

Abbildung 1, ill. 1, Illustr. 1, fig.  
1, afb. 1, 1. ábra, Obr. 1, obr. 1, fig.1

#### DE

##### Lieferumfang & Bezeichnung der Teile (Abbildung 1):

- A. Adapter (Netzteil)
- B. VibroLegs Hauptgerät
- C. Stromstecker
- D. Silikon-Auflagen
- E. Display & Bedienfeld
- F. Fernbedienung

#### IT

##### Contenuto della confezione e denominazione dei pezzi (fig.1):

- A. Adattatore (alimentatore)
- B. Apparecchio principale VibroLegs
- C. Spina di alimentazione
- D. Superfici d'appoggio di silicone
- E. Display e quadro di comando
- F. Telecomando

#### CZ

##### Obsah balení & označení dílů (Obr. 1):

- A. Adaptér (síťový zdroj)
- B. Přístroj VibroLegs
- C. Elektrická zástrčka
- D. Silikonové podložky
- E. Displej & ovládací panel
- F. Dálkové ovládání

#### EN

##### Delivery Contents and Parts (ill. 1)

- A. Adapter
- B. VibroLegs appliance
- C. Plug
- D. Silicone pads
- E. Display & control panel
- F. Remote control

#### NL

##### Leveringsomvang en beschrijving van de onderdelen (afb. 1):

- A. Netstroomadapter
- B. Hoofdapparaat VibroLegs
- C. Stroomstekker
- D. Siliconenpads
- E. Display en bedieningspaneel
- F. Afstandsbediening

#### SK

##### Obsah balenia a označenie dielov (obr. 1):

- A. Adaptér (sieťový napájač)
- B. Hlavná jednotka prístroja VibroLegs
- C. Elektrická zástrčka
- D. Silikonové podložky
- E. Displej a ovládací panel
- F. Diaľkové ovládanie

#### FR

##### Contenu et description des pièces (Illustr. 1) :

- A. Adaptateur (bloc d'alimentation)
- B. Unité principale VibroLegs
- C. Fiche d'alimentation
- D. Revêtement en silicone
- E. Zone d'affichage et de commandes
- F. Télécommande

#### HU

##### Szállított elemek és azok megnevezése (1. ábra):

- A. Adapter (hálózati rész)
- B. VibroLegs főegység
- C. Áramcsatlakozó
- D. Szilikon támaszok
- E. Kijelző és kezelőpanel
- F. Távirányító

#### RO

##### Cuprinsul livrării și denumirea componentelor (fig.1):

- A. Adaptor (piesă de rețea)
- B. Aparatul principal VibroLegs
- C. Ștecher
- D. Saltele din silicon
- E. Ecran display și câmp de operare
- F. Telecomandă

Gebrauchsanleitung.....	<b>02</b>
Instructions for Use.....	<b>05</b>
Mode d'emploi.....	<b>08</b>
Manuale di utilizzazione.....	<b>12</b>
Gebruiksaanwijzing.....	<b>16</b>
Használati utasítás.....	<b>19</b>
Návod k použití.....	<b>22</b>
Návod na použitie.....	<b>26</b>
Instrucțiuni de utilizare.....	<b>29</b>

## Sicherheitshinweise

1. **BITTE VOR VERWENDUNG DIESES GERÄTES ALLE ANLEITUNGEN LESEN UND DIESE BEDIENUNGSANLEITUNG ZUM NACHSCHLAGEN AUFBEWAHREN.**
2. **SOLLTE DAS GERÄT AN DRITTE WEITERGEGEBEN WERDEN, SO MUSS DIESE BEDIENUNGSANLEITUNG EBENFALLS MIT AUSGEHÄNDIGT WERDEN.**
3. Dieses Produkt ist nicht für den medizinischen Gebrauch bestimmt. Es ist nur für Massagen vorgesehen.
4. Konsultieren Sie Ihren Arzt vor der Verwendung dieses Produkts, wenn:
  - a. Sie schwanger sind
  - b. Sie einen Herzschrittmacher, ein Implantat oder anderen Hilfsmitteln haben
  - c. Sie an Diabetes leiden
  - d. Sie eine Durchblutungsstörung haben
  - e. Sie Bedenken hinsichtlich Ihrer Gesundheit haben
5. Ältere oder gebrechliche Personen sollten sich vor der Verwendung des Produkts an ihren Arzt wenden, auch wenn es keine speziellen Vorerkrankungen gibt.
6. Reibung auf der Haut kann schmerzhaft sein, verwenden Sie das Gerät daher nicht direkt auf der Haut.
7. Hören Sie mit der Verwendung sofort auf, wenn Sie Beschwerden oder Schmerzen verspüren.
8. Verwenden Sie dieses Produkt nicht vor dem Schlafengehen. Das Massagegerät hat eine stimulierende Wirkung und kann den Schlaf verzögern.
9. Um einen Kurzschluss zu vermeiden, schließen Sie das Gerät korrekt an und halten Sie es von Metall (Nadeln), Abfall oder Wasser fern.
10. Verwenden Sie das Gerät auf einer ebenen Fläche. Wenn diese nicht stabil ist, könnte das Gerät umkippen und Verletzungen verursachen.
11. Entfernen Sie den Adapter aus der Steckdose, wenn Sie ihn nicht verwenden.
12. Wenn Sie ein Problem vermuten, schalten Sie das Gerät so schnell wie möglich aus.
13. Bewahren Sie das Gerät bei längerer Lagerung in seiner Verpackung oder an einem sicheren, trockenen und kühlen Ort auf.
14. Legen Sie keine anderen Gegenstände auf das Massagegerät.
15. Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es ersetzt werden, jedoch nur durch eine autorisierte und qualifizierte Person.
16. Um die Gefahr eines Stromschlags zu vermeiden, verwenden Sie das Gerät nicht auf nasser Haut.
17. Halten Sie das Produkt von Feuchtigkeit fern. Verwenden Sie es nicht, wenn das Produkt oder Teile davon feucht oder nass sind.
18. Das Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit reduzierten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und/oder Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstanden haben. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Reinigung und Benutzer-Wartung dürfen nicht durch Kinder durchgeführt werden, es sei denn, sie sind älter als 8 Jahre und beaufsichtigt. Kinder jünger als 8 Jahre sind vom Gerät und der Anschlussleitung fernzuhalten.
19. Um Verletzungen und irreparable Schäden zu vermeiden, bleiben Sie während der Verwendung des Massagegeräts immer sitzen. Stellen Sie sich niemals auf das Gerät hinauf und gehen Sie nicht gewaltsam mit dem Gerät um, um gefährliche Verletzungen zu vermeiden.
20. Versuchen Sie nicht, das Produkt zu zerlegen oder zu reparieren. Reparaturen dürfen nur von entsprechend qualifizierten Technikern durchgeführt werden.

## INBETRIEBNAHME UND VERWENDUNG

**Das Gerät wurde für die Verwendung am Fußgewölbe, an den Beinen und am Rücken entwickelt. Verwenden Sie es nicht an der Taille, am Nacken oder an anderen Körperteilen, als den in dieser Anleitung beschriebenen. Verwenden Sie das Gerät nicht für andere Zwecke als den in dieser Anleitung genannten.**

1. Stecken Sie das Netzgerät in die Steckdose und schließen Sie das Kabel am Gerät an. Sobald das Gerät mit dem Strom verbunden ist, piepst es einmal und das Display leuchtet auf.
2. Wenn das Gerät angeschlossen ist, drehen Sie es so, dass das Display nach vorne zeigt. Sobald Sie die Power-Taste am Gerät/der Fernbedienung betätigen, erscheint P1 am Display. Drücken Sie die ► Start/Stop Taste (Fernbedienung) oder die ▷ Start Taste (Gerät), um das Programm zu starten. Um ein anderes Programm zu wählen, drücken Sie die P-Taste bis das gewünschte Programm am Display angezeigt wird. Drücken Sie die ► Start/Stop Taste (Fernbedienung) oder die ▷ Start Taste (Gerät) um zu starten.
3. Um das Gerät auszuschalten, müssen Sie es zunächst anhalten, indem Sie auf die □ Stop Taste am Gerät oder die ► Taste an der Fernbedienung drücken. Drücken Sie anschließend auf die ⏻ Power Taste um das Gerät komplett auszuschalten.
4. Trennen Sie das Gerät nach der Verwendung von der Steckdose.

**ACHTUNG:** Bei empfindlichen Böden (z. B. Parkett) empfehlen wir, eine feste Matte oder einen entsprechenden Teppich unter das Gerät zu legen. Dies verhindert Beschädigungen und Verfärbungen Ihres Bodens.

### KORREKTE POSITIONEN BEI DER VERWENDUNG (Abbildung 2)

Platzieren Sie das Fußgewölbe oder die Wade auf dem Gerät. Für die Verwendung auf dem Rücken, können Sie es auf den Rücken legen, oder sich dagegen lehnen.

**HINWEIS:** Belasten Sie das Gerät niemals mit Ihrem vollen Körpergewicht, da dies zu Schäden am Gerät führen könnte.

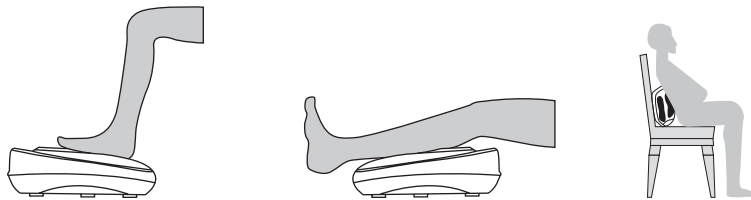


Abb. 2

### TASTEN DER FERNBEDIENUNG (Abbildung 3)



**⏻ Power-Taste:** Drücken Sie diese Taste zum EIN- bzw. AUSSCHALTEN des Geräts.

**► Start/Stop:** Drücken Sie diese Taste um Ihre gewählten Einstellungen zu starten. Wenn das Gerät in Betrieb ist, drücken Sie diese Taste, um es anzuhalten.

**TIME -:** Verringerung der Zeit. Die voreingestellte Zeit beträgt 10 Minuten, unterteilt in 10 Stufen. Drücken Sie diese Taste, um die Zeit zu verkürzen. Nur vor Start der manuellen Programme P1 und P4 möglich.

**TIME +:** Verlängerung der Zeit. Drücken Sie diese Taste, um die Zeit zu verlängern. Die maximal mögliche Zeit beträgt 10 Minuten. Nur vor Start der manuellen Programme P1 und P4 möglich.

**SPEED +:** Erhöhung der Geschwindigkeit. Die Geschwindigkeit kann manuell zwischen 1 und 10 festgelegt werden. Drücken Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit bei laufendem Gerät zu erhöhen. Nur während der manuellen Programme P1 und P4 möglich.

**SPEED -:** Verringerung der Geschwindigkeit. Die Geschwindigkeit kann manuell zwischen 1 und 10 festgelegt werden. Drücken Sie diese Taste, um die Geschwindigkeit bei laufendem Gerät zu verringern. Nur während der manuellen Programme P1 und P4 möglich.

**M Taste (Quicktaste):** Drücken Sie diese Taste um in den manuellen Programmen P1 und P4, schnell zwischen den Geschwindigkeitsstufen 3, 6 und 9 zu wechseln.

**P Programmtaste:** Drücken Sie diese Taste um ein Programm auszuwählen. Sie können zwischen den Programmen P1, P2, P3 und P4 wählen. Im manuellen Programm P1 ist nur die Oszillation aktiviert. Bei den Automatikprogrammen P2 und P3 wechseln sich Oszillation und Akupressur nach einem vordefinierten Schema ab. Im manuellen Programm P4, sind Oszillation und Akupressur durchgehend aktiviert. In den manuellen Programmen P1 und P4 können Sie die Zeit (1-10 Min.) vor Programmstart einstellen und während des Betriebs die Geschwindigkeitsstufen (1-10).

**Die Fernbedienung hat eine Reichweite von 2,5 Metern. Für eine optimale Signalübertragung achten Sie darauf, dass sich keine Hindernisse zwischen dem Gerät und der Fernbedienung befinden und richten Sie die Fernbedienung auf den Infrarotempfänger am Gerät.**

### Wichtige Hinweise zur Bedienung:

- Das Programm P1 ist das standardmäßig voreingestellt, wenn Sie das Gerät einschalten. Um es zu starten drücken Sie ► oder wählen Sie ein anderes Programm mittels P-Taste.
- Stoppen Sie das Gerät, indem Sie zuerst auf ► drücken. Schalten Sie das Gerät dann mit der ⏻ Power-Taste aus bzw. betätigen ► Sie erneut um den Betrieb fortzusetzen.
- Bei den Programmen P1 und P4 können Sie die Zeit vor Beginn der Akupressur festlegen und die Geschwindigkeit während der Akupressur anpassen.

