

E **ENERGETICS**

VIBRA PROFESSIONAL



GB

DE

FR

ES

IT

SI

SE

DK

HR

CS

BA

PL

**Table of contents – Inhaltsverzeichnis - Tables des matières - Tabla de contenidos -
Indice - Kazalo vsebine - Innehållsförteckning – Indholdsfortegnelse – Sadržaj –
Sadržaj – Sadržal - Spis treści**

1. English	P. 3
2. Deutsch	P. 6
3. Français	P. 9
4. Español	P. 12
5. Italiano	P. 15
6. Slovensko	P. 18
7. Svenska	P. 21
8. Dansk	P. 24
9. Hrvatski	P. 27
10. Srpski	P. 30
11. Bosanski jezik	P. 33
12. Polski	P. 36

- GB** © The owner's manual is only for the customer reference. ENERGETICS can not guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.
- DE** © Die Gebrauchsanweisung dient nur zur Referenz für den Kunden. ENERGETICS übernimmt keine Haftung für Fehler die durch Übersetzung oder technische Änderungen des Produkts entstehen.
- FR** © Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur. ENERGETICS ne peut être tenu responsable pour d'éventuelles erreurs de traduction, ou pour d'éventuelles modifications techniques du produit.
- ES** © El manual del usuario es sólo para referencia del cliente. ENERGETICS no se hace responsable de los errores que se produzcan debido a la traducción o cambio de las especificaciones técnicas del producto.
- IT** © Il presente manuale è solo per riferimento dell'acquirente. ENERGETICS non può garantire per errori occorsi durante la traduzione o cambiamenti nelle specifiche tecniche del prodotto.
- SI** © Ta navodila so samo za kupca. ENERGETICS ne more garantirati za napake, ki se pojavijo zaradi prevajanja oziroma zaradi spremembe tehnične specifikacije proizvoda.
- SE** © Bruksanvisningen är enbart avsedd som upplysning till kunden. ENERGETICS avsäger sig ansvar för ev. felaktigheter till följd av översättningsfel eller tekniska ändringar på produkterna.
- DK** © Brugermanualen er kun til kundens oplysning, ENERGETICS påtager sig intet ansvar for fejl der opstår på grund af oversættelse eller eventuelle ændringer i produktets tekniske specifikation.
- HR** © Uve upute za uporabu služe samo kao pomoć kupcu. ENERGETICS ne preuzima na sebe nikakvu odgovornost u slučaju greški nastalih prilikom prevođenja teksta ili tehničkih promjena u izradi.
- CS** © Ovo uputstvo za upotrebu namenjeno je da bude pomoć kupcu. ENERGETICS ne garantuje za moguće greške u prevodu ili izmene u tehničkoj specifikaciji proizvoda.
- BA** © Uputstvo za korišćenje je samo preporuka za kupce. ENERGETICS ne preuzima nikakvu garanciju za greške prouzročene prilagođavanjem ili izmjenama u tehničkoj specifikaciji proizvoda.
- PL** © Instrukcja obsługi jest informacja dla klienta. ENERGETICS nie ponosi odpowiedzialności za usterki powstałe w wyniku tłumaczenia lub technicznych zmian produktu.

Dear Customer,

Congratulations on your purchase of an ENERGETICS home exerciser. This product has been designed and manufactured to meet the needs and requirements of in-home use. Please carefully read the instructions prior to assembly and first use. Be sure to keep the instructions for reference and/ or maintenance. If you have any further questions, please contact us. We wish you lots of success and fun while training,

Your  **ENERGETICS** - Team

Warranty

ENERGETICS offers high quality home exercisers that have been tested and certified according to European Norm EN 957.

ENERGETICS warrants to the original purchaser 3 years against possible defects in material and workmanship. Excluded are damages caused by misuse and wearing parts. All electronic parts are warranted for a period of 2 years. The warranty period starts at the date the product was purchased (retain your sales receipt).

Safety Instructions

- This training equipment is not suitable for therapeutic purposes.
- Consult your physician before starting with any exercise programme to receive advice on the optimal training.
- Warning: incorrect/ excessive training can cause health injuries. Stop using the home exerciser when feeling uncomfortable.
- Ensure that training only starts after correct assembly, adjustment and inspection of the home exerciser.
- Always start with a warm-up session.
- Only use original ENERGETICS parts as delivered (see checklist).
- Follow the steps of the assembly instruction carefully.
- Only use suitable tools for assembly and ask for assistance if necessary.
- Place the home exerciser on an even, non-slippery surface.
- Tighten all adjustable parts to prevent sudden movement while training.
- This product is designed for adults. Please ensure that children only use it under the supervision of an adult.
- Ensure that those present are aware of possible hazards, e.g. movable parts during training.
- The resistance level can be adjusted to your personal preference
- Do not use the home exerciser without shoes or loose shoes.
- Ensure that sufficient space is available to use the home exerciser.
- Be aware of non-fixed or moving parts whilst mounting or dismounting the home exerciser.

Care and Maintenance

- The home exerciser should not be used or stored in a moist area because of possible corrosion.
- Check at least every 4 weeks that all connecting elements are tightly fitted and in good condition.
- In case of repair please ask your dealer for advice.
- Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair.
- Only use original spare parts for repair.
- Use a damp cloth to clean the Home Exerciser and avoid the use of aggressive detergents when cleaning the bike.
- After exercising, immediately wipe of the sweat; perspiration can ruin the appearance and proper function of the Home Exerciser.

Important: Contraindications for the Vibration Training

- Acute inflammations or infections or fever
- Acute migraines
- Acute arthropathy and arthrosis
- Postoperative wounds – trauma, visceral surgery, orthopedics, neural surgery
- Endoprostheses of the lower extremities and spine – plates and screws
- Implants of the spine
- Cardiovascular disease – Heart and vascular
- Epilepsy
- Recent surgery and fresh (surgical) wounds
- Gallstones
- Kidney stones
- Heart rhythm disorders and Heart valve disorders
- Hernia
- Pregnancy or recent pregnancies (6 weeks)
- Recent thrombosis or possible thrombotic complaints
- Spasticity - after stroke/apoplex with spasticity, spinal cord lesion
- Tumours
- Acute back problems after fracture, disc related problems, spondylosis, gliding spondylolisthesis
- Previous spinal surgery or disc pathology proven by radiological investigations (i.e. Herniated disc)
- Severe osteoporosis with BMD < 70mg/ml
- High blood pressure sufferers (situational)
- Pain with the exercises
- Position dizziness (PBPD)

Before you start your training please consult a physician or personal or physiotherapist.

Part list – Vibra Professional - 2009

NO.	DESCRIPTION	SIZE	QTY		NO.	DESCRIPTION	SIZE	QTY
1	ROUND RUBBER PAD	Ø89*10	6		28	POWER SOCKET		1
2	BOTTOM BOARD	720*520*17	1		29	STRAP	40*1400	2
3	NUT	M10	18		30	HOUSING		1
4	WASHER	Ø10*26*2.0	18		31	SKID PROOF STICKER		1
5	BOLT	M10*30	6		32	EVA PAD		1
6	BOLT	M10*35	10		33	ARC WASHER	Ø8*Ø19*1.5	2
7	HEX RUBBER PAD		4		34	SIGNAL EXTENSIONCABLE		1
8	WELDED U-FIXED		4		35	UPPER UPRIGHT POST		1
9	U-FIXED		4		36	SCREW	M8*15	14
10	FOAM GRIP	φ 30* φ 3*200	1		37	SPRING WASHER	Ø8* φ 19*1.5	14
11	LOWER UPRIGHT POST		1		38	WASHER	Ø8*19*1.5	12
12	POWER CABLE		1		39	SCREW FOR COMPUTER	M5*12	4
13	NYLON NUT	M8	6		40	NUT	M8	4
14	WASHER	Ø8*19*1.5	4		41	HANDLE BAR		1
15	MOTOR	130W	1		42	SCREW	M8*20	4
16	FOAM GRIP		2		43	RUBBER CUSHION		1
17	SCREW	M5*16	2		44	COMPUTER	VB-558A	1
18	TRANSFORMER		1		45	FOAM GRIP	φ 30* φ 3*1000	1
19	POWER BOARD		1		46	AXLE		1
20	SCREW	3*18	8		47	PLASTIC WHEEL	50*23	2
21	MOTOR CABLE		1		48	FILTER 1		1
22	WASHER	φ 10* φ 50*3	6		49	INDUCTANCE		1
23	POWER BOARD SUPPORT		1		50	SCREW	3*12	4
24	SHOCKPROOF RUBBER PAD		1		51	MAGNETIC CLIP		1
25	SILENCER		1		52	FILTER 2		1
26	SCREW	M4*30	4		53	POWER CABLE		1
27	UPRIGHT POST COVER		1		54	CABLE		2

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

wir gratulieren Ihnen zum Kauf eines ENERGETICS Heimtrainers. Dieses Produkt ist für den Heimbereich konzipiert um den Wünschen und Anforderungen dieses Bedarfs gerecht zu werden. Bitte lesen Sie vor dem Aufbau und dem ersten Gebrauch zunächst sorgfältig diese Anleitung. Bitte bewahren Sie die Anleitung als Referenz und für den richtigen Umgang mit Ihrem Fitness-Gerät auf. Bei weiteren Fragen dazu stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Erfolg bei Ihrem Training.

Ihr  ENERGETICS - Team

Garantie

ENERGETICS Qualitätsprodukte werden konstruiert und getestet um für ein engagiertes Fitness-Training eingesetzt zu werden. Dieses Gerät entspricht der europäischen Norm EN 957.

ENERGETICS gewährt auf Material- und Verarbeitungsfehler eine Garantie von 3 Jahren. Von der Garantie ausgeschlossen sind sowohl Schäden, die durch unsachgemäße Anwendung des Produktes entstehen als auch auf Verschleißteile. Auf elektronische Komponenten wird eine Garantie von zwei Jahren offeriert. Die Garantiezeit beginnt mit dem Verkaufsdatum (bitte Kaufbeleg sorgfältig aufbewahren).

Sicherheitshinweise

- Dieses Trainingsgerät ist nicht für den therapeutischen Einsatz gedacht.
- Bei gesundheitlichen Einschränkungen oder für individuelle und persönliche Trainingsparameter konsultieren Sie bitte zunächst Ihren Arzt. Er kann Ihnen sagen, welche Art des Trainings und welche Belastung für Sie geeignet sind.
- Achtung: Falsches oder exzessives Training kann Ihre Gesundheit gefährden.
- Beginnen Sie erst mit dem Training, nachdem Sie sichergestellt haben, dass der Heimtrainer korrekt aufgebaut und eingestellt ist.
- Starten Sie immer mit einer Aufwärm-Phase.
- Verwenden Sie nur die der Lieferung beigelegten ENERGETICS Originalteile (siehe Check-Liste).
- Gehen Sie beim Aufbau des Geräts exakt nach der Montageanweisung vor.
- Verwenden Sie nur geeignetes Werkzeug für die Montage und lassen Sie sich ggf. von einer zweiten Person helfen
- Stellen Sie das Gerät auf einem ebenen, rutschfesten Untergrund auf.
- Stellen Sie bei allen verstellbaren Teilen sicher, dass die Maximalpositionen, in die sie verstellt werden können, richtig eingestellt sind.
- Das Gerät ist für das Training erwachsener Personen konzipiert. Stellen Sie sicher, dass eine Nutzung des Geräts von Kindern nur unter Aufsicht von Erwachsenen erfolgt.
- Weisen Sie anwesende Personen auf Gefährdung, z.B. durch bewegliche Teile, hin.
- Der Widerstand kann auf Ihre persönlichen Bedürfnisse eingestellt werden: siehe auch Trainingsanleitung.
- Verwenden Sie den Heimtrainer nicht ohne Schuhe oder mit losem Schuhwerk.
- Stellen Sie sicher, dass ausreichend Platz vorhanden ist, um den Heimtrainer zu benutzen.
- Beachten Sie die nicht fixierten oder beweglichen Teile während der Montage/Demontage des Heimtrainers.

