10“ v okně TIME (čas) a „00“ v okně SPEED (rychlost).

Vyberte si odpovídající program. Na výběr máte mezi: Manual (defaultní program při zapnutí), program 1, program 2 nebo program 3. Na LED displeji se zobrazí zvolený program. Pro změnu programu zmáčkněte tlačítko P na displeji nebo pomocí ovladače (P1, P2, P3 nebo M pro manual).

Jakmile si zvolíte požadovaný program, vyberte si délku cvičení. Čas nastavíte tlačítky na displeji nebo ovladačem. Čas je nastavený na 10 min a maximální hodnota je 5 min, poté se čas vyresetuje.



Manual program (manuální program)

V manuálním programu si můžete vybrat:



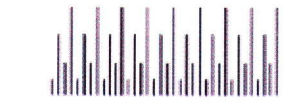
- Rychlost pomocí tlačítek Speed + a – na ovládacím panelu nebo ovladači.
- Čas pomocí tlačítek Time na ovládacím panelu nebo ovladači.
- Mód pomocí tlačítek Mode na ovládacím panelu nebo ovladači.

Program můžete zastavit kdykoliv pomocí tlačítka START/STOP na ovládacím panelu nebo ovladači.

Přednastavení programy

K výběru jsou 3 přednastavené programy. Program vyberte buď stiskem tlačítka P na ovládacím panelu nebo pomocí tlačítek P1, P2 nebo P3. Poté si vyberte délku programu a pomocí tlačítka START/STOP tlačítka zapnete program. Jakmile si vše nastavíte a spustíte program, můžete nastavit pouze délku cvičení, ale NEMŮŽETE nastavit rychlost. Pro vypnutí zmáčkněte tlačítko START/STOP na ovládacím displeji nebo ovladači.

Programy

<p>P1</p>  <p>Mění rychlost každé 3 sekundy</p>	<p>U je oscilační mód. Tento houpavý pohyb je vhodný pro celkové zlepšení fitness kondice.</p>
<p>P2</p>  <p>Mění rychlost každých 8 sekund</p>	<p>H je lineární mód. Tento pohyb ze strany na stranu je vhodný pro zlepšení síly nohou.</p>
<p>P3</p>  <p>Mění rychlost každých 10 sekund</p>	<p>UH je kombinovaný mód.</p>

Mezi módy můžete vybírat kdykoliv pomocí Mode tlačítka na ovládacím displeji nebo ovladači.

Pro vypnutí, zmáčkněte vypínač na zadní straně přístroje a poté vytáhněte ze zásuvky.

ČIŠTĚNÍ

Čistěte přístroj po každém použití. Čistěte přístroj anti-bakteriálním přípravkem a poté vlhkým hadříkem. Zabraňte stykem s vodou.

SKLADOVÁNÍ

Pravidelně kontrolujte kabely a zástrčku před skladováním. Pokud je jakákoliv část poškozena, přestaňte přístroj ihned používat a ihned je vyměňte. Nikdy netahejte za napájecí kabel, vždy při vytáhnutí uchopte zástrčku. Přístroj vypojte z elektrické sítě pokaždé co není v provozu.


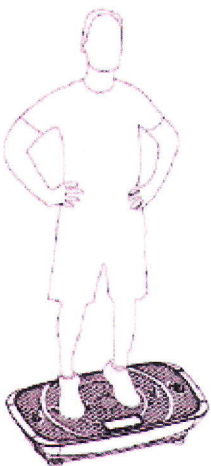
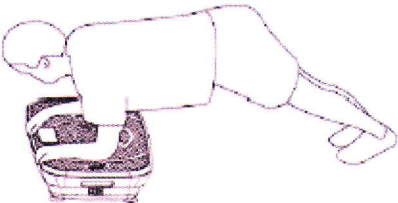
ČÁSTÉ PROBLÉMY


