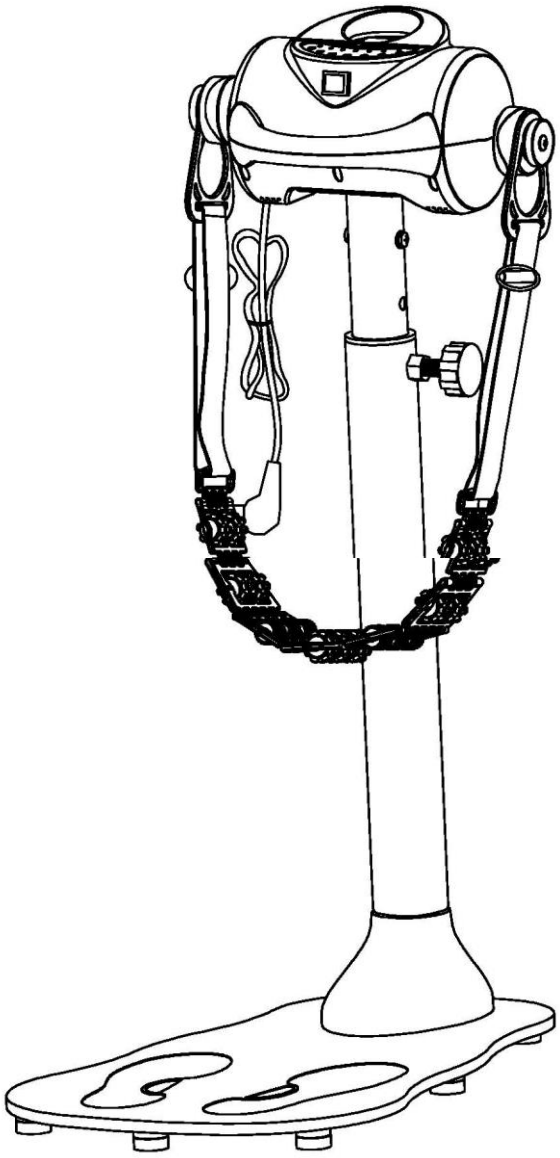
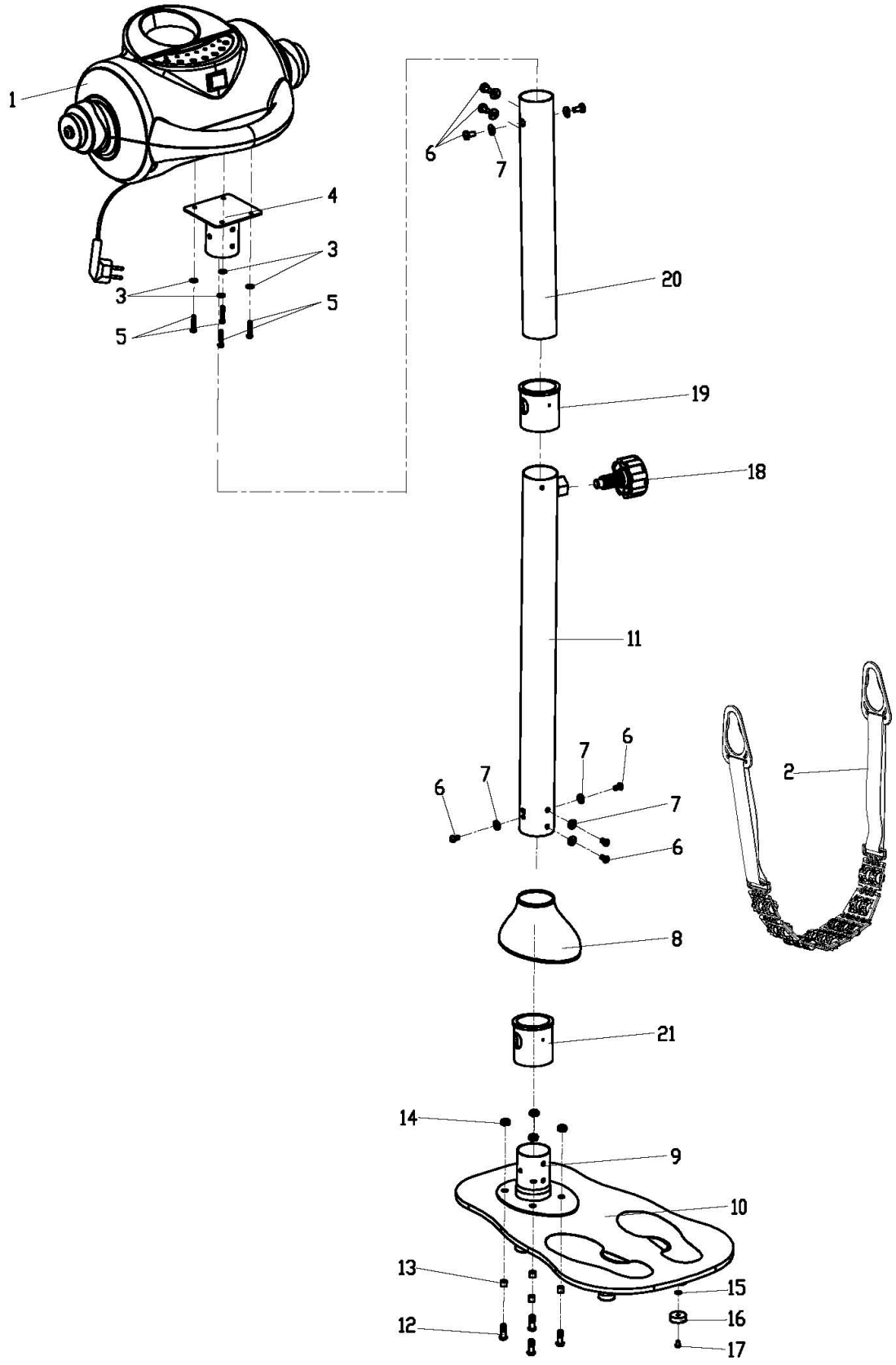
Вибрираща машина InSPORTline RexaBelt IN 7450