Sorgfalt und Wartung

- Um die Gefahr von Korrosionsschäden zu vermeiden, verwenden oder lagern Sie dieses Heim-Fitness-Gerät nicht in feuchten Räumen.
- Überprüfen Sie spätestens alle 4 Wochen, dass alle Verbindungen fest angezogen und in einem guten Zustand sind.
- Im Falle einer Reparatur kontaktieren Sie bitte Ihren Händler.
- Ersetzen Sie beschädigte Teile sofort und/oder verwenden Sie diese nicht bis sie repariert sind.
- Bitte verwenden Sie für Reparaturen nur original Ersatzteile.
- Verwenden Sie zum reinigen einen feuchten Lappen und vermeiden Sie die Anwendung von aggressiven Reinigungsmitteln.
- Wischen Sie unmittelbar nach dem Training den Schweiß ab. Schweiß kann zu Schäden führen und die Funktion des Heim-Fitness-Gerätes beeinträchtigen.

Wichtig: Kontraindikationen des Vibrationstrainings

- Akute Entzündungen, Infektionen oder Fieber (Grippe)
- Akute Migräne
- Akute Gelenkerkrankungen und Arthrose
- Postoperative Wunden – Brüche, Gefäßoperationen, orthopädische oder neuronale Eingriffe
- Endoprothese der unteren Extremitäten und Wirbelsäule – Platten und Schrauben
- Implantate an der Wirbelsäule
- Herzkreislauf Erkrankungen – Herz und Gefäße
- Epilepsie
- Kürzliche Operationen und frische (operative) Wunden
- Gallensteine
- Nierensteine
- Herzrhythmusstörungen und Herzklappenfehler
- Brüche
- Schwangerschaft oder kürzliche Schwangerschaft (6 Wochen)
- Kürzliche Thrombosen oder mögliche thrombotische Beschwerden
- Spastische Lähmung – nach Schlaganfall (mit Spastik), Rückenmarksverletzung
- Tumore
- Akute Rückenbeschwerden nach Frakturen, Bandscheibenbeschwerden, Spondylose, Gleitwirbel
- Frühere Wirbelsäulenoperationen oder Krankheiten der Wirbelsäule, durch radiologische Untersuchungen erwiesen (z.B. Bandscheibenvorfall)
- Ernsthafte Osteoporose mit BMD < 70mg/ml
- Bluthochdruck (situationsbedingt)
- Bewegungsschmerzen
- Schwindel

Bevor Sie mit dem Vibrationstraining beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt oder Physiotherapeuten

Ersatzteilliste – Vibra Professional - 2009

Nr.	Bezeichnung	Größe	Menge	Nr.	Bezeichnung	Größe	Menge
1	Gummi-Standfuß	Ø89*10	6	28	Einsteckvorrichtung		1
2	Plattform	720*520*17	1	29	Haltegurt	40*1400	2
3	Mutter	M10	18	30	Gehäuse		1
4	Unterlegscheibe	Ø10*26*2.0	18	31	Rutschfeste Auflage		1
5	Schraube	M10*30	6	32	Dämm-Matte, obere Auflage		1
6	Schraube	M10*35	10	33	Unterlegscheibe	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Gummi-Dämpfer		4	34	Computerkabel, oberes		1
8	Schelle mit Schraube		4	35	Griffstütze, obere		1
9	Schelle		4	36	Schraube	M8*15	14
10	Schaumstoff	§ 30* § 3*200	1	37	Unterlegscheibe	Ø8* § 19*1.5	14
11	Griffstütze, untere		1	38	Unterlegscheibe	Ø8*19*1.5	12
12	Computerkabel, unteres		1	39	Schraube für Computerbefestigung	M5*12	4
13	Mutter	M8	6	40	Mutter	M8	4
14	Unterlegscheibe	Ø8*19*1.5	4	41	Haltegriff		1
15	Motor	130W	1	42	Schraube	M8*20	4
16	Schaumstoffgriff		2	43	Dämm-Matte für Computer		1
17	Schraube	M5*16	2	44	Computer	VB-558A	1
18	Transformator		1	45	Schaumstoff-Griff	§ 30* § 3*1000	1
19	Platine		1	46	Achse		1
20	Schraube	3*18	8	47	Transportrolle	50*23	2
21	Motorkabel		1	48	Filter 1		1
22	Unterlegscheibe	§ 10* § 50*3	6	49	Induktanz		1
23	Grundplatte		1	50	Schraube	3*12	4
24	Dämpfungsmatte		1	51	Magnetclip		1
25	Dämm-Matte		1	52	Filter 2		1
26	Schraube	M4*30	4	53	Stromkabel		1
27	Griffstützen-Abdeckung		1	54	Verbindungskabel		2

Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons pour l'achat d'un appareil ENERGETICS. Cet appareil est conçu pour l'entraînement à domicile et assure les vœux et les demandes de l'utilisateur. Veuillez lire soigneusement le mode d'emploi avant le montage et la première utilisation. Veuillez garder cette instruction comme référence pour l'utilisation correcte de cet appareil. Nous sommes volontiers à votre disposition pour vous fournir des renseignements supplémentaires. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir et de succès avec cet appareil.

Votre équipe  **ENERGETICS**

Garantie

Les produits ENERGETICS sont conçus, fabriqués, testés et garantis pour l'entraînement fitness. Ces produits correspondent à la Norme Européenne NE 957.

ENERGETICS vous accorde une garantie de trois ans à dater de leur réception contre tout défaut de matière ou vice de construction. La garantie ne couvre pas les dommages causés par une utilisation inappropriée aussi bien que pièces d'usure. Les pièces électroniques bénéficient d'une garantie de deux ans. La durée de la garantie commence à la date de l'achat de cet appareil (Veuillez bien conserver votre quittance d'achat).

Conseils d'utilisation de Sécurité

- Cet équipement d'entraînement n'est pas destiné à des fins thérapeutiques.
- En cas de restrictions de santé ou des paramètres individuels et personnels d'entraînement, veuillez consulter d'abord votre médecin: il pourra vous indiquer les types d'exercices qui vous conviennent ainsi que le niveau de difficultés.
- Attention: l'entraînement excessif/incorrect peut mettre en danger votre santé. Ensure that training only starts after correct assembly, adjustment and inspection of the home exerciser.
- Avant tout entraînement, assurez-vous que le montage est conforme et que l'appareil est correctement réglé.
- Veuillez toujours commencer par une phase d'échauffement.
- N'utilisez que des pièces originales d'ENERGETICS contenues dans la livraison. (voir liste de contrôle)
- Procédez au montage de l'appareil d'après les instructions de montage.
- N'utilisez que des outils appropriés de montage et faites-vous le cas échéant aider par une seconde personne lors du montage.
- Posez l'appareil sur un sol plat et non glissant.
- L'appareil est conçu pour l'entraînement d'adultes. Assurez-vous que les enfants ne puissent l'utiliser sans la surveillance des adultes.
- Avertissez les personnes présentes des dangers, liés par exemple aux pièces détachables/mobiles.
- L'intensité de l'entraînement peut être réglée suivant vos besoins personnels : voir aussi les instructions d'entraînement.
- N'utilisez pas l'appareil sans chaussures.
- Assurez-vous qu'il y ait suffisamment de place disponible pour l'utilisation de l'appareil.
- Faites attention aux pièces non fixées ou détachables pendant le montage/démontage de l'appareil.

Soin et Maintenance

- Pour éviter le danger de dommage à cause de corrosion, utilisez ou posez cet appareil dans des endroits non humides.
- Vérifiez toutes les 4 semaines au moins que toutes les pièces sont bien montées /serrées et en bon état.
- Si une réparation est nécessaire, contactez votre vendeur spécialisé.
- Veuillez immédiatement remplacer les pièces dégradées et/ou ne plus utiliser l'appareil jusqu'à ce qu'elles soient réparées.
- N'utilisez pour les réparations que les pièces de rechange originales.
- Pour le nettoyage, n'utilisez que des chiffons humides et évitez l'utilisation des produits de nettoyage agressifs.
- Essuyez immédiatement la sueur après l'entraînement. La sueur peut causer des dommages et entraver la fonction de l'appareil.

Important : Contre-indications pour l'entraînement avec Vibration

- Inflammations aiguës ou infections ou fièvre
- Migraines aiguës
- Arthropathie aiguë et arthrose
- Blessures post-opératoires – traumatisme, chirurgie viscérale, orthopédie, neurochirurgie
- Prothèses des extrémités inférieures et de la colonne vertébrale - plaques et vis
- Implants de la colonne vertébrale
- Maladies cardiovasculaires – Cœur et vasculaire
- Epilepsie
- Chirurgie récente et blessures (chirurgicales) fraîches
- Calculs biliaires
- Calculs rénaux
- Désordres du rythme cardiaque et de valve cardiaque
- Hernie
- Grossesse ou grossesse précoce (6 semaines)
- Thrombose récente ou possibles plaintes thrombotiques
- Spasmes - après une crise cardiaque, lésion de la moelle épinière
- Tumeurs
- Problèmes de dos après une fracture, problèmes liés aux disques, spongiosités
- Ancienne chirurgie de la colonne vertébrale ou pathologie des disques prouvée par des investigations radiologiques (par ex. hernie discale)
- Ostéoporose sévère avec BMD < 70mg/ml
- Tension haute
- Douleur dans les exercices
- Vertige de position (PBPD)

Avant de commencer votre entraînement, veuillez consulter un médecin.