### PROGRAMME

**Tabelle 1: Programmübersicht**

<b>Manuelles Programm P1</b>		
Nur Oszillation	Zeit vor Programmstart anpassbar (1-10 Min.) Geschwindigkeit während des Programms anpassbar (Stufe 1-10)	
<b>Automatikprogramm P2 (Geschwindigkeit &amp; Zeit vordefiniert)</b>		
<b>STANDARDZEIT 10 MINUTEN INSGESAM</b>	<b>FUNKTION</b>	<b>GESCHWINDIGKEITSBEREICH</b>
1. Minute	Nur Oszillation	Geschwindigkeit variiert sekundlich zwischen den Stufen 1-10  Geschwindigkeit & Zeit vordefiniert und nicht abänderbar
2. Minute	Oszillation und Akupressur	
3. Minute	Nur Oszillation	
4. Minute	Oszillation und Akupressur	
5. Minute	Nur Oszillation	
6. Minute	Oszillation und Akupressur	
7. Minute	Nur Oszillation	
8. Minute	Oszillation und Akupressur	
9. Minute	Nur Oszillation	
10. Minute	Oszillation und Akupressur	
<b>Automatikprogramm P3 (Geschwindigkeit &amp; Zeit vordefiniert)</b>		
<b>STANDARDZEIT 10 MINUTEN INSGESAM</b>	<b>FUNKTION</b>	<b>GESCHWINDIGKEITSBEREICH</b>
1.-2. Minute	Nur Oszillation	Geschwindigkeit variiert sekundlich zwischen den Stufen 1-10  Geschwindigkeit & Zeit vordefiniert und nicht abänderbar
3.-5. Minute	Oszillation und Akupressur	
6.-7. Minute	Nur Oszillation	
8.-10. Minute	Oszillation und Akupressur	
<b>Manuelles Programm P4</b>		
Oszillation & Akupressur durchgehend	Zeit vor Programmstart anpassbar (1-10 Min.) Geschwindigkeit während des Programms anpassbar (Stufe 1-10)	

### VibroLegs abschalten

5. Um VibroLegs korrekt auszuschalten, müssen Sie das Gerät zunächst anhalten, indem Sie auf die Stop-Taste □ am Gerät oder die Taste ► an der Fernbedienung drücken. Drücken Sie anschließend auf die Power ⏻ Taste um das Gerät komplett auszuschalten.

## REINIGUNG

### Ziehen Sie immer vor der Reinigung den Netzstecker ab!

Reinigen Sie das Gerät und die Silikonpads mit einem feuchten Tuch und mildem Reinigungsmittel. Verwenden Sie keine scheuernden oder ätzenden Reiniger. Um Ihnen die Reinigung zu erleichtern, können die Silikonpads abgenommen werden. Niemals Wasser oder andere Flüssigkeiten in Kontakt mit dem Gerät bringen.

**TECHNISCHE DATEN:** Das Produkt muss trocken sein und darf nicht direktem Sonnenlicht ausgesetzt werden.

#### VibroLegs:

Modell-Nummer: ETF002M

Input: 24V

Max. Power: 30W

Nur mit Netzteil A361-2401500E verwenden.

#### Adapter:


Model-Nummer: A361-2401500E

Input: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Output: 24 V , 1,500 mA



Dieses Produkt entspricht den Europäischen Richtlinien.

 Dieses Symbol bedeutet, dass Elektro- und Elektronikgeräte bzw. Batterien und Akkumulatoren nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden dürfen. Sie sind gesetzlich dazu verpflichtet, diese am Ende seiner Lebensdauer unentgeltlich zu einer öffentlich-rechtlichen Sammelstelle oder Vertreibern im Sinne des ElektroG eingerichteten Sammelstellen abgeben zum Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten bringen und Lampen sowie Batterien und Akkus im entladenen Zustanden, welche nicht vom Gerät fest umschlossen sind und zerstörungsfrei entnommen werden können, zu trennen und vorgesehenen Entsorgung zuzuführen. Verwenden Sie wenn möglich wiederaufladbare Batterien anstelle von Einwegbatterien. Die Wiederverwertung und das Recycling von Altgeräten ist ein wichtiger Beitrag zum Schutz unserer Umwelt. Bei einer unsachgemäßen Entsorgung können giftige Inhaltsstoffe in die Umwelt gelangen, die gesundheitsschädigende Wirkungen auf Mensch, Tiere und Pflanzen haben. Batterien mit erhöhtem Schadstoffgehalt sind zudem mit den folgenden Zeichen gekennzeichnet: Cd=Cadmium, Hg=Quecksilber, Pb=Blei. Verbraucher sind selbst verantwortlich, personenbezogene Daten vom Gerät zu löschen.



Nur zur Verwendung in Innenräumen.

Hergestellt in China

EN









## Safety notices

- PLEASE READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USING THIS APPLIANCE, AND RETAIN THESE INSTRUCTIONS FOR REFERENCE.**
- SHOULD THE APPLIANCE BE PASSED ON TO THIRD PARTIES, SO MUST THIS INSTRUCTION MANUAL.**
- This product is not intended for medical use. It is intended solely for massages.
- Consult your physician before using this product if:
  - You are pregnant
  - You have been fitted with a pacemaker, an implant, or other medical aid
  - You suffer from diabetes
  - You have a circulatory disorder
  - You have any concerns about your health
- Older or infirm persons should consult their doctor before using the product, even if they have no specific pre-existing conditions.
- Friction burns can be painful; do not use the appliance directly on the skin.
- Cease use immediately if you feel discomfort or pain.
- Do not use this product immediately prior to going to bed. The massager has a stimulating effect, and can delay sleep.
- To avoid a short circuit, connect the device correctly and keep it away from metal (pins), rubbish and water.
- Use the device on a level surface. If the device is not stable, it can tip over and cause injury.
- Remove the adapter from the power outlet when not in use.
- If you suspect a problem, turn off the device straight away.
- Store the device in its packaging for prolonged storage, or in a secure, dry and cool place.
- Do not place any other objects on the massager.

15. If the power cord is damaged, it must be replaced; this should only be done by an authorized and qualified person.
16. To avoid the risk of electric shock, do not use the device on wet skin.
17. Keep the product away from moisture. Do not use if the appliance or parts of it are wet or damp.
18. The device may be used by children from 8 years of age, or by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and/or knowledge, only if they have been supervised or instructed in the safe use of the device and have understood the hazards arising therefrom. Children should not play with the appliance. Cleaning and user maintenance must not be performed by children unless they are over 8 years old and supervised. Children younger than 8 years of age are to be kept away from the machine and the connecting cable.
19. To avoid injury and irreparable damage, always sit while using the massager. In order to avoid serious injury, never stand on the unit or use it with excessive force.
20. Do not attempt to disassemble or repair the appliance. Repairs may only be carried out by a suitably qualified technician.

### START-UP AND USE

**The device is designed for use on the arches of the feet, on the legs, and on the back. Do not use upon the waist, neck or other parts of the body not described in this manual. Do not use the device for any purposes other than those specified in this manual.**

1. Plug the power adapter into the power outlet and connect the cord to the device. As soon as the device is connected to the power, it will beep once and the display will light up.
2. Once the device is connected, turn it so that the display faces forward. As soon as you press the  Power button on the device / the remote control, P1 appears on the display. To start the program, press the  Start / Stop button (remote control) or the  Start button (device). To select another program press the P button until the desired program is shown on the display. To start, press the  Start / Stop button (remote control) or the  Start button (device).
3. To switch off the device, you must first stop the device by pressing the  Stop button on the device or the  button on the remote control. Then press the  Power button to switch off the device completely.
4. Disconnect the device from the power outlet after use.

**ATTENTION:** For sensitive floor surfaces (e.g. parquet) we recommend placing a firm mat or carpet under the unit. This prevents damage to and discolouration of your flooring.

### CORRECT POSITIONS FOR USE (Figure 2)

Place the arch of the foot or calf on the appliance. For use on the back, you can place your back on it or lean against it.

**NOTE:** Never put your full body weight on the appliance, as this could damage the device.

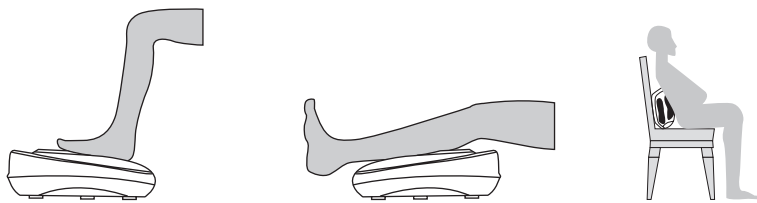


Fig. 2

## REMOTE CONTROL BUTTONS (Illustration 3)



**Power button:** Press this button to turn the device ON or OFF.

**Start/Stop:** Press this button to start your chosen settings. When the device is in operation, press this button to stop it.

**Time -:** Reduces the time. The pre-set time is 10 minutes, divided into 10 levels. Press this button to reduce the time. Only possible before starting the manual programs P1 and P4.

**Time +:** Increases the time. Press this button to increase the time. The maximum possible time is 10 minutes. Only possible before starting the manual programs P1 and P4.

**Speed +:** Increases the speed. The speed can be manually set between 1 and 10. Press this button to increase the speed while the device is running. Only possible during manual program P1 and P4.

**Speed -:** Reduces the speed. The speed can be manually set between 1 and 10. Press this button to reduce the speed while the device is running. Only possible during manual program P1 and P4.

**M Button (Quick button):** press this button to quickly switch between speed levels 3, 6 and 9 in manual programs P1 and P4.

**Program Button:** Press this button to select a program. You can choose between the programs P1, P2, P3 and P4. In manual program P1 only the oscillation is activated. In the automatic programs P2 and P3, oscillation and acupressure alternate according to a predefined scheme. In the manual program P4, oscillation and acupressure are activated continuously. In the manual programs P1 and P4 you can set the time (1-10 min.) before program start and the speed levels (1-10) during operation.

The remote control has a range of 2.5 metres. For optimum signal transmission, make sure that there are no obstacles between the device and the remote control, and point the remote control at the infrared receiver on the device.

**The remote control has a range of 2.5 metres. For optimum signal transmission, make sure that there are no obstacles between the device and the remote control, and point the remote control at the infrared receiver on the device.**

### Important notes on operation:

- Program P1 is the default when you turn on the device. To start it press **▶** or choose another program with the P button.
- Stop the device by first pressing **▶**. Then switch off the device with the power button **⏻** or press **▶** again to continue the operation.
- In programs P1 and P4, you can set the time before starting acupressure and adjust the speed during acupressure.




## PROGRAMS

**Table 1: Program overview**

Manual program P1		
Oscillation only	Time before program start adjustable (1-10 min.), speed during program adjustable (level 1-10)	
Automatic program P2 (speed & time pre-defined)		
STANDARD TIME 10 MINUTES TOTAL	FUNCTION	SPEED RANGE
1st minute	Oscillation only	Speed varies every second between levels 1-10  Speed & time pre-defined and not modifiable
2nd minute	Oscillation and acupressure	
3rd minute	Oscillation only	
4th minute	Oscillation and acupressure	
5th minute	Oscillation only	
6th minute	Oscillation and acupressure	
7th minute	Oscillation only	
8th minute	Oscillation and acupressure	
9th minute	Oscillation only	
10th minute	Oscillation and acupressure	

Automatic program P3 (speed & time pre-defined)		
STANDARD TIME 10 MINUTES TOTAL	FUNCTION	SPEED RANGE
1st - 2nd minute	Oscillation only	Speed varies every second between levels 1-10  Speed & time pre-defined and not modifiable
3rd - 5th minute	Oscillation and acupressure	
6th - 7th minute	Oscillation only	
8th - 10th minute	Oscillation and acupressure	
Manual program P4		
Continuous oscillation & acupressure	Time before program start adjustable (1-10 min.), speed during program adjustable (level 1-10)	

### Switching off the VibroLegs

5. To switch off VibroLegs correctly, you must first stop the device by pressing the stop button  on the device or  on the remote control. Then press the power button  to switch off the device completely.

### CLEANING

#### Always disconnect the plug from the mains before cleaning!

Clean the device and the silicone pads with a damp cloth and mild detergent. Do not use abrasive or corrosive cleaning agents.

The silicone pads can be removed to make cleaning easier.

Never allow the appliance to come into contact with water or other liquids.

### TECHNICAL DATA

This product must be kept dry and not exposed to direct sunlight.

#### VibroLegs:

Model no: ETF002M

Input: 24V

Max. power: 30W

Only to be used with adapter A361-2401500E.

#### Adapter:


Model no.: A361-2401500E

Input: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Output: 24 V , 1,500 mA



This product complies with the European directives.

