

Gebrauchsanleitung | Instruction leaflet | Instruction d'utilisation | Instrucciones de empleo | Istruzioni per l'uso
Gebruiksaanwijzing | Руководство по эксплуатации | Instrukcja użytkowania | Bruksanvisning | Käyttöohje

promed VHT-1000/VHT-2000

Promed GmbH

Lindenweg 11
D-82490 Farchant
Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21
info@promed.de
www.promed.de

RoHS
COMPLIANT



Promed Gebrauchsanleitung VHT-1000/2000_10/12 / VHK

promed VHT-1000/VHT-2000

Elektrische Vibrationshantel für den häuslichen Gebrauch
Electrical vibration dumbbell for home use
Haltère vibrante électrique pour un usage à domicile
Manubrio vibrante per uso domestico
Pesa vibratoria eléctrica para el uso doméstico
Elektrische vibratiehalter voor gebruik thuis
Электрическая вибрационная гантель для домашнего использования
Elektryczne hantle wibracyjne do użytku domowego
Elektrisk vibrationshantel för hemmabruk
Elektroniset tärinäkäsipainot kotikäyttöön



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

HERSTELLER | **MANUFACTURER** | **CONSTRUCTEUR** | **PRODUTTORE** | **FABRICANTE**
FABRIKANT | **ПРОИЗВОДИТЕЛЬ** | **PRODUCENT** | **TILLVERKARE** | **VALMISTAJA**

DE | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

EN | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

FR | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

IT | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

ES | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

NL | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

RU | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant Германия · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Факс: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

PL | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Telefon: +49 (0)8821/9621-0
Faks: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

SE | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Tel: +49 (0)8821/9621-0
Fax: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

FI | Promed GmbH · Lindenweg 11 · D-82490 Farchant · Puh: +49 (0)8821/9621-0
Faksi: +49 (0)8821/9621-21 · info@promed.de · www.promed.de

DE

EN

FR

IT

ES

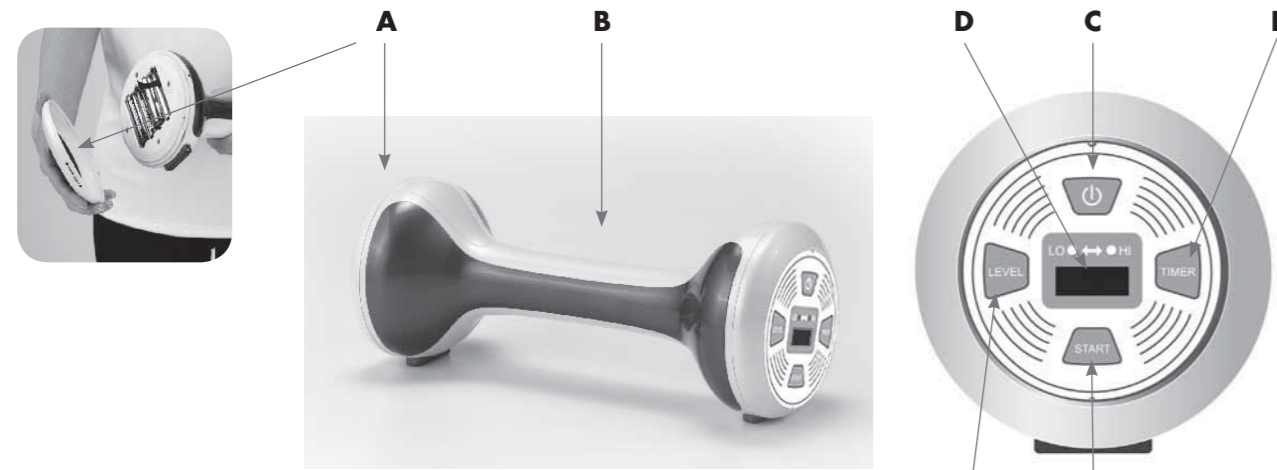
NL

RU

PL

SE

FI



VOR INBETRIEBNAHME

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

- A** Batterieabdeckung
- B** Gerät
- C** Ein-/Ausschalter
- D** LED-Anzeige
- E** Timer
- F** Start- / Stopptaste
- G** Vibrationsintensität

BESCHREIBUNG DES GERÄTES

Anleitung bitte sorgfältig aufbewahren!



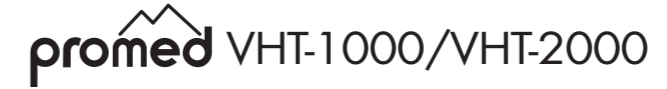
Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät zum ersten Mal verwenden.

Vielen Dank für den Kauf der elektronischen Vibrationshantel **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Sie haben ein hochwertiges Trainingsprodukt erworben. **Promed** ist ein führendes Unternehmen mit jahrzehntelanger Erfahrung in den Bereichen Körperpflege, Wellness und Gesundheit.

Fachkundige Beratung erhalten Sie überall, wo es **Promed**-Produkte zu kaufen gibt, oder Sie wenden sich mit Ihren Fragen an uns. Wir können Ihnen einen zuständigen Berater nennen. Mit dem Erwerb eines **Promed VHT-1000 / VHT-2000** erhalten Sie ein großartiges Gerät mit Eleganz, luxuriösem Bedienungskomfort in professioneller Qualität. Einfach in der Handhabung ist es ideal zum Training im häuslichen Privatgebrauch geeignet.

GARANTIEKARTE | WARRANTY CARD | CARTE DE GARANTIE | CERTIFICATO DI GARANZIA | TARJETA DE GARANTÍA | GARANTIEKAART | ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН | KARTA GWARANCYJNA | GARANTIKORT | TAKUUKORTTI

Gerätebezeichnung · Device classification · Désignation de l'appareil · Denominazione dell'apparecchio · Denominación del aparato · Naam apparaat · Название прибора · Oznaczenie urządzenia · Apparatus benämning · Laitteen nimi



Elektrische Vibrationshantel für den häuslichen Gebrauch · Electrical vibration dumbbell for home use · Haltère vibrante électrique pour un usage à domicile · Manubrio vibrante per uso domestico · Pesa vibratoria eléctrica para el uso doméstico · Elektrische vibratiehalter voor gebruik thuis · Электрическая вибрационная гантель для домашнего использования · Elektryczne hantle wibracyjne do użytku domowego · Elektrisk vibrationshantel för hemmabruk · Elektroniset tärinäkäsipainot kotikäyttöön

Serienummer · Serial Number · Numéro de série · Numero di serie · Número de serie · Seriennummer · Серийный № · Numer seryjny · Sarjanumero

Name/Adresse des Käufers · Name/address of customer · Nom/adresse du client · Nome/indirizzo dell'acquirente · Nombre/dirección del cliente · Naam/adres van de koper · Фамилия / адрес потребителя · Nazwisko/adres Kupującego · Kõparens namn/adress · Ostajan nimi/osoite

Kaufdatum · Purchase date · Date d'achat · Data di acquisto · Fecha de compra · Koopdatum · Дата покупки · Data kupna · Kõpdatum · Ostopäivä

Stempel/Unterschrift des Händlers · Dealers stamp/signature · Cachet/Signature du commerçant · Timbro/Firma del venditore · Sello/Firma del establecimiento · Stempel/handtekening van de dealer · Печать / подпись продавца · Pieczęć/Podpis dealera · Distribütörens stämpel/underskrift · Kauppiiaan leima/allekirjoitus

Wichtig: Im Garantiefall unbedingt die vollständig ausgefüllte Garantiekarte und gegebenenfalls den Kaufnachweis (Rechnung) dem Gerät beilegen. · **Important:** In a warranty case, please return the fully completed warranty card together with the monitor. · **Important:** Dans le cas d'un recours à la garantie, il faut absolument renvoyer la carte de garantie entièrement remplie avec le tensiometre. · **Importante:** Accludere sempre il certificato di garanzia compilato in ogni sua parte. · **Importante:** En el caso de ser necesaria la utilización de la tarjeta de garantía, deberá remitirse totalmente cumplimentada junto con el aparato. · **Belangrijk:** In geval van een garantieclaim in ieder geval de volledig ingevulde garantiekaart en eventueel het bewijs van aankoop (rekening) bij het apparaat insluiten. · **Важно:** При возникновении потребности в гарантийном ремонте обязательно приложить к прибору полностью заполненный гарантийный талон и - при необходимости - также и чек, подтверждающий факт покупки (оплаты счёта). · **Wazna informacja:** W przypadku realizacji roszczenia gwarancyjnego do urządzenia dołączony należy kompletnie wypełnioną kartę gwarancyjną i w razie potrzeby dowód kupna-sprzedazy (faktura). · **Viktigt:** I garantifall, bifoga ovillkorligen det fullständigt utfyllda garantikortet och, vid behov, beviset på köpet (räkning). · **Tärkeää:** Takuutapauksessa laitteen mukaan on ehdottomasti liitettävä kokonaan täytetty takuukortti ja mahdollisesti kauppakuitti (lasku).

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI



BESCHREIBUNG DES GERÄTES

Mit dem **Promed VHT-1000 / VHT-2000** werden innerhalb kurzer Zeit, mit relativ kleinen Gewichten, gezielt lange und schlanke Muskeln aufgebaut. Diese sind nicht nur ideale Fettverbrenner, sondern geben dem Körper auch eine kraftvolle aber nicht zu muskulöse Erscheinung. Darüber hinaus tragen die tieffrequenten Zusatzreize der **Promed VHT-1000 / VHT-2000** nicht nur zum Erhalt und Aufbau der Muskulatur bei, sondern haben auch einen sehr hohen medizinischen Stellenwert, indem sie zu spürbaren Verbesserungen der Durchblutung, einem besseren Abtransport von Stoffwechselprodukten (sog. Schlackstoffe) beitragen und damit eine Verbesserung des Bindegewebes sowie des allgemeinen Hautbildes erzielen. Wir, der Hersteller, können in keiner Weise haftbar gemacht werden für Verletzungen bzw. Schäden an Personen oder Sachen, die sich aus Nichtbeachten, dieser Anleitung ergeben.

Wir wünschen Ihnen mit Ihrem neuen **Promed VHT-1000 / VHT-2000** viel Freude. Im Folgenden möchten wir Sie mit dem Gerät vertraut machen. Lesen Sie bitte vor der ersten Anwendung die Gebrauchsanweisung.

Lieferumfang:

Gerät inklusive Batterien.

Liefervarianten:

VHT-1000 (1.000 g Hantel, Farbe Rot)

VHT-2000 (2.000 g Hantel, Farbe Blau)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INBETRIEBNAHME DES GERÄTES

GERÄTEINFORMATION / ZUBEHÖR

Bitte überprüfen Sie vor Inbetriebnahme die Vollständigkeit der Lieferung.

- Achten Sie beim Ablegen der Hantel unbedingt darauf, dass diese ausgeschaltet ist.

INBETRIEBNAHME DES GERÄTES

A. Einlegen der Batterien

Lösen Sie die Batteriefachabdeckung **(A)** von der Hantel **(B)** indem Sie sie abschrauben.



Legen Sie die Batterien in die dafür vorgesehen Vertiefungen ein. Achten Sie unbedingt darauf, dass die Polarität (+/-) eingehalten wird.



Schließen Sie die Batteriefachabdeckung **(A)** der Hantel **(B)** indem Sie sie aufsetzen und zuschrauben.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INBETRIEBNAHME DES GERÄTES



Hinweis

- Achten Sie beim Einlegen der Batterien unbedingt darauf, dass die Polarität (+/-) eingehalten wird. Falsch eingelegte Batterien können schwere Schäden an der Hantel und an Personen verursachen.
- Wenn Sie die Hantel für eine längere Zeit nicht benutzen, entfernen Sie unbedingt die Batterien.
- Wenn die Intensität der Vibration merklich schwächer wird, müssen Sie die Batterien durch neue ersetzen.
- Wechseln Sie niemals die Batterien, solange die Hantel in Betrieb ist.

B. Ein-/Ausschalten des Gerätes

Zum Ein-/ Ausschalten des Gerätes drücken Sie die Taste **(C)**, ein erfolgreiches Drücken wird durch einen Piepton bestätigt.

C. Einstellen der Vibrationsintensität

Zum Einstellen der Vibrationsintensität drücken Sie die Taste **(G)**, ein erfolgreiches Drücken wird durch einen Piepton

bestätigt. Es gibt die Intensitätsstufen LO (schwach) und HI (stark). Die eingestellte Stufe wird an der LED-Anzeige **(D)** durch eine grün leuchtendes LED (LO) oder ein rot leuchtendes LED (HI) angezeigt.

D. Einstellen des Timer

Zum Einstellen des Timer drücken Sie die Taste **(E)**, ein erfolgreiches Drücken wird durch einen Piepton bestätigt. Es gibt 3 unterschiedliche Timerstufen (3 Min / 6 Min / 9 Min). Die jeweils eingestellte Zeit wird im LCD-Display **(D)** angezeigt.

E. Starten / Beenden des Training

Zum Starten des Trainings drücken Sie die Taste **(F)**, ein erfolgreiches Drücken wird durch einen Piepton bestätigt. Das Training beginnt nun mit den eingestellten Parametern. Nach Ablauf der eingestellten Anwendungszeit stoppt das Gerät selbständig.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INBETRIEBNAHME DES GERÄTES

ANWENDUNG

Bei Funktionsstörung:

- Überprüfen Sie den korrekten Sitz der Batterien (Polarität beachten).
- Überprüfen Sie ob die Anzeige im Display leuchtet.
- Sollten damit die Probleme noch nicht behoben sein, wenden Sie sich bitte an Ihre Servicestelle.

Um ein effizienteres Trainingsergebnis zu erreichen, müssen Sie die Hantel ganz fest mit der Hand greifen.

Die Endposition muss 10 Sekunden gehalten werden.

Jede Übung sollte 15 mal wiederholt werden.

Die Timerstufen haben generell folgende Bedeutung:

3 Minuten – für im Training mit der Hantel unerfahrene bzw. untrainierte Personen.

6 Minuten – für im Training mit der Hantel geübte bzw. mittelstark trainierte Personen.

9 Minuten – für im Training mit der Hantel sehr geübte bzw. gut trainierte Personen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

ANWENDUNG

Übung	Ausgangsposition	Endposition
Training der Schultermuskulatur		
Training der Vorderarmmuskulatur / des Bizeps		
Training der Innenarmmuskulatur / des Trizeps		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

ANWENDUNG

Training der Brustmuskulatur		
Training der seitlichen Rumpfmuskulatur		
Training der Rückenmuskulatur		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

ANWENDUNG

<p>Training der Oberkörper- und Armmuskulatur im Sitzen</p>		
<p>Training der Brustmuskulatur im Sitzen</p>		
<p>Training der Bauchmuskulatur im Sitzen, durch Einklemmen der Hantel zwischen den Beinen</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ANWENDUNG

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Training der seitlichen Rumpfmuskulatur
im Sitzen







Training der Bauchmuskulatur im Liegen



Training der Gesäßmuskulatur im Liegen



ANWENDUNG

<p>Training der Brustmuskulatur im Liegen</p>		
<p>Training der Rücken- und der Brustmuskulatur im Liegen</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

WARTUNG UND PFLEGE

- Regelmäßige Wartung und Reinigung sichert optimale Ergebnisse und verlängert die Lebensdauer Ihres Gerätes.
- Bewahren Sie Ihr **Promed VHT-1000/VHT-2000** an einem sicheren, kühlen und trockenen Ort auf, wenn es nicht in Gebrauch ist.
- Um die Sicherheit, Zuverlässigkeit und Leistung des Geräts nicht zu beeinträchtigen, dürfen keine Erweiterungen, Neueinstellungen, Änderungen oder Reparaturen, außer durch von **Promed** ermächtigten Personen, durchgeführt werden.
- Bevor Sie das Gerät reinigen, vergewissern Sie sich, dass das Gerät ausgeschaltet und vom Stromnetz getrennt ist.
- Für das Reinigen verwenden Sie ein leicht angefeuchtetes und weiches Tuch.
- Verwenden Sie keine aggressiven Substanzen wie z.B. Scheuermilch oder andere Spülmittel, da diese die Oberfläche angreifen können.
- Tauchen Sie das Gerät niemals in eine Flüssigkeit und halten Sie es von Lösungs- und scharfen Reinigungsmitteln fern.
- Reparieren Sie das Gerät nicht. Es enthält keine Teile, die vom Benutzer gewartet werden können.
- Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, entnehmen Sie Bitte die Batterien.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

Vor Inbetriebnahme bitte beachten:

Das Gerät niemals in direktem Kontakt mit Feuer, Gas oder Sauerstoff, sowie heißen Gegenständen, wie z. B. Herdplatten bringen.

- Wenn Sie gesundheitliche Bedenken haben, das Gerät zu benützen, fragen Sie unbedingt zuvor Ihren Arzt.
- Sollten bei der Anwendung Schmerzen auftreten und nach der Anwendung länger anhalten, kontaktieren Sie unbedingt Ihren Arzt.
- Benutzen Sie das Gerät niemals im Bereich von Schwellungen, Verbrennungen und offenen Wunden.
- Unter nachfolgenden Gegebenheiten müssen Sie vor dem Benutzen des Gerätes mit Ihrem Arzt Rücksprache halten:
 - Schwangerschaft
 - Diabetes
 - Herzerkrankungen

- Implantierten Defibrilatoren und Herzschrittmachern
- Gesundheitliche Situationen, welche Ruhe vom Patienten verlangen.
- Das Vorhandensein von Malinomen oder anderen Formen von Krebs.
- Eine Daueranwendung des Gerätes von mehr als 15 Minuten, ist nicht empfehlenswert.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

Bitte bei der Anwendung beachten:

- A.** Treffen Sie jede mögliche Vorkehrung, damit das Gerät nicht herunterfällt oder anderweitig beschädigt wird.
- B.** Falls Probleme am Gerät auftreten, geben Sie es bitte umgehend in die Reparatur.
- C.** Schmieren oder waschen Sie das Gerät nicht.
- D.** Nur für den häuslichen Gebrauch.
- E.** Bei Verwendung eines Gerätes in der Nähe von Kindern ist eine gewissenhafte Beaufsichtigung erforderlich.
- F.**  Schützen Sie die Batterien vor Hitze, z.B. auch vor dauern der Sonneneinstrahlung und Feuer. Es besteht Explosionsgefahr.
- G.** Benützen Sie das Gerät nur, wenn Sie sich körperlich wohl fühlen.
- H.** Wenn Sie bei den Übungen ein plötzliches Unwohlsein verspüren, beenden Sie unbedingt sofort die Übung.

GEFAHR!

- Bringen Sie das Gerät nie mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten direkt in Kontakt.
-  Das Gerät niemals in einer nassen oder feuchten Umgebung platzieren oder verwenden.
- Berühren Sie das Gerät nicht mit nassen Händen.
- Das Gerät darf nicht im Freien benutzt werden.

WARNUNG!

- Achten Sie darauf, dass Kinder nicht mit dem Gerät spielen.
- Lassen Sie das Gerät niemals unbeaufsichtigt, wenn sich Kinder oder ungeübte Personen im Umgang mit diesem Gerät in der Nähe befinden.
- Verwenden Sie das Gerät nur für Anwendungen, wie in dieser Gebrauchsanweisung beschrieben.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen,

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

- sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für Ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhalten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
- Lassen Sie Kinder nie mit dem Verpackungsmaterial spielen, es besteht Erstickungsgefahr.
 - Ein Elektrogerät ist kein Kinderspielzeug. Kinder erkennen die Gefahren nicht, die beim Umgang mit Elektrogeräten entstehen können. Das Gerät deshalb außer Reichweite von Kindern benutzen und aufbewahren.
 - Das Gerät nicht auf heiße Oberflächen oder in Nähe von offenen Gasflammen abstellen oder benutzen, damit das Gehäuse nicht schmilzt.
 - Das Gerät niemals mit Wasser in Verbindung bringen. Zum Reinigen des Gerätes einen feuchten Lappen benutzen. Keine Lösungsmittel verwenden.
 - Bewahren Sie das Gerät nicht in der Nähe eines Waschbeckens oder einer Badewanne auf, da die Gefahr besteht, dass es ins Waschbecken oder die Badewanne fallen oder gezogen werden kann.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ENTSORGUNG

Elektrowerkzeuge, Zubehör und Verpackungen sollen einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden.

Nur für EU-Länder:



Werfen Sie Elektrowerkzeuge nicht in den Hausmüll! Gemäß der Europäischen Richtlinie 2002/96/EG über Elektro- und Elektronik-Altgeräte und ihrer Umsetzung in nationales Recht müssen nicht mehr gebrauchsfähige Elektrowerkzeuge getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden.

Innerhalb der EU weist dieses Symbol darauf hin, dass dieses Produkt nicht über den Hausmüll entsorgt werden darf. Altgeräte enthalten wertvolle recyclingfähige Materialien, die einer Wiederverwertung zugeführt werden sollten und um der Umwelt bzw. der menschlichen Gesundheit nicht durch unkontrollierte Müllbeseitigung zu schaden. Bitte entsorgen Sie Altgeräte deshalb über geeignete Sammelsysteme oder senden Sie das Gerät zur Entsorgung an die Stelle, bei der Sie es gekauft haben. Diese wird dann das Gerät der stofflichen Verwertung zuführen.

Akkus/Batterien:



Werfen Sie Akkus/Batterien nicht in den Hausmüll, ins Wasser oder ins Feuer. Akkus/Batterien sollen gesammelt, recycelt oder auf umweltfreundliche Weise entsorgt werden.

Nur für EU-Länder:

Gemäß der Richtlinie 91/157/EWG müssen defekte oder verbrauchte Akkus/Batterien recycelt werden. Nicht mehr gebrauchsfähige Akkus/Batterien können direkt abgegeben werden bei: **Promed GmbH**, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

GARANTIELEISTUNGEN

Dieses Gerät wurde mit aller Sorgfalt hergestellt und vor Verlassen des Werkes eingehend geprüft. Deshalb leisten wir bei Vorlage der auf dieses Gerät ausgestellten Garantiekarte eine Garantie von 24 Monaten ab Kaufdatum gemäß nachstehenden Bedingungen.

- Bei nachweisbaren Material- und/oder Herstellerfehlern, die bei vorschriftsmäßigem Gebrauch auftreten und die während der Garantiezeit erkannt werden, ersetzen wir innerhalb der Garantiezeit kostenlos sämtliche mangelhaften Teile des Gerätes inklusive des Lohnkostenanteils der Garantiereparaturen.
- Die Garantie erlischt bei unsachgemäßer Handhabung des Gerätes (z.B. Anschluss an ungeeignete Stromquellen, Bruch), bei Eingriffen in das Gerät (z.B. Öffnen des Gerätegehäuses) sowie bei Verwendung von Ersatzteilen, die von **Promed** nicht genehmigt wurden. Verschleißteile sind von der Garantie ausgeschlossen. Gerätemotoren und bewegliche Teile unterliegen nicht der Garantieleistung.
- Die Garantiezeit beginnt am Tage des Kaufs. Die Inanspruchnahme einer Garantieleistung hat keinen Einfluss auf die Dauer der

Garantie. Garantieansprüche müssen innerhalb der Garantiezeit geltend gemacht werden. Nach Ablauf der Garantiezeit auftretende Reklamationen können nicht berücksichtigt werden.