Pièces de rechange – Vibra Professional - 2009

Nr.	spécification	Taille	Qté		Nr.	spécification	Taille	Qté
1	COUSSINET CAOUTCHOUC ROND	Ø89*10	6		28	PRISE COURANT		1
2	PLATEAU FOND	720*520*17	1		29	SANGLE	40*1400	2
3	ECROU	M10	18		30	PROTECTION		1
4	RONDELLE	Ø10*26*2.0	18		31	AUTOCOLLANT ANTI-DERAPANT		1
5	BOULON	M10*30	6		32	COUSSINET EVA		1
6	BOULON	M10*35	10		33	RONDELLE ARC	Ø8*Ø19*1.5	2
7	COUSSINET CAOUTCHOUC		4		34	CABLE D'EXTENSION SIGNAL		1
8	FIXATION EN U		4		35	PIEU HAUT		1
9	FIXATION EN U		4		36	BOULON	M8*15	14
10	POIGNEE MOUSSE	φ 30* φ 3*200	1		37	RONDELLE RESSORT	Ø8* φ 19*1.5	14
11	PIEU BAS		1		38	RONDELLE	Ø8*19*1.5	12
12	CABLE		1		39	VIS ORDINATEUR	M5*12	4
13	ECROU	M8	6		40	ECROU	M8	4
14	RONDELLE	Ø8*19*1.5	4		41	GUIDON		1
15	MOTEUR	130W	1		42	BOULON	M8*20	4
16	POIGNEE MOUSSE		2		43	COUSSINET ANTICHOC POUR ORDINATEUR		1
17	VIS	M5*16	2		44	ORDINATEUR	VB-558A	1
18	TRANSDUCTEUR		1		45	POIGNEE MOUSSE	φ 30* φ 3*1000	1
19	PLATEAU ALIMENTATION		1		46	ESSIEU		1
20	VIS	3*18	8		47	ROULETTE PLASTIQUE	50*23	2
21	CABLE MOTEUR		1		48	FILTRE 1		1
22	RONDELLE	φ 10* φ 50*3	6		49	INDUCTANCE		1
23	SUPPORT PLATEAU ALIMENTATION		1		50	VIS	3*12	4
24	COUSSINET CAOUTCHOUC ANTICHOC		1		51	CLIP MAGNETIQUE		1
25	SILENCIEUX		1		52	FILTRE 2		1
26	VIS	M4*30	4		53	CABLE D'ALIMENTATION		1
27	COUVERCLE PIEU		1		54	CABLE		2

Estimado Cliente,

Felicitaciones por comprar un producto de ENERGETICS Home Fitness. Este producto ha sido diseñado y fabricado para satisfacer las necesidades y requerimientos de uso doméstico. Por favor lea cuidadosamente las instrucciones antes de montar en el aparato y usarlo. Asegúrese de guardar las instrucciones por referencia y/o mantenimiento. Si usted tiene alguna pregunta adicional por favor contáctenos. Le deseamos mucho éxito y diversión entrenando.

Su Equipo  **ENERGETICS**

Garantía

ENERGETICS otorga 3 años de garantía contra posibles defectos de material y de fabricación. Excluyendo daños causados por mal uso y desgaste. Todos los componentes electrónicos están garantizados durante un período de 2 años. El periodo de garantía empieza desde el día que el producto fue comprado (guarde el recibo de compra).

Instrucciones de seguridad

- Este equipo de entrenamiento no es apropiado para propósitos terapéuticos
- Consulte a su médico antes de empezar cualquier programa de ejercicios para recibir consejos sobre el entrenamiento óptimo.
- Advertencia: Un incorrecto/excesivo entrenamiento puede causar daños en su salud.
- Por favor siga los consejos para un entrenamiento apropiado como está detallado en las instrucciones de entrenamiento.
- Asegúrese de empezar el entrenamiento empiece sólo después de haber ensamblado correctamente e inspeccionado el producto.
- Empiece siempre con una sesión de calentamiento.
- Use sólo piezas originales para su reparación. (mire el checklist).
- Siga cuidadosamente las instrucciones para el montaje.
- Para montar el aparato, utilice sólo herramientas adecuadas y pregunte por asistencia si fuera necesario.
- Ponga el aparato de Home Fitness en una superficie plana que no sea resbalosa.
- Asegúrese de que las ruedas frontales estén ubicadas en una posición correcta: mire las instrucciones de uso.
- Este producto está diseñado para adultos. Por favor asegúrese de que los niños lo utilicen sólo bajo la supervisión de un adulto.
- Asegúrese de advertir a los presentes de posibles peligros, por ejemplo, de las partes movibles durante el entrenamiento.
- No use el aparato de Home Fitness sin zapatos o con zapatillas.
- Asegúrese de que exista espacio suficiente para usar el aparato de Home Fitness.
- Tome en cuenta las partes no fijas o movibles durante el montaje o desmontaje.
- El presente equipo no es conveniente para personas (incluido niños) con problemas psíquicos o defectos de sentidos, personas inexpertas o con pocos conocimientos, con excepción de las que hayan sido instruidas de la operación correcta del equipo por un adulto. A los niños hay que enseñarles la manipulación correcta con el equipo y asegurar que no usen para jugar.

Cuidado y Mantenimiento

- Para evitar daños posibles por corrosión de éste aparato de Home Fitness, se debe evitar su uso o utilización en lugares húmedos.
- Verifique por lo menos cada 4 semanas que todos los elementos de conexión estén bien ajustados y en buenas condiciones.
- En caso de reparación pregunte al distribuidor por consejo.
- Reemplace piezas defectuosas inmediatamente y/o mantenga el equipo sin uso hasta que sea reparado.
- Use sólo piezas originales para su reparación.
- Utilice para la limpieza un trapo húmedo y evite la utilización de limpiadores agresivos.
- Limpie inmediatamente después del entrenamiento el sudor. El sudor puede dañar la apariencia y funcionamiento correcto del aparato.

Aviso importante: contraindicaciones del entrenamiento con vibraciones

- Inflamaciones agudas, infecciones, fiebre.
- Migrañas agudas.
- Atrofia aguda de las articulaciones y artrosis
- Heridas postoperatorias – traumatismos, quirúrgicas, ortopédicas, operaciones neurológicas, operaciones cerebrales
- Prótesis en extremidades inferiores o en la columna vertebral – placas o tornillos quirúrgicos
- Implantes en la columna vertebral
- Enfermedades cardiovasculares – vascular y corazón
- Epilepsia
- Heridas recientes de cirugía
- Calculos biliares
- Calculos renales
- Trastornos del ritmo cardíaco o válvula coronaria
- Hernias
- Embarazo o embarazo reciente (6 semanas)
- Trombosis recientes o posibles dolencias coronarias
- Espasticidad – provocado después de un golpe o una lesión en la columna vertebral
- Tumores
- Problemas de espalda agudos, problemas relacionados con los discos, desgaste de las vértebras
- Spondylolisthesis (lesión en la espalda provocada por desgaste)
- Antes de someterse a una intervención quirúrgica de columna o discos vertebrales comprobado radiológicamente (hernia discal)
- Osteoporosis severa con BMD < 70mg/ml_
- Hipertensión
- Dolor con el ejercicio
- Mareos

Antes de empezar su entrenamiento por favor consulte a su médico o fisioterapeuta

Lista de piezas – Vibra Professional - 2009

Nº	Descripción	SIZE	Cant	Nº	Descripción	SIZE	Cant
1	PATAS DE GOMA REDONDAS	Ø89*10	6	28	ENCHUFE DE ALIMENTACION		1
2	PLATAFORMA INFERIOR	720*520*17	1	29	CORREA	40*1400	2
3	TUERCA	M10	18	30	CARCASA PRINCIPAL		1
4	ARANDELA	Ø10*26*2.0	18	31	LAMINA ADHESIVA		1
5	TORNILLO	M10*30	6	32	ALMOHADILLA VIBRATORIA		1
6	TORNILLO	M10*35	10	33	ARANDELA CURVADA	Ø8*Ø19*1.5	2
7	SILENTBLOCK		4	34	CABLE CONEXION SUPERIOR		1
8	SOPORTE		4	35	TUBO SOPORTE PRINCIPAL		1
9	SOPORTE EN FORMA DE U		4	36	TORNILLO	M8*15	14
10	ESPUMAS	φ 30* φ 3*200	1	37	ARANDELA GLOVER	Ø8* φ 19*1.5	14
11	TUBO SOPORTE INFERIOR		1	38	ARANDELA	Ø8*19*1.5	12
12	CABLE DE ALIMENTACION		1	39	TORNILLOS DEL MONITOR	M5*12	4
13	TUERCA DE NYLON	M8	6	40	TUERCA	M8	4
14	ARANDELA	Ø8*19*1.5	4	41	MANILLAR		1
15	MOTOR	130W	1	42	TORNILLO	M8*20	4
16	ESPUMAS		2	43	TOPE DE GOMA		1
17	TORNILLO	M5*16	2	44	MONITOR	VB-558A	1
18	TRANSFORMADOR		1	45	ESPUMAS	φ 30* φ 3*1000	1
19	PLACA DE POTENCIA		1	46	EJE		1
20	TORNILLO	3*18	8	47	RUEDAS DE PLASTICO	50*23	2
21	CABLE DEL MOTOR		1	48	FILTRO 1		1
22	ARANDELA	φ 10* φ 50*3	6	49	INDUCTANCIA		1
23	SOPORTE DE LA PLACA DE POTENCIA		1	50	TORNILLO	3*12	4
24	ALMOHADILLA DE GOMA		1	51	CLIP MAGNETICO		1
25	SILENCIADOR		1	52	FILTRO 2		1
26	TORNILLO	M4*30	4	53	CABLE DE ALIMENTACION		1
27	TUBO SOPORTE SUPERIOR		1	54	CABLE		2

Gentile cliente,

congratulations per avere acquistato un prodotto Home Fitness Energetics. Questo prodotto é stato progettato e prodotto per soddisfare le richieste di un utilizzo domestico. Leggete attentamente queste istruzioni prima dell'assemblaggio e del primo utilizzo. AccertateVi di conservare queste istruzioni come riferimento e per il giusto utilizzo dell'apparecchio. Per qualsiasi ulteriore domanda, Vi preghiamo di contattarci. Vi auguriamo tanta soddisfazione e divertimento durante l'allenamento.

Il vostro  **ENERGETICS** -Team

Garanzia

I prodotti di qualità ENERGETICS vengono fabbricati e testati per essere impiegati in un allenamento Fitness impegnativo. Questo prodotto é conforme alla norma europea EN 957.

ENERGETICS assicura una garanzia di 3 anni per difetti del materiale o errori di lavorazione. Sono esclusi dalla garanzia tanto i danni provocati da un utilizzo scorretto del prodotto quanto i pezzi di ricambio. Sulle componenti elettroniche viene offerta una garanzia di due anni. La garanzia é valida a partire dalla data di acquisto (Vi preghiamo di conservare con cura la prova d'acquisto).

Norme di sicurezza

- Questo attrezzo ginnico non è stato concepito per scopi terapeutici.
- In caso di problemi di salute o per un programma di allenamento individuale e personalizzato, rivolgetevi dapprima al Vostro medico. Lui potrà suggerirVi il tipo di allenamento e il carico più adatto a Voi.
- Attenzione: un allenamento non corretto o eccessivo può danneggiare la Vostra salute.
- Iniziate l'allenamento solo dopo esserVi assicurati che l'attrezzo sia stato montato e regolato correttamente.
- Iniziate sempre con una fase di riscaldamento.
- Utilizzate sempre esclusivamente le parti originali ENERGETICS contenute nella confezione (vedi lista di controllo).
- Durante l'assemblaggio dell'attrezzo seguite scrupolosamente le istruzioni di montaggio.
- Per il montaggio utilizzate attrezzi adatti e chiedete assistenza se dovesse rendersi necessario.
- Posizionate l'apparecchio su una superficie piana e non scivolosa.
- Prima dell'allenamento fissate saldamente tutte le parti regolabili per evitare un allentamento durante l'attività.
- Questo attrezzo é destinato ad un utilizzatore adulto. L'utilizzo da parte dei bambini é consigliato esclusivamente in presenza di adulti.
- AccertateVi che i presenti siano consapevoli dei possibili rischi derivanti dall'utilizzo, es.: parti in movimento durante l'allenamento.
- La resistenza può essere regolata secondo le Vostre esigenze personali:
- Non utilizzate l'attrezzo senza scarpe o con i lacci slegati.
- AssicurateVi che lo spazio disponibile per utilizzare l'attrezzo sia sufficiente.
- Durante il montaggio/smontaggio dell'attrezzo fate attenzione alle parti non fisse o mobili.