 This symbol means that such electrical equipment or batteries must not be disposed of with normal household waste. You are legally obliged to hand in such items - free of charge - to a public collection point or distributor-created collection point for the recycling of electrical devices and expired bulbs and batteries within the scope of the Electrical and Electronic Equipment Act that are not encapsulated by or fixed into the appliance, and can be removed or separated from the appliance non-destructively, for disposal at the end of their service life. Use rechargeable batteries instead of single-use batteries wherever possible. The recovery and recycling of old appliances makes an important contribution to protecting our environment. Improper disposal can result in toxic substances being released into the environment, which can have harmful effects upon people, animals and plants. Batteries with an increased pollutant content are also marked with the following symbols: Cd = cadmium, Hg = mercury, Pb = lead. Consumers are themselves responsible for deleting any personal data from appliances.



For indoor use only

Made in China

FR

### Consignes de sécurité








- MERCI DE LIRE CES INSTRUCTIONS INTÉGRALEMENT AVANT D'UTILISER CET APPAREIL ET DE CONSERVER CETTE NOTICE POUR POUVOIR LA CONSULTER ULTÉRIEUREMENT.**
- DANS LE CAS OÙ CET APPAREIL DEVAIT ÊTRE TRANSMIS À UN TIERS, CETTE NOTICE D'UTILISATION DOIT ÉGALEMENT ÊTRE REMISE.**
- Ce produit n'est pas destiné à un usage médical. Il est uniquement prévu pour les massages.
- Veillez consulter votre médecin avant d'utiliser ce produit si :
  - Vous êtes enceinte
  - Vous portez un pacemaker, un implant médical ou similaire
  - Vous êtes diabétique



- d. Vous avez des troubles de la circulation sanguine
  - e. Vous avez des doutes sur votre état de santé
5. Les personnes âgées ou fragiles doivent consulter leur médecin avant d'utiliser ce produit, même en cas d'absence d'antécédents médicaux.
  6. Le contact de l'appareil avec la peau peut être douloureux, ainsi, n'utilisez pas l'appareil à même la peau.
  7. Si vous ressentez des douleurs ou une gêne lors de l'utilisation du produit, cessez immédiatement de l'utiliser.
  8. N'utilisez pas le produit avant le coucher. L'appareil de massage possède un effet stimulant et risque de perturber le sommeil.
  9. Afin d'éviter un court-circuit, raccordez correctement l'appareil et tenez-le éloigné d'objets métalliques (aiguilles), de déchets ou de sources d'eau.
  10. Utilisez l'appareil sur une surface plane. Si cette dernière n'est pas suffisamment stable, l'appareil risque de se renverser et de provoquer des blessures.
  11. Débranchez le bloc d'alimentation de la prise lorsque vous n'utilisez pas l'appareil.
  12. Si vous soupçonnez un problème, éteignez l'appareil au plus vite.
  13. En cas d'inutilisation prolongée de l'appareil, conservez-le dans son emballage ou entreposez-le dans un endroit sécurisé, frais et sec.
  14. Ne posez aucun objet sur l'appareil de massage.
  15. Si le câble d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé, et ce, uniquement par une personne autorisée et qualifiée.
  16. Pour éviter le risque d'électrocution, n'utilisez pas l'appareil avec la peau humide.
  17. Tenez l'appareil éloigné de l'humidité. N'utilisez pas l'appareil si certaines de ses pièces sont mouillées ou humides.
  18. L'appareil peut être utilisé par des enfants dès 8 ans ou par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience et/ou de connaissances, s'ils ont été informés ou sont supervisés pour une utilisation sûre de l'appareil et ont compris les dangers qui en découlent. Les enfants ne sont pas autorisés à jouer avec l'appareil. Le nettoyage et la maintenance par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants à moins qu'ils aient plus de 8 ans et qu'ils soient surveillés. Les enfants de moins de 8 ans doivent être tenus à l'écart de l'appareil et du câble de raccordement.
  19. Afin d'éviter toutes blessures et dommages irréparables, restez toujours assis lors de l'utilisation de l'appareil. Ne vous tenez jamais debout sur l'appareil et n'utilisez jamais la force afin d'éviter tout risque de blessures.
  20. Ne tentez jamais de réparer ou démonter l'appareil vous-même. Toute réparation doit être effectuée par un technicien qualifié.

## **MISE EN SERVICE ET UTILISATION**

**L'appareil est conçu pour être utilisé sur la voûte plantaire, les jambes et le dos. Il ne doit pas être utilisé sur la taille, la nuque, ou toute autre partie du corps non mentionnée dans cette notice. N'utilisez pas l'appareil pour tout autre usage non décrit dans la notice.**

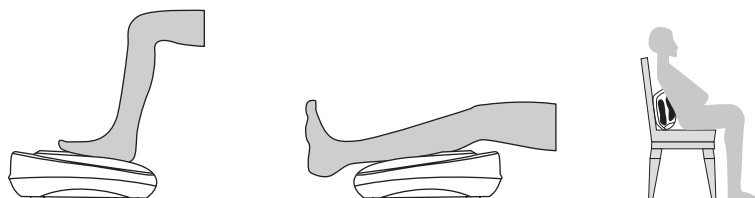
1. Branchez le bloc d'alimentation dans la prise et raccordez le câble à l'appareil. Aussitôt que l'appareil est raccordé à l'alimentation, un bip retentit et l'écran d'affichage s'allume.
2. Lorsque l'appareil est allumé, tournez-le de manière à ce que l'écran d'affichage pointe vers l'avant. Appuyez sur la touche  Power de l'appareil ou de la télécommande jusqu'à ce que P1 apparaisse à l'écran. Pour démarrer le programme, appuyez sur la  touche Start/Stop (télécommande) ou sur la touche Start de l'appareil. Pour sélectionner un autre programme, appuyez sur la touche P jusqu'à ce que le programme désiré apparaisse à l'écran. Pour démarrer, appuyez sur la  touche Start/Stop (télécommande) ou sur la  touche Start (appareil).
3. Pour éteindre l'appareil, vous devez d'abord l'arrêter en appuyant sur la  touche Stop de l'appareil  ou de la télécommande. Appuyez ensuite sur la touche  Power de l'appareil pour l'éteindre complètement.
4. Après utilisation, débranchez l'appareil de la prise murale.

**ATTENTION :** Sur les sols sensibles (par ex. parquets), nous vous recommandons de placer un tapis ferme ou un tapis approprié sous l'appareil. Ceci afin d'empêcher toute détérioration et décoloration du sol.

### POSITIONS CORRECTES LORS DE L'UTILISATION (Illustration 2)

Placez la plante du pied ou le mollet sur l'appareil. Pour une utilisation sur le dos, vous pouvez soit le poser sur votre dos, soit vous adosser contre l'appareil.

**REMARQUE :** Ne mettez jamais tout le poids de votre corps sur l'appareil car cela pourrait provoquer des dommages à l'appareil.



Illustr. 2

### TOUCHES DE LA TÉLÉCOMMANDE (Illustration 3)



Illustration 3

**⏻ Touche Power :** appuyez sur cette touche pour ALLUMER ou ÉTEINDRE l'appareil.

**▶ Start/Stop :** appuyez sur cette touche pour sélectionner le réglage de votre choix. Lorsque l'appareil est en marche, utilisez cette touche pour l'arrêter.

**⏪ Time - :** diminuer la durée. La durée réglée par défaut est de 10 minutes, divisée en 10 vitesses. Appuyez sur cette touche pour diminuer la durée. Possible uniquement avant de démarrer les programmes manuels P1 et P4.

**⏩ Time + :** augmenter la durée. Appuyez sur ce bouton pour prolonger la durée. La durée maximale s'élève à 10 minutes. Possible uniquement avant de démarrer les programmes manuels P1 et P4.

**▲ Speed + :** augmenter la vitesse. La vitesse peut être réglée manuellement entre 1 et 10. Appuyez sur ce bouton pour augmenter la vitesse lorsque l'appareil est en marche. Possible uniquement pendant les programmes manuels P1 et P4.

**▼ Speed - :** réduire la vitesse. La vitesse peut être réglée manuellement entre 1 et 10. Appuyez sur cette touche pour baisser la vitesse de l'appareil en marche. Possible uniquement pendant les programmes manuels P1 et P4.

**Touche M (touche rapide) :** appuyez sur cette touche pour basculer rapidement entre les niveaux de vitesse 3, 6 et 9 dans les programmes manuels P1 et P4.

**Touche de programme:** appuyez sur cette touche pour sélectionner un programme. Vous pouvez choisir entre les programmes P1, P2, P3 et P4. Dans le programme manuel P1, seule l'oscillation est activée. Dans les programmes automatiques P2 et P3, les oscillations et le massage par pression alternent selon un schéma prédéfini. Dans le programme manuel P4, les oscillations et le massage par pression sont activés en permanence. Dans les programmes manuels P1 et P4, vous pouvez régler le temps (1 à 10 min.) avant le début du programme et pendant le fonctionnement, les niveaux de vitesse (1 à 10).

**La portée de la télécommande est de 2,5 mètres. Pour une transmission optimale du signal, assurez-vous qu'il n'y a pas d'obstacles entre l'appareil et la télécommande et pointez la télécommande vers le capteur infrarouge de l'appareil.**

### Remarques importantes concernant le fonctionnement :



- Le programme P1 est le programme par défaut lorsque vous allumez l'appareil. Pour le lancer, appuyez sur ▶ ou sélectionnez un autre programme avec la touche P.
- Arrêtez l'appareil en appuyant d'abord sur la touche ▶. Éteignez ensuite l'appareil à l'aide de la touche ⏻ Power ou bien appuyez à nouveau sur ▶ pour continuer l'opération.
- Avec les programmes P1 et P4, vous pouvez définir la durée avant le début du massage par pression et régler la vitesse pendant le massage.

## PROGRAMMES

Tableau 1 : vue d'ensemble des programmes

Programme manuel P1		
Oscillations uniquement	Temps réglable avant le début du programme (1 à 10 min.) Vitesse réglable pendant le programme (niveau 1 à 10)	
Programme automatique P2 (vitesse et temps prédéfinis)		
TEMPS PAR DÉFAUT 10 MINUTES AU TOTAL	FONCTION	PLAGE DE VITESSE
Minute 1	Oscillations uniquement	La vitesse varie chaque seconde entre les niveaux 1 à 10  Vitesse et temps prédéfinis et non modifiables
Minute 2	Oscillations et massage par pression	
Minute 3	Oscillations uniquement	
Minute 4	Oscillations et massage par pression	
Minute 5	Oscillations uniquement	
Minute 6	Oscillations et massage par pression	
Minute 7	Oscillations uniquement	
Minute 8	Oscillations et massage par pression	
Minute 9	Oscillations uniquement	
Minute 10	Oscillations et massage par pression	
Programme automatique P3 (vitesse et temps prédéfinis)		
TEMPS PAR DÉFAUT 10 MINUTES AU TOTAL	FONCTION	PLAGE DE VITESSE
Minute 1 à 2	Oscillations uniquement	La vitesse varie chaque seconde entre les niveaux 1 à 10  Vitesse et temps prédéfinis et non modifiables
Minute 3 à 5	Oscillations et massage par pression	
Minute 6 à 7	Oscillations uniquement	
Minute 8 à 10	Oscillations et massage par pression	
Programme manuel P4		
Oscillations et massage par pression sans interruption	Temps réglable avant le début du programme (1 à 10 min.) Vitesse réglable pendant le programme (niveau 1 à 10)	

### Mise hors tension de l'appareil VibroLegs

5. Afin d'éteindre correctement l'appareil VibroLegs, vous devez d'abord arrêter l'appareil en appuyant sur le bouton Stop  de l'appareil ou sur le bouton  de la télécommande. Appuyez ensuite sur le bouton  Power de l'appareil pour l'éteindre complètement.

### NETTOYAGE

#### Avant de procéder au nettoyage, débranchez toujours le bloc d'alimentation !

Nettoyez l'appareil et le tapis en silicone à l'aide d'un chiffon humide et d'un détergent doux. N'utilisez pas de détergent moussant ou corrosif. Pour faciliter le nettoyage, vous pouvez ôter les tapis en silicone.

L'appareil ne doit jamais entrer en contact avec de l'eau ou tout autre liquide.

## INFORMAZIONI TECNICHE

Le produit doit rester au sec et ne doit pas être exposé aux rayons directs du soleil.

### VibroLegs :

Numéro du modèle : ETF002M

Entrée : 24 V

Puissance max. : 30 W

Utiliser uniquement avec le bloc d'alimentation A361-2401500E.

### Adaptateur :


Numéro du modèle : A361-2401500E

Entrée : 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Sortie : 24 V , 1,500 mA



Ce produit satisfait aux normes européennes.