Инструкции за безопасност

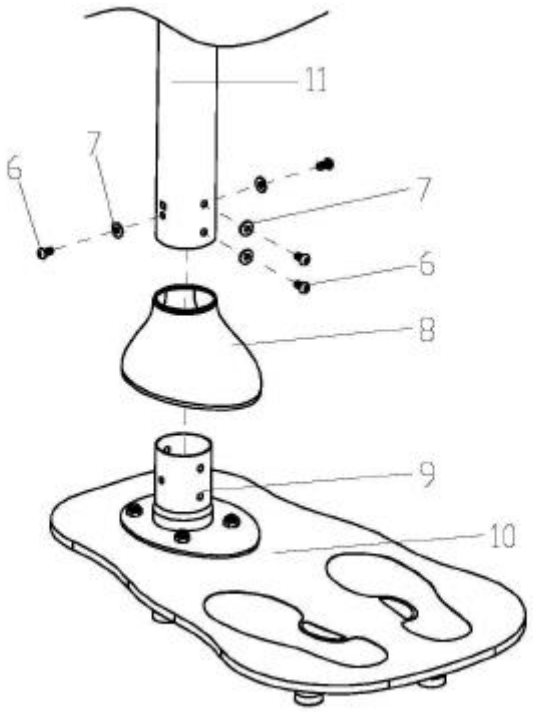
1. Прочетете цялото ръководство. Не пренебрегвайте загрявката преди тренировка.
2. Този стационарен уред за фитнес се използва, като масажно устройство, но е подходящ и за аеробна тренировка и укрепване на сърдечно-съдовата система.
3. Преди употреба, проверете дали всички части са в необходимия ред и дали са добре затегнати. Поставете устройството на равна повърхност. Препоръчваме Ви под уреда да поставите килим или друга защитна подложка.
4. При използване на уреда носете спортни дрехи и обувки. Не носете много широки дрехи, които биха могли да се закачат на подвижните части на машината.
5. Говорете с Вашия личен лекар за изготвяне на оптимален план за упражнения. Препоръка на доктор е особено важна, ако сте над 35г. или имате здравословни проблеми.
6. Да се избягва увреждане на мускулите загрявайте преди тренировка. В края на всяка тренировка препоръчваме да се изпълняват упражнения за успокояване на тялото.
7. Използването на тази машина трябва да е контролирано и да се използва само от възрастни. По време на работа с машината, в близост не трябва да има деца и домашни любимци. От съображения за безопасност, осигурете свободно пространство от най-малко 2 метра.
8. Използвайте уреда най-малко час преди хранене или един час след хранене.
9. Ако започнете да чувствате болка в гърдите, гадене, виене на свят или затруднение с дишането, спрете тренировката незабавно и се консултирайте с Вашия лекар.
10. Максимално натоварване на машината - 100 кг.
Внимание: Неспазвайки инструкциите за безопасност, можете да застрашите здравето си!