Cura e manutenzione

- Pena rischio di possibile corrosione, non utilizzate o lasciate questo attrezzo per allenamento domestico in zone umide.
- Controllate almeno una volta al mese che tutti gli elementi di connessione siano serrati saldamente e si trovino nella posizione corretta.
- In caso di riparazione, contattate il vostro rivenditore.
- Sostituite le componenti difettose immediatamente e non utilizzate l'equipaggiamento fino a che la riparazione non sia avvenuta.
- Utilizzate per le riparazioni esclusivamente parti originali.
- Per la pulizia dell'attrezzo utilizzate uno straccio umido ed evitate l'uso di detersivi aggressivi.
- Pulite le tracce di sudore subito dopo l'allenamento: questo potrebbe infatti provocare dei danni e pregiudicare la corretta funzionalità dell'attrezzo.

Importante: controindicazione dell'allenamento con vibrazioni

- Infiammazioni acute, vertigini o febbre (influenza)
- Emicrania acuta
- Malattie acute delle articolazioni e artrosi
- Ferite postoperatorie – fratture, operazioni dei vasi, interventi ortopedici e neuronali
- Endoprotesi delle gambe e della spina dorsale – dischi e viti
- Impiantati nella spina dorsale
- Malattie della circolazione – cuore e vasi
- Epilessia
- Operazioni recenti e ferite (postoperatorie) recenti
- Calcoli biliari
- Calcoli renali
- Aritmie e deficienze cantonali
- Fratture
- Gravidanza o gravidanza recente (6 settimane)
- Trombosi recente o possibili disturbi trombotici
- Paralisi spastica – dopo ictus (con paralisi), ferite del midollo spinale
- Tumori
- Mal di schiena acuto dopo fratture, mal dei dischi, spondilosi, spondilolistesi
- Operazioni della spina dorsale o malattia della spina dorsale, constatate da un esame radiologico (per esempio dischi)
- Osteoporosi grave con il valore BMD < 70mg/ml
- Pressione alta (dipende dalla situazione)
- Dolori durante il movimento
- Vertigini

Prima di cominciare l'allenamento con vibrazioni consultare il Suo medico o fisioterapeuta

Lista Parti di Ricambio – Vibra Professional - 2009

Nr.	Descrizione	Dim.	Qu.	Nr.	Descrizione	Dim.	Qu.
1	PIEDINI ROTONDI DI GOMMA	Ø89*10	6	28	PRESA PER LA CORRENTE		1
2	PIANO INFERIORE	720*520*17	1	29	NASTRO	40*1400	2
3	DADO AUTOBLOCCANTE	M10	18	30	COPERTURA DEL CORPO PRINCIPALE		1
4	RONDELLA	Ø10*26*2.0	18	31	PELLICOLA ADESIVA ANTI-SLITTAMENTO		1
5	BULLONE A TESTA ESAGONALE	M10*30	6	32	TAPPETINO VIBRANTE		1
6	BULLONE A TESTA ESAGONALE	M10*35	10	33	Rondella	Ø8*Ø19*1.5	2
7	PIEDINI ESAGONALI DI GOMMA		4	34	Cavo superiore del computer		1
8	FISSANTE A U SALDATO		4	35	SOSTEGNO VERTICALE SUPERIORE		1
9	FISSANTE A U		4	36	BULLONE	M8*15	14
10	IMPUGNATURA DI GOMMAPIUMA	30*3*200	1	37	RONDELLA	Ø8*Ø19*1.5	14
11	SOSTEGNO VERTICALE INFERIORE		1	38	RONDELLA	Ø8*19*1.5	12
12	CAVO INFERIORE DELLA DUREZZA		1	39	BULLONE DELLA CONSOLLE	M5*12	4
13	DADO AUTOBLOCCANTE	M8	6	40	DADO	M8	4
14	RONDELLA	Ø8*19*1.5	4	41	Maniglia		1
15	MOTORE	130W	1	42	BULLONE	M8*20	4
16	Maniglia del materiale schiumoso		2	43	SILENZIATORE DI GOMMA PER LA CONSOLLE		1
17	DADO	M5*16	2	44	CONSOLLE	VB-558A	1
18	Trasformatore		1	45	IMPUGNATURA SUPERIORE DI GOMMA	Ø30*Ø3*1000	1
19	Piastra		1	46	Asse		1
20	DADO	3*18	8	47	Ruolo di trasporto	50*23	2
21	Cavo del motore		1	48	Filtro 1		1
22	RONDELLA GRANDE	Ø10*Ø50*3	6	49	Resistenza induttiva		1
23	Piastra di base		1	50	Bullone	3*12	4
24	Piastra ammortizzatore		1	51	Attacco magnetico		1
25	Piastra isolante		1	52	Filtro 2		1
26	BULLONE	M4*30	4	53	Cavo di allacciamento		1
27	Copertura del sostegno della maniglia		1	54	Cavo di collegamento		2

Spoštovani kupec,

Čestitamo vam ob nakupu fitnes naprave za domačo vadbo ENERGETICS. Ta izdelek je bil oblikovan in izdelan za vašo zadovoljitev potreb pri domači uporabi. Prosimo vas, da natančno preberete navodila za montažo in uporabo. Navodila shranite za napotke in/ali vzdrževanje. Če imate kakršnokoli vprašanje, se brez oklevanja obrnite na vašega prodajalca. Želimo vam veliko uspeha in zabave pri vadbi.

Vaša ekipa  **ENERGETICS**

Jamstvo

ENERGETICS ponuja visoko kvalitetne naprave za vadbo, katere so testirane in potrjene v skladu z Evropsko Normo EN 957.

ENERGETICS prvotnemu kupcu daje triletno jamstvo na možne hibe v materialu in izdelavi. Iz jamstva so izključene poškodbe povzročene z nepravilno uporabo in obrabljeni deli. Vsi elektronski deli imajo jamstvo dve leti. Jamstvo začne teči na dan nakupa izdelka (shranite račune).

Varnostna opozorila

- Ta naprava za vadbo ni primerna za terapevtske namene.
- Pred vadbo se o optimalnem programu treninga posvetujte z vašim osebnim zdravnikom.
- Opozorilo: zaradi nepravilnega ali prekomernega treninga lahko pride do zdravstvenih poškodb. Če se boste med vadbo začeli počutiti neprijetno, jo nemudoma prekinite.
- Zagotovite, da boste z vadbo začeli šele zatem, ko boste napravo pravilno sestavili, jo namestili in prebrali ter upoštevali vsa varnostna opozorila in pravila vadbe.
- Pred vsako vadbo se dobro ogrejte.
- Uporabljajte le originalne ENERGETICS sestavne dele (preverite preglednico sestavnih delov).
- Pri sestavljanju naprave natančno preberite in upoštevajte navodila.
- Pri sestavljanju naprave uporabljajte primerno orodje in po potrebi poprosite za strokovno pomoč.
- Napravo za domačo vadbo namestite na ravno podlago, ki naj ne bo spolzka.
- Dobro privijte vse sestavne dele. Na ta način boste preprečili nenadne premike naprave med vadbo.
- Naprava za vadbo je namenjena izključno odrasli. Otroci lahko napravo uporabljajo le pod nadzorom odraslih.
- Poskrbite, da bodo osebe v bližini naprave med vadbo seznanjene z možnimi nevarnostmi, npr. o možnem premiku sestavnih delov naprave.
- Nivo upora, moči delovanja naprave lahko poljubno uravnate na želeno vrednost.
- Naprave za vadbo ne uporabljajte bos, torej brez čevljev ali s slabo obutimi čevlji.
- Pred uporabo naprave poskrbite, da bo okoli naprave dovolj prostora.
- Pri sestavljanju ali razstavljanju naprave bodite pozorni na premikajoče se in nepritjene sestavne dele.

Nega in vzdrževanje

- Fitnes naprave za domačo vadbo ne smete uporabljati ali imeti shranjene v vlažnem prostoru, saj lahko pride do korozije oziroma zarjavelosti.
- Najmanj vsake štiri tedne preverite, če so vsi deli dobro pritrjeni in če so v dobrem stanju.
- V primeru popravila, za nasvet vprašajte vašega prodajalca.
- Pokvarjene dele nemudoma zamenjajte in/ali v času okvare naprave ne uporabljajte.
- Za popravilo uporabljajte le originalne rezervne dele.
- Za čiščenje naprave uporabljajte vlažno krpo, hkrati pa se pri čiščenju izogibajte agresivnih čistil.
- Po končani vadbi z naprave nemudoma obrišite pot oziroma znoj, saj lahko le ta uniči zunanost in pravilno delovanje naprave.

Pomembno: Kontraindikacije za vadbo na vibratonu

- Akutna vnetja ali okužbe (infekcije) ali povišana telesna temperatura (vročina)
- Akutne migrene
- Akutne bolezni sklepov (artropatija) ali degenerativno revmatsko obolenje, katerega posledica je postopen razkroj hrustanca (artroza)
- Po-operativne rane – travma, operacije v trebušnem predelu (visceralna kirurgija), ortopetske operacije, operacije na živčevju
- Proteze na spodnjih okončinah ali hrbtenici – ploščice ali vijaki
- Vsadki v predelu hrbtenice
- Srčno-žilne bolezni – srca ali ožilja
- Epilepsija
- Operacije v bližnji preteklosti ali sveže (operativne) rane
- Žolčni kamni
- Ledvični kamni
- Motnje srčnega ritma ali motnje v delovanju srčnih zaklopk
- Kila (hernija)
- Nosečnost ali nedavne nosečnosti (6 tednov)
- V bližnji preteklosti diagnosticirana tromboza ali možne motnje v strjevanju krvi
- Krči mišic – po kapi/kap s krči, mrtvi udi; poškodbe živčnega spleta v hrbtenici
- Tumorji
- Akutni problemi v hrbtnem predelu po npr. zlomu, problemih z vretenčnimi diski, izrojevanje hrbtenice (spondiloza), zdrs vretenc
- Zdrknjeno vretence (Spondilolisteza)
- Operacija hrbtenice ali patologija medvretenčnih diskov, dokazana z radiološko preiskavo (npr. Hernia discii)
- Huda osteoporoza z izmerjeno mineralno gostoto kosti $< 70\text{mg/ml}$
- Osebe, ki se jim v določenih situacijah poviša krvni pritisk (situacijski dvig krvnega pritiska)
- Bolečine pri vadbi
- Omotica (PBPD)

Pred začetkom vadbe se o vadbi nujno posvetujte z vašim osebnim zdravnikom ali fizioterapevtom.