 Ce symbole signifie que les appareils électriques et électroniques ainsi que les piles et accumulateurs ne doivent pas être jetés avec les déchets ménagers ordinaires. Vous êtes légalement tenu de les ramener gratuitement, à la fin de leur durée de vie, au distributeur ou à un point de collecte public officiel consacré, selon la loi sur les équipements électriques et électroniques, au recyclage d'appareils électriques et électroniques et de séparer et d'éliminer les lampes, les piles et les accumulateurs à l'état déchargé qui ne sont pas solidement fixés à l'appareil et peuvent être retirés sans être détruits. Utilisez, dans la mesure du possible, des piles rechargeables plutôt que des piles à usage unique. La réutilisation et le recyclage des appareils usagés sont une contribution importante à la protection de l'environnement. En cas d'élimination incorrecte, des composants toxiques peuvent être libérés dans l'environnement et avoir des effets nocifs sur la santé des personnes, des animaux et des plantes. Les piles avec une teneur élevée en substances nocives sont en outre marquées des signes suivants : Cd=cadmium, Hg=mercure, Pb=plomb. Les consommateurs sont eux-mêmes responsables de la suppression des données personnelles de l'appareil.



Uniquement pour utilisation dans des pièces intérieures

Fabriqué en Chine

IT









### Note sulla sicurezza

- PRIMA DI USARE QUESTO APPARECCHIO LEGGERE TUTTE LE ISTRUZIONI E CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI PER L'USO PER FUTURE CONSULTAZIONI.**
- SE SI CEDE L'APPARECCHIO A TERZI, È NECESSARIO CONSEGNARE ANCHE LE PRESENTI ISTRUZIONI PER L'USO.**
- Questo prodotto non è destinato all'uso medico. È previsto solo per massaggi.
- Prima di utilizzare il prodotto, consultare il proprio medico nei seguenti casi:
  - se si è in gravidanza
  - se si è portatori di pacemaker, impianto o altro dispositivo di assistenza
  - se si soffre di diabete
  - se si hanno disturbi di circolazione sanguigna
  - se si nutrono dubbi sulle proprie condizioni di salute
- È preferibile che le persone anziane o fragili si rivolgano ad un medico prima di usare il prodotto, anche in assenza di particolari malattie precedenti.
- L'attrito sulla pelle può essere doloroso, pertanto non usare l'apparecchio direttamente sulla pelle.
- Se si sentono fastidi o dolori, smettere immediatamente di usare il prodotto.
- Non usare questo prodotto prima di coricarsi. L'apparecchio per massaggi ha un effetto stimolante e può ritardare il sonno.
- Per evitare cortocircuiti, collegare correttamente l'apparecchio e tenerlo lontano da metalli (chiodi), rifiuti o acqua.
- Utilizzare l'apparecchio su una superficie piana. Se l'apparecchio non è stabile, potrebbe rovesciarsi causando lesioni.
- Se non si usa l'adattatore, staccarlo dalla presa.
- Se si sospetta la presenza di un problema, spegnere l'apparecchio il più presto possibile.
- In caso di conservazione prolungata dell'apparecchio, mantenerlo nella sua confezione o in luogo sicuro, fresco e asciutto.
- Non poggiare altri oggetti sull'apparecchio per massaggi.
- Se il cavo di alimentazione è danneggiato, farlo sostituire solo da una persona autorizzata e qualificata.
- Per scongiurare il pericolo di scossa elettrica, non usare l'apparecchio su pelle bagnata.
- Tenere il prodotto lontano dall'umidità. Se l'apparecchio o parti di esso sono umidi o bagnati, non usare il prodotto.

18. L'apparecchio può essere utilizzato da bambini di età pari o superiore a 8 anni, o da persone con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali o che non hanno le necessarie esperienze e / o conoscenze solo sotto supervisione o solo se istruiti sull'uso sicuro del dispositivo e ne hanno compreso i rischi derivanti. I bambini non sono autorizzati a giocare con l'apparecchio. La pulizia e la manutenzione di competenza dell'utente non devono essere eseguite dai bambini a meno che non abbiano più di 8 anni e siano sotto supervisione. I bambini di età inferiore agli 8 anni devono essere tenuti lontani dall'apparecchio e dal cavo di collegamento.
19. Per evitare lesioni e danni irreparabili, restare sempre seduti mentre si usa l'apparecchio per massaggi. Non salire sull'apparecchio e non trattarlo con violenza per evitare lesioni pericolose.
20. Non cercare di smontare o riparare il prodotto. Le riparazioni sono di esclusiva competenza di tecnici appositamente qualificati.

## MESSA IN FUNZIONE E USO

**L'apparecchio è stato concepito per essere utilizzato sull'arco plantare, sulle gambe e sulla schiena. Non usarlo sulla vita, sulla nuca o su parti del corpo diverse da quelle descritte in queste istruzioni. Non usare l'apparecchio per scopi diversi da quelle indicati in queste istruzioni.**

1. Inserire l'alimentatore nella presa e collegare il cavo all'apparecchio. Non appena l'apparecchio è collegato alla corrente, emette un bip e il display si illumina.
2. Una volta collegato l'apparecchio, girarlo in modo che il display sia rivolto in avanti. Non appena viene azionato il  tasto Power sull'apparecchio/sul telecomando, sul display appare P1. Per iniziare premere il  tasto di avvio/arresto (telecomando) o il  tasto di avvio (apparecchio) per avviare il programma. Per selezionare un altro programma, premere il tasto P finché sul display non viene visualizzato il programma desiderato. Per iniziare premere il  tasto di avvio/arresto (telecomando) o il  tasto di avvio (apparecchio).
3. Per spegnere l'apparecchio occorre innanzitutto arrestarlo premendo il  tasto di arresto dell'apparecchio o il  tasto del telecomando. Premere poi il  tasto di alimentazione per spegnere completamente l'apparecchio.
4. Dopo aver utilizzato l'apparecchio, scollegarlo dalla presa di corrente.

**ATTENZIONE:** in presenza di pavimenti sensibili (ad es. parquet) si consiglia di collocare sotto l'apparecchio una stuoia resistente o un tappeto adatto. Ciò eviterà danni e decolorazioni del pavimento.

## POSIZIONI CORRETTE DURANTE L'USO (figura 2)

Collocare l'arco plantare o il polpaccio sull'apparecchio. Per usare il prodotto sulla schiena, è possibile collocarlo sulla schiena o distendersi sull'apparecchio.

**NOTA:** non caricare mai l'apparecchio con tutto il peso del corpo, poiché ciò potrebbe danneggiare l'apparecchio.

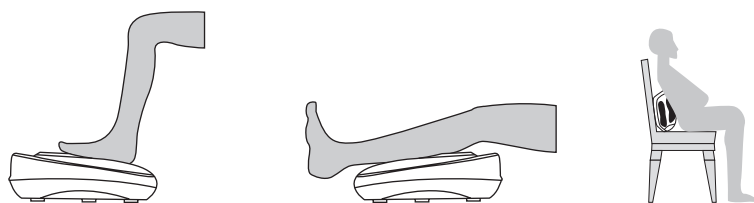


Fig. 2

## TASTI DEL TELECOMANDO (figura 3)

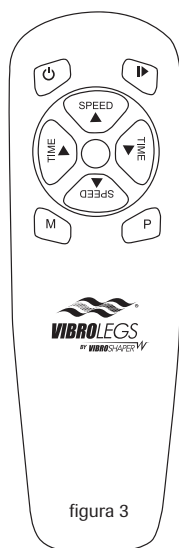


figura 3

**Tasto Power:** premere questo tasto per ACCENDERE o SPEGNERE l'apparecchio.

**▶ Avvio/arresto:** premere questo tasto per avviare le impostazioni selezionate. Quando l'apparecchio è in funzione, premere questo tasto per arrestarlo.

**▼ Time -:** riduzione del tempo. Il tempo preimpostato è di 10 minuti suddivisi in 10 livelli. Premere questo tasto per abbreviare il tempo. Possibile soltanto prima dell'avvio dei programmi manuali P1 e P4.

**▲ Time +:** aumento del tempo. Premere questo tasto per aumentare il tempo. Il tempo massimo possibile è di 10 minuti. Possibile soltanto prima dell'avvio dei programmi manuali P1 e P4.

**▲ Speed +:** aumento della velocità. È possibile stabilire manualmente una velocità compresa tra 1 e 10.

Premere questo tasto per aumentare la velocità mentre l'apparecchio è in funzione. Possibile soltanto durante i programmi manuali P1 e P4.

**▼ Speed -:** riduzione della velocità. È possibile stabilire manualmente una velocità compresa tra 1 e 10.

Premere questo tasto per ridurre la velocità mentre l'apparecchio è in funzione. Possibile soltanto durante i programmi manuali P1 e P4.

**Tasto M (tasto rapido):** premere questo tasto per passare durante i programmi manuali P1 e P4, rapidamente tra le velocità 3, 6 e 9.

**Tasto programma:** premere questo tasto per selezionare un programma. È possibile selezionare i programmi P1, P2, P3 e P4. Nel programma manuale P1 è attivata soltanto l'oscillazione. Nei programmi automatici P2 e P3, l'oscillazione e la digitopressione si alternano secondo uno schema predefinito. Nel programma P4, oscillazione e digitopressione sono attivate in modo continuo. Nei programmi manuali P1 e P4 è possibile impostare il tempo (1 - 10 min.) prima dell'avvio del programma e i livelli di velocità (1-10) durante il funzionamento.

**La portata del telecomando è di 2,5 metri. Per una trasmissione ottimale del segnale, assicurarsi che non ci siano ostacoli tra l'apparecchio e il telecomando e dirigere il telecomando sul ricevitore a infrarossi dell'apparecchio.**

### Indicazioni importanti per l'uso:

- Il programma P1 è preimpostato di default, quando si accende l'apparecchio. Per avviarlo, premere ▶ oppure selezionare un altro programma mediante il tasto P.
- Arrestare l'apparecchio premendo innanzitutto ▶. Poi spegnere l'apparecchio con il tasto di alimentazione ⏻ oppure azionare nuovamente ▶ per proseguire il funzionamento.
- Con i programmi P1 e P4 è possibile stabilire il tempo prima dell'inizio della digitopressione e adattare la velocità durante la digitopressione.

## PROGRAMMI

Tabella 1: panoramica dei programmi



Programma manuale P1		
Solo oscillazione	Tempo adattabile (1-10 min.) prima dell'avvio del programma, velocità adattabile durante il programma (livelli 1-10)	
Programma automatico P2 (velocità e tempo predefiniti)		
TEMPO STANDARD 10 MINUTI IN TOTALE	FUNZIONE	INTERVALLO DI VELOCITÀ
1° minuto	Solo oscillazione	La velocità varia ogni secondo tra i livelli 1-10  Velocità e tempo predefiniti e non modificabili
2° minuto	Oscillazione e digitopressione	
3° minuto	Solo oscillazione	
4° minuto	Oscillazione e digitopressione	
5° minuto	Solo oscillazione	
6° minuto	Oscillazione e digitopressione	
7° minuto	Solo oscillazione	
8° minuto	Oscillazione e digitopressione	
9° minuto	Solo oscillazione	
10° minuto	Oscillazione e digitopressione	

Programma automatico P3 (velocità e tempo predefiniti)		
TEMPO STANDARD 10 MINUTI IN TOTALE	FUNZIONE	INTERVALLO DI VELOCITÀ
1° -2° minuto	Solo oscillazione	La velocità varia ogni secondo tra i livelli 1-10
3°-5° minuto	Oscillazione e digitopressione	
6°-7° minuto	Solo oscillazione	Velocità e tempo predefiniti e non modificabili
8°-10° minuto	Oscillazione e digitopressione	

Programma manuale P4	
Oscillazione e digitopressione continue	Tempo adattabile (1-10 min.) prima dell'avvio del programma, velocità adattabile durante il programma (livelli 1-10)

### Spegnimento di VibroLegs

5. Per spegnere correttamente VibroLegs, bisogna innanzitutto arrestare l'apparecchio premendo il tasto di arresto  dell'apparecchio o il tasto  del telecomando. Premere poi il tasto di alimentazione  per spegnere completamente l'apparecchio.

### PULIZIA

#### Prima della pulizia staccare sempre la spina di alimentazione!

Pulire l'apparecchio e i cuscinetti di silicone con un panno umido e un detergente delicato. Non usare detersivi abrasivi o corrosivi. Per agevolare la pulizia si possono togliere i cuscinetti di silicone.

Non portare mai l'apparecchio a contatto con acqua o altri liquidi.

**DATI TECNICI:** Il prodotto deve essere asciutto e non deve essere esposto alla luce solare diretta.

#### VibroLegs:

Numero di modello: ETF002M

Ingresso: 24 V

Potenza max.: 30 W

Utilizzare solo con alimentatore A361-2401500E.