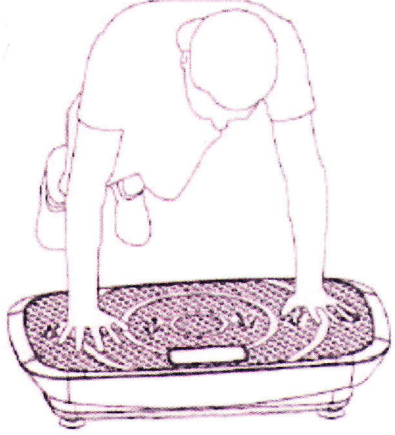
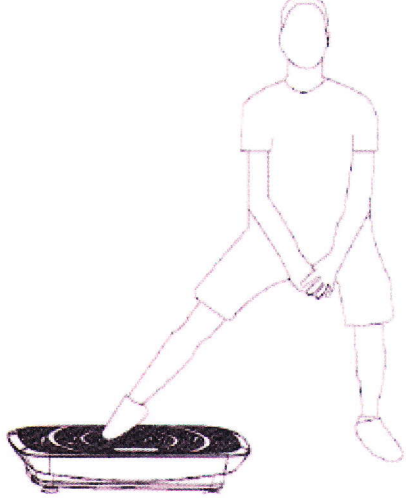
Nesvítí kontrolky: zkontrolujte, zda je přístroj zapojen do zásuvky.


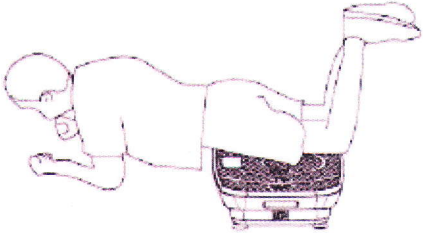
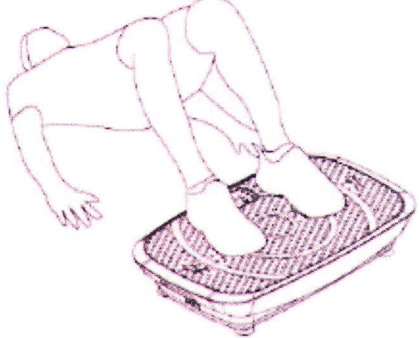
Nefunguje ovladač, ale funguje ovládací panel: Vyměňte baterie v ovladači (2x AAA alkalické baterie)

Příliš velká rychlost masáže: upravte rychlost masáže pomocí ovladače nebo ovládacího panelu.

CVIKY

	<p>Relaxace zad</p> <p>Posadte se na prostředek přístroje. Posadte se rovně. V této pozici vám vibrace pomáhají relaxovat svaly zad, boků a stehen.</p>
	<p>Lýtka</p> <p>Postavte se na přístroj a roznožte se. Stůjte rovně a zatněte svaly na břiše. Ucítíte napětí v lýtkách. Můžete taky pokrčit kolena do 90° úhlu.</p>
	<p>Břicho</p> <p>Opřete se lokty o přístroj a chytněte se okraje. Narovnejte záda a mírně nadzvedněte hýždě jako byste chtěli přístroj přitáhnout k sobě. Ucítíte napětí v břišních svalech. Můžete cvik provádět i na kolenou.</p>

	<p>Relaxace ramen a krku</p> <p>Klekněte si před přístroj a umístěte dlaně na vibrační desku. Ruce mějte napnuté. Krk a záda mějte narovnané. Poté posuňte horní část těla dozadu a ruce nechte na desce. Toto cvičení slouží k relaxaci zad a ramen.</p>
	<p>Kliky</p> <p>Klekněte si před stroj. Položte ruce ve šířce ramen. S narovnanými zády a zatnutými břišními svaly zvedněte hrudník. Toto cvičení má za cíl posílit hrudník, ramenní svaly a triceps. Můžete také provádět stejné cvičení s nataženými nohy.</p>
	<p>Protážení stehien</p> <p>Postavte se na stranu přístroje, jednu nohu položte na plošinu a druhou na podlahu. Nohy mějte od sebe, mírně pokrčte nohu, která je na zemi, zatímco druhá je narovnaná. Udržujte horní část těla vzpřímeně a hýžďové svaly tlačte k podlaze. Toto cvičení pomáhá protáhnout svaly vnitřní strany stehien. Opakujte stejné cvičení změnou polohy obou nohou.</p>