SEZNAM SESTAVNIH DELOV ZA – Vibra Professional - 2009

Št.	OPIS	VELIKOST	kol	Št.	OPIS	VELIKOST	kol
1	Okrogla gumijasta ploščica	Ø89*10	6	28	Električna vtičnica		1
2	Spodnja plošča	720*520*17	1	29	Trak	40*1400	2
3	Matica vijaka „Nylock“	M10	18	30	Pokrov ogrodja naprave		1
4	Tesnilo	Ø10*26*2.0	18	31	Nalepka, ki preprečuje drsenje		1
5	Vijak s šesterkotno glavo	M10*30	6	32	Blazinica "EVA" iz posebne gume		1
6	Vijak s šesterkotno glavo	M10*35	10	33	Testnilo "ARC"	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Šesterokotna gumijasta ploščica		4	34	Podaljšek signalnega kabla		1
8	Varjena plošča v obliki črke U		4	35	Zgornji pokončni drog		1
9	Plošča v obliki črke U		4	36	Vijak z matico	M8*15	14
10	Držalo iz penaste gume	φ 30* φ 3*200	1	37	Vzmetno tesnilo	Ø8* φ 19*1.5	14
11	Spodnji pokončni drog		1	38	Tesnilo	Ø8*19*1.5	12
12	Spodnja trdnostna žica		1	39	Vijak konzole	M5*12	4
13	Matica vijaka „Nylock“	M8	6	40	Matica vijaka	M8	4
14	Tesnilo	Ø8*19*1.5	4	41	Balansa		1
15	Motor	130W	1	42	Vijak z matico	M8*20	4
16	Držalo iz penaste gume		2	43	Gumijasta blazinica za ublažitev tresljajev na konzoli		1
17	Vijak z matico	M5*16	2	44	Konzola	VB-558A	1
18	Prestavljalec		1	45	Držalo iz penaste gume	φ 30* φ 3*1000	1
19	Električna plošča		1	46	Os		1
20	Vijak	3*18	8	47	Plastično kolesce	50*23	2
21	Žica motorja		1	48	Filter 1		1
22	Tesnilo	φ 10* φ 50*3	6	49	Induktor		1
23	Podpora za električno ploščo		1	50	Vijak	3*12	4
24	Gumijasta blazinica za blaženje tresljajev		1	51	Magnetna sponka		1
25	Posebni blažilec zvokov		1	52	Filter 2		1
26	Vijak z matico	M4*30	4	53	Napajalni kabel		1
27	Pokrov zgornjega droga		1	54	Kabel		2

Bästa kund!

Gratulerar till ett bra produktval! ENERGETICS träningsprodukter för privat bruk är framtagna för att motsvara högt ställda krav. Läs noga igenom alla anvisningar innan produkten används första gången och spara informationen eftersom den kan behövas vid ev. framtida beställning av reservdelar etc. Välkommen att kontakta oss om du har frågor. Vi önskar dig glädje och framgång med din träning!

Ditt  **ENERGETICS** Team

Garanti

ENERGETICS träningsprodukter är kvalitetstestade och certifierade i enlighet med European Norm EN 957.

ENERGETICS erbjuder vid inköpstillfället 3 års garanti (För elektroniska komponenter gäller två års garanti.) mot ev. material- och tillverkningsfel. Garantin omfattar inte fel eller skada till följd av felaktig användning eller slitage på ingående delar. Garantin gäller från produktens inköpsdatum och mot uppvisande av giltigt kvitto.

Säkerhetsinstruktion

- Utrustningen är inte avsedd för medicinskt bruk eller annat behandlingsändamål.
- Kontakta alltid läkare för råd och information om lämplig träningsnivå.
- Varning: felaktig/överdriven träning kan medföra hälso- och skaderisker. Avbryt alltid träning vid obehag eller smärta.
- Kontrollera före träning att maskinen fungerar korrekt.
- Starta varje träningspass med en stunds uppvärmning.
- Använd enbart ENERGETICS medlevererade originaldelar (se checklista).
- Följ monterings- och användarinstruktionerna noga.
- Använd lämpliga monteringsverktyg. Kontakta din återförsäljare om du har frågor.
- Placera maskinen på ett jämnt och halkfritt underlag.
- Dra fast alla justerbara delar så att de inte kan lossna under träning.
- Produkten är avsedd för vuxna. Barn skall övervakas av vuxen person.
- Tänk på säkerhetsavståndet för ev. rörliga delar när maskinen används.
- Använd tränings skor.
- Placera maskinen i lämpligt utrymme för träning.
- Kontrollera alla lösa/rörliga delar vid montering och demontering av maskinen.

Skötselinstruktion

- Produkten är ej avsedd att användas eller förvaras i fuktiga utrymmen pga risk för korrosion.
- Kontrollera regelbundet att alla delar är ordentligt åtdragna och fullt funktionsdugliga.
- Kontakta närmaste återförsäljare vid ev. behov av reparation.
- Slitna eller skadade delar skall bytas omedelbart.
- Använd ej produkten i väntan på reparation.
- Använd enbart originaldelar.
- Torka av utrustningen efter varje användning med en lätt fuktad trasa. Undvik starka kemiska rengöringsmedel.

Viktigt: Kontraindikationer vid vibrationsträning

- Vibrationsträning skall ej utföras vid följande tillstånd:
- Vid inflammation, infektion och/eller febertillstånd
- Migrän
- Artropati och artros
- Postoperativa sår – trauma, invärtes kirurgi, ortopedi, neural kirurgi
- Inopererad platta eller skruv i de nedre extremiteterna eller ryggen
- Ryggimplantat
- Hjärt/kärlbesvär eller sjukdom – hjärta och/eller kärl
- Epilepsi
- Efter operation och/eller vid oläkta (operations) sår
- Gallsten
- Njursten
- Oregelbunden hjärtrytm och /eller problem med hjärtklaffar
- Bräck
- Graviditet och/eller efter förlossning (6 veckor)
- Blodpropp och/eller liknande besvär
- Kramptillstånd – t.ex. vid stroke/slaganfall och/eller i samband med rygg/rads/skada
- Tumörsjukdom
- Akuta ryggbesvär efter fraktur, diskproblem, spondylos, kottförskjutning, kotglidning etc.
- Spondylolistes
- Tidigare ryggkirurgi eller disksjukdom som visats genom röntgen (t.ex. diskbräck)
- Allvarlig osteoporos med BMD < 70mg/ml_
- Högt blodtryck
- Smärttillstånd under vibrationsträning
- Lägesyrrel

Rådgör alltid med läkare eller annan medicinsk personal, t.ex. sjukgymnast innan du börjar träna.

Reservdelistsa – Vibra Professional - 2009

Nr.	Beskrivning	Storlek	Antal	Nr.	Beskrivning	Storlek	Antal
1	RUND GUMMIPLATTA	Ø89*10	6	28	ELUTTAG		1
2	BOTTENPLATTA	720*520*17	1	29	REM	40*1400	2
3	LÅSMUTTER	M10	18	30	KÅPA		1
4	BRICKA	Ø10*26*2.0	18	31	HALKSÄKERT MELLANLÄGG		1
5	SEKKANTSBULT	M10*30	6	32	EVA PLATTA		1
6	SEKKANTSBULT	M10*35	10	33	VÄLVD BRICKA	Ø8*Ø19*1.5	2
7	SEKKANTSPLATTA (GUMMI)		4	34	SIGNALKABEL		1
8	SVETSAT U-FÄSTE		4	35	RAMSTOLPE		1
9	U-FÄSTE		4	36	SKRUV	M8*15	14
10	SKUMGUMMIGREPP	§ 30* § 3*200	1	37	FJÄDERBRICKA	Ø8* § 19*1.5	14
11	NEDRE RAMSTOLPE		1	38	BRICKA	Ø8*19*1.5	12
12	NEDRE KABELDEL		1	39	SKRUV	M5*12	4
13	LÅSMUTTER	M8	6	40	MUTTER	M8	4
14	BRICKA	Ø8*19*1.5	4	41	HANDTAG		1
15	MOTOR	130W	1	42	SKRUV	M8*20	4
16	SKUMGUMMIGREPP		2	43	STÖTDÄMPANDE GUMMIPLATTA (KONSOL)		1
17	SKRUV	M5*16	2	44	TRÄNINGSDATOR	VB-558A	1
18	TRANSFORMATOR		1	45	SKUMGUMMIGREPP	§ 30* § 3*1000	1
19	PANEL		1	46	AXEL		1
20	SKRUV	3*18	8	47	PLASTHJUL	50*23	2
21	MOTORWIRE		1	48	FILTER 1		1
22	SUPPORT	§ 10* § 50*3	6	49	INDUKTANS		1
23	DÄMPARE		1	50	SKRUV	3*12	4
24	LJUDDÄMPARE		1	51	MAGNETCLIPS		1
25	SKRUV		1	52	FILTER 2		1
26	SKYDD	M4*30	4	53	ELKABEL		1
27	SKYDD		1	54	KABEL		2

Tillykke med dit valg af Hjemme Træner. Vi ønsker dig al mulig fornøjelse og effekt af din træning. Læs venligst den efterfølgende sikkerhedsanvisning og montagevejledning grundigt igennem. Skulle du have spørgsmål eller reklamationer, står vi selvfølgelig til din rådighed.

Dit  **ENERGETICS** Team

Garanti

ENERGETICS tilbyder hjemme øvelser af høj kvalitet, som er testet og certificeret i henhold til European Norm EN 957.

ENERGETICS yder 3 års garanti til forbruger for mulige defekter i materiale og skade ved brug. Misbrug og skader forvoldt af beklædning dækkes ikke af garanti. Alle elektroniske dele er dækket af garant i to år. Garantiperioden starter den dag produktet er købt (gem derfor din kvittering).

Sikkerhedsanvisning

- Dette træningsanlæg er ikke egnet for terapæutiske formål.
- Konsulter din læge før opstart på træningsprogram, for at modtage råd omkring optimal træning.
- Advarsel: Ukorrekt/overdreven træning kan give helbredsskader. Stop brugen af hjemmetræneren hvis du føler ubehag.
- Kontroller at ibrugtagning først sker efter korrekt samling, indstilling og kontrol af hjemme træneren.
- Start altid med opvarmning.
- Brug kun originale ENERGETICS dele som leveret (se checkliste).
- Følg montagevejledningen nøje.
- Ved montage brug kun korrekt værktøj og bed om assistance ved montage hvis nødvendigt.
- Anbring apparatet på et plant underlag, hvor den ikke rutscher.
- Fastspænd alle justerbare dele for at undgå en pludselig forskydning under træning.
- Maskinen er beregnet til voksne. Børn må kun benytte maskinen under opsyn/rådgivning af voksne.
- Sikre at øvrige personer, som er tilstede, er opmærksomme på faren ved at komme for tæt på bevægelige dele under træningen
- Modstandsniveauet kan justeres til dine personlige præferencer.
- Brug ikke hjemmetræneren uden sko eller med løse sko.
- Kontroller at der er tilstrækkelig plads til brug af hjemmetræneren.
- Vær opmærksom på ikke fastspændte dele ved montering/afmontering af hjemme træneren.