#### Adattatore:


Numero di modello: A361-2401500E

Ingresso: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Uscita: 24 V , 1,500 mA



Questo prodotto è conforme alle normative europee.

 Questo simbolo significa che le apparecchiature elettriche ed elettroniche o le batterie e gli accumulatori non devono essere smaltiti con i normali rifiuti domestici. Sei legalmente obbligato a consegnarli gratuitamente a un punto di raccolta o distributore pubblico alla fine della loro vita. Smaltire presso i punti di raccolta predisposti ai sensi della legge sulle apparecchiature elettriche ed elettroniche portare i dispositivi elettrici ed elettronici per il riciclaggio e separare le lampade, le batterie e gli accumulatori scarichi, che non sono saldamente racchiusi dal dispositivo e possono essere rimossi senza distruggerli, e smaltirli come previsto. Quando possibile, utilizzare batterie ricaricabili anziché batterie monouso. Il recupero e il riciclaggio di vecchi dispositivi è un importante contributo alla protezione del nostro ambiente. Lo smaltimento improprio può comportare il rilascio nell'ambiente di sostanze tossiche che possono avere effetti nocivi su persone, animali e piante. Le batterie a maggior contenuto di inquinanti sono inoltre contrassegnate dai seguenti simboli: Cd=cadmio, Hg=mercurio, Pb=piombo. I consumatori sono responsabili della cancellazione dei dati personali dall'apparecchio.



Solo per uso interno

Fabbricato in Cina






## Veiligheidsaanwijzingen

1. **LEES ALLE INSTRUCTIES VOORDAT U DIT APPARAAT IN GEBRUIK NEEMT EN BEWAAR DEZE HANDLEIDING VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.**
2. **ALS HET APPARAAT AAN DERDEN WORDT DOORGEGEVEN, MOET OOK DEZE HANDLEIDING WORDEN OVERHANDIGD.**
3. Dit product is niet geschikt voor medisch gebruik. Het is alleen bedoeld voor massage.
4. Raadpleeg een arts voor u dit product gebruikt wanneer u:
  - a. zwanger bent.
  - b. bij u een pacemaker, implantaat of een andere hulpmiddel werd geplaatst.
  - c. lijdt aan suikerziekte.
  - d. problemen hebt met bloeddorstroming.
  - e. gezondheidsproblemen ondervindt.
5. Oudere personen of personen met een beperking moeten hun arts raadplegen voor ze het product in gebruik nemen, ook indien ze geen van bovenstaande problemen ondervinden.
6. Huidirritatie kan pijnlijk zijn. Gebruik het apparaat dus niet rechtstreeks op de huid.
7. Stop meteen met het gebruik van het apparaat wanneer u ongemak of pijn ervaart.
8. Gebruik het apparaat niet voor het slapengaan. Het massageapparaat heeft een stimulerende werking en kan de slaap verstoren.
9. Om kortsluiting te voorkomen moet u het apparaat correct aansluiten. Bovendien moet u metaal (naalden), afval en water uit de buurt van het apparaat houden.
10. Gebruik het apparaat uitsluitend op een vlakke ondergrond. Wanneer de ondergrond niet stabiel is, kan het apparaat omkippen waardoor u zich kunt verwonden.
11. Trek de stekker uit het stopcontact wanneer u het apparaat niet gebruikt.
12. Wanneer u problemen ondervindt, moet u het apparaat meteen uitschakelen.
13. Bewaar het apparaat in de originele verpakking wanneer u het lange tijd niet gebruikt. Als de originele verpakking niet meer beschikbaar is, bewaar het apparaat dan op een veilige, droge en koele plaats.
14. Leg nooit andere zaken op het massagetoestel.
15. Wanneer het netsnoer beschadigd is, moet dit meteen worden vervangen. Laat dit echter uitvoeren door een erkende reparateur.
16. Om het risico op elektrische schok te vermijden, mag u het apparaat niet gebruiken op een natte huid.
17. Houd het product uit de buurt van vocht. Gebruik het product niet wanneer de eenheid of een onderdeel ervan vochtig of nat is.
18. Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van 8 jaar of door personen met verminderde fysieke, sensorische of mentale capaciteiten of gebrek aan ervaring en / of kennis, als zij onder toezicht staan of geïnstrueerd zijn over het veilige gebruik van het apparaat en de daaruit voortvloeiende gevaren hebben begrepen. Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. De reiniging en het gebruikersonderhoud mogen niet door kinderen worden uitgevoerd, tenzij ze ouder dan 8 jaar zijn en onder toezicht staan. Kinderen jonger dan 8 jaar moeten uit de buurt van het apparaat en de verbindingkabel worden gehouden.
19. Om verwondingen en onherstelbare schade te voorkomen moet u tijdens het gebruik van het massagetoestel altijd blijven zitten. Ga nooit op het apparaat staan en gebruik geen geweld op het apparaat om gevaarlijk letsel te voorkomen.
20. Probeer het product niet te repareren of aan te passen. Reparaties mogen alleen worden uitgevoerd door een gekwalificeerde technicus.



## INBEDRIJFSTELLING EN GEBRUIK

Het apparaat werd ontwikkeld voor gebruik aan de voetzolen, wreef, de benen en de rug. Gebruik het apparaat niet aan de taille, de nek of aan andere lichaamsdelen dan deze die in deze gebruikshandleiding zijn beschreven. Gebruik dit apparaat niet voor andere doeleinden dan deze die in de gebruikshandleiding zijn beschreven.

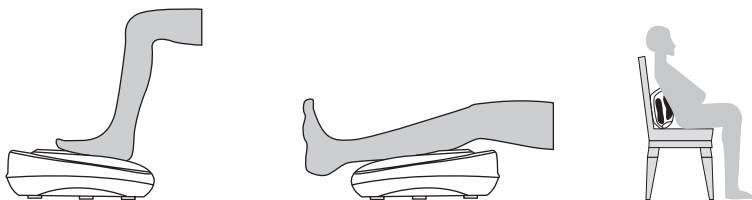
1. Steek de netstroomadapter in het stopcontact en sluit het netsnoer aan op het apparaat. Zodra het apparaat elektrisch is aangesloten, hoort u één beep en licht de display op.
2. Als het apparaat is aangesloten, draait u het zo dat de display naar voor is gericht. Zodra u drukt op de  aan-/uit-knop op het apparaat/de afstandsbediening verschijnt P1 op het display. Druk op de  start/stop-knop (afstandsbediening) of op de  startknop (apparaat) om het programma te starten. Om een ander programma te kiezen, drukt u op de P-knop tot het gewenste programma op het display verschijnt. Om te starten drukt u op de  Start/stopknop (afstandsbediening) of op de  startknop op het apparaat zelf.
3. Om het apparaat uit te schakelen moet u het eerst uit zetten door op de stopknop  te drukken op het apparaat zelf of op  de knop op de afstandsbediening. Druk aansluitend op de  Aan-/uitknop om het apparaat helemaal uit te schakelen.
4. Trek vervolgens de stekker uit het stopcontact.

**OPGELET:** bij een krasgevoelige vloer (bijv. parket) adviseren we om een stevige mat of tapijt onder het apparaat te leggen. Dit voorkomt beschadiging en verkleuring van uw vloer.

### CORRECTE POSITIE BIJ GEBRUIK (afb. 2)

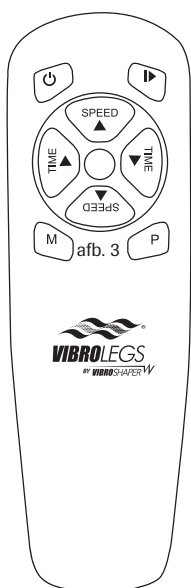
Plaats de voetboog of de kuit op het apparaat. Om de rug te masseren kunt u het apparaat op de rug leggen of tegen het apparaat aanleunen.

**TIP:** belast het apparaat nooit met uw volledige lichaamsgewicht. Dit kan het apparaat beschadigen.





Afb. 3


### TOETSSEN VAN DE AFSTANDBEDIENING (afb. 3)





 **Aan-/uitknop:** druk op deze knop om het apparaat IN of UIT te schakelen.

 **Start/stop:** druk op deze knop om de gekozen instellingen te starten. Wanneer het apparaat in werking is, drukt u op deze knop om het te stoppen.

 **Time-:** verkorten van de tijd. De vooraf ingestelde tijd is 10 minuten, onderverdeeld in 10 stappen. Druk op deze toets om de tijd in te korten. Alleen mogelijk voordat de handmatige programma's P1 en P4 worden gestart.

 **Time +:** verlengen van de tijd. Druk op deze toets om de tijd te verlengen. De maximale tijdsduur is 10 minuten. Alleen mogelijk voordat de handmatige programma's P1 en P4 worden gestart.

 **Speed +:** verhoging van de snelheid. De snelheid kan manueel worden ingesteld van 1 tot 10. Druk op deze toets om de snelheid te verhogen terwijl het apparaat in werking is. Enkel mogelijk tijdens de handmatige programma's P1 en P4.

 **Speed -:** verlaging van de snelheid. De snelheid kan manueel worden ingesteld van 1 tot 10. Druk op deze toets om de snelheid te verlagen terwijl het apparaat in werking is. Enkel mogelijk tijdens de handmatige programma's P1 en P4.





**M toets (sneltoets):** druk op deze toets om in de handmatige programma's P1 en P4 snel te wisselen tussen de snelheidstrappen 3, 6 en 9.

**Programmtoets:** druk op deze toets om een programma te selecteren. U kunt kiezen tussen de programma's P1, P2, P3 en P4. In het handmatige programma P1 is enkel de oscillatie geactiveerd. In de automatische programma's P2 en P3 wisselen oscillatie en acupressuur af volgens een vooraf gedefinieerd schema. In het handmatige programma P4 zijn oscillatie en acupressuur

doorlopend geactiveerd. In de handmatige programma's P1 en P4 kunt u de tijd (1-10 min.) instellen voordat het programma start en tijdens bedrijf de snelheidsniveaus (1-10).

**Het bereik van de afstandsbediening is ongeveer 2,5 meter. Voor een optimale signaaloverdracht moet u ervoor zorgen dat er geen hindernissen zijn tussen het apparaat en de afstandsbediening. Richt de afstandsbediening ook naar de infraroodontvanger op het apparaat.**

#### Belangrijke richtlijnen voor het gebruik:

- Het programma P1 is standaard vooraf ingesteld als u het apparaat inschakelt. Om het te starten, drukt u op  of kiest u een ander programma met de P-toets.
- Stop het apparaat door eerst op  te drukken. Schakel vervolgens het apparaat uit via de  Aan/uitknop of druk opnieuw op  om verder te gaan met het bedrijf.
- Bij de programma's P1 en P4 kunt u de tijd voor het begin van de acupressuur vastleggen en kunt u de snelheid aanpassen tijdens de acupressuur.

#### PROGRAMMA'S

Tabel 1: programmaoverzicht

Handmatig programma P1		
Enkel oscillatie	Tijd voor programmastart aanpasbaar (1-10 min.) Snelheid tijdens het programma aanpasbaar (stappen 1-10)	
Automatisch programma P2 (snelheid & tijd voorgedefinieerd)		
STANDAARDTIJD IN TOTAAL 10 MINUTEN	FUNCTIE	SNELHEIDSBEREIK
eerste minuut	Enkel oscillatie	Snelheid varieert elke seconde tussen de niveaus 1-10  Snelheid & tijd vooraf gedefinieerd en niet veranderbaar
tweede minuut	Oscillatie- en acupressuur	
derde minuut	Enkel oscillatie	
vierde minuut	Oscillatie- en acupressuur	
vijfde minuut	Enkel oscillatie	
zesde minuut	Oscillatie- en acupressuur	
zevende minuut	Enkel oscillatie	
achtste minuut	Oscillatie- en acupressuur	
negende minuut	Enkel oscillatie	
tiende minuut	Oscillatie- en acupressuur	
Automatisch programma P3 (snelheid & tijd voorgedefinieerd)		
STANDAARDTIJD IN TOTAAL 10 MINUTEN	FUNCTIE	SNELHEIDSBEREIK
eerste - tweede minuut	Enkel oscillatie	Snelheid varieert elke seconde tussen de niveaus 1-10
derde-vijfde minuut	Oscillatie- en acupressuur	
6 - 7 minuten	Enkel oscillatie	Snelheid & tijd vooraf gedefinieerd en niet veranderbaar
8 - 10 minuten	Oscillatie- en acupressuur	
Handmatig programma P4		
Doorlopend oscillatie en acupressuur	Tijd voor programmastart aanpasbaar (1-10 min.) Snelheid tijdens het programma aanpasbaar (stappen 1-10)	

#### VibroLegs uitschakelen

5. Om VibroLegs op de correcte wijze uit te schakelen, moet u het apparaat eerst stoppen door op de stoptoets  aan het apparaat of de toets  aan de afstandsbediening in te drukken. Druk aansluitend op de  Aan/uittoets om het apparaat helemaal uit te schakelen.