- Die Garantie tritt im Rahmen dieser Garantiebedingungen nur dann in Kraft, wenn das Datum des Kaufs auf der Garantiekarte durch Stempel/Unterschrift des Händlers bestätigt wird.
- Im Garantie- oder Reparaturfall senden Sie bitte das vollständige Gerät mit komplett ausgefüllter Garantiekarte an den für Sie zuständigen Kundendienst. Die Garantiekarte finden Sie am Ende der Gebrauchsanweisung.
- Technische und optische Änderungen, sowie Änderungen der Ausstattung sind vorbehalten!
- Für eine reibungslose Bearbeitung sind folgende Angaben unerlässlich:
 1. Originalkaufbeleg/Quittung oder Händlerstempel mit Kaufdatum
 2. Festgestellter Mangel
 3. Gerätebezeichnung / Typ

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

GETTING STARTED

- A** Battery cover
- B** Device
- C** On/Off switch
- D** LED-display
- E** Timer
- F** Start / Stop button
- G** Vibration intensity

DESCRIPTION OF THE UNIT

Please keep this user manual in a safe place!



Please read the user manual thoroughly before using the appliance for the first time.

Thank you for purchasing electronic vibration dumbbell **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. You have acquired a high quality training product. **Promed** is a leading company with decades of experience in personal care, wellness and healthcare. You can get expert advice at all places where you can buy **Promed**-products or you can send us your queries. We may recommend you a responsible consultant. On purchase of a **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, you get a great device with elegance, luxurious operating comfort in professional quality. Easy to use, it is ideal for training in domestic personal use.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

DESCRIPTION OF THE UNIT

With **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, you can build specifically long and slim muscles with relatively less weight in reasonably short amount of time. They are not only ideal fat burner but give the body a powerful but not too muscular appearance. Furthermore low-frequency extra stimuli of the **Promed VHT-1000 / VHT-2000** not only help maintain and build muscle but also are of high medical value, which contribute to significant improvement in blood circulation, a better removal of metabolic waste products (so-called toxic waste) and thereby improve the connective tissues as well as the general appearance of skin. We, the manufacturer, can in no way be held liable for damage or injury to people or property arising due to non-observance of this manual.

We wish you every enjoyment with your new **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Below we would like to familiarise you with the device. Before first use, please read the direction use.

Scope of delivery: Device with batteries.

Deliverables:

VHT-1000 (1.000 g dumbbell, red colour)

VHT-2000 (2.000 g dumbbell, blue colour)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

OPERATING THE UNIT

INFORMATION ON THE UNIT / ACCESSORIES

Before operating the unit for the first time, please check that all contents have been delivered and that the line voltage is correct.

- When the dumbbell is laid down, make sure that it is switched off.

OPERATING THE UNIT

A. Inserting the batteries

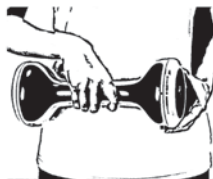
Remove the battery cover **(A)** of the dumbbell **(B)** by revolving.



Insert the batteries into the corresponding slots. Please make sure that the polarity (+/-) is respected.



Close the battery cover **(A)** of the dumbbell **(B)**, by placing and revolving.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

OPERATING THE UNIT



Note

- When inserting the batteries make sure that the polarity (+/-) is respected. Incorrectly inserted batteries can cause serious damage to dumbbell and people.
- If you do not use the dumbbell for a long time, remove the batteries.
- When the intensity of the vibration is noticeably weaker, replace both the batteries with new ones.
- Never replace the batteries for as long as the dumbbell is in operation.

B. Switching the device on/off

Press the button **(C)** to switch on/off the device, a successful pressing is confirmed by a beep.

C. Adjusting the vibration intensity

Press the button **(G)** for adjusting the vibration intensity, a successful pressing is confirmed by a beep. There are intensity levels LO (low) and HI (high). The selected level is displayed

on the LED-display **(D)** with a green LED (LO) or a red LED (HI).

D. Adjusting the timer

Press button **(E)** for adjusting a timer, successful pressing is confirmed by a beep. There are 3 different timer levels (3 Min / 6 Min / 9 Min). The respectively set time is displayed in the LCD-display **(D)**.

E. Start / End the training

Press button **(F)** for starting the training, successful pressing is confirmed by a beep. Now, the training starts only with the set parameters. The device stops autonomously after end of the set time of use.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

OPERATING THE UNIT

USAGE

In cases of malfunctioning:

- Check for correct seating of batteries (pay attention to polarity).
- Check if the display illuminates.
- If the problems have still not been solved after following these steps, please consult your service center immediately.

To achieve an efficient training result, you must firmly grasp the dumbbell with the hands.

The end position must be held for 10 seconds.

Each exercise should be repeated 15 times.

The timer levels have following importance:

3 minutes – for people who are inexperienced or untrained with the dumbbell in training.

6 minutes – for people who are trained or moderately trained with the dumbbell in training.

9 minutes – for people who are trained or well trained with the dumbbell in training.

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

USAGE

Exercise	Initial position	End position
Training the shoulder muscles		
Training the forearm muscular system / biceps		
Training the inner arm muscles / triceps		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

USAGE

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Training the breast musculature









Training the lateral torso muscles



Training the back muscles



USAGE

Training the torso and arm muscles while sitting		
Training the breast muscles while sitting		
Training of the abdominal muscles while sitting, by clamping the dumbbell between the legs		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

USAGE

Training of the lateral torso muscles while sitting		
Training the abdominal muscles while lying		
Training the gluteal muscles while lying		

DE

EN

FR

IT

ES

NL





RU

PL

SE

FI

USAGE

Training the breast muscles while lying		
Training back and breast musculature while lying		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MAINTENANCE AND CARE

Cleaning the unit

- Regular maintenance and cleaning ensure optimal results and extends the life of your unit.
 - Store the **Promed VHT-1000/VHT-2000** in a safe, cool and dry location when it is not in use.
 - To ensure that the safety, reliability and performance of the unit are not adversely affected, enhancements, readjustments, alterations or repairs are not permitted aside from those performed by **Promed** authorized persons.
 - Before cleaning the unit, make sure that it is turned off and disconnected from the electricity.
 - Use a slightly moist, soft cloth to clean the unit.
 - Do not use any aggressive substances such as scouring agents or other detergents as they may corrode the surface.
 - Do not immerse the unit in fluid and keep the unit away from solvents and strong detergents.
- Do not repair the unit. The unit does not have parts that consumers can service.
 - Please remove the batteries if you do not use the device for a long time.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SAFETY INSTRUCTIONS

Please pay attention to the following before first time operation:

Never place the unit in direct contact with fire, gas, oxygen or hot objects such as hot plates.

- If you have health concerns about using the device, always ask your doctor beforehand.
- If pain is experienced in the application and persists after the application, contact your doctor.
- Never use the device in the area of swelling, burns and open wounds.
- Under following conditions, you must consult your doctor before using the device:
 - Pregnancy
 - Diabetes
 - Heart diseases

- Implanted defibrillators and cardiac pacemakers
- Health situations, in which patients require rest.
- The presence of malignant tumours or other forms of cancer.
- A long-term use of more than 15 minutes is not recommended.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

SAFETY INSTRUCTIONS

Please observe the following during operation:

- A.** Take every possible precaution to protect the device from falling or getting damaged otherwise.
- B.** If there are problems in the device, please return it immediately for repair.
- C.** Do not grease or wash the device.
- D.** For home use only.
- E.** Scrupulous supervision is required when the device is being used in the vicinity of children.
- F.**  Protect the battery against heat, e.g. also against continuous sun exposure and fire. It can cause explosion.
- G.** Use the device only if you feel physically fit.
- H.** If you feel sudden illness while exercising, stop the exercise immediately.

DANGER!

- Do not place the unit in direct contact with water or other fluids.
-  Never place or use the unit in a wet or moist environment.
- Do not touch the unit with wet hands.
- It is not permitted to use the unit outdoors.

WARNING!

- Make sure that children do not play with the device.
- Never leave the unit unattended when children or inexperienced persons are in its vicinity.
- Only use the unit for the applications described in this manual.
- This unit is not designed to be used by people (including children) who have limited physical, sensory, or intellectual abilities or who do not have sufficient experience and/or sufficient knowledge. This does not apply if these people are

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SAFETY INSTRUCTIONS

supervised by a person responsible for their safety or receive instructions from them on how to use this unit.

- Never let children play with the packaging material; there is a risk of suffocation.
- An electrical appliance is not a toy. Children do not recognize the risks that could develop when using electrical appliances. Therefore, operate and store the unit out of the reach of children.
- Do not place or use the unit on hot surfaces or near naked gas flames to ensure that the casing does not melt.
- Never let the unit come into contact with water. Use a moist cloth to clean the unit. Do not use solvents.
- Do not store the unit near a wash basin or bath tub as there is the danger that the unit may fall or be pulled into the wash basin or the bath tub.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

DISPOSAL

Power tools, accessories, and packaging should be recycled in an environmentally suitable manner.

Only for EU countries:



Do not dispose of power tools with the domestic waste! In accordance with the European Directive 2002/96/EC on waste electrical and electronic equipment and its implementation into national law, nonfunctioning power tools must be collected separately and recycled in an environmentally suitable manner.

This symbol indicates that disposal of this product in the domestic waste is not permitted within the EU. Waste devices contain valuable recyclable material that should be recycled. Recycling also prevents uncontrolled waste disposal from damaging the environment and human health. Therefore, please dispose of all waste devices in the appropriate collection systems or send the device to the place where you bought the device for disposal. They will then recycle the device.

Rechargeable batteries/batteries:



Do not throw your rechargeable batteries/batteries in the domestic waste, in fire, or in water. Rechargeable batteries/batteries should be collected, recycled, or disposed of in an environmentally friendly manner.

Only for EU countries:

According to the Directive No. 91/157/EEC, defect or used rechargeable batteries/batteries must be recycled. Waste rechargeable batteries/batteries can be directly handed to: **Promed GmbH**, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

WARRANTY

This unit has been manufactured with the utmost of care and has been examined in detail before leaving the factory. We therefore provide a warranty of 24 months after the date of purchase when presented with the warranty card issued with this appliance, in accordance with the following conditions.

- Within the warranty period, we will replace all defect parts of the appliance free of charge, including labor costs for repairs under warranty, in cases of verifiable faults in material or manufacture that have occurred with correct usage and have been identified during the warranty period.
- This warranty is void when the unit has been improperly used (e.g., connection to unsuitable sources of electricity, breakage), the unit has been tampered with (e.g., opening the unit's casing), and when spare parts have been used that have not been approved of by **Promed**. Parts subject to wear are exempt from the warranty. Appliance motors and mobile parts are not included in the warranty.
- The warranty period begins on the date of purchase. Warranty claims do not affect the warranty duration. Warranty claims must be lodged within the warranty period. Claims arising after cessation of the warranty period cannot be considered.
- The warranty only comes into effect within the scope of these warranty conditions when the date of purchase has been confirmed by the stamp/ signature of the dealer on the warranty card.
- In cases of warranty or repair claims, please post the complete appliance with the completed warranty card to the customer service point responsible for you. The warranty card can be found at the end of this user manual.
- We reserve the right to make technical and optical changes as well as changes to the equipment!
- The following information is vital for problem-free processing:
 1. Original sales slip/receipt or dealer's stamp with the date of purchase
 2. Defect detected
 3. Unit name / type

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

AVANT LA MISE EN SERVICE

- A** Couvercle du compartiment à piles
- B** Appareil
- C** Commutateur On/Off
- D** Affichage LED
- E** Minuterie
- F** Touche de démarrage / d'arrêt
- G** Intensité des vibrations

DESCRIPTION DE L'APPAREIL

Conserver soigneusement ce manuel!



Veuillez lire attentivement le mode d'emploi avant la première utilisation de l'appareil.

Merci beaucoup d'avoir acheté l'haltère vibrante électronique **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Vous avez fait l'acquisition d'un produit de grande qualité destiné à l'entraînement. **Promed** est une entreprise leader qui compte des décennies d'expérience à son actif dans les domaines de l'entretien du corps, du bien-être et de la santé.

Vous recevrez des conseils compétents partout où des produits **Promed** sont vendus ou adressez-vous à nous si vous avez des questions. Nous pourrions vous indiquer un conseiller compétent. En achetant un **Promed VHT-1000 / VHT-2000** vous avez acquis un appareil sensationnel dont l'élégance et le confort d'utilisation luxueux sont d'une qualité professionnelle. Facilement maniable, il convient idéalement pour être utilisé en privé chez soi pour s'entraîner.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

DESCRIPTION DE L'APPAREIL

Grâce au **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, vous vous constituerez en peu de temps une musculature longue sèche au moyen de poids relativement faibles. Ceux-ci ne sont pas uniquement des brûleurs de graisses, mais donnent également au corps une apparence vigoureuse, mais pas trop musclée. De plus, les stimulations supplémentaires de basses fréquences du **Promed VHT-1000 / VHT-2000** contribuent non seulement à maintenir et constituer une musculature, mais ont également une très grande importance médicale en contribuant à améliorer sensiblement l'irrigation sanguine, l'élimination de déchets métaboliques (ce que l'on appelle les toxines) et arrivent par conséquent à améliorer le tissu conjonctif ainsi que le teint général de la peau. Nous, fabricants, ne pouvons être tenus pour responsable en aucune façon des blessures ou préjudices causés aux personnes ou aux choses qui résultent du non respect de ce mode d'emploi.

Nous vous souhaitons de bien profiter de votre nouveau **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Nous souhaiterions vous familiariser avec l'appareil par la suite. Merci de lire le mode d'emploi avant la première utilisation.

Matériel fourni : appareil avec piles comprises.

Variantes de la livraison :

VHT-1000 (haltère de 1 000 g, couleur rouge)

VHT-1000 (haltère de 2 000 g, couleur bleu)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MISE EN SERVICE DE L'APPAREIL

INFORMATIONS PRODUIT/ACCESSOIRES

Avant la mise en service, veuillez contrôler que le matériel livré est au complet et que la tension secteur est correcte en vérifiant que la tension secteur requise pour l'appareil.

- Faites absolument attention à ce que l'haltère soit éteinte quand vous la posez.

MISE EN SERVICE DE L'APPAREIL

A. Insertion des piles

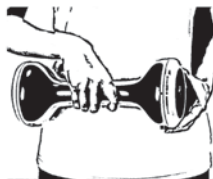
Enlevez le couvercle du compartiment à piles **(A)** de l'haltère **(B)** en le dévissant.



Insérez les piles dans les cases prévues à cet effet. Veuillez absolument à respecter la polarité (+/-).



Fermez le couvercle du compartiment à piles **(A)** de l'haltère **(B)** en le replaçant sur le compartiment et en le vissant.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MISE EN SERVICE DE L'APPAREIL



Remarque

- Veillez absolument à respecter la polarité (+/-) lorsque vous insérez les piles. Des piles mal insérées peuvent causer de graves dommages à l'haltère.
- Si vous n'avez pas utilisé l'haltère pendant une longue période, enlevez absolument les piles.
- Quand l'intensité de la vibration devient sensiblement plus faible, vous devez remplacer les piles par des neuves.
- Ne changez jamais les piles tant que l'haltère fonctionne.

B. Éteindre/allumer l'appareil

Appuyez sur la touche **(C)** pour éteindre/allumer l'appareil, si vous avez bien appuyé, vous entendrez un bip qui vous le confirmera.

C. Régler l'intensité des vibrations

Appuyez sur la touche **(G)** pour régler l'intensité des vibrations, si vous avez bien appuyé, vous entendrez un bip qui vous le confirmera. Les niveaux d'intensité sont LO (faible)

et HI (fort). Le niveau réglé s'affiche sur l'écran LED **(D)** par une LED verte clignotante (LO) ou par une LED rouge (HI) clignotante.

D. Réglez la minuterie

Appuyez sur la touche **(E)** pour régler la minuterie, si vous avez bien appuyé, vous entendrez un bip qui vous le confirmera. Il y a 3 niveaux de minuterie différents (3 min. / 6 min. / 9 min.). Le temps respectivement réglé s'affiche sur l'écran LCD **(D)**.

E. Démarrer / terminer l'entraînement

Appuyez sur la touche **(F)** pour démarrer l'entraînement, si vous avez bien appuyé, vous entendrez un bip qui vous le confirmera. L'entraînement commence désormais avec les paramètres réglés. L'appareil s'arrête de lui-même après la fin de la période d'utilisation réglée.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MISE EN SERVICE DE L'APPAREIL

UTILISATION

En cas de panne :

- Vérifiez le placement correct des piles (respecter la polarité).
- Vérifiez si l'écran est allumé.
- Si le problème persiste, veuillez immédiatement contacter votre S.A.V.

Pour obtenir un résultat d'entraînement plus efficace, vous devez tenir fermement l'haltère dans la main.

La position finale doit être tenue pendant 10 secondes.

Tous les exercices devraient être répétés 15 fois.

Les niveaux de minuterie ont généralement la signification suivante :

3 minutes – pour des personnes non expérimentées ou non entraînées à l'entraînement avec un haltère

6 minutes – pour des personnes expérimentées ou moyennement entraînées à l'entraînement avec un haltère

9 minutes – pour des personnes très expérimentées ou bien entraînées à l'entraînement avec un haltère

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

UTILISATION

Exercice	Position de départ	Position finale
Entraînement des muscles de l'épaule		
Entraînement des muscles de l'avant-bras / du biceps		
Entraînement des muscles de l'arrière du bras / du triceps		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

UTILISATION

Entraînement des pectoraux		
Entraînement des muscles latéraux du tronc		
Entraînement de la musculature du dos		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

UTILISATION

<p>Entraînement des muscles du buste et des bras en position assise</p>		
<p>Entraînement des pectoraux en position assise</p>		
<p>Entraînement des abdominaux en position assise en coinçant l'haltère entre les jambes</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

UTILISATION

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Entraînement des muscles latéraux du torse en position assise







Entraînement des abdominaux en position allongée



Entraînement des muscles fessiers en position allongée



UTILISATION

<p>Entraînement des pectoraux en position allongée</p>		
<p>Entraînement de la musculature du dos et des pectoraux en position allongée</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MAINTENANCE ET ENTRETIEN

Nettoyage de l'appareil

- Une maintenance et un nettoyage régulier assure un résultat de travail optimal et prolonge la durée de vie de votre appareil.
 - Lorsque vous ne l'utilisez pas, rangez le **Promed VHT-1000/VHT-2000** et ses accessoires dans un endroit sûr, frais et sec.
 - Afin de ne pas altérer la sécurité, la fiabilité et les performances de l'appareil, l'exécution d'extensions, réglages, modifications ou réparations doit exclusivement être réservée au personnel agréé par **Promed**.
 - Avant de nettoyer l'appareil, vérifiez que l'appareil est éteint et débranché du secteur.
 - Essuyez l'appareil avec un chiffon doux bien essoré.
 - Ne pas utiliser de produits agressifs tels que lait récurant ou autres détergents susceptibles d'endommager le revêtement.
 - Ne jamais immerger l'appareil dans un liquide et le tenir à l'écart des solvants et détergents agressifs.
- Ne pas réparer cet appareil. Il ne contient aucune pièce requérant maintenance de la part de l'utilisateur.
 - Merci de retirer les piles quand vous n'utilisez pas l'appareil pendant une longue période.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

À tenir compte avant la mise en service :

Ne jamais mettre l'appareil en contact direct avec une flamme, du gaz ou de l'oxygène, ainsi que tout objet chaud, par ex. plaque de four.

- Vérifiez le placement correct des piles (respecter la polarité).
- Si vous avez des doutes concernant votre santé pour utiliser l'appareil, interrogez absolument votre médecin au préalable.
- Si lors de l'utilisation des douleurs apparaissent et perdurent longtemps après l'utilisation de l'haltère, prenez absolument contact avec votre médecin.
- N'utilisez jamais l'appareil sur des zones de gonflements, de brûlures et de plaies ouvertes.
- Dans les circonstances suivantes, vous devez vous entretenir avec votre médecin avant d'utiliser l'appareil :
 - grossesse
 - diabète
 - maladies cardiaques

- défibrillateurs implantés et pacemakers
- situations du point de vue de la santé où un repos est exigé pour le patient
- la présence de tumeurs malignes ou d'autres formes de cancer.
- Une utilisation prolongée de l'appareil pendant plus de 15 minutes n'est pas recommandée.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Pendant l'application :

- A.** Prenez toutes les mesures possibles afin que l'appareil ne tombe pas par terre ni ne soit autrement endommagé.
- B.** Si des problèmes apparaissent sur l'appareil, merci de le donner à réparer dans les plus brefs délais.
- C.** Ne graissez ni ne lavez pas l'appareil.
- D.** Uniquement pour usage domestique.
- E.** Appliquer la vigilance requise en cas d'utilisation d'un appareil à proximité d'enfants.
- F.**  Protégez la batterie de la chaleur, par ex. même des rayons permanents du soleil et du feu. Il existe un risque d'explosion.
- G.** N'utilisez l'appareil que si vous vous sentez bien physiquement.
- H.** Si vous sentez un malaise soudain lors des exercices, arrêtez tout de suite l'exercice.

DANGER !

- Ne jamais mettre l'appareil en contact direct avec de l'eau ou tout autre liquide.
-  Ne jamais ranger ou utiliser l'appareil dans un environnement mouillé ou humide.
- Ne pas manipuler l'appareil avec des mains mouillées.
- Cet appareil ne doit pas être utilisé en plein air.

AVERTISSEMENT !