	<p>Masáž lýtek</p> <p>Sedněte si před přístroj. Položte si lýtka na vibrační desku. Jednoduše relaxujte a vychutnejte si osvěžující masáž lýtek.</p>
	<p>Masáž stehenních svalů</p> <p>Lehněte si tváří k podlaze, zapřete se rukami. Stehna umístěte na vibrační desku. Během masáže mějte záda narovnané a zatnuté břišní svaly.</p>
	<p>Cvičení hýždí a stehien</p> <p>Lehněte si, ramena umístěte na zem. Zvedněte hýždě s mírně pokrčenými koleny. Jemně zvedejte paty, měli byste cítit napnutí ve stehnech a hýždích.</p>

OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ

Po uplynutí životnosti produktu nebo v případě, že by další oprava již byla ekonomicky nevýhodná, se výrobku zbavte v souladu s místními předpisy a šetrně k životnímu prostředí. Výrobek odneste na nejbližší sběrné místo k tomu určené.

Předpisovou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomůžete prevenci negativních dopadů na životní prostředí, případně na lidské zdraví. Pokud si nejste jisti, konzultujte věc s místně příslušnými odpovědnými orgány, aby nedošlo k porušení předpisů a následné sankci.

Baterie nevhazujte mezi běžný odpad, ale odevzdejte je na místa určená pro recyklaci.

ZÁRUČNÍ PODMÍNKY, REKLAMACE

Všeobecná ustanovení a vymezení pojmů

Prodávající poskytuje na tento výrobek prvnímu majiteli následující záruky:

- záruku 5 let na rám a jeho části
- záruku 2 roky na ostatní díly

Záruka se nevztahuje na závady vzniklé:

1. zaviněním uživatele tj. poškození výrobku nesprávnou montáží, neodbornou repasí, užíváním v nesouladu se záručním listem
2. nesprávnou nebo zanedbanou údržbou
3. mechanickým poškozením
4. opotřebením dílů při běžném používání (např. gumové a plastové části, pohyblivé mechanismy)
5. neodvratnou událostí a živelnou pohromou
6. neodbornými zásahy
7. nesprávným zacházením, či nevhodným umístěním, vlivem nízké nebo vysoké teploty, působením vody, neúměrným tlakem a nárazy, úmyslně pozměněným designem, tvarem nebo rozměry

Upozornění:

1. cvičení doprovázené zvukovými efekty a občasným vrzáním není závada bránící řádnému užívání stroje a tudíž nemůže být předmětem reklamace. Tento jev lze odstranit běžnou údržbou.
2. doba životnosti ložisek, klínového řemene a dalších pohyblivých částí může být kratší než je doba záruky
3. na stroje nutné provést odborné vyčištění a seřízení minimálně jednou za 12 měsíců
4. v době záruky budou odstraněny veškeré poruchy výrobku způsobené výrobní závadou nebo vadným materiálem výrobku tak, aby věc mohla být řádně užívána
5. reklamace se uplatňuje zásadně písemně s přesným označením typu zboží, popisem závady a potvrzeným dokladem o zakoupení



OCHRANA ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ - informace k likvidaci elektrických a elektronických zařízení.

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

Správnou likvidací pomůžete zachovat cenné přírodní zdroje a napomáháte prevenci potenciálních negativních dopadů na

životní prostředí a lidské zdraví, což by mohly být důsledky nesprávné likvidace odpadů. Další podrobnosti si vyžádejte od místního úřadu nebo nejbližšího sběrného místa. Při nesprávné likvidaci tohoto druhu odpadu mohou být v souladu s národního předpisy uděleny pokuty.

Copyright - autorská práva

Společnost MASTER SPORT s.r.o. si vyhrazuje veškerá autorská práva k obsahu tohoto návodu k použití. Autorské právo zakazuje reprodukci částí tohoto návodu nebo jako celku třetí stranou bez výslovného souhlasu společnosti MASTER SPORT s.r.o.. Společnost MASTER SPORT s.r.o. pro použití informací, obsažených v tomto návodu k použití nepřebírá žádnou odpovědnost za jakýkoli patent.



MASTER SPORT s.r.o.
Provozní 5560/1b
722 00 Ostrava – Třebovice
servis@mastersport.cz