## REINIGEN

### Trek altijd eerst de stekker uit het stopcontact.

Maak het apparaat en de siliconenpads schoon met een vochtige doek en een zacht schoonmaakmiddel. Gebruik nooit schurende of bijtende schoonmaakmiddelen. Om het schoonmaken te vergemakkelijken kunnen de siliconenpads worden verwijderd.

Laat nooit water of andere vloeistoffen in aanraking komen met het apparaat.

**TECHNISCHE GEGEVENS:** Het product moet droog zijn en mag niet in direct zonlicht worden opgesteld.

#### VibroLegs:

modelnummer: ETF002M

Ingang: 24 V

Max. vermogen: 30 W

Gebruik alleen netstroomadapter A361-2401500E.

#### Adapter:


modelnummer: A361-2401500E

Ingang: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Uitgang: 24 V , 1,500 mA



Dit product voldoet aan de Europese richtlijnen.

 Dit symbool betekent dat elektrische en elektronische apparatuur of batterijen en accu's niet met het normale huisvuil mogen worden weggegooid. U bent wettelijk verplicht om ze aan het einde van hun levensduur kosteloos terug te brengen naar een publiek inzamelpunt of distributeurs inzake de Wet op de elektrische en elektronische apparatuur voor de recycling van elektrische en elektronische apparaten en om lampen en batterijen en accu's, die niet stevig door het apparaat zijn ingesloten en niet-destructief kunnen worden verwijderd zonder lading te scheiden, en weg te gooien. Gebruik waar mogelijk oplaadbare batterijen in plaats van batterijen voor eenmalig gebruik. Het hergebruik en de recycling van oude apparaten vormen een belangrijke bijdrage aan de bescherming van ons milieu. Door ondeskundige verwijdering kunnen giftige stoffen in het milieu terechtkomen, die schadelijke gevolgen kunnen hebben voor mens, dier en plant. Batterijen met een verhoogd gehalte aan schadelijke stoffen zijn ook gemarkeerd met de volgende symbolen: Cd=cadmium, Hg=kwik, Pb=lood. Consumenten zijn zelf verantwoordelijk voor het verwijderen van persoonlijke gegevens van het apparaat.



Alleen geschikt voor gebruik binnenshuis.

Made in China

HU









## Biztonsági utasítások

- KÉRJÜK, HOGY EZEN BERENDEZÉS HASZNÁLATA ELŐTT OLVASSA ÁT AZ ÖSSZES UTASÍTÁST ÉS ŐRIZZE MEG EZT A HASZNÁLATI UTASÍTÁST A KÉSŐBBI ELOLVASÁSA CÉLJÁBÓL.**
- AMENNYIBEN A BERENDEZÉST HARMADIK FÉLNEK TOBÁBBADJA, AKKOR AZZAL EGYÜTT EZT A KEZELÉSI UTASÍTÁST IS ADJA ÁT.**
- Ez a berendezés nem való orvosi használatra. Ez csak masszázs céljára szolgál.
- Használat előtt konzultáljon orvosával ha:
  - Ön terhes
  - Ha pacemakere, implantátuma vagy más segédberendezése van
  - Ha cukorbetegségben szenved
  - Ha keringési zavarai vannak
  - Ha egészségügyi gondjai vannak
- Időskorú vagy törékeny személyek a berendezés használata előtt forduljanak orvosukhoz, akkor is, ha nincs speciális betegségi hajlamuk.
- A súrlódás a bőrön fájdalmas lehet, ne használja a berendezést közvetlenül a bőrön.
- Azonnal hagyja abba a használatot, ha panaszai vagy fájdalmai lépnek fel.
- Alvás előtt ne használja a berendezést. A masszázsberendezésnek stimuláló hatása van, így az elalvást késleltetheti.
- Rövidzárlat elkerülése érdekében megfelelően csatlakoztassa a készüléket és fémektől (tűk), hulladéktól és víztől tartsa távol.
- Sík felületen használja a berendezést. Ha a berendezés nem stabil, akkor felborulhat, ami sérüléseket okozhat.
- Ha nem használja, akkor húzza ki az adaptert a konnektorból.
- Ha egy problémát gyanít, kapcsolja ki a készüléket a lehető leghamarabb.
- Hosszabb tárolás esetén tartsa a berendezést az eredeti csomagolásában vagy egy biztos, száraz és hűvös helyen.
- Ne helyezzen más tárgyakat a masszázsberendezésre.

15. Ha a hálózati kábel megsérült, akkor ki kell cserélni, feltétlenül egy felhatalmazott, kiképzett személy által.
16. Áramütés elkerülése érdekében a berendezést ne használja nedves bőrön.
17. Tartsa távol a berendezést nedvességtől. Ne használja a berendezést, ha az vagy részei nedvesek.
18. Ezt az eszközt a 8 évnél fiatalabb gyermekek, vagy a csökkent fizikai, érzékszervi vagy szellemi képességekkel rendelkező személyek, illetve a tapasztalat és / vagy tudás hiánya esetén csak felügyelet mellett használhatják, vagy pedig ha megértették az eszköz biztonságos használati módját, és az abból fakadó veszélyeket, Gyermekek nem játszhatnak ezzel a készüléssel. A tisztítást és a felhasználói karbantartást gyermekek nem végezhetik el, kivéve, ha azok több mint 8 évesek és felügyelet alatt állnak. A 8 évnél fiatalabb gyermekeket távol kell tartani a készüléktől és a csatlakozókábeltől.
19. Sérülések és visszafordíthatatlan károk elkerülése érdekében a masszázsberendezés használatakor mindig maradjon ülve. Veszélyes sérülések elkerülése érdekében sose álljon rá a berendezésre és sose kezelje azt erőszakosan.
20. Ne próbálja meg szétszerelni vagy javítani a berendezést. Javításokat csak megfelelően kiképzett technikusok végezhetnek.

## ÜZEMBE HELYEZÉS ÉS HASZNÁLAT

**Ezt a készüléket lábfejen, lábszáron és háton való használatra tervezték. Ne használja a derékon, nyakon vagy más olyan testrészben, melyek nem szerepelnek ebben az utasításban. Ne használja a berendezést az utasításban megnevezettől eltérő, más célokra.**

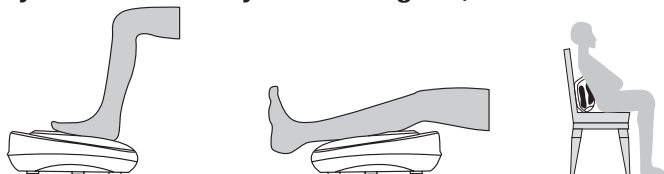
1. Csatlakoztassa a hálózati adaptert a konnektorba, és csatlakoztassa a kábelt a készülékhez. Mikor a készülék áram alá kerül, hangjelzés hallatszik és a kijelző világít.
2. Ha a készülék bekötése megtörtént, forgassa olyan helyzetbe, hogy a kijelző előre nézzen. Amint megnyomja a  Power gombot a készüléken/ a távirányítón, a kijelzőn a P1 jelenik meg. Nyomja meg a  Start/Stop gombot (távirányító) vagy a  Start gombot (készülék), hogy a program elinduljon. Másik program választásához addig nyomja a P gombot, amíg a kívánt program meg nem jelenik a kijelzőn. Az indításhoz nyomja meg a  Start/Stop gombot (távirányító) vagy a  Start gombot (készülék).
3. A készülék kikapcsolásához először állítsa le a készüléket a rajta lévő Stop gomb  vagy a távirányító gombjának  megnyomásával. Ezután nyomja meg a Power gombot  a készülék teljes kikapcsolásához.
4. Használat után húzza ki a készüléket a hálózati csatlakozóból.

**FIGYELEM:** Az érzékeny padlók (pl. Parketta) esetében ajánlott egy szilárd szőnyeg vagy lap elhelyezése az egység alatt. Ezzel elkerülheti, hogy a padló megsérüljön és elszineződjön.

## MEGFELELŐ HELYZET HASZNÁLATKOR (2. ábra)

**Helyezze a lábívét vagy a vádlit a készülékre. Háton való használatához helyezze a hátára vagy támaszkodjon rá.**

**MEGJEGYZÉS: Soha ne terhelje a készüléket teljes testtömegével, mert ez károsíthatja a készüléket.**





2. ábra


## A TÁVIRÁNYÍTÓ GOMBJAI (3. ábra)




 **Power gomb:** Nyomja meg ezt a gombot a készülék BE-, ill. KIKAPCSOLÁSÁHOZ.

 **Start/Stop:** Nyomja meg ezt a gombot a kiválasztott beállítások elindításához. Ha a készülék üzemben van, nyomja meg ezt a gombot a leállításához.

 **Time -:** Az idő csökkentése. Az előre beállított idő 10 perc, 10 fokozatra osztva. Nyomja meg ezt a gombot az idő lerövidítéséhez. Csak a manuális P1 és P4 programok indítása előtt van erre lehetőség.

 **Time +:** Az idő növelése. Nyomja meg ezt a gombot az idő növeléséhez. A maximális idő 10 perc lehet. Csak a manuális P1 és P4 programok indítása előtt van erre lehetőség.

 **Speed +:** Sebesség növelése. A sebesség manuálisan 1 és 10 fokozat között állítható be. A gomb megnyomásával akkor növelheti a sebességet, amikor a készülék működik. Csak a manuális P1 és P4 programok futása idején van erre lehetőség.

**Speed** -: A sebesség csökkentése. A sebesség manuálisan 1 és 10 fokozat között állítható be. A gomb megnyomásával akkor csökkentheti a sebességet, amikor a készülék működik. Csak a manuális P1 és P4 programok futása idején van erre lehetőség.

**M gomb (gyorsbillentyű):** ezt a gombot nyomja meg, hogy a P1 és P4 kézi programokban gyorsan tudjon váltani a 3., a 6. és a 9. sebességfokozat között.

**Programgomb:** Egy program kiválasztásához ezt a gombot nyomja meg. A P1, P2, P3 és P4 programok között választhat. A manuális P1 programban csak a rezgés van aktiválva. A P2 és P3 automatikus programokban a rezgés és az akupresszúra előre meghatározott séma alapján váltakozik. A manuális P4 programban a rezgés és az akupresszúra folyamatosan aktiválva van. A P1 és P4 manuális programokban az időt (1-10 perc) a program elindítása előtt állíthatja be, működés közben pedig a sebességfokozatok (1-10) beállítására van lehetőség.

**A távirányító hatótávja 2,5 méter. Optimális jelátvitel érdekében ügyeljen arra, hogy ne legyen semmilyen zavaró tárgy a berendezés és a távirányító között, a távirányítót irányítsa a berendezés infravevője felé.**

#### Fontos utasítások a használatra vonatkozóan:



- A P1 program a standardnak megfelelően már előre be van állítva, amikor a készüléket bekapcsolja. Ennek elindításához nyomja meg a ► gombot, vagy válasszon másik programot a P gomb segítségével.
- Először állítsa meg a készüléket, az ► gomb megnyomásával. Ezután kapcsolja ki a készüléket a Power gombbal, ill. nyomja meg ismét ► a működés folytatásához.
- P1 és P4 programok esetén rögzítheti az akupresszúra megkezdése előtti időt, az akupresszúra alatt pedig ehhez harmonizálhatja a sebességet.

## PROGRAMOK

### 1. táblázat: Programáttekintés

Manuális P1 program		
Csak rezgés	A program indulása előtti idő változtatható (1-10 perc), a program ideje alatti sebesség változtatható (1-10. fokozat)	
Automatikus program P2 (a sebesség és az idő előre meg van határozva)		
STANDARD IDŐ ÖSSZESEN 10 PERC	FUNKCIÓ	SEBESSÉGTARTOMÁNY
1. perc	Csak rezgés	A sebesség másodpercenként váltakozik az 1-10. fokozat között  A sebesség és az idő előre meg van határozva és nem változtatható
2. perc	Rezgés és akupresszúra	
3. perc	Csak rezgés	
4. perc	Rezgés és akupresszúra	
5. perc	Csak rezgés	
6. perc	Rezgés és akupresszúra	
7. perc	Csak rezgés	
8. perc	Rezgés és akupresszúra	
9. perc	Csak rezgés	
10. perc	Rezgés és akupresszúra	
P3 automatikus program (a sebesség és az idő előre meg van határozva)		
STANDARD IDŐ ÖSSZESEN 10 PERC	FUNKCIÓ	SEBESSÉGTARTOMÁNY
1-2. perc	Csak rezgés	A sebesség másodpercenként váltakozik az 1-10. fokozat között  A sebesség és az idő előre meg van határozva és nem változtatható
3-5. perc	Rezgés és akupresszúra	
6-7. perc	Csak rezgés	
8-10. perc	Rezgés és akupresszúra	
Manuális program P4		
Rezgés és akupresszúra folyamatosan	A program indulása előtti idő változtatható (1-10 perc), a program ideje alatti sebesség változtatható (1-10. fokozat)	

## VibroLegs kikapcsolása

5. A VibroLegs kikapcsolásához először állítsa le a készüléket a készüléken lévő Stop gomb  vagy a távirányító gombjának  megnyomásával. Ezután nyomja meg a Power gombot  a készülék teljes kikapcsolásához.