- Veiller à ce que les enfants ne jouent pas avec l'appareil.
- Ne jamais laisser l'appareil sans surveillance en présence d'enfants ou de personnes sans expérience dans sa manipulation à proximité.
- Uniquement utiliser l'appareil dans le cadre des applications décrites dans ce manuel.
- Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes (enfants inclus), dont les capacités physiques, sensorielles ou

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- mentales sont limitées ou manquant de l'expérience et/ou des connaissances requises, sauf sous la surveillance d'une personne responsable de leur sécurité ou après avoir été instruites sur le maniement correct de l'appareil.
- Ne pas laisser les enfants jouer avec le matériel d'emballage en raison du risque d'étouffement.
 - Un appareil électrique n'est pas un jouet. Les enfants ne reconnaissent pas les dangers pouvant survenir lors de la manipulation des appareils électriques. Pour cette raison, utiliser et ranger l'appareil hors de portée des enfants.
 - Ne pas poser ou utiliser l'appareil sur des surfaces chaudes, ni à proximité de flammes ouvertes, pour éviter que le boîtier fonde.
 - Absolument éviter tout contact de l'appareil avec de l'eau. Utiliser un chiffon bien essoré pour nettoyer l'appareil. Ne pas utiliser de solvants.
 - Ne pas poser l'appareil à proximité d'un lavabo ou d'une baignoire en raison du risque de chute dans le lavabo ou la baignoire.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MISE AU REBUT

Les outils électriques, les accessoires et emballage doivent être recyclés de manière écophile.

Uniquement pour les pays de l'UE :



Ne pas jeter les outils électriques dans les ordures ménagères ! Conformément à la Directive Européenne 2002/96/EC relative aux appareils électriques et électroniques usés et à son application dans le cadre de la législation nationale, les outils électriques inutilisables doivent être collectés séparément et recyclés de manière écophile.

Dans l'Union Européenne, ce symbole indique que ce produit ne doit pas être mis au rebut dans les ordures ménagères. Les appareils usés contiennent de précieux matériaux recyclables qui doivent être collectés en vue de leur réutilisation et afin de ne pas polluer l'environnement, ni affecter la santé par une élimination incorrecte. Veuillez pour cela mettre les appareils usés au rebut dans les déchetteries adéquates ou rapporter l'appareil où vous l'avez acheté. L'appareil sera alors recyclé.

Accus/piles:



Ne pas jeter les accus/piles dans les ordures ménagères, ni dans un feu ou dans l'eau. Les accus et piles doivent être collectés, recyclés ou mis au rebut de manière à préserver l'environnement.

Uniquement pour les pays de l'UE :

Conformément à la directive 91/157/EEC, les accus/piles défectueux ou usés doivent être recyclés. Les accus et piles inutilisables peuvent être directement remis à l'adresse ci-dessous:

Promed GmbH, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

PRESTATIONS DE GARANTIE

Cet appareil a été fabriqué avec soin et a fait l'objet d'un contrôle exhaustif avant de quitter l'usine. Nous délivrons donc une garantie de 24 mois à partir de la date d'achat sur présentation du bon de garantie dûment rempli conformément aux conditions ci-dessous.

- En cas de vices évidents de matériel et/ou de fabrication survenant dans le cadre d'un usage conforme et pendant la durée de la garantie, nous remplaçons gratuitement toutes les pièces défectueuses de l'appareil et prenons en charge les frais salariaux de la réparation.
- La garantie est annulée en cas de manipulation incorrecte de l'appareil (par ex. branchement sur une source de courant inadaptée, casse), d'intervention sur l'appareil (par ex. ouverture du boîtier), ainsi que d'utilisation de pièces détachées non homologuées par **Promed**. Les pièces d'usures sont exclues de la garantie. Le moteur de l'appareil et les pièces mobiles ne sont pas couverts par la garantie.
- La durée de garantie prend effet le jour même de l'achat. La revendication d'une prestation de garantie n'a aucune influence sur la durée de la garantie. Les droits de garantie doivent être revendiqués pendant la durée de garantie. Les réclamations survenant après l'expiration de la

durée de garantie ne pourront pas être prises en compte.

- La garantie ne prend effet dans le cadre de ces conditions de garantie que si la date d'achat est validée par le cachet ou la signature du commerçant sur le bon de garantie.
- Pour toute réclamation ou réparation, veuillez envoyer l'appareil au complet avec le bon de garantie dûment rempli au centre de S.A.V. compétent pour votre région. Le bon de garantie est à la fin de ce manuel.
- Sous réserve de modifications techniques et esthétiques, ainsi que modifications de l'équipement.
- Les informations suivantes sont indispensables pour assurer un traitement correct:
 1. Justificatif d'achat original/facture ou cachet du commerçant avec date d'achat
 2. Défaut constaté
 3. Désignation de l'appareil/type

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

PRIMA DELLA MESSA IN FUNZIONE

- A** Coperchio vano batteria
- B** Apparecchio
- C** Pulsante di accensione/spengimento
- D** Display a LED
- E** Timer
- F** Tasti START/STOP
- G** Regolatore d'intensità della vibrazione

DESCRIZIONE DELL'APPARECCHIO

Conservare accuratamente le istruzioni!



Si prega di leggere accuratamente le istruzioni per l'uso, prima di utilizzare l'apparecchio per la prima volta. Grazie per aver scelto il manubrio vibrante elettronico **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Avete acquistato un attrezzo da training di grande pregio. **Promed** è un'azienda leader nel campo dei prodotti sanitari e vanta un'esperienza decennale sotto il profilo della cura del corpo, della salute e del wellness. Potrete ricevere i consigli di un esperto presso il luogo di acquisto dei prodotti **Promed**, oppure rivolgere le vostre domande direttamente a noi. Possiamo affiancarvi un consulente esperto e qualificato. Acquistando il prodotto **Promed VHT-1000 / VHT-2000** vi siete assicurati un apparecchio eccezionale, che associa un design elegante e lussuoso a una grande facilità d'uso, senza rinunciare alla qualità di un vero attrezzo professionale. Grazie alla sua maneggevolezza, è lo strumento ideale per il training domestico.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

DESCRIZIONE DELL'APPARECCHIO

I manubri **Promed VHT-1000 / VHT-2000** consentono di sviluppare in modo mirato muscoli lunghi e snelli, in tempi brevi e con pesi relativamente piccoli. Questi articoli sono eccellenti per bruciare i grassi, ma non solo: hanno anche la capacità di donare al corpo un aspetto vigoroso ma non troppo muscoloso. Gli ulteriori stimoli a bassa frequenza forniti dagli attrezzi **Promed VHT-1000 / VHT-2000** non solo contribuiscono all'aumento e al mantenimento muscolare, ma hanno anche un effetto positivo sulla salute, in quanto portano a un sensibile miglioramento della circolazione sanguigna, consentono una più facile eliminazione dei prodotti terminali del metabolismo corporeo (cosiddette "scorie"), apportando grandi benefici allo stato del tessuto connettivo e dell'epidermide in generale. L'azienda produttrice non è in alcun modo responsabile di eventuali danni o lesioni a persone o cose derivanti dall'inosservanza delle indicazioni contenute nella presente guida.

Vi auguriamo buon divertimento con il vostro nuovo **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Ecco qui di seguito alcune indicazioni che possono aiutarvi a prendere dimestichezza con l'apparecchio. Prima di iniziare a utilizzare il manubrio vibrante, si consiglia di leggere attentamente le istruzioni per l'uso.

Dotazione: apparecchio corredato di batterie.

Varianti:

VHT-1000 (manubrio da 1 kg, di colore rosso)

VHT-2000 (manubrio da 2 kg, di colore blu)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MESSA IN FUNZIONE DELL'APPARECCHIO

INFORMAZIONI SULL'APPARECCHIO / ACCESSORI

Prima della messa in funzione verificare che la fornitura sia completa.

- Prima di riporre il manubrio, assicurarsi che sia spento.

MESSA IN FUNZIONE DELL'APPARECCHIO

A. Inserimento delle batterie

Svitare e allentare il coperchio del vano batterie **(A)** del manubrio **(B)**.



Inserire le batterie negli appositi alloggiamenti. Assicurarsi di collocare le batterie con la giusta polarità (+/-).



Chiudere il coperchio del vano batterie **(A)** del manubrio **(B)** fissandolo nuovamente con le viti.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MESSA IN FUNZIONE DELL'APPARECCHIO



Note

- Al momento di inserire le batterie, assicurarsi di non invertire la polarità (+/-). Una disposizione errata delle batterie può causare gravi danni al manubrio o alle persone.
 - Se il manubrio rimane inutilizzato per un lungo periodo, è consigliabile rimuovere le batterie.
 - Se l'intensità della vibrazione si riduce notevolmente, è necessario sostituire le batterie.
 - Non cambiare mai le batterie mentre il manubrio è ancora in funzione.
- B.** Accensione/spegnimento dell'apparecchio
Per accendere o spegnere l'apparecchio, premere il tasto **(C)**: si udirà un segnale acustico.
- C.** Impostazione dell'intensità della vibrazione
Per impostare l'intensità della vibrazione, premere il tasto **(G)**: si udirà un segnale acustico. L'apparecchio prevede due livelli d'intensità: LO (bassa) und HI (alta). Il livello impostato

comparirà sul display **(D)** sotto forma di LED luminoso color verde (LO) o color rosso (HI).

D. Impostazione del Timer

Per impostare il timer, premere il tasto **(E)**: si udirà un segnale acustico. L'apparecchio prevede 3 diverse impostazioni del timer: 3 min. / 6 min. / 9 min. Il tempo impostato di volta in volta comparirà sul display LCD **(D)**.

E. Inizio / fine del Training

Per dare inizio al training, premere il tasto **(F)**: si udirà un segnale acustico. Il training segue i parametri preimpostati. Trascorso il tempo stabilito, l'apparecchio si ferma automaticamente.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MESSA IN FUNZIONE DELL'APPARECCHIO

UTILIZZO

In caso di anomalie di funzionamento:

- Verificare che le batterie siano inserite nella loro sede in modo corretto (fare attenzione a non invertire la polarità).
- Verificare che il LED sul display si sia illuminato.
- Se i problemi persistono, rivolgersi immediatamente al centro di assistenza clienti competente.

Per ottenere risultati ottimali dal training, afferrare saldamente il manubrio con la mano.

La posizione finale deve essere mantenuta per 10 secondi.

Ogni esercizio va ripetuto per 15 volte.

In linea di massima, le 3 impostazioni del timer corrispondono a quanto segue:

3 minuti – per chi non ha esperienza di esercizi con manubri o non è allenato.

6 minuti – per chi ha esperienza di esercizi con manubri o è mediamente allenato.

9 minuti – per chi ha grande esperienza di esercizi con manubri o è ben allenato.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

UTILIZZO

Esercizio	Posizione di partenza	Posizione finale
Training dei muscoli delle spalle		
Training dei muscoli dell'avambraccio e dei bicipiti		
Training dei muscoli interni del braccio e dei tricipiti		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

UTILIZZO

Training dei muscoli pettorali		
Training dei muscoli laterali del busto		
Training dei muscoli della schiena		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

UTILIZZO

<p>Training della muscolatura del tronco e delle braccia da seduti</p>		
<p>Training dei muscoli pettorali da seduti</p>		
<p>Training dei muscoli addominali da seduti, incastrando il manubrio tra le gambe</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

UTILIZZO

<p>Training dei muscoli laterali del busto da seduti</p>		
<p>Training dei muscoli addominali in posizione supina</p>		
<p>Training dei glutei in posizione supina</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL





RU

PL

SE

FI

UTILIZZO

<p>Training dei muscoli pettorali in posizione supina</p>		
<p>Training dei muscoli della schiena e pettorali in posizione supina</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

MANUTENZIONE E ASSISTENZA

Pulizia dell'apparecchio

- Se i problemi persistono, rivolgersi immediatamente al centro di assistenza clienti competente.
 - Una manutenzione e una pulizia effettuate con regolarità assicurano risultati ottimali e prolungano la durata dell'apparecchio.
 - Quando non si utilizza il set **Promed VHT-1000/VHT-2000**, riporlo in un luogo sicuro, fresco e asciutto.
 - Per non pregiudicare la sicurezza, l'affidabilità e le prestazioni dell'apparecchio, nessuno, ad eccezione del personale autorizzato da **Promed**, deve eseguire ampliamenti, nuove messe a punto, modifiche o riparazioni.
 - Prima di pulire l'apparecchio, sincerarsi che sia spento e non collegato alla rete elettrica.
 - Per la pulizia utilizzare un panno morbido, leggermente inumidito.
 - Non usare sostanze aggressive, quali ad es. creme abrasive o altri detersivi che potrebbero intaccare la superficie.
- Non immergere l'apparecchio in alcun liquido ed evitare contatti con detersivi corrosivi e contenenti solventi.
 - Non effettuare interventi di riparazione sull'apparecchio. Non ci sono elementi che richiedono manutenzione da parte dell'utente.
 - Se l'apparecchio rimane inutilizzato per un lungo periodo, è consigliabile rimuovere le batterie.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

NORME DI SICUREZZA

Prima della messa in funzione tenere presente quanto segue:

Non mettere mai l'apparecchio a contatto diretto con fuoco, gas od ossigeno e oggetti caldi come ad es. piastre elettriche.

- In caso di dubbi di carattere sanitario riguardanti l'utilizzo dell'apparecchio, rivolgersi al proprio medico di fiducia.
- Se durante l'utilizzo dell'apparecchio sorgono dolori, che persistono anche dopo l'interruzione dell'esercizio, rivolgersi immediatamente al medico.
- Non avvicinare mai l'apparecchio a zone del corpo gonfie, ustionate o con ferite aperte.
- Consultare il medico prima dell'utilizzo dell'apparecchio nelle seguenti situazioni:
 - gravidanza
 - diabete
 - problemi cardiaci

- defibrillatori impiantabili e pacemaker
- condizioni di salute che impongono uno stile di vita tranquillo
- La presenza di tumori maligni o altre forme di cancro.
- Si sconsiglia l'uso ininterrotto dell'apparecchio per un tempo superiore ai 15 minuti.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE

FI


NORME DI SICUREZZA

Controlli da effettuare durante l'uso:

- A.** Adottare tutte le precauzioni necessarie per evitare che l'apparecchio cada o venga danneggiato in altro modo.
- B.** In caso sorgano problemi relativamente all'apparecchio, si consiglia la riparazione immediata.
- C.** Non ungere o lavare l'apparecchio.
- D.** Non usare l'apparecchio sotto l'acqua, ovvero nella doccia.
- E.** Solo per uso domestico.
- F.**  Tenere le batterie lontano da fonti di calore, ad es. dal fuoco ed evitare anche un'esposizione prolungata ai raggi del sole. Pericolo di esplosione.
- G.** Utilizzare l'apparecchio solo se si è in buona forma fisica.
- H.** Se durante l'allenamento sopravviene un improvviso malessere, terminare immediatamente l'esercizio.



ATTENZIONE: PERICOLO !

- Non porre mai l'apparecchio a diretto contatto con l'acqua o con altri liquidi.
-  Quando si utilizza un apparecchio in presenza di bambini, è necessaria un'attenta sorveglianza.
- Non toccare l'apparecchio con le mani bagnate.
- Non utilizzare l'apparecchio all'aperto.



AVVERTENZE !

- Controllare che i bambini non giochino con l'apparecchio.
- Non lasciare mai l'apparecchio incustodito, se nelle vicinanze ci sono bambini o persone inesperte.
- Usare l'apparecchio solo per gli usi indicati in queste istruzioni.
- Questo apparecchio non è adatto all'uso da parte di persone (bambini compresi) con limitate capacità fisiche, sensoriali o psichiche oppure inesperte e/o senza conoscenze, a meno che siano controllate da una persona competente o vengano

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

NORME DI SICUREZZA

istruite da essa sull'utilizzo dell'apparecchio stesso.

- Non far giocare i bambini con l'imballaggio per evitare rischi di soffocamento.
- Gli apparecchi elettrici non sono giocattoli. I bambini non riconoscono i pericoli che possono insorgere maneggiando apparecchiature elettriche, quindi utilizzare e riporre l'apparecchio lontano dalla loro portata.
- Non appoggiare o utilizzare l'apparecchio su superfici calde o in prossimità di fiamme libere, in modo da non causare la fusione della struttura esterna.
- Non mettere mai l'apparecchio a contatto con l'acqua. Per pulirlo utilizzare un panno umido. Non usare solventi.
- Non riporre l'apparecchio vicino a un lavabo o a una vasca da bagno, perché sussiste il rischio che cada o ci finisca dentro.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SMALTIMENTO

Utensili elettrici, accessori e imballi devono essere raccolti per il riciclo nel rispetto dell'ambiente.

Solo per Paesi UE:



Non gettare utensili elettrici nei rifiuti domestici! La direttiva europea 2002/96/EC sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche e la sua successiva adozione stabilisce che gli utensili elettrici non più utilizzabili rientrino nella raccolta differenziata e siano raggruppati per il riciclo nel rispetto dell'ambiente.

Nell'ambito dell'UE questo simbolo indica che il prodotto non deve essere smaltito come rifiuto domestico. Gli apparecchi usati contengono materiali utili riciclabili da inviare al riutilizzo, anche per non danneggiare l'ambiente e la salute dell'uomo con lo smaltimento incontrollato. Quindi smaltire gli apparecchi usati mediante adeguati sistemi di raccolta oppure consegnare l'apparecchio al punto vendita, in cui lo si è acquistato. Il rivenditore provvederà a inviarlo per il riutilizzo dei materiali.

Batterie ricaricabili/pile:



Non gettare le batterie ricaricabili / pile nei rifiuti domestici, nel fuoco o in acqua. Le batterie ricaricabili / pile devono essere raccolte, riciclate o smaltite nel rispetto dell'ambiente.

Solo per Paesi UE:

La direttiva 91/157/EEC prevede che le batterie ricaricabili / pile difettose o esaurite siano riciclate. Le batterie ricaricabili / pile non più utilizzabili possono essere consegnate direttamente a: **Promed GmbH**, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

CONDIZIONI DI GARANZIA

Questo apparecchio è stato fabbricato con cura e prima di uscire dallo stabilimento di produzione è stato collaudato in ogni particolare. Si concede pertanto una garanzia di 24 mesi a partire dalla data di acquisto, dietro presentazione della scheda di garanzia rilasciata con l'apparecchio, alle seguenti condizioni:

- In caso di difetti di materiale e/o di fabbricazione dimostrabili che emergano in condizioni di utilizzo conformi alle norme e che si rilevino durante il periodo di garanzia, sostituiamo gratuitamente entro tale periodo tutte le parti difettose dell'apparecchio compresa la quota di costo dell'intervento per le riparazioni in garanzia.
- La garanzia decade in caso di manipolazione inappropriata dell'apparecchio (per es. collegamento a una sorgente di corrente inadeguata, rottura), di interventi sull'apparecchio o di utilizzo di pezzi di ricambio non approvati da **Promed**. I pezzi usurati sono esclusi dalla garanzia. I motori dell'apparecchio e i pezzi mobili non sono coperti da garanzia.
- La durata della garanzia decorre dal giorno dell'acquisto. Il ricorso a una prestazione in garanzia non influisce sulla durata

della garanzia stessa. I diritti di garanzia devono essere fatti valere durante il periodo di copertura della garanzia stessa. Allo scadere di tale periodo non si accettano reclami.

- Le presenti condizioni prevedono che la garanzia entri in vigore solo dietro conferma della data d'acquisto riportata sulla scheda di garanzia mediante timbro/firma del rivenditore.
- In caso di garanzia o riparazione inviare l'apparecchio completo, accompagnato dalla scheda di garanzia compilata in ogni sua parte, al servizio clienti autorizzato di zona. La scheda di garanzia si trova alla fine delle istruzioni per l'uso.
- Salvo cambiamenti tecnici ed estetici, nonché modifiche della dotazione.
- Per intervenire senza difficoltà è indispensabile attenersi alle seguenti indicazioni:
 1. Originale dello scontrino di acquisto / Ricevuta o timbro del commerciante con data di acquisto
 2. Difetto rilevato
 3. Denominazione dell'apparecchio / Tipo

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO

- A** Tapa del compartimento de las pilas
- B** Aparato
- C** Botón de encendido / apagado
- D** Pantalla LED
- E** Timer
- F** Botón de start / stop
- G** Intensidad de vibración

INFORMACION DEL APARATO

Lea atentamente estas instrucciones!



Debe leer el manual de instrucciones con atención, antes de utilizar el aparato por primera vez.

Muchas gracias por adquirir la pesa vibratoria electrónica **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, un producto de entrenamiento de gran calidad. **Promed** es una empresa líder con décadas de experiencia en los ámbitos del cuidado corporal, el wellness y la salud.

Podrá obtener asesoramiento profesional en cualquier punto donde se vendan productos **Promed** o, si lo desea, puede ponerse en contacto directamente con nosotros y le nombraremos un asesor competente. Con la compra del **Promed VHT-1000 / VHT-2000** adquiere Vd. un extraordinario aparato con gran elegancia y lujoso confort de manejo con calidad profesional. El aparato es fácil de manejar e ideal para realizar el entrenamiento privado en casa.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INFORMACION DEL APARATO

A través del **Promed VHT-1000 / VHT-2000** podrá definir a corto plazo y con pesos relativamente bajos, largos y finos músculos que, no sólo son los músculos ideales para quemar grasas, sino que al mismo tiempo le confieren al cuerpo un aspecto firme sin ser demasiado musculoso. Además, los estímulos vibratorios de frecuencia baja adicionales del **Promed VHT-1000 / VHT-2000** no sólo contribuyen a mantener y desarrollar la musculatura, sino que también tienen un gran valor médico, ya que, además de estimular la circulación sanguínea, contribuyen a transportar los metabolitos (productos de desecho) mejorando el tejido conjuntivo y, en general, el aspecto de la piel. Como fabricantes no nos hacemos responsables de ningún tipo de lesión personal o daño material derivado de la inobservancia de estas instrucciones de manejo.

Le deseamos que disfrute de su nuevo **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. A continuación le indicamos información importante que le ayudará a familiarizarse con el aparato. Por favor, antes de utilizar el aparato por primera vez, lea las instrucciones de manejo.

Volumen de entrega: aparato con pilas.

Variantes:

VHT-1000 (Pesa de 1.000 g, color rojo)

VHT-2000 (Pesa de 2.000 g, color azul)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

PUESTA EN FUNCIONAMIENTO DEL APARATO

INFORMACIÓN SOBRE EL APARATO / ACCESORIOS

Compruebe por favor que el suministro está completo y que la tensión de red es la correcta.

- Antes de depositar la pesa sobre cualquier superficie, asegúrese de que está apagada.

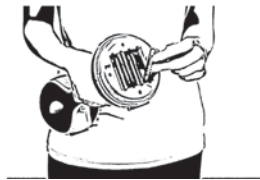
PUESTA EN FUNCIONAMIENTO DEL APARATO

A. Colocación de las pilas

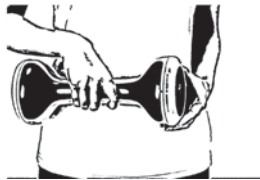
Desenrosque la tapa del compartimento de las pilas **(A)** situada en la pesa **(B)**.



Coloque las pilas en el compartimento con la polaridad correcta (+/-).



