



Manuel d'utilisation en français

Plateforme vibrante modèle Powerfit SNT248-SNT249



Manuel d'instructions

1. Branchez le cordon d'alimentation dans la prise située à l'arrière de l'appareil, puis branchez la fiche du cordon d'alimentation dans une prise électrique.
2. Allumez l'appareil avec le bouton rouge situé à l'arrière du boîtier. Un bip sonore indiquera que l'appareil est allumé. L'écran affichera l'heure 10:00 - l'appareil est prêt à fonctionner.
3. Appuyez sur le bouton "START/STOP" pour démarrer la vibration.
4. L'appareil démarre par défaut à la vitesse la plus basse et en mode manuel.
5. Vous pouvez augmenter ou diminuer la vitesse de vibration (plage de 1 à 180) en utilisant les boutons "+" et "-".
6. En utilisant le bouton "P", vous pouvez basculer entre les modes programmés de l'appareil - la vitesse augmentera et diminuera progressivement en fonction du programme sélectionné.
7. Pour arrêter l'appareil, appuyez à nouveau sur le bouton "START/STOP". Le symbole "-00-" apparaîtra sur l'écran.
8. Après utilisation, éteignez l'appareil avec le bouton rouge et débranchez-le de l'alimentation.

Écran : Lorsque l'appareil fonctionne, l'écran alterne entre le temps écoulé, la vitesse actuelle et la distance estimée.

Bluetooth : L'appareil est équipé de haut-parleurs intégrés et d'un module Bluetooth. Le module Bluetooth s'active automatiquement lorsque l'appareil est allumé, comme indiqué par un message vocal. Pour connecter votre téléphone à l'appareil, associez les deux via le menu Bluetooth de votre téléphone. Une fois appairé, l'appareil se connectera automatiquement à votre téléphone lorsqu'il sera allumé.

Entretien et stockage : Note : Avant de nettoyer ou d'entretenir l'appareil, assurez-vous qu'il est éteint et que le cordon d'alimentation est débranché.

Nettoyage : Nettoyez l'appareil uniquement avec un chiffon humide et un détergent doux immédiatement après utilisation. Vous pouvez utiliser une solution douce de liquide vaisselle dans de l'eau tiède et un chiffon en microfibre. Veillez à essorer le chiffon pour qu'il soit légèrement humide.

Protection de l'environnement : Ne jetez pas l'appareil dans une poubelle municipale. L'appareil usagé ne doit pas être éliminé avec les déchets ménagers. Retournez l'appareil usagé à une installation de traitement appropriée, car les composants dangereux de l'appareil peuvent représenter une menace pour l'environnement. Veuillez donner l'emballage en carton au recyclage de papier et mettre les sacs en polyéthylène (PE) dans le conteneur de plastique.

Stockage : Si l'appareil ne sera pas utilisé pendant une longue période, il est recommandé d'enrouler le cordon d'alimentation et de stocker l'appareil dans un endroit à l'abri de la poussière et de l'humidité. Gardez l'appareil éloigné des sources de feu et des températures élevées. Ne pas exposer l'appareil à la lumière directe du soleil pendant de longues périodes.

Règles de sécurité :

- Ne convient pas aux enfants et aux femmes enceintes !
- Utilisez uniquement comme prévu.
- Utilisez uniquement à l'intérieur, dans un environnement sec.
- Ne pas utiliser si l'appareil présente des dysfonctionnements ou si l'un de ses composants est endommagé.
- Ne sautez pas sur l'appareil.
- Placez l'appareil uniquement sur une surface stable, plane et résistante à l'humidité.
- Après utilisation, l'appareil doit être éteint et débranché.
- Avant d'utiliser l'appareil, effectuez des exercices d'échauffement.
- Augmentez progressivement la vitesse, l'intensité et la durée de l'exercice.
- Une seule personne peut utiliser l'appareil à la fois.
- Consultez votre médecin si vous ressentez des douleurs articulaires ou d'autres symptômes inquiétants.
- Si vous n'avez pas mené une vie active depuis longtemps ou si vous avez des problèmes cardiaques, neurologiques, circulatoires ou orthopédiques, vous devez consulter votre médecin avant d'utiliser l'appareil.
- Arrêtez immédiatement d'utiliser l'appareil si vous vous sentez fatigué, mal à l'aise ou étourdi.
- Ne pas utiliser l'appareil pendant plus de 10 minutes.

Contre-indications : N'utilisez pas l'appareil de vibration sans l'approbation d'un médecin dans les cas suivants :

- Grossesse
- Après une opération ou une intervention chirurgicale
- Blessures au genou, à l'épaule, au dos ou au cou
- Maladies rétinienne
- Maladies cardiaques ou circulatoires
- Hypertension artérielle
- Thrombose aiguë
- Hernie aiguë
- Diabète sévère
- Épilepsie
- Migraines sévères
- Tumeur maligne
- Pacemaker, implant métallique, prothèses articulaires ou membres artificiels, stents ou DIU, plaques ou broches métalliques
- Maladies ou infections récentes
- Thrombose veineuse profonde

Attention : Avant de commencer tout programme d'exercice, consultez votre médecin. Cela est particulièrement important pour les personnes ayant des problèmes de santé préexistants.

Spécifications techniques :

- Alimentation : AC220-60Hz
- Puissance nominale : 150W
- Poids maximal de l'utilisateur : 150 kg
- Connectivité : Bluetooth, cordes

Contenu du kit :

- Plateforme vibrante complète
- Câble d'alimentation
- Télécommande
- Cordes de traction
- Manuel d'instructions

Panneau de contrôle :

- Bouton "POWER" pour allumer/éteindre l'appareil
- Bouton "+" pour augmenter le niveau de vitesse

- Bouton "START/STOP" pour démarrer et arrêter la vibration
- Bouton "-" pour réduire le niveau de vitesse
- Bouton "P" pour basculer entre les modes programmés



SYNERFIT

Copyright Synerfit®. All Rights Reserved.
SARL ILAN DIFFUSION
103 RUE DU MARECHAL LECLERC
94410 SAINT MAURICE FRANCE
www.synerfit.eu

Synerfit est une marque enregistrée par ILAN DIFFUSION SARL.
Produits importés par ILAN DIFFUSION SARL. Fabriqué en Chine.
Synerfit is registered by ILAN DIFFUSION SARL.
Imported by ILAN DIFFUSION SARL.
Made in China.



Merci de recycler cet emballage !
Please recycle the package. Thanks !