## TISZTÍTÁS

### Tisztítás előtt mindig húzza ki a hálózati csatlakozót!

Nedves ronggyal és kímálós tisztítószerrel tisztítsa meg a berendezést és a szilikon támaszokat. Ne használjon koptató vagy maróhatású tisztító anyagot. A tisztítás megkönnyítéséhez a szilikon támaszokat le lehet venni.

Soha ne kerüljön víz vagy más folyadék a készülékkel érintkezésbe.

**MŰSZAKI ADATOK:** A berendezésnek száraznak kell lennie és nem szabad közvetlen napfénynek kitenni.

### VibroLegs:

Modell-szám: ETF002M

Bemenet: 24V

Max. teljesítmény: 30W

Csak A361-2401500E hálózati adapterrel használható.

### Adapter:


Model-szám: A361-2401500E

Bemenet: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Kimenet: 24 V , 1,500 mA



Ez a termék megfelel az európai irányelveknek.

 Ez a szimbólum azt jelenti, hogy az elektromos és elektronikai készülékeket, ill. az elemeket és akkumulátorokat tilos a szokványos háztartási szeméttel együtt kidobni. Önnek törvényben előírt kötelessége, hogy a készüléket élettartamának végén térítésmentesen leadja egy, az elektromos készülékekre vonatkozó törvény értelmében létrehozott nyilvános-törvényes gyűjtőhelyen vagy forgalmazónál, ahol elektromos és elektronikai készülékek újrahasznosításával foglalkoznak, és ahol lámpák, valamint töltetlen állapotú, a készülékekből roncsolásmentesen eltávolítható elemek és akkumulátorok kivételét, eltávolítását és tervezett hulladékkezelését végzik. Amennyiben lehetőség van rá, ne eldobható, hanem újratölthető elemeket használjon. A régi készülékek ismételt értékesítése és újrahasznosítása jelentősen hozzájárul környezetünk védelméhez. Szakszerűtlen hulladékkezelés esetén olyan mérgező anyagok kerülhetnek a környezetbe, amelyek az emberek, állatok és növények egészségére káros hatást fejthetnek ki. A magasabb károsanyag-tartalmú elemek a következő jelzésekkel vannak ellátva: Cd=kadmium, Hg=higany, Pb=ólom. A felhasználók maguk felelnek azért, hogy személyes adataikat eltávolítsák a készülékekről.



Csak beltéri használatra.

Származási hely: Kína

CZ









## Bezpečnostní pokyny

- PŘI POUŽÍVÁNÍM TOHOTO PŘÍSTROJE SI PROSÍM PŘEČTĚTE VŠECHNY NÁVODY A TENTO NÁVOD K OBSLUZE USCHOVEJTE K NAHLÉDNUTÍ.**
- POKUD BY BYL PŘÍSTROJ PŘEDÁN TŘETÍM OSOBÁM, PAK MUSÍ BÝT SPOLEČNĚ S NÍM ROVNĚŽ PŘEDÁN TENTO NÁVOD K OBSLUZE.**
- Tento produkt není určen pro použití v lékařství. Je určen pouze k masírování.
- Před použitím tohoto produktu se poraďte s lékařem, pokud:
  - jste těhotná
  - máte kardiostimulátor, implantát nebo jiné pomocné prostředky
  - trpíte diabetem
  - máte poruchu prokrvení
  - máte obavy ohledně svého zdravotního stavu
- Starší a oslabené osoby by se měly před používáním produktu obrátit na svého lékaře. i když nemají žádné konkrétní onemocnění.
- Tření kůže může být bolestivé, nenechávejte proto přístroj působit přímo na kůži.
- Pokud pocítíte obtíže nebo bolest, používání ihned ukončete.
- Nepoužívejte produkt před spaním. Masážní přístroj má stimulující účinek a může způsobit potíže s usnutím.
- K zamezení zkratu přístroj správným způsobem připojte a udržujte ho v dostatečné vzdálenosti od kovu (jehly), odpadu nebo vody.
- Přístroj používejte na rovné ploše. Není-li plocha stabilní, může se přístroj převrátit a způsobit zranění.
- Pokud adaptér nepoužíváte, odpojte ho ze zásuvky.
- Pokud se domníváte, že došlo k problému, přístroj co nejrychleji vypněte.

13. Přístroj při delším uložení uchovávejte v jeho obalu nebo na bezpečném, suchém a chladném místě.
14. Na masážní přístroj nepokládejte žádné další předměty.
15. Pokud je síťový kabel poškozený, musí být vyměněn, ovšem pouze oprávněnou a kvalifikovanou osobou.
16. Aby se zabránilo zásahu elektrickým proudem, nepoužívejte přístroj na mokré kůži.
17. Neponechávejte produkt ve vlhku. Nepoužívejte ho, pokud je produkt nebo jeho části vlhké nebo mokré.
18. Přístroj mohou používat děti ve věku od 8 let nebo osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo nedostatečnými zkušenostmi a/nebo znalostmi, jsou-li pod dohledem nebo pokud byly instruovány o bezpečném používání přístroje a byly obeznámeny s nebezpečími z toho plynoucími. Děti si s přístrojem nesmí hrát. Čištění a uživatelskou údržbu přístroje nesmí provádět děti, nejsou-li starší 8 let a pod dohledem. Děti mladší 8 let se k přístroji a přípojovacímu kabelu nesmí přibližovat.
19. Aby se zabránilo zranění a nevratným škodám, zůstaňte během používání masážního přístroje vždy sedět. Nikdy si na přístroj nestoupejte a nemanipulujte s ním násilím, aby se zabránilo nebezpečným zraněním.
20. Nikdy se sami nepokoušejte produkt rozebrat nebo opravit. Opravy smí být prováděny jen odpovídajícím způsobem kvalifikovanými techniky.

## UVEDENÍ DO PROVOZU A POUŽÍVÁNÍ

**Přístroj byl vyvinut pro používání na nártu, na nohou a na zádech. Nepoužívejte ho na pas, na šiji nebo na jiné části těla, než popsané v tomto návodu. Nepoužívejte přístroj pro jiné účely než účely uvedené v tomto návodu.**

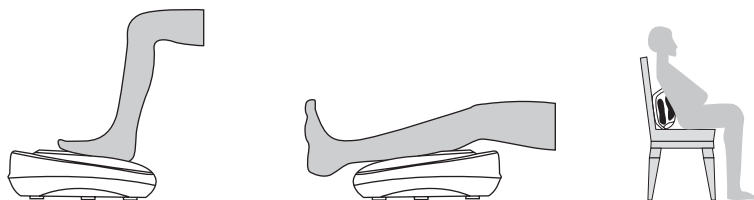
1. Zapojte síťový zdroj do zásuvky a připojte kabel do přístroje. Pokud je přístroj zapojen do elektrického proudu, jednou zapípá a rozsvítí se displej.
2. Pokud je přístroj připojený, natočte ho tak, aby displej směřoval dopředu. Jakmile stisknete tlačítko  Power na přístroji/ dálkovém ovládacím, zobrazí se na displeji P1. Pro spuštění programu stiskněte tlačítko  Start/Stop (dálkové ovládacím) nebo tlačítko  Start (přístroj). Pro výběr jiného programu mačkejte tlačítko P, než se na displeji zobrazí požadovaný program. Pro spuštění stiskněte tlačítko  Start/Stop (dálkové ovládacím) nebo tlačítko  Start (přístroj).
3. K vypnutí přístroje je nutné ho nejdříve zastavit tlačítkem Stop  na přístroji nebo stisknutím tlačítka  na dálkovém ovládacím. Stiskněte následně  tlačítko Power pro úplné vypnutí přístroje.
4. Po ukončení používání přístroj odpojte ze zásuvky.

**POZOR:** U citlivých podlah (např. parkety) doporučujeme pod přístroj položit pevnou rohož nebo odpovídající koberec. Tím zabráníte poškození a zbarvení vaší podlahy.

## SPRÁVNÉ UMÍSTĚNÍ PŘI POUŽÍVÁNÍ (obrázek 2)

Umístěte na přístroj nožní klenbu nebo lýtka. Pro použití na zádech se můžete položit na záda nebo se proti němu opřít.

**UPOZORNĚNÍ:** Nikdy přístroj nezatěžujte svojí hmotností, protože to by mohlo vést k poškození přístroje.



Obr. 2

## TLAČÍTKA DÁLKOVÉHO OVLÁDÁNÍ (Obrázek 3)



obrázek 3

**⏻ Tlačítko Power:** Stiskněte toto tlačítko k ZAPNUTÍ, resp. VYPNUTÍ přístroje.

**▶ Start/Stop:** Stiskněte toto tlačítko pro spuštění svého zvoleného nastavení. Je-li přístroj v provozu, stiskněte toto tlačítko k jeho zastavení.

**▼ TIME-:** Zkrácení času. Přednastavený čas činí 10 minut, rozdělený na 10 stupňů. Stiskněte toto tlačítko ke zkrácení času. Možné jen před spuštěním ručních programů P1 a P4.

**▲ TIME+:** Prodloužení času. Stiskněte toto tlačítko k prodloužení času. Maximální možný čas činí 10 minut. Možné jen před spuštěním ručních programů P1 a P4.

**▲ SPEED+:** Zvýšení rychlosti. Rychlost lze nastavit ručně mezi 1 a 10. Stiskněte toto tlačítko ke zvýšení rychlosti za chodu přístroje. Možné jen během ručních programů P1 a P4.

**▼ SPEED-:** Snížení rychlosti. Rychlost lze nastavit ručně mezi 1 a 10. Stiskněte toto tlačítko ke snížení rychlosti za chodu přístroje. Možné jen během ručních programů P1 a P4.

**Tlačítko M (tlačítko Quick):** Stiskněte toto tlačítko pro rychlé přepínání mezi rychlostními stupni 3, 6 a 9 v ručních programech P1 a P4.

**Tlačítko Program:** Stiskněte toto tlačítko pro výběr programu. Můžete volit mezi programy P1, P2, P3 a P4. V ručním programu P1 je aktivována jen vibrace. U automatických programů P2 a P3 se vibrace a akupresura střídají podle předem definovaného schématu. V ručním programu P4 jsou vibrace a akupresura aktivovány

trvale. V ručních programech P1 a P4 můžete před spuštěním programu nastavit čas (1-10 min) a během programu rychlostní stupně (1-10).

**Dosah dálkového ovládání je 2,5 metrů. Pro optimální přenos signálu dbejte na to, aby mezi přístrojem a dálkovým ovládáním nebyly žádné překážky a nasměrujte dálkové ovládání na infračervený přijímač přístroje.**

### Důležitá upozornění pro obsluhu:

- Pokud zapnete přístroj, je program P1 standardně nastavený předem. Pro jeho spuštění stiskněte ▶ nebo zvolte jiný program tlačítkem P.
- Zastavte přístroj tím, že nejdříve stisknete ▶. Vypněte poté přístroj tlačítkem Power ⏻, resp. znovu stiskněte ▶ pro pokračování chodu.
- U programů P1 a P4 můžete stanovit čas před zahájením akupresury a během akupresury přizpůsobit rychlost.

## PROGRAMY


Tabulka 1: Přehled programů

Ruční program P1		
Jen vibrace	Čas lze přizpůsobit před spuštěním programu (1-10 min) rychlost lze přizpůsobit během programu (stupeň 1-10)	
AUTOMATICKÝ PROGRAM P2		
STANDARDNÍ ČAS 10 MINUT CELKEM	FUNKCE	RYCHLOSTNÍ ROZSAH
1. minuta	Jen vibrace	Rychlost se mění v sekundách mezi stupni 1-10  Rychlost & a čas předem definované a nelze je měnit
2. minuta	Vibrace a akupresura	
3. minuta	Jen vibrace	
4. minuta	Vibrace a akupresura	
5. minuta	Jen vibrace	
6. minuta	Vibrace a akupresura	
7. minuta	Jen vibrace	
8. minuta	Vibrace a akupresura	
9. minuta	Jen vibrace	
10. minuta	Vibrace a akupresura	



Automatický program P3 (rychlost & čas předem definované)		
STANDARDNÍ ČAS 10 MINUT CELKEM	FUNKCE	RYCHLOSTNÍ ROZSAH
1.-2. minuta	Jen vibrace	Rychlost se mění v sekundách mezi stupni 1-10
3.-5. minuta	Vibrace a akupresura	
6.-7. minuta	Jen vibrace	Rychlost & a čas předem definované a nelze je měnit
8.-10. minuta	Vibrace a akupresura	
Ruční program P4		
Vibrace & akupresura trvale	Čas lze přizpůsobit před spuštěním programu (1-10 min) rychlost lze přizpůsobit během programu (stupeň 1-10)	

### Vypnutí VibroLegs

5. Pro správné vypnutí přístroje VibroLegs ho musíte nejdříve zastavit stisknutím tlačítka Stop  na přístroji nebo tlačítka ► na dálkovém ovládání. Stiskněte následně  tlačítko Power pro úplné vypnutí přístroje.