Coloque la tapa del compartimento de las pilas **(A)** situada en la pesa **(B)** y ciérrela volviendo a enroscarla.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

PUESTA EN FUNCIONAMIENTO DEL APARATO



Indicaciones

- Introduzca las pilas en el compartimento observando siempre la polaridad correcta (+/-). Si coloca las pilas en la posición errónea podrían producirse serios daños en la pesa o graves lesiones personales.
- Si no va a utilizar la pesa por un largo periodo de tiempo, desinstale las pilas.
- Si la intensidad de vibración disminuye notablemente, recambie las pilas.
- No intente cambiar las pilas bajo ninguna circunstancia mientras la pesa esté en funcionamiento.

B. Encender / apagar el aparato

Para encender / apagar el aparato pulse el botón **(C)**; la activación se confirma mediante un sonido 'pip'.

C. Ajuste de la intensidad de vibración

Para ajustar la intensidad de vibración pulse el botón **(G)**; la activación se confirma mediante un sonido 'pip'. Existen dos

niveles de intensidad: LO (bajo) y HI (alto). La pantalla LED **(D)** indica el nivel seleccionado iluminándose en verde para el nivel 'LO' y en rojo para el nivel 'HI'.

D. Ajuste del Timer

Para ajustar el Timer pulse el botón **(E)**; la activación se confirma mediante un sonido 'pip'. Existen 3 niveles diferentes para el Timer (3 min. / 6 min. / 9 min.). La pantalla LED **(D)** indica el nivel seleccionado.

E. Inicio / final del entrenamiento

Para iniciar el entrenamiento pulse el botón **(F)**; la activación se confirma mediante un sonido 'pip'. Seguidamente, el entrenamiento se inicia con los parámetros ajustados. Tras haber alcanzado el tiempo de tratamiento ajustado, el aparato se desconecta automáticamente.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

PUESTA EN FUNCIONAMIENTO DEL APARATO

APLICACIÓN

En caso de fallos de funcionamiento:

- Compruebe la instalación correcta de las pilas (observe la polaridad).
- Compruebe que la indicación de la pantalla se ilumine.
- En caso de que tras haber comprobado los puntos enumerados anteriormente el aparato siguiera sin funcionar correctamente, póngase por favor en contacto con el servicio al cliente.

Para alcanzar el mejor resultado posible de entrenamiento, se recomienda agarrar la pesa fuertemente con la mano. La posición final debe mantenerse durante 10 segundos. Cada ejercicio debe repetirse 15 veces.

En general, los niveles del Timer significan lo siguiente:

3 minutos – para principiantes y personas desentrenadas con pesas.

6 minutos – para personas familiarizadas con el uso de las pesas y un condición física media.

9 minutos – para personas experimentadas en el uso de las pesas y muy entrenadas.

DE

EN

FR

IT

ES

NL



RU

PL

SE

FI

APLICACIÓN

Ejercicio	Posición inicial	Posición final
Entrenamiento de los músculos de los hombros		
Entrenamiento de los músculos del brazo / del bíceps		
Entrenamiento de los músculos interiores del brazo / del tríceps		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

APLICACIÓN

<p>Entrenamiento de los músculos pectorales</p>		
<p>Entrenamiento de los músculos laterales del tronco</p>		
<p>Entrenamiento de los músculos de la espalda</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

APLICACIÓN

<p>Entrenamiento de los músculos del tronco y los brazos en posición sentada</p>		
<p>Entrenamiento de los músculos pectorales en posición sentada</p>		
<p>Entrenamiento de los músculos abdominales en posición sentada sujetando la pesa entre las piernas</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

APLICACIÓN

<p>Entrenamiento de los músculos del tronco en posición sentada</p>		
<p>Entrenamiento de los abdominales en posición tumbada</p>		
<p>Entrenamiento de los glúteos en posición tumbada</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

APLICACIÓN

Entrenamiento de los músculos pectorales en posición tumbada



Entrenamiento de los músculos pectorales y de la espalda en posición tumbada



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Limpieza del aparato

- La limpieza y el mantenimiento regular garantiza excelentes resultados y alarga el tiempo de vida útil de su aparato.
 - Almacene los accesorios del **Promed VHT-1000/ VHT-2000** en un lugar seguro, fresco y seco si no van a ser utilizados.
 - Con el fin de no alterar el grado de seguridad, fiabilidad y rendimiento del aparato, los reajustes, ampliaciones, modificaciones y reparaciones deben ser realizadas exclusivamente por personal autorizado por **Promed**
 - Antes de limpiar el aparato asegúrese de que esté apagado y desconectado de la red
 - Para realizar la limpieza utilice un paño suave humedecido ligeramente.
 - No utilice sustancias agresivas como por ejemplo cremas de limpieza u otros agentes de lavado, ya que estas sustancias corroen las superficies.
- No sumerja el aparato nunca en líquidos y manténgalo apartado de soluciones de limpieza abrasivas.
 - No repare Vd. mismo el aparato. El aparato no contiene ninguna pieza que pueda ser reparada por el usuario.
 - Si no va a utilizar la pesa por un largo periodo de tiempo, desinstale las pilas.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

NORMAS DE SEGURIDAD

Antes de la puesta en funcionamiento debería tener en cuenta:

Mantener el aparato siempre fuera del contacto directo con fuego, gas u oxígeno, así como de objetos muy calientes, como por ejemplo placas eléctricas.

- Si tiene algún problema de salud, consulte con su médico antes de utilizar el aparato.
- Si siente dolor durante los ejercicios o los dolores permanecen después de haber finalizado el entrenamiento por un largo período de tiempo, consulte inmediatamente con su médico.
- No utilice nunca el aparato en zonas corporales con inflamación o quemaduras ni en heridas abiertas.
- Consulte con su médico antes de utilizar el aparato en los siguientes casos:
 - embarazo.
 - diabetes.
 - enfermedad cardíaca.

- marcapasos o desfibrilador implantado.
- situaciones de salud que requieran el reposo del paciente.
- existencia de melanomas y otros tipos de cáncer.
- No se recomienda utilizar el aparato durante más de 15 minutos.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

NORMAS DE SEGURIDAD

Debería tenerse en cuenta para el uso:

- A.** Tome las precauciones que sean necesarias para evitar que el aparato caiga al suelo o sufra cualquier otro tipo de daño.
- B.** En caso de comprobar fallos en el aparato envíelo, por favor, inmediatamente a reparar.
- C.** No engrase ni lave el aparato.
- D.** Sólo para uso doméstico.
- E.** Si utiliza el aparato cerca de niños es necesario mantener cierta vigilancia.
- F.**  Evite que las pilas se calienten, por ejemplo, por la exposición permanente a las radiaciones solares o al fuego. De lo contrario existe el peligro de explosión.
- G.** Utilice el aparato exclusivamente si se encuentra en un buen estado de salud.
- H.** Si nota cualquier tipo de molestia inusual durante los ejercicios interrumpa inmediatamente el entrenamiento.

¡PELIGRO!

- No ponga el aparato jamás directamente en contacto con agua u otros líquidos.
-  No coloque el aparato nunca sobre superficies mojadas ni lo utilice en recintos húmedos.
- No toque el aparato con las manos mojadas.
- El aparato no debe ser utilizado al aire libre.

¡ADVERTENCIA!

- Asegúrese de que los niños no jueguen con el aparato.
- Jamás deje el aparato sin vigilar, estando niños próximos o personas inexpertas manejando este aparato.
- Utilice el aparato únicamente para aplicaciones como se describen en este manual de instrucciones.
- Este aparato no está destinado para ser usado por personas (incluido niños) con facultades físicas, sensoriales o mentales limitadas o con falta de experiencia y/o de conocimiento, a

NORMAS DE SEGURIDAD

no ser que estén supervisadas por una persona responsables de su seguridad o hayan obtenido de ella instrucciones de cómo se ha de utilizar el aparato.

- No permita nunca a niños jugar con material de embalaje, existe peligro de asfixia.
- Un aparato eléctrico no es un juguete para niños. Los niños no reconocen los peligros, que se pueden producir en el manejo de aparatos eléctricos. Por lo tanto se debe guardar el aparato fuera del alcance de los niños.
- No colocar o utilizar el aparato sobre superficies muy calientes o próximas a llamas de gas, para evitar que se derrita la carcasa.
- No poner el aparato jamás en contacto con agua. Utilizar un trapo húmedo para la limpieza del aparato. No emplear disolventes.
- No coloque el aparato cerca de lavabos o bañeras, ya que podría caer dentro de ellas.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ELIMINACIÓN DE RESIDUOS

Herramientas eléctricas, accesorios y envoltorios deben de ser dirigidos a un reciclado ambientalmente sostenible.

Solo para países de la UE:



¡No deposite herramientas eléctricas en la basura doméstica! De acuerdo con la Directriz Europea 2002/96/EC sobre Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos y su transformación a derecho nacional, ya no es necesario llevar herramientas eléctricas útiles de forma selectiva y a un reciclado ambientalmente sostenible.

Este símbolo utilizado por la UE indica que el producto no debe ser eliminado tirándolo a la basura doméstica. Los aparatos viejos contienen algunos materiales que pueden ser reciclados para evitar posibles daños personales o medioambientales debidos a la eliminación incontrolada de basura. Por favor, elimine los aparatos viejos a través de sistemas de recogida adecuados o envíelos al comercio donde los compró para su eliminación y reciclaje.

Acumuladores / pilas:



No tire los acumuladores/las pilas a la basura doméstica, al agua o al fuego. Los acumuladores / las pilas deben ser llevadas a un punto de recogida, recicladas o eliminadas de forma ecológica.

Sólo para los nuevos países de la UE:

Según la directiva 91/157/EEC los acumuladores / las pilas defectuosas o gastadas deben ser recicladas. Los acumuladores / las pilas gastadas pueden ser entregadas en la siguiente dirección: Promed GmbH, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

PRESTACIONES DE LA GARANTÍA

Este aparato ha sido fabricado con sumo cuidado y probado exhaustivamente antes de abandonar el taller. Por lo que, con la presentación del certificado de garantía expedido sobre este aparato, prestamos una garantía de 24 meses a partir de la fecha de compra de acuerdo con las siguientes condiciones.

- En caso de fallos comprobables de material y/o de fabricación, que se presentan en el uso realizado de forma reglamentaria, y que se comprueban dentro del período de garantía, reemplazamos dentro del plazo de garantía todas las piezas defectuosas del aparato de forma gratuita, incluida la mano de obra de los trabajos de reparación correspondientes a la garantía.
- La garantía vence en caso de manejo inadecuado del aparato (por ejemplo conexión a fuentes de suministro eléctrico no apropiadas, rotura), en caso de intervención en el aparato (por ejemplo abertura de la carcasa del aparato) así como en caso de empleo de piezas de recambio que no fueron autorizadas por **Promed**. Las piezas desgastadas están excluidas de la garantía. Motores de aparatos y piezas móviles no están incluidas en la garantía.
- El período de garantía comienza el día de la compra. La

utilización de una prestación de garantía no incide en la duración de la garantía. Reclamaciones por garantía deben ser realizadas dentro del período de garantía. No se pueden atender reclamaciones efectuadas después de la finalización del período de garantía.

- La garantía solamente tiene validez en el marco de las condiciones de garantía, si la fecha de compra en el certificado de garantía se confirma mediante el sello/firma del distribuidor.
- En caso de garantía o reparación, envíe por favor el aparato completo con el certificado de garantía completamente relleno al servicio de atención al cliente que le corresponda. El certificado de garantía se encuentra al final del manual de instrucciones.
- ¡El fabricante se reserva el derecho de realizar modificaciones técnicas y ópticas, así como cambios de equipamiento!
- Para tramitar su reclamación es imprescindible adjuntar los siguientes datos:
 1. Ticket de compra original / factura o sello del comerciante con la fecha de compra
 2. Defecto que presenta
 3. Denominación del aparato / tipo

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

VOOR INGEBRIJKNAMF

BESCHRIJVIJG VAN HET APPARAAT

- A** Batterijdeksel
- B** Apparaat
- C** Aan/uit-knop
- D** LED-display
- E** Timer
- F** Start/stop-toets
- G** Vibratiesterkte

Gebruiksaanwijzing a.u.b. zorgvuldig bewaren!



Lees a.u.b. de gebruiksaanwijzing zorgvuldig door, voordat u het apparaat de eerste keer gebruikt.

Dank u voor de aanschaf van de elektronische vibratiehalter **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. U heeft een kwalitatief hoogwaardig trainingsproduct aangeschaft. **Promed** is een toonaangevend bedrijf met tientallen jaren ervaring op het gebied van lichaamsverzorging, wellness en gezondheid. Deskundig advies is overal beschikbaar waar **Promed**-producten verkrijgbaar zijn, of neem bij vragen contact met ons op. Wij kunnen u doorverwijzen naar een bevoegde adviseur. Met de aanschaf van de **Promed VHT-1000 / VHT-2000** komt u in het bezit van een fantastisch apparaat met elegantie en comfort in professionele kwaliteit. Het is gemakkelijk in het gebruik en ideaal om thuis te trainen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

BESCHRIJVING VAN HET APPARAAT

Met de **Promed VHT-1000 / VHT-2000** worden er in korte tijd met relatief kleine gewichten doelgericht lange en slanke spieren opgebouwd. Dit zijn niet alleen ideale vetverbranders, maar geven het lichaam ook een krachtig maar niet al te gespierd uiterlijk. Daarbij dragen de extra laagfrequente prikkels van de **Promed VHT-1000 / VHT-2000** niet alleen bij aan het behoud en de ontwikkeling van de spieren, maar zijn ook medisch van zeer hoge betekenis. Ze dragen bij aan een aanzienlijk verbeterde bloedtoevoer en afvoer van stofwisselingsproducten (zogenaamde slakken) en zorgen daarmee voor een verbetering in het bindweefsel en de huid. Wij zijn als fabrikant op geen enkele wijze aansprakelijk voor persoonlijk letsel of materiële schade die zou kunnen ontstaan door het niet opvolgen van de aanwijzingen in deze handleiding.

Wij wensen u veel plezier met uw nieuwe **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Hieronder krijgt u de gelegenheid zich met het apparaat vertrouwd te maken. Lees voordat u het apparaat in gebruik neemt de gebruiksaanwijzing.

Leveringsomvang: Apparaat inclusief batterijen.

Leverbare modellen:

VHT-1000 (1000 g halter, rood)

VHT-2000 (2000 g halter, blauw)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INGEBRUIKNAME VAN HET APPARAAT

TOESTELINFORMATIE / ACCESSOIRES

Controleer voor de ingebruikname de volledigheid van de levering en de correcte netspanning.

- Zorg er voordat u de halter neerlegt in elk geval voor dat deze is uitgeschakeld.

INGEBRUIKNAME VAN HET APPARAAT

A. Plaatsen van de batterijen

Verwijder het batterijdeksel (A) van de halter (B) door deze open te draaien.



Plaats de batterijen in de ervoor bestemde houders. Zorg ervoor dat de juiste polariteit (+/-) wordt aangehouden.



Sluit het batterijdeksel (A) van de halter (B) door deze te plaatsen en dicht te draaien.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INGEBRUIKNAME VAN HET APPARAAT



Let op

- Zorg er bij het plaatsen van de batterijen voor dat de juiste polariteit (+/-) wordt aangehouden. Onjuist geplaatste batterijen kunnen ernstige schade aan de halter veroorzaken en leiden tot persoonlijk letsel.
- Verwijder als u de halter langere tijd niet gebruikt in elk geval de batterijen.
- Als de vibratiesterkte merkbaar minder wordt, dient u de batterijen te vervangen.
- Vervang de batterijen nooit zolang de halter nog in werking is.

B. Aan- en uitzetten van het apparaat

Druk om het apparaat aan of uit te zetten op toets **(C)**. Als deze juist wordt ingedrukt, klinkt er een pieptoon.

C. Instellen van de vibratiesterkte

Druk om de vibratiesterkte in te stellen op toets **(G)**. Als deze juist wordt ingedrukt, klinkt er een pieptoon. De vibratiesterkte

heeft twee verschillende niveaus: LO (laag) en HI (hoog). Het ingestelde niveau wordt op het LED-display **(D)** weergegeven door een groene LED (LO) of een rode LED (HI).

D. Instellen van de timer

Druk om de timer in te stellen op toets **(E)**. Als deze juist wordt ingedrukt, klinkt er een pieptoon. De timer heeft 3 verschillende standen: 3 min / 6 min / 9 min. De ingestelde tijd wordt weergegeven op het LCD-display **(D)**.

E. Starten en stoppen van de training

Druk om de training te starten op toets **(F)**. Als deze juist wordt ingedrukt, klinkt er een pieptoon. De training begint nu met de eerder ingestelde waarden. Na afloop van de ingestelde tijd stopt het apparaat automatisch.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

INGEBRUIKNAME VAN HET APPARAAT

GEBRUIK

In geval van functiestoringen:

- Controleer of de batterijen juist geplaatst zijn (let op de polariteit).
- Controleer of het display oplicht.
- Indien de problemen dan nog niet zijn verholpen, neemt u a.u.b. onmiddellijk contact op met uw servicepunt.

Voor een efficiënt trainingsresultaat dient u de halter stevig vast te houden.

De eindpositie moet 10 seconden lang worden vastgehouden. Elke oefening dient 15 keer te worden herhaald.

De timerstanden hebben in het algemeen de volgende betekenis:

3 Minuten – voor in het trainen met de halter onervaren of ongetrainde personen.

6 Minuten – voor in het trainen met de halter ervaren of tamelijk getrainde personen.

9 Minuten – voor in het trainen met de halter zeer ervaren of goed getrainde personen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

GEBRUIK

Oefening	Uitgangspositie	Eindpositie
Trainen van de schouderspieren		
Trainen van de armbuigspieren / biceps		
Trainen van de armtrekspijeren / triceps		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

GEBRUIK

Trainen van de borstspieren		
Trainen van de zijdelingse rompspieren		
Trainen van de rugspieren		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

GEBRUIK

<p>Al zittend trainen van het bovenlichaam en de armspieren</p>		
<p>Al zittend trainen van de borstspieren</p>		
<p>Al zittend trainen van de buikspieren door de halter tussen de benen te klemmen</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

GEBRUIK

<p>Al zittend trainen van de zijdelingse rompspieren</p>		
<p>Al liggend trainen van de buikspieren</p>		
<p>Al liggend trainen van de bilspieren</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL





RU

PL

SE

FI

GEBRUIK

Al liggend trainen van de borstspieren		
Al liggend trainen van de rug- en borstspieren		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ONDERHOUD EN VERZORGING

Schoonmaken van het apparaat

- Regelmatig onderhoud en schoonmaken zorgt voor perfecte resultaten en verlengt de levensduur van uw apparaat.
- Bewaar het **Promed VHT-1000/VHT-2000** set op een veilige, koele en droge plek, als het niet wordt gebruikt.
- Om de veiligheid, betrouwbaarheid en prestaties van het apparaat niet te beïnvloeden, mogen geen uitbreidingen, nieuwe instellingen, veranderingen of reparaties worden uitgevoerd, dit mag alleen door een door **Promed** gemachtigd persoon geschieden.
- Voordat u het apparaat schoonmaakt, overtuigt u zich ervan, dat het apparaat is uitgeschakeld en van het stroomnet werd gescheiden
- Voor het schoonmaken gebruikt u een licht vochtige en zachte doek.
- Gebruik geen agressieve stoffen zoals bijv. schuurmiddel of andere afwasmiddelen, omdat deze de oppervlakte kunnen aantasten.
- Dompel het apparaat nooit in een vloeistof en houdt het op afstand van oplos- en schoonmaakmiddelen.
- Repareer het apparaat niet. Het bevat geen onderdelen, die door de gebruiker kunnen worden onderhouden.
- Verwijder de batterijen uit het apparaat als u deze langere tijd niet gebruikt.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

Voor ingebruikname a.u.b. nakomen:

Het apparaat nooit in direct contact met vuur , gas of zuurstof, alsmede hete voorwerpen zoals bijv. kookplaten brengen.

- Als u om gezondheidsredenen twijfelt of u het apparaat kunt gebruiken, raadpleeg dan in elk geval eerst uw arts.
 - Als er tijdens het gebruik pijn optreedt en vervolgens langere tijd aanhoudt, neem dan in elk geval contact op met uw arts.
 - Gebruik het apparaat nooit in de buurt van zwellingen, brandwonden of open wonden.
 - Onder de volgende omstandigheden dient u voor gebruik van het apparaat uw arts te raadplegen:
 - Zwangerschap
 - Diabetes
 - Hartaandoeningen
- Geïmplanteerde defibrillators en pacemakers
 - Gezondheidstoestanden waarbij de patiënt rustig dient te blijven.
 - De aanwezigheid van melanomen of andere vormen van kanker.
 - Een langdurige toepassing van het apparaat van meer dan 15 minuten wordt niet aanbevolen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

Bij het gebruik a.u.b. nakomen

- A.** Tref alle mogelijke voorzorgsmaatregelen om ervoor te zorgen dat het apparaat niet valt of op andere wijze beschadigd raakt.
- B.** Laat het apparaat in geval van problemen meteen repareren.
- C.** Smeer of was het apparaat niet.
- D.** Alleen voor huishoudelijk gebruik.
- E.** In geval van gebruik van het apparaat in de buurt van kinderen is nauwgezet toezicht een noodzakelijke voorwaarde.
- F.**  Bescherm de accu tegen hitte zoals voortdurende zonnestraling en vuur. Er bestaat explosiegevaar.
- G.** Gebruik het apparaat alleen als u zich lichamelijk goed voelt.
- H.** Als u zich tijdens het trainen plotseling onwel voelt, beëindig dan in elk geval onmiddellijk de oefening.

GEVAAR!

- Breng het apparaat nooit in direct contact met water of andere vloeistoffen.
-  Het apparaat nooit in een natte of vochtige omgeving plaatsen of gebruiken.
- Raak het apparaat nooit met natte handen aan.
- Het apparaat mag niet in de open lucht worden gebruikt.

WAARSCHUWING!

- Let erop, dat kinderen niet met het apparaat spelen.
- Laat het apparaat nooit zonder toezicht, indien kinderen of in de omgang met het apparaat onbedreven personen zich in de buurt van het apparaat bevinden.
- Gebruik het apparaat alleen voor toepassingen zoals in deze gebruiksaanwijzing beschreven. Gebruik alleen door de fabrikant goedgekeurde opzetstukken en accessoires.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN

- Laat kinderen nooit met het verpakkingsmateriaal spelen, hier bestaat verstikkingsgevaar.
- Een elektrisch apparaat is geen kinderspeelgoed. Kinderen kunnen de gevaren, die bij de omgang met elektrische apparaten kunnen ontstaan, niet herkennen. Het apparaat daarom buiten de reikwijdte van kinderen gebruiken en bewaren.
- Het apparaat niet op hete oppervlakken of in de buurt van open gasvlammen neerzetten of gebruiken, opdat de kast niet smelt.
- Het apparaat nooit met water in verbinding brengen. Voor het schoonmaken van het apparaat een vochtige doek gebruiken. Geen oplosmiddelen gebruiken.
- Bewaar het apparaat niet in de buurt van een wasbak of badkuip, omdat anders het gevaar bestaat, dat het in de wasbak of de badkuip kan vallen of wordt getrokken.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

AFVALVERWIJDERING

Elektrische gereedschappen, accessoires en verpakkingen moeten milieuvriendelijk worden verwijderd.