Pasning og vedligeholdelse

- Denne Hjemme Træner må ikke benyttes eller opbevares i et dampet/vådt område på grund af fare for mulig tæring.
- Kontroller mindst én gang hver 4. uge, at alle samlede dele er fastspændt og i god stand.
- I tilfælde af behov for reparation spørg venligst din forhandler til råds.
- Erstat straks defekte komponenter og/eller undlad at benytte udstyret indtil reparation er foretaget.
- Brug kun originale reservedele til reparation.
- Brug en fugtig klud til at rense din Hjemme Træner og undgå brug af aggressive rensemidler ved rensning af produktet.
- Efter træning, tør straks sveden af; sved kan ødelægge udseendet og den rigtige drift af Hjemme Træneren.

Vigtigt: kontraindikation for vibrationstraining

- Akutte betændelser, infektioner eller feber (influenza)
- Akutte migræner
- Akutte ledsygdomme og arthrose
- Postoperative sår – frakturer, operationer på arterier, ortopædiske og neuronale indgræb
- Endoprotese i underekstremiteter og rygraden – diskus og skruer
- Implantater i rygraden
- Hjerte- kredsløbssygdomme – hjerte og årer
- Epilepsi
- Nylige operationer og ferske (operations-) sår
- Galdesten
- Nyresten
- Forstyrrelser af hjerterytmen, fejl i hjerteklapper
- Frakturer
- Graviditet eller graviditet for 0 - 6 uger siden
- Nylig trombose, mulige trombotiske komplikationer
- Spastisk paralyse – efter et slagtilfælde (med paralyse til følge), rygmarvskade
- Svulster
- Akutte smerter i rygg efter frakturer, diskus smerter, spondylose, spondylolistese
- Tidligere rygradoperationer eller rygradsygdomme fastslået af en radiologisk undersøgelse (f.eks. diskus)
- Alvorlig knogleskørhed med BMD < 70mg/ml
- For højt blodtryk (afhængigt af situationen)
- Bevægelse fulgt af smerter
- Svimmelhed

Før du starter med vibrationstraining, konsulter din læge eller fysioterapeut

Del liste – Vibra Professional - 2009

NO.	BESKRIVELSE	STR.	Antal	NO.	BESKRIVELSE	STR.	Antal
1	Gummistativ	Ø89*10	6	28	Indputs pløk		1
2	Underlagsplade	720*520*17	1	29	Sikkerhedsbælte	40*1400	2
3	Møtrik	M10	18	30	Frakke		1
4	Skive	Ø10*26*2.0	18	31	Skridsikker underlag		1
5	Skrue	M10*30	6	32	Dæmpningsskive, øverste lag		1
6	Skrue	M10*35	10	33	Buet skive	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Gummidæmper		4	34	Kabel til signaltransmission		1
8	Stigebøjle med skrue		4	35	Styrs støttestang, øverste		1
9	Stigebøjle		4	36	Skrue	M8*15	14
10	Skummaterial	30*3*200	1	37	Skive	Ø8*19*1.5	14
11	Styrs støttestang, nedeste		1	38	Skive	Ø8*19*1.5	12
12	Computers kabel , øverste		1	39	Skrue til fastspænding af computer	M5*12	4
13	Møtrik	M8	6	40	Møtrik	M8	4
14	Skive	Ø8*19*1.5	4	41	Holder		1
15	Motor	130W	1	42	Skrue	M8*20	4
16	Holder fra skumstof		2	43	Dæmpeplade til computer		1
17	Skrue	M5*16	2	44	Computer	VB-558A	1
18	Transformator		1	45	Holder af skumstof	30*3*1000	1
19	Plade		1	46	Akse		1
20	Skrue	3*18	8	47	Plast hjul	Ø 50*23	2
21	Motorkabel		1	48	Filter 1		1
22	Skive	10*50*3	6	49	Induktions modstand		1
23	Plade til computers fastspænding		1	50	Skrue	3*12	4
24	Dæmpeskive		1	51	Magnetisk spænde		1
25	Dæmpeskive		1	52	Filter 2		1
26	Skrue	M4*30	4	53	Net kabel		1
27	Skjold til styrs støttestang		1	54	Kabel		2

čestitamo Vam na kupnji ENERGETICS kućanskog trenera. Ovaj produkt koncipiran je tako da zadovolji Vaše potrebe treniranja u kući. Prije sastavljanja i prve uporabe najprije pažljivo pročitajte ove upute. Sačuvajte ove upute kao referencu za održavanje. U slučaju bilo kakvih pitanja molimo Vas obratite se Vašem prodavcu. Želimo Vam ugodan trening.

Vaš  **ENERGETICS** - tim

Jamstvo

ENERGETICS nudi visoko kvalitetne naprave koje su konstruirane i testirane da odgovaraju europskoj normi EN 957.

ENERGETICS kupcu daje jamstvo na tri godine za eventualne griješke u materijalu ili izradi. Ovo jamstvo ne pokriva oštećenja nastala nepravilnom uporabom i zamjenjive dijelove. Elektronski dijelovi imaju jamstvo od dvije godine. Period jamstva počinje danom kupnje proizvoda (molimo Vas sačuvajte Vaš račun).

Sigurnosne napomene

- Ovaj trenažer nije namjenjen za uporabu u terapeutske svrhe.
- Ukoliko imate zdravstvene smetnje ili ako pak želite odrediti osobne parametre treninga, konsultirajte najprije vašega liječnika. On Vam može reći kakav trening i pod kojim opterećenjima je za Vas najpodobniji.
- Napomena: Pogrešan ili pretjeran trening može škoditi vašem zdravlju.
- Ne započinjite vježbanje dok se niste uvjerali u ispravnost svih dijelova i da li je trenažer pravilno sastavljen i podešen.
- Vježbanje uvijek započinjite zagrijavanjem.
- Koristite samo originalne ENERGETICS dijelove sadržane u paketu (vidjeti Listu dijelova).
- Pratite točno upute za sastavljanje prilikom montiranja trenažera.
- Koristite samo prikladan alat za montiranje i ako se ukaže potreba, zatražite pomoć druge osobe.
- Trenažer postavite na ravnu i nesklisku površ.
- Uvjerite se u pravilno postavljene maksimalne pozicije svih dijelova koji se mogu podešavati.
- Trenažer je koncipiran za uporabu od strane odraslih osoba. Djeca mogu koristiti trenažer samo uz nazočnost neke odrasle osobe.
- Upozorite prisutne osobe na moguću opasnost od na primjer pokretnih dijelova trenažera.
- Razinu otpora je moguće podesiti prema osobnim potrebama: vidjeti Upute za vježbanje.
- Prilikom uporabe trenažera uvijek nosite obuću i to takvu koja ne spada lako.
- Provjerite da li oko trenažera ima dovoljno mjesta za njegovo korišćenje.
- Posebnu pozornost obratite na neučvršćenje i pomične dijelove prilikom montaže i demontaže trenažera.

Održavanje

- Kako biste vašeg kućanskog trenera zaštitili o pojave hrđe, ne koristite ga niti ga odlažite u vlažnim prostorijama.
- Provjerite barem svaka četiri tjedna da li su svi spojevi čvrsti i u dobrome stanju.
- Ukoliko spravu treba popraviti kontaktirajte Vašeg prodavca.
- Promijenite oštećene dijelove odmah i/ili ne koristite ih dok ne budu opravljeni.
- Pri opravci koristite samo originalne dijelove.
- Za čišćenje koristite samo mokru krpu i ne koristite agresivna sredstva za čišćenje.
- Nakon treninga obrišite znoj sa stroja jer u suprotnom može doći do poremećaja u njegovom radu.

Važno: Kontraindikacije vibracionog vježbanja

- Akutna zapaljenja, infekcije ili groznica (gripa)
- Akutna migrena
- Akutna obolenja zglobova i artroza
- Postoperacijske rane – prijelomi, operacije krvožilnog sustava te ortopedski i neurološki zahvati
- Endoproteza donjih ekstremiteta i kralježnice – ploče i vijci
- Implanti na kralježnici
- Oboljenja krvožilnog sustava – srce i krvne žilice
- Epilepsija
- Skorašnje operacije i još svježije (operativne) rane
- Kamen u žuči
- Kamen u bubregu
- Nepravilan srčani ritam i problemi u radu srčanih zalistaka
- Prijelomi
- Trudnoća ili skorašnja trudnoća (6 tjedana)
- Skorašnja tromboza ili moguće tegobe sa trombozom
- Spastička ukočenost – nakon moždanog udara (sa zgrčenošću), povrede leđa
- Tumori
- Akutne tegobe sa leđima nakon prijeloma, tegobe sa kralješničnim diskovima, spondiloza i kriva kralježnica
- Skorašnje operacije hrptene moždine ili bolesti kralježnice, potkrepljene radiološkim nalazima (npr. ispadanje kralješničkih diskova)
- Ozbiljna osteoporoza sa BMD < 70mg/ml
- Visoki krvni tlak (zavistan od situacije)
- Bolovi kod pomeranja
- Vrtoglavica

Prije započinjanja vibracionog vježbanja, posavjetujte se sa liječnikom ili fizioterapeutom!

Lista dijelova – Vibra Professional - 2009

Br.	Opis	Veličina	Kom.	Br.	Opis	Veličina	Kom.
1	Gumeni oslonci	Ø89*10	6	28	Priključak za struju		1
2	Podij	720*520*17	1	29	Steznik	40*1400	2
3	Matica	M10	18	30	Kučište		1
4	Podloška	Ø10*26*2.0	18	31	Neskliska površ		1
5	Vijak	M10*30	6	32	Izolacijski sloj, gornja površ		1
6	Vijak	M10*35	10	33	Podloška	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Gumeni amortizer		4	34	Kabel računala, gornji		1
8	Spona sa vijkom		4	35	Gornji dio stuba		1
9	Spona		4	36	Vijak	M8*15	14
10	Spužva	§ 30* § 3*200	1	37	Podloška	Ø8* § 19*1.5	14
11	Donji dio stuba		1	38	Podloška	Ø8*19*1.5	12
12	Gornji dio računalnog kabla		1	39	Vijak pričvršćenje računala	M5*12	4
13	Matica	M8	6	40	Matica	M8	4
14	Podloška	Ø8*19*1.5	4	41	Drška		1
15	Motor	130W	1	42	Vijak	M8*20	4
16	Spužva za dršku		2	43	Podloga za računalo		1
17	Vijak	M5*16	2	44	Računalo	VB-558A	1
18	Transformator		1	45	Spužva za dršku	§ 30* § 3*1000	1
19	Tiskana kolna pločica		1	46	Osovina		1
20	Vijak	3*18	8	47	Točkici za transport	50*23	2
21	Kabel motora		1	48	Filter 1		1
22	Podloška	§ 10* § 50*3	6	49	Induktanca		1
23	Ploča za pričvršćenje		1	50	Vijak	3*12	4
24	Izolacijski sloj		1	51	Magnetna veza		1
25	Podmetač		1	52	Filter 2		1
26	Vijak	M4*30	4	53	Kabel za struju		1
27	Obloga na stubu		1	54	Kabel za povezivanje		2

Poštovani,

Čestitamo Vam na kupovini ENERGETICS kućnog trenažera. Ovaj proizvod je dizajniran i proizveden tako da zadovoljava uslove treniranja u kući. Molimo Vas da pažljivo pročitate uputstva pre sastavljanja i prve upotrebe. Sačuvajte ova uputstva kao referencu i/ili pomoć za pravilno održavanje. Ukoliko imate pitanja, kontaktirajte nas. Želimo Vam mnogo uspeha i zabave u treniranju.