Схема

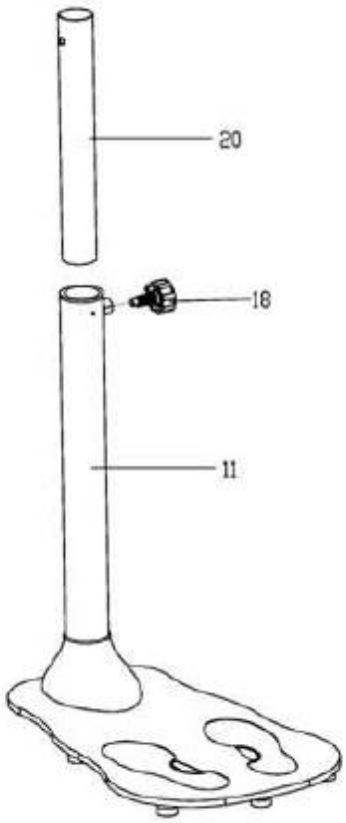


Монтаж

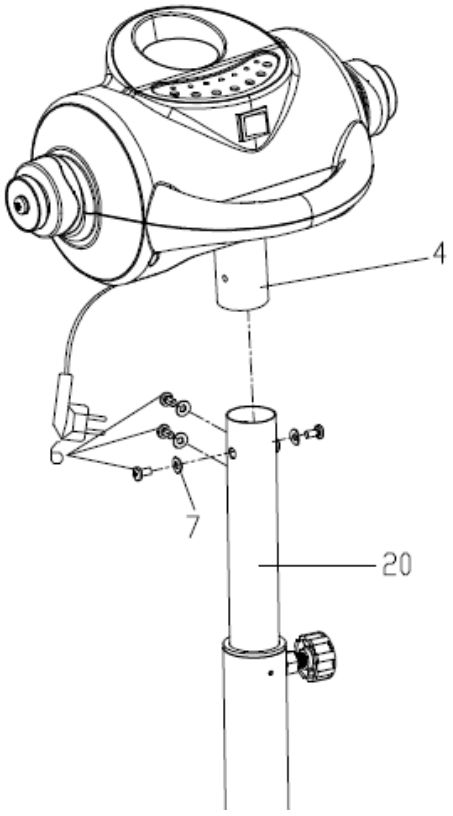
Стъпка 1: Поставете капачката (8) в долния край на колона (11). След това на дъното на колоната (11) монтирайте накрайника (9), използвайки четирита винта (6) и четири извити шайби (7). Накрая, покрийте монтираните шайби и винтове с капачката (8).