Alleen voor EU-landen:



Gooi elektrische gereedschappen niet bij het huisvuil!
In overeenstemming met de Europese richtlijn 2002/96/EC voor afgedankte elektrische en

elektronische apparatuur en de omzetting naar nationaal recht moeten afgedankte elektrische gereedschappen apart van elkaar worden verzameld en milieuvriendelijk worden verwijderd.

Binnen de EU duidt dit symbool aan, dat dit product niet via het normale huisvuil mag worden verwijderd. Afgedankte apparaten bevatten kostbare recyclebare materialen, die hergebruikt moeten worden, om het milieu c.q. de gezondheid niet door ongecontroleerde vuilverwijdering schade te berokkenen. Verwijder afgedankt apparaten daarom a.u.b. via een daarvoor bestemd verzamelsysteem of stuur het apparaat voor de verwijdering terug naar de verkoopplek. Deze zal het apparaat dan laten verwijderen.

Accu's / batterijen:



Gooi accu's / batterijen niet bij het huisvuil, in het water of in het vuur. Accu's / batterijen moeten worden verzameld, gerecycled of op milieuvriendelijke wijze worden verwijderd.

Alleen voor EU-landen:

In overeenstemming met de richtlijn 91/157/EEC moeten defecte of verbruikte accu's / batterijen worden gerecycled. Niet meer te gebruiken accu's / batterijen kunnen direct afgegeven worden bij: **Promed** GmbH, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

GARANTIEBEPALINGEN

Dit apparaat werd met grote zorgvuldigheid vervaardigd en voor het verlaten van de fabriek grondig gecontroleerd. Daarom verlenen wij op vertoon van de voor dit apparaat ingevulde garantiekaart een garantie van 24 maanden vanaf de aankoopdatum in overeenstemming met de navolgende voorwaarden:

- Bij aantoonbare materiaal- en fabricagefouten, die tijdens gebruik volgens de voorschriften optreden en die tijdens de garantieperiode worden herkend, vervangen wij tijdens de garantieperiode kosteloos alle defecte onderdelen van het apparaat inclusief de loonkosten van de garantiereparaties.
- De garantie vervalt in geval van ondeskundig gebruik van het apparaat (bijv. aansluiten aan ongeschikte stroombronnen, breuk), in geval van ingrepen in het apparaat (bijv. openen van de kast van het apparaat) alsmede bij het gebruik van vervangende onderdelen, die niet door **Promed** zijn goedgekeurd. Aan slijtage onderhevige onderdelen zijn van de garantie uitgesloten. De motoren van het apparaat en verplaatsbare onderdelen vallen niet onder de garantie.
- De garantieperiode begint op de aankoopdatum. De gebruikmaking van de garantie heeft geen invloed op de duur van de garantie. De aanspraken op de garantie moeten binnen de garantieperiode worden gesteld. Na afloop van de garantieperiode optredende bezwaren kunnen niet meer in aanmerking worden genomen.
- De garantie is in het kader van deze garantiebepalingen alleen dan geldig, als de aankoopdatum door de stempel en handtekening van de dealer op de garantiekaart wordt bevestigd.
- In geval van garantie of reparatie stuurt u het volledige apparaat met volledig ingevulde garantiekaart aan de voor u verantwoordelijke klantenservice.
- Technische en optische veranderingen alsmede veranderingen van de uitrusting zijn voorbehouden!
- Voor een soepele verwerking zijn de volgende gegevens absoluut noodzakelijk:
 1. Originele aankoopbon/kwitantie of stempel van de dealer met aankoopdatum
 2. Geconstateerde gebreken
 3. Benaming van het apparaat / type

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ДО ВВЕДЕНИЯ ПРИБОРА В ЭКСПЛУАТАЦИЮ

ОПИСАНИЕ УСТРОЙСТВА

- A** Защитная крышка отделения аккумуляторов
- B** Прибор
- C** Вкл. /Выкл.
- D** Светодиодный индикатор
- E** Таймер
- F** Кнопка пуска / остановки
- G** Интенсивность вибрации

Сохраняйте, пожалуйста, инструкцию бережно!



До первого использования прибора внимательно прочитайте инструкцию по применению.

Благодарим за покупку электрической вибрационной гантели модели **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Вы приобрели высококачественный прибор для выполнения физических упражнений. **Promed** является ведущим предприятием с многолетним опытом по производству приборов по уходу за телом, а также для использования в области велнеса и ухода за здоровьем.

Квалифицированную консультацию Вы можете получить везде, где продаются приборы марки **Promed**. Вы можете также напрямую обратиться к нам с вопросом. Мы можем назвать Вам ответственного за проведение консультаций в Вашем регионе сотрудника. Приобретя прибор **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, Вы стали обладателем прекрасного устройства, сочетающего в себе элегантность, повышенный комфорт в использовании и профессиональное качество. Будучи простым в использовании, прибор идеально подходит для использования в качестве бытового прибора для выполнения физических упражнений.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ОПИСАНИЕ УСТРОЙСТВА

С помощью прибора **Promed VHT-1000 / VHT-2000** уже за короткий промежуток времени и при использовании относительно небольшого веса гантели удаётся целенаправленно развить длинные и тонкие мышцы. Развитые мышцы не только являются идеальным средством для сжигания жира, но они и придают телу крепкий и одновременно с этим и не слишком мускулистый вид. Кроме того, инфранизкочастотные экстрараздражители, исходящие от **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, не только способствуют сохранению и развитию мускулатуры, а являются также очень важными в медицинском отношении, способствуя ощутимому улучшению кровоснабжения, лучшему выводу из организма конечных продуктов обмена веществ (т. н. шлаковых образований) и тем самым способствуют и улучшению состояния соединительной ткани, а также и общему внешнему виду кожи. При несоблюдении данного руководства производителей прибора ни в коем случае не следует делать ответственным за травмы и ранения, причинённые лицам, или за ущерб, нанесённый предметам.

Желаем много радости при пользовании Вашим новым прибором **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. В дальнейшем мы хотели бы ознакомить Вас с прибором. До первого использования прибора внимательно прочитайте инструкцию по применению.

Объём поставки: Прибор включая аккумуляторы.

Варианты поставки:

VHT-1000 (гантеля весом 1000 г, красного цвета)

VHT-2000 (гантеля весом 2000 г, синего цвета)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Ввод прибора в эксплуатацию

ИНФОРМАЦИЯ О ПРИБОРЕ / Оснащение

Пожалуйста, проверьте до введения прибора в эксплуатацию полноту комплектации и убедитесь в том.

- При откладывании гантели в сторону на хранение следите за тем, чтобы она была выключена.

Ввод прибора в эксплуатацию

А. Вставление аккумуляторов

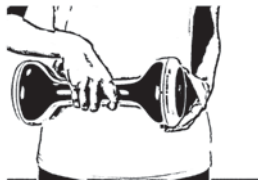
Снимите защитную крышку отделения с аккумуляторами **(А)** с гантели **(В)**, отвинтив её от корпуса гантели.



Вставьте аккумуляторы в предназначенные для них углубления. Обязательно соблюдайте правильную полярность (+/-) аккумуляторов.



Закройте защитную крышку отделения с аккумуляторами **(А)** гантели **(В)**, присоединив и привинтив её к корпусу гантели.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ВВОД ПРИБОРА В ЭКСПЛУАТАЦИЮ



Указание

- При вставлении аккумуляторов обязательно следите за соблюдением их правильной полярности (+/-) . Неправильно вставленные аккумуляторы могут нанести серьёзные повреждения гантели и лицам.
- Если Вы на протяжении длительного времени не используете гантелю, обязательно выньте из неё аккумуляторы.
- Если интенсивность вибрации заметно ослабла, Вам следует заменить аккумуляторы на новые.
- Никогда не заменяйте аккумуляторы при работающем приборе.

В. ВКЛ/ВЫКЛ прибора

Для включения / выключения прибора нажмите на кнопку **(C)**, успешность выполнения данной функции будет подтверждена сигналом «пип».

С. Установление интенсивности вибрации

Для установления / регулировки интенсивности вибрации нажмите на кнопку **(G)**, успешность выполнения данной

функции будет подтверждена сигналом «пип». Существует два уровня интенсивности, LO (низкий) и HI (высокий). Показания установленного уровня интенсивности появятся на светодиодном индикаторе **(D)** в виде светодиодной лампочки зелёного цвета (LO) или красного цвета (HI).

D. Установка таймера

Для установления / регулировки таймера нажмите на кнопку **(E)**, успешность выполнения данной функции будет подтверждена сигналом «пип». Существует три различных ступени таймера (3 мин / 6 мин / 9 мин). Установленное в каждом конкретном случае время таймера показывается на ЖК-дисплее **(D)**.

E. Стартовать / Закончить выполнение упражнений

Для того, чтобы стартовать / закончить упражнения нажмите на кнопку **(F)**, успешность выполнения данной функции будет подтверждена сигналом «пип». Упражнения будут начаты с учётом установленных параметров. По истечении установленного времени использования прибор самостоятельно остановится.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

При неправильном срабатывании:

- Проверьте правильное положение аккумуляторов (обратите внимание на полярность).
- Удостоверьтесь в том, что на дисплее есть показания.
- Если тем самым проблемы не устранены, следует незамедлительно обратиться в службу, уполномоченную оказывать сервисные услуги.

Для эффективного достижения результатов тренинга следует крепко зажать гантель в руке.

Окончательная позиция должна соблюдаться на протяжении 10 секунд.

Каждое упражнение следует повторить 15 раз.

Ступени таймера имеют в общем следующее значение:

3 минуты – для неопытных в выполнении физических упражнений с гантелями или для нетренированных лиц.

6 минут – для опытных в выполнении физических упражнений с гантелями лиц или лиц со средним уровнем тренировки.

9 минут – для крайне опытных в выполнении физических упражнений с гантелями лиц или же лиц с хорошим уровнем тренировки.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ПРИМЕНЕНИЕ

Упражнение	Начальная позиция	Конечная позиция
Упражнения для развития мышц плеча		
Упражнения для развития мышц предплечья / бицепсов		
Упражнения для развития мышц задней группы плеча / трицепсов		

DE

EN

FR

IT

ES

NL



RU

PL

SE

FI

ПРИМЕНЕНИЕ

<p>Упражнения для развития грудной мускулатуры</p>		
<p>Упражнения для развития боковой мускулатуры туловища</p>		
<p>Упражнения для развития мускулатуры спины</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ПРИМЕНЕНИЕ

<p>Упражнения для развития мускулатуры верхней части туловища и рук, выполняемые в сидячем положении</p>		
<p>Упражнения для развития грудной мускулатуры, выполняемые в сидячем положении</p>		
<p>Упражнения для развития мышц живота в сидячем положении при зажимании гантели между ног</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ПРИМЕНЕНИЕ

<p>Упражнения для развития боковой мускулатуры туловища, выполняемые в сидячем положении</p>		
<p>Упражнения для развития мышц живота, выполняемые в положении лёжа</p>		
<p>Упражнения для развития мышц ягодиц, выполняемые в положении лёжа</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ПРИМЕНЕНИЕ

Упражнения для развития грудной мускулатуры, выполняемые в положении лёжа



Упражнения для развития мускулатуры спины и груди, выполняемые в положении лёжа



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ОБСЛУЖИВАНИЕ И УХОД

Чистка прибора

- Регулярное обслуживание и чистка гарантируют оптимальные результаты и продлевают эксплуатационный срок службы Вашего прибора.
- Если прибор **Promed VHT-1000/VHT-2000** не находится в употреблении, храните его в надёжном, прохладном и сухом месте.
- Чтобы не преуменьшать надёжности и безопасности использования прибора не следует использовать недозволённые принадлежности или новое вспомогательное оборудование, а также вносить изменения в конструкцию или ремонтировать прибор, за исключением случаев, когда это делает специально допущенный к выполнению обслуживания приборов **Promed** персонал.
- Перед тем, как начать чистку прибора, удостоверьтесь в том, что прибор выключен и отсоединён от электросети.
- Для чистки используйте слегка увлажнённую и мягкую ткань (ветошь).
- Не используйте агрессивных чистящих средств, как напр., абразивное чистящее молочко или другие средства для мытья посуды, так как они могут повредить поверхность.
- Никогда не погружайте прибор в жидкость и оберегайте его от попадания на него растворителей и агрессивных чистящих средств.
- Не ремонтируйте прибор самостоятельно. Прибор не содержит деталей, обслуживание которых может производиться пользователем.
- Если Вы на протяжении длительного времени не используете прибор, выньте из него аккумуляторы.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ПРЕДПИСАНИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

До начала эксплуатации прибора соблюдайте следующие правила:

Избегайте всяческих контактов прибора с огнём, газообразными веществами, кислородом, а также с горячими предметами, как, напр. нагревательными элементами электроплиты.

- При возникновении сомнений в отношении противопоказаний по состоянию здоровья из-за использования прибора обязательно проконсультируйтесь с врачом.
- Если при пользовании прибором возникают боли, не прекращающиеся какое-то время после использования прибора, обязательно обратитесь за советом к врачу.
- Никогда не используйте прибор в области опухолей, ожогов и открытых ран.
- При наличии следующих факторов до использования прибора следует проконсультироваться с врачом:
 - Беременность
 - Диабет
 - Сердечные заболевания

- Ношение вживлённых дефибрилляторов или электрокардиостимуляторов
- Состояние здоровья, при котором требуется покой
- Наличие злокачественных опухолей или других форм раковых заболеваний
- Длительное использование прибора на протяжении более 15 минут не рекомендуется.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

ПРЕДПИСАНИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Пожалуйста, соблюдайте следующие положения при использовании:

- A. Соблюдайте все необходимые меры предосторожности для того, чтобы прибор не падал и не подвергался прочим повреждениям.
- B. При возникновении поломок немедленно обратитесь в сервисный центр, осуществляющий ремонт приборов.
- C. Не смазывайте и не мойте прибор.
- D. Предназначен лишь для домашнего использования.
- E. При использовании прибора в присутствии детей требуется особый надзор.
- F.  Оберегайте аккумуляторы от жары, например, от длительного воздействия солнечного облучения и от попадания их в огонь. Существует угроза возникновения взрыва.
- G. Используйте прибор только при хорошем физическом самочувствии.
- H. Если во время использования прибора Вы внезапно чувствуете недомогание, обязательно сразу прекратите упражнения.

ОПАСНОСТЬ!

- Не допускайте возникновения прямых контактов прибора с водой или с другими жидкостями.
-  Прибор ни в коем случае не помещать в мокрую или во влажную среду.
- Избегайте прикосновения к прибору мокрыми руками.
- Прибор не следует использовать под открытым небом.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!

- Следите за тем, чтобы дети не играли с прибором.
- Не оставляйте прибор без присмотра в присутствии детей или прочих неопытных лиц.
- Используйте прибор исключительно в целях, описанных в данной инструкции по применению.
- Этот прибор не предназначен для того, чтобы быть использованным лицами (включая детей) с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или неопытными лицами, с

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ПРЕДПИСАНИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

отсутствием соответствующей компетенции, за исключением случаев, когда они находятся под наблюдением ответственных лиц или получают от них указания в отношении того, как использовать прибор.

- Никогда не позволяйте детям играть с упаковочным материалом, поскольку существует опасность удушья.
- Электроприбор – не игрушка для детей. Детям неизвестна потенциальная опасность, возникающая при обращении с электроприборами. Прибор поэтому следует использовать и хранить в недоступных для детей местах.
- Прибор не следует ставить на горячие поверхности или подносить близко к открытому пламени, чтобы пластмассовый корпус прибора не расплавился.
- Следует избегать любых контактов прибора с водой. Использовать для очистки прибора влажную ветошь. Не использовать при этом никаких растворяющих веществ.
- Не храните прибор вблизи умывальника или ванны, так как существует опасность того, что прибор может упасть или быть затянут в раковину или ванну.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

УТИЛИЗАЦИЯ

Электроинструменты, арматура и упаковка должны быть утилизированы не загрязняющим окружающую среду способом.

Только для стран ЕС:



Не выбрасывайте электроприборы в контейнеры с домашним мусором! Согласно директивам 2002/96/ЕС об электро- и электронных приборах и претворению их в национальное право не годные более к употреблению электроприборы должны быть собраны отдельно и утилизированы не загрязняющим окружающую среду способом.

В пределах ЕС этот символ указывает на то, что изделие нельзя выбрасывать вместе с домашним мусором. Старые приборы содержат ценные материалы, пригодные для вторичной переработки, которые следует подвергнуть повторному использованию таким образом, чтобы не загрязнять окружающую среду или не наносить ущерба человеческому здоровью непроверенной утилизацией. Поэтому сдавайте старые приборы на вторичную переработку в подходящих для этого сборных пунктах или отправляйте прибор с целью утилизации отходов в торговый пункт, в котором Вы купили прибор. Прибор будет отдан в утилизацию этим пунктом.

Аккумуляторы/батарейки:



Не выбрасывайте аккумуляторы/батарейки в контейнеры с домашним мусором, в огонь или в воду. Аккумуляторы/батарейки должны собираться, подвергаться утилизации и уничтожаться не загрязняющим окружающую среду способом.

Только для стран ЕС:

Согласно директиве 91/157/ЕЕС испорченные или израсходованные аккумуляторы/батарейки должны подвергаться утилизации. Непригодные к эксплуатации аккумуляторы/аккумуляторные батареи могут быть отданы непосредственно/напрямую фирме: Promed GmbH по адресу Lindenweg 11, D-82490 Farchant, Германия.

ГАРАНТИЙНЫЕ УСЛУГИ

Этот прибор был создан производителем с особой тщательностью и до поступления в торговлю он был подвергнут тщательным испытаниям. Поэтому при предъявлении Вами гарантийного талона на данный прибор мы предоставляем гарантию на протяжении 24 месяцев со времени покупки в соответствии с последующими условиями:

- При достоверности доказательства наличия дефектов материала или производственных дефектов, возникших при отвечающем инструкциям использовании и обнаруженных на протяжении гарантийного срока, в рамках гарантийного обязательства нами будут бесплатно заменены дефектные части прибора включая расходы по зарплате сервисных сотрудников, задействованных в выполнении ремонта.
- Гарантия не распространяется на приборы, которые не были использованы в соответствии с предписаниями (например, при подключении к несоответствующим источникам питания, при поломке), при разборке аппарата (например, при вскрытии корпуса прибора), а также при использовании запасных частей, не разрешённых к использованию фирмой **Promed**. Изношенные детали исключаются из гарантийных обязательств. Мотор прибора и подвижные части также не входят в гарантийные обязательства.
- Гарантийный срок действует со дня продажи. Факт предоставления

гарантийного ремонта не влияет на продолжительность гарантийного срока. Претензии по гарантийным обязательствам должны быть предъявлены в рамках гарантийного срока. Возникающие по истечении гарантийного срока претензии и рекламации не могут быть удовлетворены.

- Гарантия в рамках гарантийного обязательства вступает в силу лишь в случае, если дата покупки на гарантийном талоне подтверждена печатью и подписью продавца.
- В случае необходимости гарантийного ремонта или просто ремонта вышлите прибор вместе с комплектующими в сопровождении заполненного гарантийного талона на адрес представителя службы, ответственной за проведение сервиса в Вашем регионе. Гарантийный талон находится в конце инструкции по применению.
- Возможны изменения в техническом исполнении и изменения внешнего вида, а также изменения в комплектации!
- Для безупречной обработки запроса необходимы следующие данные:
 1. Кассовый чек/ квитанция о покупке в оригинале или печать продавца с датой покупки
 2. Установленный дефект
 3. Название прибора / тип

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

PRZED URUCHOMIENIEM URZĄDZENIA

- A** Osłona baterii
- B** Urządzenie
- C** Włącznik / Wyłącznik
- D** Wyświetlacz LED
- E** Programator zegarowy
- F** Przycisk start / Przycisk stop
- G** Intensywność wibracji

OPIS URZĄDZENIA

Prosimy o staranne przechowywanie instrukcji!



Przed pierwszym użyciem urządzenia prosimy o rzetelne przeczytanie instrukcji.

Dziękujemy Państwu za zakup elektronicznych hantli wibracyjnych **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Tym samym nabyli Państwu wysokiej jakości produkt treningowy. **Promed** to wiodące przedsiębiorstwo z kilkudziesięcioletnim doświadczeniem z zakresu pielęgnacji ciała, zdrowia i zdrowej formy.

Fachową poradę otrzymacie Państwo wszędzie tam, gdzie kupić można produkty firmy **Promed**. Można się też zwrócić z pytaniami bezpośrednio do nas. Możemy też wyznaczyć Państwu stałego doradcę.

Z chwilą nabycia produktu **Promed VHT-1000 / VHT-2000** staliście się Państwo właścicielem wspaniałego urządzenia, pełnego elegancji, o luksusowym komforcie obsługi i profesjonalnej jakości. Proste w obsłudze nadaje się jednocześnie idealnie do treningu w warunkach domowych i na użytek prywatny.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

OPIS URZĄDZENIA

Z pomocą urządzenia **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, korzystając z relatywnie niewielkich ciężarów, w krótkim czasie uformować można długie smukłe mięśnie. Stanowiąc one będą nie tylko idealne organy spalania tłuszczu, lecz przyczynią się także do pojawienia się pełnej siły sylwetki ciała, jednakże bez zbytnej muskularności. Ponadto dodatkowe bodźce urządzenia **Promed VHT-1000 / VHT-2000**, o odpowiedniej częstotliwości, przyczyniają się nie tylko do utrzymywania i budowy mięśni; posiadają bowiem także wysoką wartość medyczną przyczyniając się do odczuwalnej poprawy przepływu krwi, skuteczniejszej ewakuacji produktów przemiany materii i niestrawionych resztek pokarmu, a tym samym do udoskonalenia tkanki łącznej i ogólnego wyglądu skóry. My, jako producent przedmiotowego urządzenia, w żaden sposób nie możemy być pociągnięci do odpowiedzialności z tytułu obrażeń lub szkód w odniesieniu do osób lub rzeczy, które powstać mogą wskutek nieprzestrzegania wskazówek bezpieczeństwa zawartych w niniejszej instrukcji obsługi.