Vaš  ENERGETICS - tim

Garancija

ENERGETICS nudi visoko kvalitetene kućne trenažere koji su testirani i poseduju evropski sertifikat EN 957.

ENERGETICS daje prvom kupcu garanciju od 3 godine na moguće greške u materijalu ili izradi. Garancija ne uključuje štete nastale nepravilnom upotrebom ili na habajućim delovima trenažera. Na svu elektroniku period garancije iznosi dve godine. Garancija počinje da teče danom kupovine proizvoda (sačuvajte Vaš originalni račun).

Sigurnosna uputstva

- Ovaj trenažer nije zamišljen da se koristi u terapeutske svrhe.
- Ako imate bilo kakva zdravstvena ograničenja ili želite da odredite lične granice treniranja, molimo Vas da se prvo konsultujete sa vašim lekarom. On može da Vam preporuči vrstu treninga i opterećenje koji su za Vas najpogodniji.
- Pažnja: Nepravilan ili preteran trening može da ugrozi Vaše zdravlje.
- Ne počinjte vežbanje pre nego što ste se uverili da je trenažer pravilno sastavljen i podešen.
- Na početku treninga uvek radite vežbe zagrevanja.
- Koristite samo originalne ENERGETICS delove koje ste dobili u pakovanju (vidi Listu rezervnih delova).
- Prilikom sastavljanja pratite uputstva za sastavljanje.
- Koristite samo prikladan alat za sastavljanje trenažera i po potrebi potražite pomoć još neke osobe.
- Trenažer postavite na ravnu površinu koja se kliže.
- Uverite se da su svi delovi, koji se mogu podešavati, pravilno namešteni u okvirima njihovih maksimalnih podešavanja.
- Trenažer je namenjen da ga koriste odrasle osobe. Obezbedite prisustvo odrasle osobe u slučaju da trenažer koriste deca.
- Ukažite prisutnima na moguće opasnosti od npr. Pokretnih delova.
- Otpor se može podešavati prema Vašim ličnim potrebama: videti i Uputstvo za treniranje.
- Ne koristite trenažer bosih nogu ili sa obućom koja se lako skida.
- Obezbedite da imate dovoljno prostora za korišćenje trenažera.
- Obratite pažnju na nefiksirane i pokretne delove tokom montaže i demontaže trenažera.

Održavanje

- Kako ne bi došlo do pojave rđe, trenažer ne koristite niti ga ostavljajte da stoji u vlažnim prostorijama.
- Proverite najmanje svake 4 nedelje da li su svi spojevi u dobrom stanju.
- U slučaju opравke pozovite svog prodavca.
- Zamenite oštećene delove i/ili ih ne koristite dok se ne poprave.
- Prilikom opravke koristite samo originalne delove.
- Za čišćenje koristite vlažnu krpu i izbegavajte upotrebu agresivnih sredstava za čišćenje.
- Odmah nakon treninga obrišite znoj sa trenažera. Znoj može da dovede do štete na trenažeru i da utiče na njegovu funkcionalnost.

Važno: Kontraindikacije vibracionog treninga

- Akutna zapaljenja, infekcije ili groznica (grip)
- Akutna migrena
- Akutna obolenja zglobova i artroza
- Postoperativne rane – prelomi, operacije krvnih sudova, ortopedski ili zahvat na nervnom sistemu
- Endoproteza donjih ekstremiteta i kičmenog stuba – ploče i vijci
- Implanti na kičmenom stubu
- Kardiovaskularna obolenja – srca i krvnih sudova
- Epilepsija
- Nedavne operacije i sveže (operativne) rane
- Kamen u žuči
- Kamen u bubregu
- Smetnje u srčanom ritmu (aritmija) i smetnje na srčanim zaliscima
- Prelomi
- Trudnoća ili nedavna trudnoća (6 nedelja)
- Nedavna tromboza ili moguće tegobe sa trombozom
- Spastička paraliza – nakon moždanog udara (sa spazmima), povrede kičmene moždine
- Tumori
- Akutni problemi sa leđima posle fraktura, problemi sa diskovima kičmenog stuba, spondiloza, kriva kičma
- Ranije operacije kičmenog stuba ili obolenja kičmenog stuba koja su dokazana radiološkim pretragama (npr. diskopatija)
- Ozbiljna osteoporoza sa BMD < 70mg/ml
- Visok krvni pritisak (uslovljen situacijom)
- Bolovi prilikom pomeranja
- Vrtoglavica

Pre nego što počnete vibracioni trening, konsultujte se sa doktorom ili sa fizioterapeutom!

Lista delova – Vibra Professional - 2009

Br.	Opis	Veličina	Kom.	Br.	Opis	Veličina	Kom.
1	Gumene nožice	Ø89*10	6	28	Utičnica		1
2	Platforma	720*520*17	1	29	Traka za privezivanje	40*1400	2
3	Matica	M10	18	30	Kučište		1
4	Podloška	Ø10*26*2.0	18	31	Neklizajući sloj		1
5	Vijak	M10*30	6	32	Izolacioni sloj, gornja površina		1
6	Vijak	M10*35	10	33	Podloška	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Gumeni amortizer		4	34	Gornji kabel računara		1
8	Spona sa vijkom		4	35	Nosač, gornji		1
9	Spona		4	36	Vijak	M8*15	14
10	Sunđer	§ 30* § 3*200	1	37	Podloška	Ø8* § 19*1.5	14
11	Nosač, donji		1	38	Podloška	Ø8*19*1.5	12
12	Kabel računara, donji		1	39	Vijak za računar	M5*12	4
13	Matica	M8	6	40	Matica	M8	4
14	Podloška	Ø8*19*1.5	4	41	Dršak		1
15	Motor	130W	1	42	Vijak	M8*20	4
16	Sunđer na dršci		2	43	Izolacioni sloj za računar		1
17	Vijak	M5*16	2	44	Računar	VB-558A	1
18	Transformator		1	45	Sunđer za dršku	§ 30* § 3*1000	1
19	Štampana kolna ploča		1	46	Osovina		1
20	Vijak	3*18	8	47	Točkovi za transport	50*23	2
21	Kabel motora		1	48	Filter br. 1		1
22	Podloška	§ 10* § 50*3	6	49	Induktanca		1
23	Ploča za učvršćivanje		1	50	Vijak	3*12	4
24	Amortizujuća površina		1	51	Magnetna spojnica		1
25	Izolacioni sloj		1	52	Filter br. 2		1
26	Vijak	M4*30	4	53	Strujni kabel		1
27	Navlaka za nosač		1	54	Kabel za povezivanje		2

Poštovana klijentica, poštovani klijent,

čestitamo Vam što ste kupili kućni ENERGETICS uređaj za trening. Ovaj proizvod je konstruiran tako da odgovara Vašoj potrebi i Vašim zahtjevima. Molimo vas da pažljivo pročitate ovo uputstvo za korišćenje prije prve montaže i prve upotrebe. Molimo vas da uputstvo za korišćenje sačuvate kao primjerak za ispravno rukovanje sa Vašim uređajem za trening. U slučaju dodatnih pitanja, bit ćemo Vam na raspolaganju. Želimo Vam puno uspjeha i zadovoljstva prilikom Vašeg treninga.

Vaš tim  **ENERGETICS**

Garancija

ENERGETICS proizvodi su kvalitetni, konstruirani i testirani za teški fitness-trening. Ovaj uređaj odgovara europskom standardu EN 957.

ENERGETICS osigurava garanciju za greške na materijalu kao i za greške proizvodnje u trajanju od 3 godine. Garancija se ne odnosi na kvarove nastale zbog nestručnog rukovanja, isto tako se ne odnosi na izmjenu sastavnih dijelova koji podliježu trošenju. Na elektroničke sastavne dijelove dajemo garanciju u trajanju od dvije godine. Vrijeme garancije počinje danom kupoprodaje (molim vas da pažljivo spremite račun o plaćanju).

Sigurnosne upute

- Ovaj uređaj za trening nije namijenjen u svrhe liječenja.
- U slučaju zdravstvenog ograničenja ili u vezi individualnih i osobnih parametara treninga najprije se savjetujte sa Vašim liječnikom. On Vam može preporučiti, koja vrsta treninga i kakvo opterećenje je za vas dobro.
- Pažnja: neispravni ili pretjerani trening može ugroziti Vaše zdravlje.
- Za siguran i učinkovit trening, molim poštujte upute iz uputstva za trening.
- Prije početka treninga se najprije uvjerite da li je uređaj za trening ispravno montiran i namješten.
- Uvijek počnite sa fazom zagrijavanja.
- Koristite samo priložene originalne dijelove ENERGETICS (vidi spisak kontrole).
- Tijekom montaže uređaja ravnajte se prema uputstvu za montažu.
- Prilikom montaže koristite samo preporučeni alat te po potrebi potražite pomoć druge osobe.
- Uređaj se mora smjestiti na ravnu podlogu koja je otporna na klizanje.
- Kod svih sastavnih dijelova koji se mogu mijenjati, osigurajte ispravnu podešenost maksimalne pozicije namještanja.
- Uređaj za trening je koncipiran za vježbe odrasle osobe. Pazite da ga djeca koriste samo pod nadzorom odrasle osobe
- Prisutne osobe upozorite na mogućnost ugroženosti, npr. od pokretnim dijelovima.
- Otpor se može namjestiti prema Vašoj osobnoj potrebi: vidi isto tako uputstvo za trening.
- Kućnu napravu za trening ne koristite bez obuće, nosite samo čvrstu obuću.
- Uvjerite se da li je oko uređaja dovoljno mjesta da ga možete koristiti.
- U toku montaže/demontaže naprave, obratite pažnju na ne pričvršćene i okretljive dijelove.

Njega i održavanje

- Radi ograničenja korozije ne koristite i ne skladištite uređaj u vlažnim prostorijama.
- Najkasnije svaka 4 tjedna prekontrolirajte sve spojeve, da li su dovoljno stegnuti i u dobrom stanju.
- U slučaju popravka uređaja, javite ovo Vašem prodavaču uređaja.
- Oštećene dijelove odmah zamijenite ili uređaj ne koristite dok ga ne popravite.
- Za popravak koristite samo originalne rezervne dijelove.
- Za čišćenje uređaja koristite vlažnu krpu te izbjegavajte korišćenje agresivnih sredstava za čišćenje.
- Vodite računa da odmah nakon treninga uređaj obrišete od znoja. Znoj može uređaj oštetiti i ispravna funkcija kućnog fitness-uređaja može biti ometana.