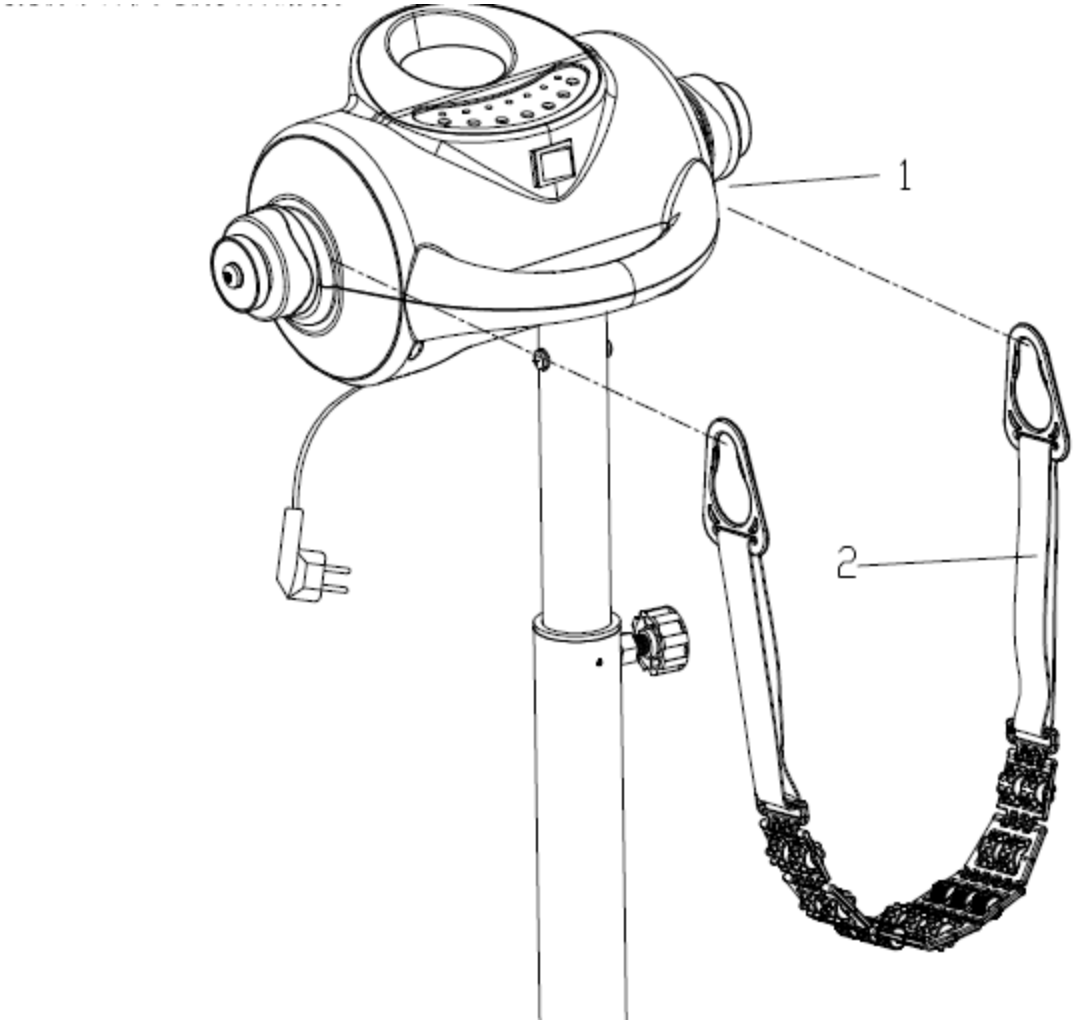
Стъпка 2: Поставете втората тръба (20) в долната част на първата тръба (11) и я нагласете в удобна за Вас височина, използвайки щифт (18).



Стъпка 3: Поставете държача (4) с двигател (1) в горната част на тръбата (20) и я закрепете с четирита винта (6) и четирите извити шайби (7).



Стъпка 4: На двигателя (1) поставете един от масажните колани (2).



Вие току-що завършихте последната стъпка от монтажа. Уверете се, че сте завършили горните стъпки правилно. Желаем ви приятни моменти с Вашата нова вибрираща машина.

ВНИМАНИЕ

1. Максималната продължителност на тренировката от старт не трябва да превишава 20 минути! След тренировка оставете мотора на машината да почива най-малко 30 минути преди следваща употреба! Ако няма да ползвате устройството, извадете захранващия кабел от електрическата мрежа!

2. От съображения за безопасност, не се опитвайте да разглобявате мотора!

Правилното поставяне на масажните колани



1. Масаж за укрепване на коремните мускули



2. Масаж за релаксация и укрепванемускулите на гърба



3. Масаж на централната част на тялото



4. Масаж на бедрените мускули

Инструкция за експлоатация

1. Преминаване към захранването с напрежение 220V / 50Hz AC.
2. Уредът е оборудван с две вибриращи глави, към който е прикрепен масажен колан. Повърхността на колана е подсилена с масажиращи области.
3. Пускането и спирането на машината става с помощта на главния прекъсвач.
4. Препоръчителната възраст на потребителите за използване на това устройство е 16 до 70 години, но може да се използва и от всеки, ако здравословното му състояние го позволява. Масажното устройство отпуска мускулите и премахва напрежението например след
дълго застояване на работното място или след интензивни спортни занимания. То помага също и при лечението на затлъстяване. Редовната употреба намалява влиянието на стреса върху човешкото тяло.
5. Машината е подходяща за всички, с фокус върху активен и здравословен начин на живот.
6. ВАЖНО:

- Да не се използва в случай на влошаване на здравето, костни проблеми и в периода на възстановяване след операция или травма. Устройството не трябва да се използва от бременни жени или от деца. Употребата на тази машина трябва да става само под надзора на възрастен. При употреба от по-възрастни хора е необходимо повишено внимание и грижа за тяхната безопасност. Не използвайте устройството най-малко един час след храна.
- След включване на устройството, продължителността на работа не трабва да е повече от половин час.
- Потребителите новаци може да почувстват леко парене или изтръпване - това е често срещано явление. Причина е ускоряването на кръвообращението в масажираната област.