Życzymy Państwu wiele radości z korzystania z nowego urządzenia **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. W dalszej części opracowania pragniemy zapoznać Państwa z urządzeniem i jego obsługą. Przed pierwszym jego użyciem należy przeczytać instrukcję obsługi.

Zakres dostawy: Urządzenie wraz z bateriami.

Warianty dostawy:

VHT-1000 (1.000 g hantla, kolor czerwony)

VHT-2000 (2.000 g hantla, kolor niebieski)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

URUCHOMIENIE URZĄDZENIA

INFORMACJE O URZĄDZENIU / OPRZYRZĄDOWANIE

Przed uruchomieniem urządzenia należy sprawdzić kompletność dostawy, a także dokładne napięcie sieciowe.

- Przy odkładaniu hantli koniecznie zwracać należy uwagę na to, czy została ona wyłączona.

URUCHOMIENIE URZĄDZENIA

A. Wkładanie baterii

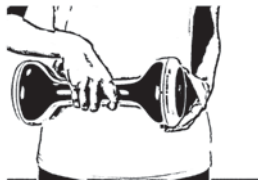
Usunąć pokrywę miejsca na baterie **(A)** z hantli **(B)** odkręcając ją.



Włożyć baterie do przewidzianych w tym celu zagłębień. Koniecznie zwrócić należy uwagę na zachowanie wskazanej polarności (+/-).



Włożyć i zamknąć pokrywę miejsca na baterie **(A)** hantli **(B)**, przykręcając ją.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

URUCHOMIENIE URZĄDZENIA



Wskazówka

- W przypadku wkładania baterii zwrócić należy uwagę na to, by zachować polarność (biegunowość) zgodnie z oznaczeniem (+/-). Nieodpowiednio włożone baterie przyczynić się mogą do znacznego uszkodzenia hantli i do zagrożenia zdrowia osoby ćwiczącej.
- Jeśli hantla nie jest przez dłuższy czas używana, koniecznie usunąć należy z niej baterie.
- W przypadku, gdy intensywność wibracji staje się wyraźnie słabsza, należy baterie wymienić na nowe.
- Nie należy wymieniać baterii w czasie eksploatacji hantli.

B. Włączanie / wyłączenie urządzenia

W celu włączenia / wyłączenia urządzenia wcisnąć należy przycisk **(C)**; skuteczne wciśnięcie potwierdzone jest sygnałem dźwiękowym.

C. Nastawianie intensywności wibracji

W celu nastawienia intensywności wibracji wcisnąć należy przycisk **(G)**; skuteczne wciśnięcie potwierdzone jest sygnałem

dźwiękowym. Wybieramy pomiędzy stopniem intensywności LO (intensywność słaba) i HI (intensywność mocna). Nastawiony stopień przedstawiany jest na wyświetlaczu LED **(D)** w postaci zielono świecącego wskaźnika LED (LO) lub w postaci czerwono świecącego wskaźnika LED (HI).

D. Nastawianie programatora zegarowego

W celu nastawienia programatora zegarowego wcisnąć przycisk **(E)**; skuteczne wciśnięcie potwierdzone jest sygnałem dźwiękowym. Rozróżniamy 3 stopnie nastawiania programatora zegarowego (3 minuty / 6 minut / 9 minut). Każdorazowo nastawiony czas wykazywany jest na wyświetlaczu ciekłokrystalicznym LCD **(D)**.

E. Rozpoczęcie / zakończenie treningu

W celu rozpoczęcia treningu wcisnąć należy przycisk **(F)**, skuteczne wciśnięcie potwierdzone jest sygnałem dźwiękowym. Trening rozpoczyna się z użyciem nastawionych parametrów. Po upływie nastawionego czasu użytkownika urządzenie zatrzymuje się samoczynnie.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

URUCHOMIENIE URZĄDZENIA

WYKORZYSTYWANIE

W razie zakłócenia działania:

- Prosimy o sprawdzenie dokładnego umiejscowienia baterii (zwrócić uwagę na prawidłową polarność poszczególnych baterii).
- Sprawdzić, czy wskaźnik na wyświetlaczu świeci.
- Jeżeli to nie rozwiąże problemów, skontaktuj się niezwłocznie ze swoim punktem serwisowym.

W celu przeprowadzenia bardziej skutecznego treningu hantlę uchwycić należy ręką odpowiednio mocno.

Pozycję końcową należy utrzymywać przez 10 sekund.

Każde ćwiczenie powtarzać należy 15 razy.

Stopnie programatora zegarowego posiadają następujące znaczenie:

3 minuty – dla osób, które w treningu z pomocą hantli nie posiadają doświadczenia.

6 minut – dla osób, które w treningu z pomocą hantli posiadają doświadczenie, czyli dla osób średnio wytrenowanych.

9 minut – dla osób, które w treningu z pomocą hantli posiadają duże doświadczenie, czyli dla osób dobrze wytrenowanych.

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

WYKORZYSTYWANIE

Ćwiczenie	Pozycja wyjściowa	Pozycja końcowa
Trening mięśni barku		
Trening mięśni przedramienia / mięsień dwugłowy (biceps)		
Trening mięśni ramienia wewnętrznego / mięsień trójgłowy (triceps)		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

WYKORZYSTYWANIE

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Trening mięśni piersiowych









Trening bocznych mięśni tułowia



Trening mięśni grzbietu



WYKORZYSTYWANIE

<p>Trening mięśni górnej części ciała i mięśni ramion w pozycji siedzącej</p>		
<p>Trening mięśni piersiowych w pozycji siedzącej</p>		
<p>Trening mięśni brzucha w pozycji siedzącej poprzez umieszczenie hantli pomiędzy nogami</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

WYKORZYSTYWANIE

Trening bocznych mięśni tułowia w pozycji siedzącej		
Trening mięśni brzucha w pozycji leżącej		
Trening mięśni pośladków w pozycji leżącej		

DE

EN

FR

IT

ES

NL





RU

PL

SE

FI

WYKORZYSTYWANIE

<p>Trening mięśni piersiowych w pozycji leżącej</p>		
<p>Trening mięśni grzbietu i mięśni piersiowych w pozycji leżącej</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

KONSERWACJA I PIELĘGNACJA

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Czyszczenie urządzenia

- Regularna konserwacja i czyszczenie zapewnia uzyskiwanie optymalnych wyników i przedłuża naturalną trwałość użytkowania Państwa urządzenia.
 - Kompletne urządzenie **Promed VHT-1000/VHT-2000** - o ile nie jest używane - należy przechowywać w chłodnym i suchym miejscu.
 - Dla zachowania bezpiecznego funkcjonowania, niezawodności działania i wydajności przedmiotowego urządzenia nie należy w jego obrębie przeprowadzać żadnych zmian, nastawień, napraw, nie należy też dołączać do urządzenia innych mechanizmów. Naprawy urządzenia wykonywane mogą być wyłącznie przez autoryzowany personel firmy **Promed**.
 - Przed czyszczeniem urządzenia należy się upewnić, czy urządzenie jest wyłączone i odłączone od sieci prądu elektrycznego.
 - Dla przeprowadzenia czynności czyszczących używać należy lekko nawilżonego i miękkiego sukna.
 - Nie należy stosować substancji agresywnych, takich jak na przykład środków do szorowania czy innych środków płuczących ponieważ środki te mogą działać agresywnie na powierzchnię urządzenia.
- Nie należy urządzenia zanurzać w płynach, należy je także utrzymywać z dala od rozpuszczalników i agresywnych środków czyszczących.
 - Nie należy urządzenia naprawiać we własnym zakresie. Nie zawiera ono takich części, które musiałyby być przez użytkownika konserwowane.
 - W przypadku nieużywania urządzenia przez dłuższy okres czasu zaleca się wyjęcie baterii.

PRZEPISY BEZPIECZEŃSTWA

Przed uruchomieniem urządzenia zwrócić uwagę na następujące czynniki:

Urządzenie nie powinno stykać się bezpośrednio z ogniem, gazem lub tlenem, a także z gorącymi przedmiotami takimi jak np. płyty kuchenne.

- W przypadku zaistnienia wątpliwości w odniesieniu do używania przedmiotowego urządzenia należy zasięgnąć opinii swojego lekarza.
- W przypadku, gdyby podczas używania urządzenia pojawił się określony ból utrzymujący się przez jakiś czas po ćwiczeniu, koniecznie skontaktować należy się z lekarzem.
- Urządzenia nie należy używać w obszarach obrzmień, oparzeń lub otwartych ran.
- W następujących okolicznościach i warunkach należy przed użyciem urządzenia zasięgnąć porady lekarza:
 - ciąża,
 - cukrzyca,
 - schorzenia serca.

- zaimplantowane/wszczepione defibrylatory i rozruszniki serca,
 - sytuacje zdrowotne wymagające stanu odpoczynku pacjenta,
 - istnienie guzów złośliwych lub innych form raka,
- Nie poleca się dłuższego używania urządzenia przekraczającego okres 15 minut.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE

FI

PRZEPISY BEZPIECZEŃSTWA


W przypadku używania urządzenia przestrzegać należy:

- A. Używać należy wszystkich środków ochronnych zapobiegających upadkowi urządzenia z wysokości lub jego uszkodzeniu w inny sposób.
- B. W przypadku powstania jakichkolwiek problemów związanych z korzystaniem z przedmiotowego urządzenia, urządzenie należy niezwłocznie przekazać do naprawy.
- C. Urządzenia nie należy smarować i myć.
- D. Wyłącznie do użytku domowego.
- E. W przypadku korzystania z urządzenia w pobliżu dzieci wymagane jest stosowanie sumiennego nadzoru.
- F.  Akumulator chronić należy przed gorącem, np. przed stałym nasłonecznieniem (insolacją) i ogniem. Istnieje tu zagrożenie wybuchem.
- G. Z urządzenia korzystać należy wyłącznie w przypadku dobrego samopoczucia fizycznego.

- H. W przypadku, gdy podczas ćwiczenia pojawi się złe samopoczucie, ćwiczenie należy niezwłocznie zakończyć.



NIEBEZPIECZEŃSTWO!

- Strzec należy urządzenia przed bezpośrednim kontaktem/zetknięciem z wodą i innymi płynami.
-  Urządzenia nie należy przechowywać w miejscach mokrych lub wilgotnych, w takich otoczeniach nie wolno go także używać.
- Urządzenia nie należy dotykać mokrymi rękami.
- Urządzenia nie wolno używać na dworze (poza pomieszczeniem).



OSTRZEŻENIE!

- Zwracać uwagę, by dzieci nie bawiły się urządzeniem.
- Urządzenia nie powinno pozostawiać się bez opieki w obecności dzieci lub osób nie potrafiących urządzenia obsługiwać.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

PRZEPISY BEZPIECZEŃSTWA

- Urządzenia używać należy tylko do tych celów, które opisane zostały w niniejszej instrukcji obsługi.
- Przedmiotowe urządzenie nie zostało zaprojektowane do obsługi przez osoby (włącznie z dziećmi) z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi, sensorycznymi lub psychicznymi, a także do obsługi przez osoby, którym brak odpowiedniej wiedzy i/lub doświadczenia, chyba że osoby te znajdują się w towarzystwie osób odpowiedzialnych za ich bezpieczeństwo lub otrzymają odpowiednie instrukcje dotyczące obsługi urządzenia.
- Dzieci nie powinny bawić się materiałem opakowaniowym, zachodzi bowiem niebezpieczeństwo uduszenia.
- Urządzenie elektryczne nie jest zabawką dla dzieci. Dzieci nie rozpoznają niebezpieczeństw czyhających na nie w przypadku zabawy z urządzeniami elektrycznymi. Stąd urządzenia używać należy z dala od obecności dzieci i przechowywać je w miejscach niedostępnych dla dzieci.
- Urządzenia nie należy odkładać na powierzchnie gorące lub w pobliżu otwartego płomienia (np. gazowego), nie należy go też w pobliżu tych powierzchni lub ognia używać (niebezpieczeństwo stopienia obudowy).
- Urządzenia nie należy narażać na oddziaływanie wody. Do czyszczenia urządzenia używać należy wyłącznie wilgotnej ściereczki. Nie używać środków rozpuszczalnych.
- Nie należy przechowywać urządzenia w pobliżu umywalki lub w pobliżu wanny. W tym przypadku istnieje bowiem niebezpieczeństwo wpadnięcia urządzenia do umywalki lub wanny lub wciągnięcia go tam.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

USUWANIE ZBĘDNYCH URZĄDZEŃ

USUWANIE ZBĘDNYCH URZĄDZEŃ

Zużyte urządzenia elektryczne, oprzyrządowanie i opakowania należy przekazywać do ośrodków powtórnego przetwarzania surowców zgodnie z zasadami ochrony środowiska naturalnego.

Wyłącznie dla krajów Unii Europejskiej:



Urządzeń elektrycznych nie należy wrzucać do śmieci domowych! Zgodnie z dyrektywą Wspólnoty Europejskiej 2002/96/EC dotyczącej zużytych urządzeń elektrycznych i elektronicznych oraz jej przekształceniem w prawa krajowe zużyte narzędzia elektryczne należy zbierać oddzielnie, a

następnie przekazywać do ośrodków powtórnego przetwarzania surowców zgodnie z zasadami ochrony środowiska naturalnego.

W ramach Wspólnoty Europejskiej symbol ten wskazuje na to, iż przedmiotowego produktu nie można usuwać i unieszkodliwiać poprzez mieszanie go z tzw. śmieciami domowymi. Stare i zużyte urządzenia zawierają pełnowartościowe materiały i surowce nadające się do recyklingu, które powinno przekazywać się do powtórnego przetwarzania. W ten sposób nie powoduje się szkód środowiskowych, nie szkodzi się też zdrowiu człowieka wskutek niekontrolowanego usuwania śmieci. Stare i zużyte urządzenia usuwać należy w ramach odpowiednio

zaakceptowanych systemów zbierania i sortowania surowców. Można je także przesyłać do miejsc i sklepów, w których urządzenia te były kupowane. Pracownicy tych miejsc i sklepów doprowadzą urządzenie do punktów utylizacji materiałów.

Akumulatory/Baterie:



Akumulatorów/baterii nie należy umieszczać w koszach śmieci domowych, wrzucać do wody lub do ognia. Akumulatory/baterie należy zbierać, poddawać procesowi recyklingu lub usuwać w sposób zgodny z zasadami ochrony środowiska.

Wyłącznie dla krajów Wspólnoty Europejskiej:

Zgodnie z dyrektywą 91/157/EEC uszkodzone lub zużyte akumulatory/baterie należy poddać procesowi recyklingu. Akumulatory/baterie zużyte można bezpośrednio przekazać przedstawicielom firmy **Promed GmbH**, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

ŚWIADCZENIA GWARANCYJNE

Urządzenie to zostało wyprodukowane z całą starannością, a następnie przed opuszczeniem zakładu produkcyjnego z niemniejszą starannością sprawdzone. Stąd zapewniamy Państwu po przedłożeniu oryginalnej karty gwarancyjnej gwarancję rzędu 24 miesięcy od daty zakupu sprzętu zgodnie z poniżej przedstawionymi warunkami:

- W przypadku udokumentowanych i wykazanych wad materiałowych i/lub produkcyjnych pojawiających się podczas prawidłowego używania sprzętu, rozpoznanych w czasie gwarancyjnym, wymienimy w czasie gwarancyjnym bezpłatnie wszelkie uszkodzone części urządzenia wraz z uregulowaniem kosztów robocizny z tytułu gwarancyjnej naprawy urządzenia.
- Gwarancja wygasa z chwilą nieprawidłowego używania urządzenia (np. podłączanie urządzenia do nieprzystosowanych źródeł prądu, złamanie wskutek upadku urządzenia), ingerencji w obrotach urządzenia (na przykład otworzenie obudowy), a także w przypadku używania nieoryginalnych części zamiennych niezatwierdzonych przez firmę **Promed**. Gwarancją nie obejmuje się części zużywających się. Gwarancji nie podlegają także silniki urządzenia oraz jego elementy ruchome.
- Okres gwarancji rozpoczyna się z dniem zakupu urządzenia. Skorzystanie ze

świadczenia gwarancyjnego nie ma wpływu na okres gwarancji. Roszczenia gwarancyjne dochodzone muszą być w czasie gwarancyjnym. Reklamacje klientów po upływie czasu gwarancji nie będą uwzględniane.

- W ramach niniejszych warunków gwarancyjnych gwarancja wchodzi w życie wyłącznie wtedy, gdy data zakupu znajdująca się na karcie gwarancyjnej potwierdzona została pieczęcią i podpisem dealera.
- W przypadku świadczenia gwarancyjnego lub naprawy przesłać należy całe urządzenie wraz z kompletnie wypełnioną kartą gwarancyjną do kompetentnego działu obsługi klientów. Kartę gwarancyjną znajdą Państwo na końcu instrukcji obsługi.
- Zastrzegamy sobie prawo do zmian technicznych i optycznych, a także do wprowadzania zmiany wyposażenia przedmiotowego urządzenia!
- Dla bezproblemowej realizacji koniecznie podać należy:
 1. Oryginalny dowód zakupu / pokwitowanie lub pieczęć przedsiębiorcy z datą zakupu.
 2. Stwierdzony brak
 3. Określenie urządzenia / typ.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

FÖRE IDRIFTTAGNINGEN

- A** Batterilock
- B** Apparat
- C** Knapp på/från
- D** LED-indikering
- E** Timer
- F** Knapp start/stopp
- G** Vibrationsintensitet

BESKRIVNING AV APPARATEN

Förvara anvisningen sorgfälligt!



Läs noggrant igenom bruksanvisningen, innan du använder apparaten den första gången.

Tack för att du köpte den elektroniska vibrationshanteln **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. Du har förvärvat en högvärdig träningsprodukt. **Promed** är ett ledande företag som sedan årtionden har erfarenhet i områdena kroppsvård, wellness och hälsovård.

Sakkunnig rådgivning får du överallt, där det finns **Promed**-produkter att köpa, eller vänd dig direkt till oss med dina frågor. Vi kan ange adressen till närmaste rådgivare. Med köpet av en **Promed VHT-1000 / VHT-2000** erhåller du en fantastisk apparat med elegant, lyxig användningskomfort i professionell kvalitet. Den enkla hanteringen gör att den är perfekt för att träna privat hemma.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

BESKRIVNING AV APPARATEN

Med **Promed VHT-1000 / VHT-2000 kan** speciellt långa och smala muskler byggas upp inom kort tid och med relativt små vikter. De är inte bara perfekta fettförbrännare, utan gör att kroppen ser kraftig men inte alltför muskulös ut. Dessutom bidrar de djupfrekventa extra stimuleringarna från **Promed VHT-1000 / VHT-2000** inte bara till att bibehålla och bygga upp muskulaturen, utan har även en mycket hög medicinsk betydelse, eftersom de bidrar till att märkbart förbättra blodcirkulationen och bortförselelsen av slutprodukterna från ämnesomsättningen (s.k. slaggämnen) samt bidrar därmed till att bindevävnaden och att huden allmänt sett förbättras. Vi, tillverkaren, kan inte på något vis göras ansvariga för olycksfall alt. person- eller sakskador, som uppstår på grund av att denna bruksanvisning inte iakttas.

Vi önskar dig mycket glädje med din nya **Promed VHT-1000 / VHT-2000**. I det som följer önskar vi göra dig förtrogen med apparaten. Innan du använder apparaten för första gången, läs bruksanvisningen.

Leveransomfång: Apparat inklusive batterier.

Leveransversioner:

VHT-1000 (1.000 g hantel, färg röd)

VHT-2000 (2.000 g hantel, färg blå)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

IDRIFTTAGNING AV APPARATEN

APPARATINFORMATION / TILLBEHÖR

Innan apparaten tas i bruk, kontrollera att leveransen är fullständig och att nätspänningen är den rätta.

- När hanteln läggs ned, ge ovillkorligen akt på att den är fränkopplad.

IDRIFTTAGNING AV APPARATEN

A. Placering av batterierna

Lossa locket till batterifacket **(A)** från hanteln **(B)** genom att skruva av det.



Lägg i batterierna i de därför avsedda fördjupningarna. Akta ovillkorligen på att respektera polariteten (+/-).



Stäng locket till hanteln **(B)** batterifack **(A)** genom att sätta på och skruva fast det.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

IDRIFTTAGNING AV APPARATEN



Anmärkning

- När batterierna läggs i, akta ovillkorligen på att respektera polariteten (+/-). Om batterierna läggs i fel, kan detta orsaka allvarliga skador på hanteln och personsador.
- Om du inte använder hanteln under en längre tid, ta ovillkorligen ur batterierna.
- När vibrationens intensitet avtar märkbart, måste du byta ut batterierna mot nya.
- Byt aldrig ut batterierna, så länge som hanteln är i drift.

B. In-/frånkoppling av apparaten

För att koppla in/från apparaten, tryck på knappen **(C)**, när tryckningen har lyckats, bekräftas detta genom en pipton.

C. Inställning av vibrationsintensiteten

För att ställa in vibrationsintensiteten, tryck på knappen **(G)**, när tryckningen har lyckats, bekräftas detta genom en pipton. Det finns intensitetsstegen LO (svag) och HI (stark). Det inställda steget visas på LED-indikeringen **(D)** genom en grönt

lysande LED (LO) eller en rött lysande LED (HI).

D. Inställning av timern

För att ställa in timern, tryck på knappen **(E)**, när tryckningen har lyckats, bekräftas detta genom en pipton. Det finns tre olika timersteg (3 min / 6 min / 9 min). Den aktuellt inställda tiden visas på LCD-skärmen **(D)**.

E. Starta / avsluta träningen

För att starta träningen, tryck på knappen **(F)**, när tryckningen har lyckats, bekräftas detta genom en pipton. Nu börjar träningen med de inställda parametrarna. När den inställda användningstiden har löpt ut, stoppar apparaten automatiskt.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

IDRIFTTAGNING AV APPARATEN

Vid funktionsstörning:

- Kontrollera, att batterierna är korrekt insatta (ge akt på polariteten).
- Kontrollera, om indikeringen på skärmen lyser.
- Om problemen ännu inte skulle vara avhjälpna med detta, vänd dig genast till din kundtjänst.

HANVISNINGAR ANGÅENDE VÅRD

För att uppnå ett effektivare träningsresultat, måste du hålla fast hanteln ordentligt med handen.

Slutpositionen måste hållas under 10 sekunder.

Varje övning borde upprepas 15 gånger.

I regel har timerstegen följande betydelse:

3 minuter – för personer utan erfarenhet med träning med hanteln alt. otränade personer.

6 minuter – för personer med erfarenhet med träning med hanteln alt. medelmåttigt tränade personer.

9 minuter – för personer med mycket erfarenhet med träning med hanteln alt. vältränade personer.