Važno: kontraindikacija vibracijskog treninga

- Akutne upale, infekcije ili temperature (gripa)
- Akutne migrene
- Akutne bolesti zglobova i artroza
- Poslije operacijske rane – prijelomi, operacije žila, ortopedske i neuronal operacije
- Endoproteza donjih udova i kralješnice – lamina i vijci
- Implantati na kralješnici
- Bolesti srčanog krvotoka – srce i krvne žile
- Epilepsija
- Nedavne operacije i nove (operacijske) rane
- Žučni kamenac
- Bubrežni kamenac
- Smetnje srčanog ritma i zalistaka srca
- Prijelomi
- Trudnoća ili nedavna trudnoća (6 tjedana)
- Nedavna tromboza, moguće trombotske komplikacije
- Spastička paraliza – nakon moždanog udara (sa paralizom), oštećenje moždine (medulla)
- Tumori
- Akutni bolovi leđa ispod prijeloma, bolovi lamina, spondiloza, spondilolisteza
- Ranije operacije kralješnice ili bolesti kralješnice, utvrđene radiološkim nalazima (npr. slučaj kralježaka (lamina))
- Teška osteoporoza, vrijednost BMD < 70mg/ml
- Visoki krvni tlak (u ovisnosti na situaciju)
- Bolovi pri kretanju
- Vrtoglavice

Prije početka vibracijskog treninga savjetujte se sa svojim liječnikom ili fizioterapeutom

Spisak rezervnih dijelova – Vibra Professional - 2009

br.	opis	dimenzije	kom.	br.	opis	dimenzije	kom.
1	Gumeno podnožje	Ø89*10	6	28	Mehanizam za umetanje		1
2	Platforma	720*520*17	1	29	Zatezni pojas	40*1400	2
3	Matica	M10	18	30	Čahura		1
4	Podloška	Ø10*26*2.0	18	31	Podmetač otporan na klizanje		1
5	Vijak	M10*30	6	32	Izolaciona pločica, gornja podloga		1
6	Vijak	M10*35	10	33	Podmetač	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Gumeni prigušivač		4	34	Gornji kabao računara		1
8	Obujmica sa vijkom		4	35	Podupirač držača, gornji		1
9	Obujmica		4	36	Vijak	M8*15	14
10	Spužvasta masa	φ 30* φ 3*200	1	37	Podloška	Ø8* φ 19*1.5	14
11	Podupirač držača, donji		1	38	Podloška	Ø8*19*1.5	12
12	Kabel arčunala, gornji		1	39	Vijak za pričvršćenje računala	M5*12	4
13	Matica	M8	6	40	Matica	M8	4
14	Podloška	Ø8*19*1.5	4	41	Držač		1
15	Motor	130W	1	42	Vijak	M8*20	4
16	Držač od spužvastog materijala		2	43	Izolaciona pločica za računalo		1
17	Vijak	M5*16	2	44	Računalo	VB-558A	1
18	Transformator		1	45	Držač od spužvastog materijala	φ 30* φ 3*1000	1
19	Ploča		1	46	Osovina		1
20	Vijak	3*18	8	47	Transportni kotačić	50*23	2
21	Kabel motora		1	48	Filtar 1		1
22	Podloška	φ 10* φ 50*3	6	49	Indukcijski otpor		1
23	Osnovna ploča		1	50	Vijak	3*12	4
24	Prigušni dio		1	51	Magnetički držač		1
25	Izolacijski podmetač		1	52	Filtar 2		1
26	Vijak	M4*30	4	53	Kabao napajanja		1
27	Čep oslonca držača		1	54	Spojni kabao		2

Szanowna Klientko, szanowny kliencie,

gratulujemy zakupu trenera domowego ENERGETICS. Produkt ten został opracowany do użytku domowego, aby sprostać wymaganiom treningowym w tym zakresie. Przed montażem urządzenia i pierwszym zastosowaniem przeczytaj dokładnie instrukcję i zachowaj ją, aby właściwie korzystać ze sprzętu. W razie pytań pozostajemy do Twojej dyspozycji. Życzymy przyjemności i powodzenia podczas treningu.

Twój  **ENERGETICS** Team

Gwarancja

Produkty ENERGETICS są konstruowane i testowane w celu stosowania ich do zaangażowanego treningu fitness. Urządzenie odpowiada europejskiej normie EN 957.

ENERGETICS udziela na wady materiałowe i produkcyjne 3 lata gwarancji. Gwarancji nie podlegają zarówno uszkodzenia powstałe w wyniku nieprawidłowego stosowania, jak również części zużywalne. Na części elektroniczne oferowana jest 2-letnia gwarancja. Okres gwarancji rozpoczyna się z datą zakupu (proszę zachować dowód zakupu).

Wskazówki bezpieczeństwa

- To urządzenie treningowe nie zostało skonstruowane z myślą o zastosowaniu terapeutycznym.
- W przypadku ograniczeń zdrowotnych lub indywidualnych parametrów treningu, skonsultuj się najpierw z lekarzem, który doradzi jaki sposób i rodzaj treningu będzie dla Ciebie właściwy.
- Uwaga: Niewłaściwy lub nadmierny trening może zagrażać zdrowiu.
- Rozpocznij trening dopiero wtedy, gdy upewnisz się, że trener domowy jest prawidłowo złożony i właściwie nastawiony.
- Rozpoczynaj zawsze rozgrzewką.
- Używaj tylko oryginalnych części ENERGETICS znajdujących się w zestawie (patrz lista kontrolna).
- Podczas montażu urządzenia postępuj dokładnie ze wskazówkami podanymi w instrukcji montażu.
- Używaj tylko odpowiednich do montażu narzędzi, w razie potrzeby z pomocą drugiej osoby.
- Postaw urządzenie na płaskiej, nieśliskiej powierzchni.
- Upewnij się, że maksymalne pozycje, do których mogą być ustawiane wszystkie regulowane części, są właściwie ustawione.
- Urządzenie zostało skonstruowane do treningu osób dorosłych. Zapewnij, aby korzystanie ze sprzętu przez dzieci odbywało się tylko pod nadzorem osób dorosłych.
- Zwróć uwagę obecnych osób na zagrożenie np. przez części ruchome.
- Opór może być ustawiony do Twoich indywidualnych potrzeb: zobacz instrukcję treningu.
- Nie korzystaj z trenera domowego bez obuwia, ani w obuwiu luźnym.
- Zapewnij wystarczająco dużo miejsca, aby można było korzystać z trenera domowego.
- Uważaj na niezamocowane i ruchome części podczas montażu/demontażu trenera domowego.

Pielęgnacja i konserwacja

- Aby uniknąć niebezpieczeństwa uszkodzenia przez korozję, nie używaj ani nie przechowuj urządzenia fitness w wilgotnych pomieszczeniach.
- Sprawdzaj przynajmniej co 4 tygodnie, czy wszystkie łączenia są stabilne i znajdują się w dobrym stanie.
- W razie naprawy skontaktuj się z punktem sprzedaży.
- Uszkodzone części wymieniaj natychmiast i/lub nie używaj ich do momentu naprawy.
- Do naprawy używaj tylko oryginalnych części zamiennych.
- Do czyszczenia używaj tylko wilgotnej szmatki, unikaj stosowania ostrych środków czyszczących.
- Bezpośrednio po treningu zetrzyj pot z urządzenia. Pot może doprowadzić do uszkodzenia urządzenia fitness i jego funkcji.

Lista części zamiennych – Vibra Professional - 2009

Nr.	Oznaczenie	Rozmiar	Ilość		Nr.	Oznaczenie	Rozmiar	Ilość
1	Gumowa stopka	Ø89*10	6		28	Wtyczka		1
2	Platforma	720*520*17	1		29	Pas ochronny	40*1400	2
3	Nakrętka	M10	18		30	Obudowa		1
4	Podkładka	Ø10*26*2.0	18		31	Nakładka antypoślizgowa		1
5	Śruba	M10*30	6		32	Mata tłumiąca, górna pokrywa		1
6	Śruba	M10*35	10		33	Podkładka	Ø8*Ø19*1.5	2
7	Amortyzator gumowy		4		34	Kabel komputera, górny		1
8	Opaska zaciskowa z śrubą		4		35	Wspornik uchwytu, górny		1
9	Opaska zaciskowa		4		36	Śruba	M8*15	14
10	Pianka	φ 30* φ 3*200	1		37	Podkładka	Ø8* φ 19*1.5	14
11	Wspornik uchwytu, dolny		1		38	Podkładka	Ø8*19*1.5	12
12	Kabel komputera, dolny		1		39	Śruba do zamocowania komputera	M5*12	4
13	Nakrętka	M8	6		40	Nakrętka	M8	4
14	Podkładka	Ø8*19*1.5	4		41	Uchwyt		1
15	Silnik	130W	1		42	Śruba	M8*20	4
16	Uchwyt piankowy		2		43	Mata tłumiąca do Komputera		1
17	Śruba	M5*16	2		44	Komputer	VB-558A	1
18	Transformator		1		45	Uchwyt piankowy	φ 30* φ 3*1000	1
19	Płytką rozdzielczą		1		46	Oś rolki transportowej		1
20	Śruba	3*18	8		47	Rolka transportowa	50*23	2
21	Kabel silnika		1		48	Filtr 1		1
22	Podkładka	φ 10* φ 50*3	6		49	Indukcyjność		1
23	Płyta stalowa		1		50	Śruba	3*12	4
24	Mata amortyzująca		1		51	Zacisk magnetyczny		1
25	Mata tłumiąca		1		52	Filtr 2		1
26	Śruba	M4*30	4		53	Kabel zasilający		1
27	Ośłona wspornika uchwytu		1		54	Przewód łączący		2

Ważne: Przeciwwskazania treningu wibracyjnego

- Ostre zapalenia, infekcje albo gorączka (Grypa)
- Ostra migrena
- Ostre schorzenia stawów i artroza
- Pooperacyjne rany – złamania, operacje naczyń, ortopedyczne lub neuronalne zabiegi
- Endoprotezy w kończynach dolnych i kręgosłupie – płyty i śruby
- Implanty w kręgosłupie
- Choroby krążenia – serca i naczyń wieńcowych
- Epilepsja
- Niedawne operacje i świeże (operacyjne) rany
- Kamica żółciowa
- Kamica nerkowa
- Zaburzenia rytmu serca i wada serca
- Złamania
- Ciąża lub niedawna ciąża (6 tygodni)
- Krótco po przebyciu trombozy lub z tym związane dolegliwości
- Spastyczny paraliż – po udarze mózgu (z spastykiem), urazy rdzenia kręgowego
- Nowotwory
- Mocne dolegliwości pleców po złamaniach, dyskopatia, spondyloza, urazy kręgow
- Wcześniejsze operacje kręgosłupa i choroby kręgosłupa, udowodnione przez badania radiologiczne (np. dyskopatia)
- Poważna osteoporoza z BMD < 70mg/ml
- Wysokie ciśnienie krwi (uzależnione od sytuacji)
- Bóle układu ruchu
- Zawroty głowy

Przed rozpoczęciem treningu wibracyjnego, skonsultuj się najpierw z lekarzem lub fizjoterapeutą



**Woelflistrasse 2
CH – 3006 Bern
Switzerland**

© Copyright ENERGETICS 2009