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

HANVISNINGAR ANGÅENDE VÅRD

Övning	Utgångsposition	Slutposition
Träning av skuldermuskulaturen		
Träning av musklerna på överarmens framsida / biceps		
Träning av musklerna på överarmens baksida / triceps		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

HANVISNINGAR ANGÅENDE VÅRD

Träning av bröstmuskulaturen		
Träning av muskulaturen på sidan av bålen		
Träning av ryggmuskulaturen		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

HANVISNINGAR ANGÅENDE VÅRD

<p>Träning av överkropps- och armmuskulaturen i sittande position</p>		
<p>Träning av bröstmuskulaturen i sittande position</p>		
<p>Träning av bukmuskulaturen i sittande position, genom att klämma fast hanteln mellan benen</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

HANVISNINGAR ANGÅENDE VÅRD

<p>Träning av muskulaturen på sidan av bålen i sittande position</p>		
<p>Träning av bukmuskulaturen i liggande position</p>		
<p>Träning av sätesmuskulaturen i liggande position</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL





RU

PL

SE

FI

HANVISNINGAR ANGÅENDE VÅRD

<p>Träning av bröstmuskulaturen i liggande position</p>		
<p>Träning av rygg- och bröstmuskulaturen i liggande position</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

UNDERHÅLL OCH VÅRD

Rengöring av apparaten

- När underhållet och rengöringen genomförs regelbundet, leder detta till att resultatet optimeras och att apparatens livslängd förlängs.
 - Förvara apparaten **Promed VHT-1000/VHT-2000** på en säker, sval och torr plats, när den inte används.
 - För att inte påverka apparatens säkerhet, pålitlighet och prestation, får den inte påbyggas, justeras, modifieras eller repareras, utom av personer som har auktoriserats av **Promed**.
 - Innan du rengör apparaten, försäkra dig om att apparaten är avstängd och skild från strömnätet.
 - För att göra ren apparaten, använd en mjuk trasa som har fuktats lätt.
 - Använd inga aggressiva ämnen, som t.ex. skurmjök eller andra diskmedel, eftersom de kan angripa ytan.
 - Doppa aldrig apparaten i en vätska och förvara det åtskilt från lösningsmedel och skarpa rengöringsmedel.
- Reparera inte apparaten. Den innehåller inga delar, som användaren kan underhålla själv.
 - När apparaten inte används under en längre tid, ta ur batterierna.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

Innan apparaten tas i bruk, observera:

Aldrig låta apparaten komma i direkt kontakt med eld, gas eller syre, liksom inte heller med heta föremål, som t.ex. kokplattor.

- Om du av hälsoskäl inte vet om du kan använda apparaten, rådgör ovillkorligen med din läkare, innan du börjar.
 - Om det skulle uppstå smärtor under träningen, vilka kvarblir en längre tid efter användningen, kontakta ovillkorligen din läkare.
 - Använd aldrig apparaten i områden omkring svullnader, brännsår och öppna sår.
 - Under följande omständigheter måste du rådgöra med din läkare, innan du använder apparaten.
 - Havandeskap
 - Diabetes
 - Hjärtsjukdomar
- Implanterade defibrilatorer och hjärtstimulatorer
 - Hälsorelaterade situationer, vilka kräver att patienten vilar.
 - När det finns maligna tumörer eller andra former av cancer.
- Det är inte rekommenderat, att använda apparaten mer än 15 minuter i taget.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

Under användningen, akta på:

- A.** Ta alla möjliga åtgärder, för att undvika att apparaten faller ned eller skadas på annat vis.
- B.** Om det skulle uppstå något problem på apparaten, lämna genast in den för reparation.
- C.** Apparaten får inte smörjas eller tvättas.
- D.** Endast för hemmabruk.
- E.** När en apparat används i närheten av barn, måste man vara ytterst försiktig och skärpa övervakningen.
- F.**  Skydda ackumulatorn mot värme, även mot t.ex. varaktigt solsken och eld. Det finns risk för explosion.
- G.** Använd inte apparaten, om du inte känner dig kroppsligt bra.
- H.** Om du plötsligt skulle må illa, avsluta ovillkorligen genast övningen.

FARA!

- Låt aldrig apparaten komma i direkt kontakt med vatten eller andra vätskor.
-  Aldrig placera eller använd apparaten i en våt eller fuktig omgivning.
- Berör inte apparaten med våta händer.
- Apparaten får inte användas utomhus.

VARNING!

- Säkerställ, att barn inte leker med apparaten.
- Lämna aldrig apparaten utan uppsikt, när barn eller personer som inte är vana att hantera denna apparat befinner sig i närheten.
- Använd apparaten endast för sådana användningar, som beskrivs i denna bruksanvisning.
- Denna apparat är inte avsedd för att användas av personer (inklusive barn) med inskränkta fysiska, sensoriska eller mentala färdigheter eller som inte har tillräcklig erfarenhet

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

och/eller icke tillräckliga kunskaper, utom när de övervakas av en person som är ansvarig för deras säkerhet eller som har instruerat dem om hur apparaten ska användas.

- Låt aldrig barn leka med förpackningsmaterialet, det finns risk för kvävning.
- En elapparat är ingen leksak för barn. Barn kan inte identifiera de faror, som kan uppstå när elapparater hanteras. Därför ska apparaten användas och förvaras utom räckhåll för barn.
- Placera och använd inte apparaten på heta ytor eller i närheten av öppna gaslågor, för att undvika att höljet smälter.
- Låt aldrig apparaten komma i kontakt med vatten. För rengöringen av apparaten, använd en fuktig trasa. Använd inga lösningsmedel.
- Förvara inte apparaten i närheten av ett tvättställ eller ett badkar, eftersom det finns risk för att det kan trilla ned eller dras ned i tvättstället eller badkaret.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

AVFALLSHANTERING

Elverktyg, tillbehör och förpackningar ska tillföras en miljövänlig återvinning.

Endast för EG-länder:



Kasta inte elverktyg i hushållssoporna! Enligt det europeiska direktivet 2002/96/EC angående begagnade eloch elektronik apparater och dess omsättning i den nationella lagen måste elverktyg som inte kan användas längre samlas in separat och tillföras återvinningen enligt miljöskyddslagarna.

Inom EU hänvisar denna symbol till att denna produkt inte får kastas i hushållssoporna. Begagnade apparater innehåller värdefulla material som kan återvinnas, vilka måste tillföras återvinningen för att inte kunna skada miljön alt. människors hälsa genom en icke kontrollerad sophantering. Eliminera därför de begagnade apparaterna via passande uppsamlingsystem eller skicka apparaten för skrotning till det ställe, där du köpte den. Detta ställe tillför sedan apparaten till materialåtervinningen.

Akkumulatorer/Batterier:



Kasta inte ackumulatorer/batterier i hushållssoporna, i vatten eller i eld. Ackumulatorer/batterier ska samlas upp, återvinnas eller hanteras på miljövänligt sätt.

Endast för EG-länder:

Enligt direktivet 91/157/EEC måste defekta eller förbrukade ackumulatorer/batterier återvinnas. Ackumulatorer/batterier som inte längre är funktionsdugliga kan lämnas in direkt hos:

Promed GmbH, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

GARANTIANSPRÅK

Denna apparat tillverkades mycket sorgfälligt och kontrollerades noggrant, innan den lämnade fabriken. Därför ger vi en garanti på 24 månader fr.o.m. köpdatumet och enligt följande villkor, när det garantikort som är utställt på denna apparat presenteras.

- Vid bevisbara material- och/eller tillverkningsfel, som uppstår under en användning som är konform med den föreskrivna och som upptäcks under garantitiden, ersätter vi utan kostnad inom garantitiden samtliga bristfälliga delar av apparaten inklusive andelen för lönekostnaderna för garantireparationerna.
- Garantin upphör att gälla, när apparaten hanteras på ett icke sakkorrekt sätt (t.ex. anslutning till en icke lämplig strömkälla, brott), vid ingrepp i apparaten (t.ex. när apparatens hölje öppnas) samt när reservdelar som inte har godkänts av **Promed** används. Slitagedelar är uteslutna från garantin. Apparatmotorer och rörliga delar täcks inte av garantin.
- Garantitiden börjar med dagen för köpet. När garantin tas i anspråk, så har detta inget inflytande på garantins tidslängd.

Anspråk på garanti måste göras gällande inom garantitiden. Reklamationer som görs efter det att garantifristen har löpt ut, kan inte tas i beaktande.

- Inom ramen av dessa garantivillkor träder garantin i kraft endast när försäljaren har bekräftat datumet för köpet genom sin stämpel/underskrift på garantikortet.
- I garanti- eller reparationsfall, sänd den kompletta apparaten med fullständigt ifyllt garantikort till den kundtjänst som är ansvarig för dig. Garantikortet återfinns i slutet av bruksanvisningen.
- Under förbehåll för tekniska och optiska ändringar, samt ändringar av utrustningen!
- Fören bearbetning utan problem är följande uppgifter nödvändiga:
 1. Originallet av inköpsbeviset/kvittot eller försäljarens stämpel med inköpsdatumet
 2. Fastställd defekt
 3. Apparatens beteckning / typ

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ENNEN KÄYTTÖÖNOTTOA

- A** Paristokotelon kansi
- B** Laite
- C** Virtakytkin
- D** LED-näyttö
- E** Ajastin
- F** Käynnistys-/sammutuspainike
- G** Tärinän voimakkuus

LAITTEEN KUVAUS

Säilytä ohje huolellisesti!



Lue käyttöohje huolellisesti läpi ennen kuin käytät laitetta ensimmäisen kerran.

Kiitos, että ostit **Promed VHT-1000 / VHT-2000** tärinäkäsipainot. Olet hankkinut korkealaatuisen harjoitusvälineen. **Promed** on johtava yritys, jolla on vuosikymmenten kokemus aloilta kehon hoito, hyvinvointi ja terveys. Saat asiantuntevaa neuvontaa kaikkialla, missä **Promed**-tuotteita on myynnissä, tai voit kysyä neuvoa myös suoraan meiltä. Voimme ohjata sinut asianomaisen neuvojan puoleen. **Promed VHT-1000 / VHT-2000** -välineen hankittuasi saat upean laitteen, jossa on tyylikkyyttä, yleistä käyttömukavuutta ja ammattimaista laatua. Helppokäyttöisyyden vuoksi se soveltuu erinomaisesti kotikäyttöön.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

LAITTEEN KUVAUS

Promed VHT-1000 / VHT-2000 rakentaa lyhyen harjoitusajan sisällä suhteellisen pienillä painoilla kohdistetusti pitkiä ja hoikkia lihaksia. Nämä eivät ole vain mainioita rasvanpolttajia, vaan antavat keholle myös voimakkaan ulkonäön, joka ei kuitenkaan vaikuta liian lihaksikkaalta. **Promed VHT-1000 / VHT-2000 -laitteen** taajat ärsykkeet eivät ainoastaan auta säilyttämään ja vahvistamaan lihaksia, vaan niillä on myös suuri merkitys terveydelle. Tärinäkäsipainojen ärsykkeet parantavat huomattavasti verenkiertoa sekä kuona-aineiden kuljetusta ja parantavat näin sidekudosten ja ihon ulkonäköä. Me, valmistaja, emme vastaa millään tavoin henkilöiden loukkaantumisista tai tavaroiden vaurioitumisista, jotka johtuvat tämän käyttöohjeen noudattamatta jättämisestä.

Toivomme mukavia hetkiä uuden **Promed VHT-1000 / VHT-2000**-laitteen parissa. Seuraavaksi kerromme lisää laitteen ominaisuuksista. Ole hyvä ja lue käyttöohje ennen ensimmäistä käyttöä.

Toimituspakkaus: Laite ja paristot.

Mallit:

VHT-1000 (1.000 g käsipaino, punainen)

VHT-2000 (2.000 g käsipaino, sininen)

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

LAITTEEN KÄYTTÖNOTTO

LAITETIETOA / LISÄVARUSTEET

Tarkista ennen käyttöönottoa toimituksen täydellisyys ja oikea verkkojännite samalla kuin tarkistat.

- Kun poistat käsipainon pakkauksesta, varmista, että se on kytketty pois päältä.

LAITTEEN KÄYTTÖNOTTO

A. Paristojen asettaminen

Irrota käsipainosta **(B)** paristokotelon kansi **(A)** kiertämällä se auki.



Aseta paristot niille tarkoitettuihin syvennyksiin. Ota paristojen napaisuus (+/-) huomioon.



Sulje käsipainon **(B)** paristokotelon kansi **(A)** asettamalla se paikoilleen ja kiertämällä kiinni.



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

LAITTEEN KÄYTTÖNOTTO



Huomio

- Kun asetat paristot paikoilleen, ota ehdottomasti niiden napaisuus (+ / -) huomioon. Väärin asennetut paristot voivat vaurioittaa käsipainoa ja aiheuttaa henkilövahinkoja.
- Kun et käytä käsipainoja pitkään aikaan, poista paristot.
- Jos tärinän voimakkuus heikkenee huomattavasti, paristot on vaihdettava uusiin.
- Älä koskaan vaihda paristoja, kun käsipaino on toiminnassa.

B. Laitteen käynnistys/sammutus

Kytke laite päälle/pois päältä, painamalla painiketta **(C)**, jolloin onnistunut painallus vahvistetaan äänimerkillä.

C. Tärinän voimakkuuden säätäminen

Voit säätää tärinän voimakkuutta painamalla painiketta **(G)**, jolloin onnistunut painallus vahvistetaan äänimerkillä. Laitteessa on voimakkuustasot LO (matala) ja HI (korkea). Asetettu voimakkuus ilmaistaan LED-näytöllä **(D)** vihreällä LED-valolla (LO) tai punaisella LED-valolla (HI).

D. Ajastimen säätäminen

Säädä ajastin painamalla painiketta **(E)**, jolloin onnistunut painallus vahvistetaan äänimerkillä. Laitteessa on 3 ajastintasoa (3 min / 6 min / 9 min). Asetettu aika näkyy LCD-näytöllä **(D)**.

E. Harjoituksen käynnistys/lopetus

Käynnistä harjoittelu painamalla painiketta **(F)**, jolloin onnistunut painallus vahvistetaan äänimerkillä. Harjoitus alkaa asetetuilla parametreilla. Kun asetettu aika on kulunut, laite pysähtyy automaattisesti.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

LAITTEEN KÄYTTÖNOTTO

Toimintahäiriön ilmetessä:

- Tarkista paristojen oikea asento (huomioi napaisuus).
- Tarkista, palaako näytön valo.
- Jos ongelma ei vielä poistunut, käänny välittömästi huollon puoleen.

HOITOVINKKEJÄ

Saavuttaaksesi tehokkaita tuloksia, sinun täytyy tarttua käsipainoon tukevasti kädellä.

Pysy loppuasennossa 10 sekunnin ajan.

Toista harjoitus 15 kertaa.

Ajastimen tasoilla on seuraava merkitys:

3 minuuttia – käsipainoon tottumattomien tai vähän harjoitelleiden treenaukseen.

6 minuuttia – kokeneiden tai kohtalaisesti harjoitelleiden treenaukseen.

9 minuuttia – erittäin kokeneiden tai runsaasti harjoitelleiden treenaukseen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

HOITOVINKKEJÄ

Harjoitus	Alkuasento	Loppuasento
Hartialihasten harjoitus		
Hauislihasten harjoitus		
Kolmipäisten olkalihasten harjoitus		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

HOITOVINKKEJÄ

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

Rintalihasten harjoitus









Kylkilihasten harjoitus



Selkälihasten harjoitus



HOITOVINKKEJÄ

<p>Ylävartalon ja käsien harjoitus istuen</p>		
<p>Rintalihasten harjoitus istuen</p>		
<p>Vatsalihasten harjoitus istuen, käsipaino säärien välissä</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL







RU

PL

SE

FI

HOITOVINKKEJÄ

<p>Kylkilihasten harjoitus istuen</p>		
<p>Vatsalihasten harjoitus makuulla</p>		
<p>Pakaralihasten harjoitus makuulla</p>		

DE

EN

FR

IT

ES

NL





RU

PL

SE

FI

HOITOVINKKEJÄ

Rintalihasten harjoitus makuulla		
Selkä- ja rintalihasten harjoitus makuulla		

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

HUOLTO JA HOITO

Laitteen puhdistus

- Säännöllinen huolto ja puhdistus takaavat parhaat tulokset ja pidentävät laitteen käyttöikää.
- Kun et käytä **Promed VHT-1000/VHT-2000**.-settiä, säilytä sitä turvallisessa, viileässä ja kuivassa paikassa.
- Jotta laite säilyy turvallisena, luotettavana ja tehokkaana, siihen ei saa tehdä laajennuksia, uudelleensäätöjä, muutoksia tai korjauksia muut kuin yrityksen **Promed** valtuuttamat henkilöt.
- Ennen kuin puhdistat laitteen, varmista, että laite on sammutettu ja irrotettu sähköverkosta
- Käytä puhdistukseen nihkeää ja pehmeää liinaa.
- Älä käytä syövyttäviä aineita kuten hankausaineita tai muita puhdistusaineita, koska ne voivat vaurioittaa laitteen pintaa.
- Älä koskaan upota laitetta veteen ja vältä tahrannoistoaaineita ja vahvoja puhdistusaineita
- Älä korjaa laitetta. Se ei sisällä osia, jotka käyttäjä voi itse huoltaa.

- Jos et käytä laitetta pitkään aikaan, poista paristot.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

TURVALLISUUSMÄÄRÄYKSET

Huomioi ennen käyttöönottoa:

Älä päästä laitetta koskaan suoraan kosketukseen tulen, kaasun tai hapon kanssa äläkä kuumien esineiden, kuten esim. lieden levyjen kanssa.

- Jos olet huolestunut terveydestäsi ennen laitteen käyttöä, kysy neuvoa lääkäriltä.
- Jos tunnet harjoittelun aikana kipua, jotka eivät lopu käytön jälkeen, ota yhteys lääkäriin.
- Älä käytä laitetta alueilla, joilla on turvotusta, palovammoja ja avohaavoja.
- Kysy lääkäriltä neuvoa ennen laitteen käyttöä seuraavissa tapauksissa:
 - Raskaus
 - Diabetes
 - Sydänsairaudet

- Asennetut defibrillaattorit ja sydämentahdistimet
- Terveydelliset tilat, jotka vaativat potilaan pysymistä rauhallisena.
- Pahanlaatuiset kasvaimet tai muut syöpämuodot.
- Laitetta ei suositella käytettävän yli 15 minuuttia kerrallaan.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU


PL

SE


FI

TURVALLISUUSMÄÄRÄYKSET

Ota käytössä huomioon:

- A.** Käsittele laitetta varovasti, jotta se ei putoa tai muulla tavoin vaurioidu.
- B.** Jos laitteen toiminnassa ilmenee ongelmia, vie se välittömästi huoltoon.
- C.** Älä öljyä tai pese laitetta.
- D.** Vain kotitalouskäyttöön
- E.** Kun laitetta käytetään lasten läheisyydessä, heitä on valvottava tarkasti.
- F.**  Suojaa akkua kuumuudelta, esim. jatkuvalta auringon paisteelta ja tulelta. Akku voi räjähtää.
- G.** Käytä laitetta vain silloin, kun fyysinen olosi tuntuu hyvältä.
- H.** Jos tunnet harjoituksen aikana äkillistä pahoinvointia, lopeta harjoitus välittömästi.

VAARA!

- Älä koskaan anna laitteesi joutua suoraan kosketukseen veden tai muiden nesteiden kanssa.
-  Älä koskaan säilytä tai käytä laitetta kosteas sa tai märässä paikassa.
- Älä koske laitetta märillä käsillä.
- Laitetta ei saa käyttää ulkotiloissa.

VAROITUS!

- Varmista, että lapset eivät leiki laitteella.
- Älä koskaan jätä laitetta valvomatta, kun lapsia tai muita kouluttamattomia henkilöitä oleskelee tämän laitteen läheisyydessä.
- Käytä laitetta vain sovelluksiin, joita on kuvattu tässä käyttöohjeessa.
- Tätä laitetta ei ole tarkoitettu sellaisten henkilöiden (mukaan lukien lapset) käytettäväksi, joilla on fyysisiä, aistillisia tai

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

TURVALLISUUSMÄÄRÄYKSET

henkisiä rajoituksia tai riittämätön kokemus ja/tai riittämätön tietämys lukuun ottamatta sitä, jos turvallisuudesta vastaava henkilö valvoo tai nämä olisivat saaneet häneltä ohjeita siitä, miten laitetta tulee käyttää.

- Älä anna lasten leikkiä pakkausmateriaalilla, on olemassa tukehtumisvaara.
- Sähkölaite ei ole lasten leikkikalua. Lapset eivät tunnista vaaraa, joka saattaa syntyä sähkölaitteiden käytöstä. Käytä ja säilytä laitetta siksi lasten ulottumattomissa.
- Laitetta ei saa asettaa kuumien pintojen tai avointen kaasuliekkien läheisyyteen tai käyttää siellä, jotta kotelo ei sulaisi.
- Älä anna laitteen koskaan joutua kosketuksiin veden kanssa. Käytä laitteen puhdistukseen kosteita liinoja. Älä käytä liuotinaaineita.
- Älä säilytä laitetta pesualtaan tai ammeen lähellä, koska vaarana on laitteen putoaminen altaaseen tai ammeeseen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

HÄVITTÄMINEN

Sähkölaitteet, varusteet ja pakkaukset on vietävä ympäristöystävälliseen kierrätykseen.

Vain EU-maissa:



Älä heitä sähkölaitettasi talousjätteeseen! Sähkö- ja elektroniikkalaiteromua koskevan direktiivin 2002/96/EY ja sen kansallisen oikeuden mukaisen sovelluksen mukaan ei saa enää kerätä erikseen käyttökelvottomia sähkölaitteita. Ne on myös vietävä ympäristöystävälliseen kierrätykseen.

EU:n sisällä tämä symboli tarkoittaa, että tätä tuotetta ei saa hävittää sekajätteen mukana. Käytetyt laitteet sisältävät arvokasta, kierrätyskelpoista materiaalia, joka kannattaa toimittaa hyötykäyttöön, jotta se ei aiheuttaisi ympäristölle tai ihmisten terveydelle haittaa huolimattoman jätehuollon takia. Toimita sen vuoksi käytetyt laitteet niille tarkoitettuun kierrätyskeskukseen tai lähetä laite hävitettäväksi paikkaan, josta olet sen ostanut. Sieltä

laitteen materiaalit toimitetaan hyötykäyttöön.

Akut/paristot:



Älä heitä akkuja/paristoja talousjätteeseen, tuleen tai veteen. Akut/paristot on lajiteltava, kierrätettävä tai hävitettävä ympäristöystävällisesti.

Vain EU-maat:

Direktiivin 91/157/ETY mukaan violliset tai käytetyt akut/paristot täytyy kierrättää. Käytetyt akut/paristot voi lähettää suoraan osoitteeseen: **Promed** GmbH, Lindenweg 11, D-82490 Farchant.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

TAKUUEHDOT

Tämä laite on valmistettu huolellisesti ja tarkastettu perusteellisesti ennen tehtaalta lähtemistä. Siksi annamme 24 kuukauden takuun ostopäivästä lukien alempana olevien ehtojen mukaan tähän laitteeseen tehtyä takuukorttia näyttämällä.

- Kun laitetta määräysten mukaan käytettäessä takuuajan kuluessa esiintyy tunnistettavia materiaali- ja/tai valmistusvirheitä, jotka voidaan todistaa, korvaamme takuuajan kuluessa maksutta kaikki laitteen puutteelliset osat sekä takuukorjauksen palkkakustannusosuuden.
- Takuu päättyy, kun laitetta käytetään epäasianmukaisesti (esim. liitetään sopimattomiin virtalähteisiin, rikkoutuessa), kun laitteen sisään tunkeudutaan (esim. laitteen kotelo avaamalla) sekä käytettäessä varaosia, joille **Promed** ei ole antanut lupaa. Kuluneet osat jäävät takuun ulkopuolelle. Laitteen moottorit ja liikkuvat osat eivät kuulu takuuseen.
- Takuu-aika alkaa ostopäivästä. Takuuetuuden saamisella ei ole vaikutusta takuuajan pituuteen. Takuuhakemukset on

saatettava voimaan takuuajan kuluessa. Takuuajan kulumisen jälkeen esiintyviä valituksia ei voida ottaa huomioon.

- Takuu astuu voimaan näiden takuuehtojen puitteissa vain, jos kauppiaas on varmentanut ostopäivän takuukorttiin leimallaan/allekirjoituksellaan.
- Lähetä takuu- tai korjaustapauksessa koko laite sekä kokonaan täytetty takuukortti vastuussa olevaan asiakaspalveluun. Löydät takuukortin käyttöohjeen lopusta.
- Muutokset pidätetään teknisiin ja ulkonäöllisiin muutoksiin sekä varusteiden muutoksiin!
- Käsittelyn nopeuttamiseksi seuraavat tiedot ovat pakollisia:
 1. Alkuperäinen kuitti tai kauppiaan leima ja ostopäivä
 2. Todettu vika
 3. Laitteen kuvaus / tyyppi

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

ERLÄUTERUNG DER SYMBOLE

EXPLANATION FOR THE SYMBOLS



Symbol für **WARNUNG! Hinweis auf Sicherheitsrelevante Abschnitte der Betriebsanleitung!**

Das Symbol entspricht dem Symbol 0434 der Vorschrift DIN ISO 7000:2008. Anleitungen zu einem Gerät, System oder Zubehör enthalten wichtige sicherheitsrelevante Information für den Anwender.

Symbol for **WARNING! Indicates sections of the user manual that are relevant for safety!**

The symbol corresponds to symbol 0434 of the DIN ISO 7000:2008 Standard. Instructions for an appliance, system or accessory that contain important information for the user that are relevant for safety.



Symbol für **Gebrauchsanweisung beachten!**

Das Symbol entspricht dem Symbol 1641 der Vorschrift DIN ISO 7000:2008. Anleitungen müssen unbedingt vor Gebrauch eines Gerätes gelesen werden.

Pay attention to the symbol for the user manual!

The symbol corresponds to the symbol 1641 in the DIN ISO 7000:2008 Standard. It is imperative that the manual be read before using the unit.

VERKLARING VAN DE SYMBOLEN

ОБЪЯСНЕНИЕ СИМВОЛОВ



Symbol voor **WAARSCHUWING! Aanwijzing voor veiligheidsrelevante passages van de gebruiksaanwijzing!**

Dit symbool komt overeen met het symbool 0434, van de richtlijn DIN ISO 7000:2008. Gebruiksaanwijzingen van een apparaat, systeem of accessoires bevatten belangrijke veiligheidsrelevante informatie voor de gebruiker.

Символ **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Указание на имеющие отношение к безопасности части руководства по эксплуатации!**

Символ соответствует символу 0434 технической нормы DIN ISO 7000:2008. Руководства по эксплуатации прибора, системы или комплектующих содержат важную для пользователя информацию, имеющую отношение к безопасности.



Symbol voor **gebruiksaanwijzing in acht nemen!**

Het symbool komt overeen met symbool 1641 van de norm DIN ISO 7000:2008. Vóór gebruik van een apparaat dienen de instructies in elk geval te worden gelezen.

Соблюдать символы руководства по эксплуатации!

Символ соответствует символу 1641 нормы DIN ISO 7000:2008. Инструкции должны быть обязательно прочитаны перед использованием прибора.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

EXPLICATION DES SYMBOLES

Symbole d'AVERTISSEMENT ! Indique les sections essentielles du mode d'emploi pour la sécurité!

Ce symbole correspond au symbole 0434 de la norme DIN ISO 7000:2008. Les instructions relatives à un appareil, un système ou un accessoire contiennent des informations essentielles pour la sécurité de l'utilisateur.

Respecter le symbole du mode d'emploi !

Le symbole correspond au symbole 1641 de la norme DIN ISO 7000:2008. Il est indispensable de lire les notices avant l'usage d'un appareil.

SPIEGAZIONE DEI SIMBOLI

Simbolo di AVVERTENZA! Segnalazione di paragrafi importanti per la sicurezza!

Il simbolo corrisponde al simbolo 0434 della norma DIN ISO 7000:2008. Istruzioni di apparecchi, sistemi o accessori contenenti informazioni importanti per l'utente ai fini della sicurezza.

Prestare attenzione al simbolo relativo alle istruzioni!

Esso corrisponde al simbolo 1641 della norma DIN ISO 7000:2008. Le istruzioni devono assolutamente essere lette prima dell'uso dell'apparecchio.

EXPLICACIÓN DE LOS SÍMBOLOS

¡Símbolo para ADVERTENCIA! ¡Indicación de pasajes del manual de instrucciones relevantes para la seguridad!

El símbolo se corresponde con el símbolo 0434, de la norma DIN ISO 7000:2008. Instrucciones con respecto a un aparato, sistema o accesorio que contienen información relevante sobre la seguridad para el usuario.

¡Observe el símbolo de las instrucciones de manejo!

El símbolo se corresponde con el símbolo 1641 de la norma DIN ISO 7000:2008. Antes de utilizar el aparato deben leerse las instrucciones de manejo.

WYJAŚNIENIE SYMBOLI

Symbol OSTRZEŻENIA! Wskazówka dotycząca rozdziałów instrukcji obsługi istotnych dla bezpieczeństwa!
Symbol odpowiada symbolowi 0434 normy DIN ISO 7000:2008. Instrukcje obsługi dotyczące danego urządzenia, systemu lub oprzyrządowania zawierają ważne i istotne dla bezpieczeństwa użytkowników informacje.

Prosimy zwracać uwagę na symbol instrukcji użytkownika!

Symbol ten odpowiada symbolowi 1641 wytycznej normy DIN ISO 7000:2008. Przed użyciem urządzenia należy koniecznie

FÖRKLARING AV SYMBOLERNA

Symbol för VARNING! Hänvisning till säkerhetsrelevanta avsnitt i bruksanvisningen!

Symbolen överensstämmer med symbol 0434 till föreskriften DIN ISO 7000:2008. Anvisningarna till en apparat, ett system eller ett tillbehör innehåller viktiga säkerhetsrelevanta upplysningar för användaren.

Beakta symbolen för bruksanvisningen!

Symbolen överensstämmer med symbolen 1641 i föreskriften DIN ISO 7000:2008. Anvisningarna måste ovillkorligen läsas, innan apparaten tas i drift.

MERKKIEN SELITYKSET

VAROITUKSEN merkki! Neuvotaan katsomaan käyttöohjeen turvallisuuden kannalta keskeisiä kappaleita!

Merkki vastaa merkkiä 0434 määräyksen DIN ISO 7000:2008. Laitteen, järjestelmän tai varusteiden ohjeet sisältävät tärkeää, turvallisuuden kannalta keskeistä tietoa käyttäjälle.

Huomioi käyttöohjeen symbolit!

Symboli vastaa määräyksen DIN ISO 7000:2008 symbolia 1641. Käyttöohjeet on ehdottomasti luettava ennen laitteen käyttöä.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

CE-RICHTLINIEN**| CE-DIRECTIVES****| DIRECTIVES CE****| DIRETTIVE CE****| DIRECTIVAS CE**

DE | CE gemäß EG-Richtlinie
2004/108/EG, 2002/95/EG,
1907/2006/EG, 93/68/EWG,
2005/69/EG und 2001/95/EG.

Angewandte Normen:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

EN | CE in accordance with EG-directive
2004/108/EC, 2002/95/EC,
1907/2006/EC, 93/68/EEC,
2005/69/EC and 2001/95/EC.

Applicable standards:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

FR | CE conforme à la directive CE
2004/108/EC, 2002/95/EC,
1907/2006/EC, 93/68/EEC,
2005/69/EC et 2001/95/EC.

Normes appliquées :

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

IT | Marcatura CE conforme alla
direttiva CE 2004/108/EC,
2002/95/EC, 1907/2006/EC,
93/68/EEC, 2005/69/EC und
2001/95/EC.

Norme applicate:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

ES | CE según las directivas
UE 2004/108/EC, 2002/95/EC,
1907/2006/EC, 93/68/EEC,
2005/69/EC y 2001/95/EC.

Normas aplicadas:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

CE-RICHTLIJNEN | Соответствие директивам ЕС | DYREKTYWY CE | CE-DIREKTIV | CE-DIREKTIIVIT

NL | CE-markering volgens EG-richtlijnen
2004/108/EC, 2002/95/EC,
1907/2006/EC, 93/68/EEC,
2005/69/EC en 2001/95/EC.

Toegepaste normen:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

RU | CE согласно директиве
EC 2004/108/EC, 2002/95/EC,
1907/2006/EC, 93/68/EEC,
2005/69/EC и 2001/95/EC.

Применённые нормы:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007 +A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

PL |Znak jakości CE zgodny z dyrektywą
Unii Europejskiej 2004/108/EC,
2002/95/EC, 1907/2006/EC,
93/68/EEC, 2005/69/EC i
2001/95/EC.

Stosowane normy:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007 +A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

SE | CE enligt EG-direktiv
2004/108/EC, 2002/95/EC,
1907/2006/EC, 93/68/EEC,
2005/69/EC och 2001/95/EC.

Tillämpade normer:

EN 55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004

FI | CE-merkintä direktiivin
2004/108/EY, 2002/95/EY,
1907/2006/EY, 93/68/ETY,
2005/69/EY ja 2001/95/EY mukaisesti.

Sovelletut normit:

EN55014-1:2006+A1:2009
EN 55014-2:1997+A1:2001+A2:2008
EN 61000-3-2:2006+A1:2009+A2:2009
EN 61000-3-3:2008
IEC 61000-4-2:2008
IEC 61000-4-3:2006 +A1:2007
+A2:2010
IEC 61000-4-4:2004 +A1:2010
IEC 61000-4-5:2005
IEC 61000-4-6:2008
IEC 61000-4-11:2004



DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

TECHNISCHE DATEN | TECHNICAL SPECIFICATIONS | CARACTÉRISTIQUES | DATI TECNICI | DATOS TÉCNICOS

Gerätetyp:

Gerät zum Heimtraining

Vibrationintensität:

2 umschaltbare Intensitätsstufen
VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz
VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Timerstufen:

3 Min / 6 Min / 9 Min

Spannungsversorgung:

4x 1.5V AA Batterien

Betriebszeit der Batterien:

2 Stunden

Abmessungen in mm:

(B x H x T) 280 x 110 x 100 mm

Gewicht:

VHT-1.000: 1 kg
VHT-2.000: 2 kg

Device Type:

Device for training at home

Vibration intensity:

2 switchable intensity levels
VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz
VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Timer levels:

3 Min / 6 Min / 9 Min

Power supply:

4x 1.5V AA Batteries

Operating time of the batteries:

2 hours

Dimensions in mm: (B x H x T)

280 x 110 x 100 mm

Weight:

VHT-1.000: 1 kg
VHT-2.000: 2 kg

Type d'appareil :

appareil d'entraînement à domicile

Intensité des vibrations :

possibilité de passer entre
2 niveaux d'intensité
VHT-1000 : Lo-18 Hz, Hi-25 Hz
VHT-2000 : Lo-22 Hz; Hi-27 Hz

Niveaux de minuterie :

3 min / 6 min / 9 min

Alimentation en courant :

piles 4x 1,5V AA

Durée de fonctionnement des piles :

2 heures

Dimensions en mm : (L x L x P)

280 x 110 x 100 mm

Poids :

VHT-1.000 : 1 kg
VHT-2.000 : 2 kg

Tipo di apparecchio:

Apparecchio di training per uso domestico

Intensità vibrazione:

2 livelli di intensità commutabili
VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz
VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Impostazioni del timer:

3 min / 6 min / 9 min

Alimentazione:

4 batterie AA 1.5 V

Durata delle batterie:

2 ore

Dimensioni in mm:

(larg. x alt. x prof.)
280 x 110 x 100 mm

Peso:

VHT-1.000: 1 kg
VHT-2.000: 2 kg

Tipo de aparato:

Aparato para el entrenamiento en casa

Intensidad de vibración:

2 niveles de intensidad conmutables
VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz
VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Niveles del Timer:

3 min / 6 min / 9 min

Tensión eléctrica:

4 pilas AA de 1,5V

Tiempo de servicio de las pilas:

2 horas

Dimensiones en mm:

(A x A x P)
280 x 110 x 100 mm

Peso:

VHT-1.000: 1 kg
VHT-2.000: 2 kg

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

TECHNISCHE GEGEVENS | Технические данные | DANE TECHNICZNE | TEKNISKA SPECIFIKATIONER | TEKNISET TIEDOT

Type apparaat:

apparaat voor trainen thuis

Vibratiesterkte:

2 regelbare sterkteniveaus

VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz

VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Timerstanden:

3 min / 6 min / 9 min

Voeding:

4x 1,5V AA batterijen

Werkingsduur van de batterijen:

2 uur

Afmetingen in mm:

(b x h x d)

280 x 110 x 100 mm

Gewicht:

VHT-1.000: 1 kg

VHT-2.000: 2 kg

Тип прибора:

Прибор для физических упражнений в бытовых условиях

Интенсивность вибрации:

2 переключаемых уровня

интенсивности

VHT-1000: Lo-18 Гц, Hi-25 Гц

VHT-2000: Lo-22 Гц; Hi-27 Гц,

Ступени таймера:

3 мин / 6 мин / 9 мин

Параметры сетей питания:

4 x 1,5 В AA аккумуляторы

Срок службы аккумуляторов:

2 часа

Размеры в мм:

(ширина x высота x глубина)

280 x 110 x 100 мм

Вес:

VHT-1.000: 1 кг

VHT-2.000: 2 кг

Typ urządzenia:

Urządzenie przeznaczone do treningu w warunkach domowych

Intensywność wibracji:

2 przełączalne stopnie intensywności

VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz

VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Stopnie programatora zegarowego:

3 min / 6 min / 9 min

Zasilanie napięciem:

Baterie 4x 1,5V AA

Czas eksploatacji baterii:

2 godziny

Wymiary w milimetrach:

(szerokość x wysokość x głębokość)

280 x 110 x 100 mm

Waga:

VHT-1.000: 1 kg

VHT-2.000: 2 kg

Apparattyp:

Apparat för hemträning

Vibrationsintensitet:

2 omkopplingsbara intensitetssteg

VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz

VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Timersteg:

3 min / 6 min / 9 min

Spänningsförsörjning:

4x 1,5V AA batterier

Batteriernas brukstid

2 timmar

Mått i mm:

(B x H x D)

280 x 110 x 100 mm

Vikt:

VHT-1.000: 1 kg

VHT-2.000: 2 kg

Laitetyyppi:

Kotiharjoitteluväline

Tärinän voimakkuus:

2 valittavaa voimakkuustasoa

VHT-1000: Lo-18 Hz, Hi-25 Hz

VHT-2000: Lo-22 Hz; Hi-27 Hz,

Ajastintasot:

3 min / 6 min / 9 min

Jännitelähde:

4x 1,5V AA-paristot

Paristojen käyttöaika:

2 tuntia

Mitat mm:nä:

(L x K x S)

280 x 110 x 100 mm

Paino:

VHT-1.000: 1 kg

VHT-2.000: 2 kg

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

**TRANSPORT-/LAGER-/BETRIEBSBEDINGUNGEN | TRANSPORT/STORAGE/OPERATING CONDITIONS | CONDITIONS DE TRANSPORT/STOCKAGE/SERVICE
CONDIZIONI DI TRASPORTO / STOC CAGGIO / FUNZIONAMENTO | CONDICIONES DE FUNCIONAMIENTO/TRANSPORTE/ALMACENAJE**

DE	Transport nur in der Originalverpackung	Only transport in the original packaging.	Uniquement transporter dans l'emballage d'origine.	Trasporto esclusivamente nella confezione originale.	Transporte el aparato sólo en el paquete original.
EN	Transport- und Lagertemperatur: +5° C – +50° C	Transport and storage temperature: +5° C – +50° C (+41° F to +122° F)	Température de transport et de rangement : +5° C – +50° C	Temperatura di trasporto e di stoccaggio: +5° C – +50° C	Temperatura de transporte y almacenaje: de +5° C a +50° C
FR	Betriebstemperatur: +10° C – +40° C	Operating temperature: +10° C – +40° C (+50° F to +104° F)	Température de service : +10° C – +40° C	Temperatura di esercizio: +10° C – +40° C	Temperatura de servicio: de +10° C a +40° C
IT	Relative Luftfeuchtigkeit: 30% bis 75% nicht kondensierend	Relative humidity: 30% to 75% non-condensing	Humidité relative de l'air : 30% à 75% non condensante	Umidità relativa: da 30% a 75% senza formazione di condensa	Humedad relativa del aire: de 30% a 75% no condensable
ES	Luftdruck: 700 bis 1.060 hPa	Atmospheric pressure: 700 to 1.060 hPa	Pression atmosphérique : 700 à 1.060 hPa	Pressione dell'aria: da 700 a 1.060 hPa	Presión atmosférica: de 700 a 1.060 hPa
NL	Ein abrupter Temperaturwechsel ist wegen evtl. Betauung des Gerätes zu vermeiden, nehmen Sie das Gerät erst nach einem Temperaturgleich in Betrieb.	An abrupt change in temperature is to be avoided as condensation may arise in the unit. Only operate the unit after the temperature has been equalized.	Éviter tout changement brusque de température en raison des risques de condensation et ne mettre l'appareil en service qu'après une compensation de température.	Evitare sbalzi improvvisi di temperatura che possono causare la formazione di condensa sull'apparecchio; mettere in funzione l'apparecchio solo dopo un adeguamento della temperatura.	Evite los cambios bruscos de temperatura, ya que de lo contrario podría formarse condensación en el aparato. Ponga el aparato en funcionamiento sólo tras haber realizado una compensación de temperaturas.
RU					
PL					
SE					
FI					

TRANSPORT-/OPSLAG-/GEBRUIKSVORWAARDEN | Условия транспортировки / складирования / условия эксплуатации | WARUNKI TRANSPORTU / SKŁADOWANIA / EKSPLOATACJI | KRAV ANGÄENDE TRANSPORT / LAGRING / DRIFT | KULJETUS-/VARASTOINTI-/KÄYTTÖOLOSUHTEET

Transport alleen in de originele verpakking.	Перевозку прибора производить только в оригинальной упаковке.	Transport wyłącznie w opakowaniu oryginalnym.	Transporteras endast i originalförpackning.	Kuljeta vain alkuperäispakauksessa.
Transport- en opslagtemperatuur: +5° C – +50° C	Температура транспортировки и складирования: +5° C – +50° C	Temperatura w czasie transportu i temperatura magazynu: +5° C – +50° C	Transport- och lagringstemperatur: +5° C – +50° C	Kuljetus- ja varastointilämpötila: +5° C – +50° C
Bedrijfstemperatuur: +10° C – +40° C	Температура при эксплуатации: +10° C – +40° C	Temperatura eksploatacyjna: +10° C – +40° C	Driftstemperatur: +10° C – +40° C	Käyttölämpötila: +10° C – +40° C
Relatieve luchtvochtigheid: 30% bis 75% niet condenserend	Относительная влажность воздуха: 30% - 75% без конденсации	Względna wilgotność powietrza: 30% bis 75% nicht kondensierend	Relativ luffuktighet: 30% till 75% icke kondenserande	Suhteellinen ilmankosteus: 30% – 75% ei tiivistynyttä
Luchtdruk: 700 tot 1.060 hPa		Ciśnienie powietrza: 700 do 1.060 hPa	Lufftryck: 700 till 1.060 hPa	Ilmanpaine: 700 - 1.060 hPa
Een plotselinge verandering van de temperatuur moet in verband met een eventuele condensvorming van het apparaat worden vermeden, neem het apparaat pas na een temperatuur aanpassing in gebruik.	Атмосферное давление: от 700 до 1.060 гПа Следует избегать внезапного изменения температуры изза возможного проникновения влажности в прибор. Используйте прибор только после выравнивания температур.	Unikać należy nagłej zmiany temperatury (nagłych przeskoków temperaturowych), ponieważ w tym przypadku dojść może do obroszenia urządzenia. Urządzenie należy włączać i eksploatować dopiero po wyrównaniu temperatur.	För att undvika risken för en eventuell kondensbildning på apparaten under en plötslig temperaturförändring, ta apparaten i drift, först när temperaturen har utjämnats.	Vältä voimakkaita lämpötilan vaihteluita laitteen mahdollisen kondensaation välttämiseksi ja ota laite käyttöön vasta lämpötilan tasaantumisen jälkeen.

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL

SE

FI

TYPENSCHILDER | TYPE LABELS | PLAQUES SIGNALÉTIQUES | TARGHETTA DATI | PLACA DE CARACTERÍSTICAS
TYPEPLAATJES | ТАБЛИЧКИ С ОБОЗНАЧЕНИЕМ ТИПА | TABLICZKI IDENTYFIKACYJNE | TYYPILÄTÄR | TYYPPIKILVET

DE

EN

FR

IT

ES

NL

RU

PL







SE

FI

promed
Promed GmbH
Lindenweg 11
D-82490 Farchant

Type: VHT-1000
Input: 4x 1,5V AA battery
Weight: 1kg

Promed-No. 261110
SN



promed
Promed GmbH
Lindenweg 11
D-82490 Farchant

Type: VHT-2000
Input: 4x 1,5V AA battery
Weight: 2kg

Promed-No. 261120
SN