### ČIŠTĚNÍ

#### Před čištěním vždy odpojte síťovou zástrčku!

Přístroj a silikonové podložky vyčistěte vlhkou utěrkou a jemným čisticím prostředkem. Nepoužívejte abrazivní nebo žíravé čisticí prostředky. K usnadnění čištění lze silikonové podložky sejmout. Nikdy nenechte na přístroj působit vodu nebo jiné kapaliny.

**TECHNICKÉ ÚDAJE:** Produkt musí být suchý a nesmí být vystaven přímému slunečnímu záření.

#### VibroLegs:

Číslo modelu: ETF002M

Vstup: 24 V

Max. výkon: 30 W

Používejte pouze síťový zdroj A361-2401500E.

#### Adaptér:

Číslo modelu: A361-2401500E


Vstup: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Výstup: 24 V , 1,500 mA

**Záruka:** Na tento výrobek se vztahuje neomezená dvouletá záruka na všechny vady z výroby a na vady materiálu. Tato záruka nijak neovlivňuje vaše zákonná práva.



Tento výrobek odpovídá evropským směrnicím.

 Tento symbol znamená, že elektrické a elektronické přístroje, resp. baterie a akumulátory nesmí být likvidovány společně s běžným domovním odpadem. Ze zákona jste povinni, je po skončení jejich životnosti bezplatně odevzdat na veřejném sběrném místě nebo u distributorů, zřízených ve smyslu zákona o elektrických a elektronických zařízeních k recyklaci elektrických a elektronických přístrojů a žárovky, baterie a akumulátory, které nejsou pevně uzavřeny v přístroji a je možné je bez zničení vyjmout, odpojit a odevzdat za účelem stanovené likvidace. Pokud je to možné, použijte dobíjecí baterie místo jednorázových. Opětné využití a recyklace použitých přístrojů zásadně přispívají k ochraně našeho životního prostředí. V případě nesprávné likvidace mohou do životního prostředí unikat obsažené jedovaté látky, které mají zdraví škodlivé účinky na lidi, zvířata i rostliny. Baterie se zvýšeným obsahem škodlivých látek jsou navíc označeny následujícími znaky: Cd=kadmium, Hg=rtuť, Pb=olovo. Za vymazání osobních dat z přístroje jsou odpovědní samotní spotřebitelé.



Používejte pouze ve vnitřních prostorách.









Vyrobeno v Číně

## Bezpečnostné pokyny

1. **PRED POUŽITÍM TOHTO ZARIADENIA SI PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY A NÁVODY A UCHOVÁVAJTE TENTO NÁVOD NA OBSLUHU AKO REFERENCIU.**
2. **AK ZARIADENIE POSKYTNETE INÝM OSOBÁM, MUSÍTE IM SPOLU S NÍM ODOVZDAŤ AJ TENTO NÁVOD NA OBSLUHU.**
3. Tento výrobok nie je určený na lekárske účely. Je určený na masírovanie.
4. Pred použitím tohto výrobku sa poraďte so svojim lekárom, ak:
  - a. ste tehotná,
  - b. máte voperovaný kardiostimulátor, implantát alebo iné zdravotnícke pomôcky,
  - c. trpíte cukrovkou,
  - d. máte poruchu prekrvenia,
  - e. máte pochybnosti o svojom zdravotnom stave.
5. Staršie osoby alebo osoby s oslabeným zdravím by sa mali pred použitím výrobku poradiť so svojim lekárom aj v prípade, ak netrpia žiadny akútnym ochorením.
6. Trenie pokožky môže byť bolestivé, nepoužívajte preto výrobok priamo na holej pokožke.
7. Ak pociťujete bolesti alebo nepríjemné pocity, prestaňte zariadenie okamžite používať.
8. Nepoužívajte tento výrobok pred spaním. Masážny prístroj má stimulujúci účinok a môže oddialiť zaspávanie.
9. Aby ste predišli skratu, pripojte zariadenie správnym spôsobom a uchovávajte ho v dostatočnej vzdialenosti od kovových predmetov (ihly), odpadkov alebo vody.
10. Zariadenie používajte na rovnej ploche. Ak nie je zariadenie v stabilnej polohe, môže sa prevrátiť a spôsobiť poranenie.
11. Ak adaptér nepoužívate, odpojte ho z elektrickej zásuvky.
12. Ak máte podozrenie, že sa vyskytol nejaký problém, čo najskôr zariadenie vypnite.
13. Pri dlhodobom uskladnení ponechajte zariadenie v jeho pôvodnom obale alebo na bezpečnom, suchom a chladnom mieste.
14. Nepokladajte na zariadenie žiadne iné predmety.
15. Ak je poškodený sieťový kábel, musí sa vymeniť, no musí to vykonať iba autorizovaná a kvalifikovaná osoba.
16. Aby ste predišli riziku zásahu elektrickým prúdom, nepoužívajte zariadenie na mokrej pokožke.
17. Chráňte výrobok pred pôsobením vlhkosti. Ak sú výrobok alebo jeho súčasti vlhké či mokré, nepoužívajte ich.
18. Zariadenie môžu používať deti vo veku od 8 rokov, ako aj osoby so zníženými fyzickými, zmyslovými alebo duševnými schopnosťami alebo nedostatkom skúseností či vedomostí, pokiaľ sú pod dozorom alebo boli poučené o bezpečnom používaní zariadenia a porozumeli z toho vyplývajúcim nebezpečenstvám. Deti sa nesmú hrať so zariadením. Čistenie a údržbu používateľom nesmú vykonávať deti, pokiaľ nie sú staršie ako 8 rokov a nie sú pod dozorom. Zariadenie a pripájacie káble sa musia uchovávať mimo dosahu detí mladších ako 8 rokov.
19. Aby ste predišli zraneniam a nenapraviteľným škodám, masážny prístroj vždy používajte iba v sede. Aby ste predišli nebezpečným zraneniam, nikdy sa na prístroj nestavajte ani s ním nezaobchádzajte násilným spôsobom.
20. Nepokúšajte sa svojpomocne rozoberať ani opravovať výrobok. Opravy smú vykonávať iba náležite kvalifikovaní servisní technici.

## UVEDENIE DO PREVÁDZKY A POUŽÍVANIE

**Zariadenie bolo vyvinuté na používanie v oblasti klenby chodidiel, na nohách a na chrbte. Nepoužívajte ho v driekovej oblasti, na krku ani na iných častiach tela okrem tých, ktoré sú opísané v tomto návode. Nepoužívajte zariadenie na žiadne iné účely okrem tých, ktoré sú uvedené v tomto návode.**

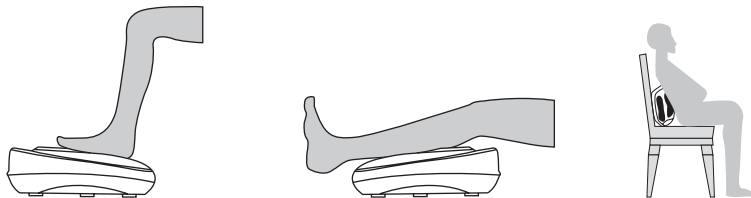
1. Napájací adaptér zasuňte do elektrickej zásuvky a pripojte kábel k zariadeniu. Po pripojení zariadenia k elektrickému prúdu zaznie jedno pípnutie a rozsvieti sa displej.
2. Keď je zariadenie pripojené, otočte ho tak, aby displej smeroval dopredu. Keď stlačíte tlačidlo  vypínača na zariadení/diaľkovom ovládači, na displeji sa zobrazí P1. Stlačením tlačidla  Start/Stop (diaľkové ovládanie) alebo tlačidla  Start (zariadenie) spustíte program. Ak chcete vybrať iný program, stláčajte tlačidlo P, až kým sa na displeji nezobrazí požadovaný program. Stlačením tlačidla  Start/Stop (diaľkové ovládanie) alebo tlačidla  Start (zariadenie) spustíte zariadenie.
3. Ak chcete zariadenie vypnúť, musíte ho najskôr zastaviť stlačením tlačidla  Stop na zariadení alebo tlačidla  na diaľkovom ovládaní. Následne zariadenie úplne vypnite stlačením tlačidla vypínača  Power.
4. Po použití odpojte zariadenie z elektrickej zásuvky.

**POZOR:** Pri citlivých podlahách (napr. parketách) odporúčame položiť pod zariadenie pevnú rohož alebo vhodný koberec. Predídete tým poškodeniu a zafarbeniu podlahy.

### SPRÁVNE POLOHY PRI POUŽÍVANÍ (obrázok 2)

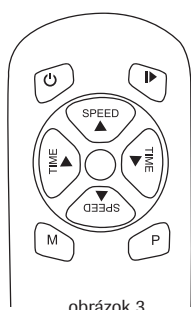
Položte na zariadenie klenbu chodidla alebo lýtko. Ak ho chcete použiť na chrbát, môžete si ho priložiť na chrbát, prípadne sa oň oprieť chrbátom.

**UPOZORNENIE:** Nikdy sa na zariadenie nezavazujte celou svojou hmotnosťou, pretože by ste ho mohli poškodiť.



Obr. 2

### TLAČIDLÁ DIAĽKOVÉHO OVLÁDANIA (OBRÁZOK 3)



obrázok 3

**Power** (vypínač): Stlačením tohto tlačidla zariadenie ZAPNETE, resp. VYPNETE.

**Start/Stop**: Stlačením tohto tlačidla spustíte vami zvolené nastavenia. Keď je zariadenie v prevádzke, stlačením tohto tlačidla ho zastavíte.

**Time-**: Skrátenie času. Prednastavená hodnota času je 10 minút a je rozdelená na 10 úrovní. Stlačením tohto tlačidla skrátime daný časový interval. Toto je možné vykonať iba pred spustením ručne ovládaných programov P1 a P4.

**Time +**: Predĺženie času. Stlačením tohto tlačidla predĺžite daný časový interval. Maximálna možná dĺžka časového intervalu je 10 minút. Toto je možné vykonať iba pred spustením ručne ovládaných programov P1 a P4.

**Speed +**: Zvýšenie rýchlosti. Rýchlosť je možné ručne nastaviť v rozsahu od 1 do 10. Stlačením tohto tlačidla

zvýšite rýchlosť zariadenia priamo počas prevádzky. Toto je možné vykonať iba počas ručne ovládaných programov P1 a P4.

**Speed -**: Zníženie rýchlosti. Rýchlosť je možné ručne nastaviť v rozsahu od 1 do 10. Stlačením tohto tlačidla znížite rýchlosť zariadenia priamo počas prevádzky. Toto je možné vykonať iba počas ručne ovládaných programov P1 a P4.

**Tlačidlo M (tlačidlo rýchlej voľby)**: Stlačením tohto tlačidla môžete v ručne ovládaných programoch P1 a P4 rýchlo prepínať medzi úrovňami rýchlosti 3, 6 a 9.

**Tlačidlo programu**: Stlačením tohto tlačidla môžete vybrať niektorý z programov. Môžete vybrať niektorý z programov P1, P2, P3 a P4. V ručnom programe P1 sa aktivuje iba oscilácia. V rámci automatických programov P2 a P3 sa striedajú oscilácia a akupresúra na základe vopred definovanej schémy. V ručnom programe P4 je trvale aktivovaná oscilácia aj akupresúra. V ručných programoch P1 a P4 môžete pred spustením programu nastaviť čas jeho trvania (1 - 10 min) a v priebehu programu môžete nastaviť úroveň rýchlosti (1 - 10).

**Dosah diaľkového ovládania je 2,5 metra. Na dosiahnutie optimálneho prenosu signálu dbajte na to, aby sa medzi zariadením a diaľkovým ovládaním nenachádzali žiadne prekážky a aby bolo diaľkové ovládanie nasmerované na infračervený prijímač na zariadení.**

### Dôležité pokyny na obsluhu:



- Pri zapnutí zariadenia je predvolene nastavený program P1. Ak ho chcete spustiť, stlačte tlačidlo **▶** alebo pomocou tlačidla **P** vyberte niektorý z iných programov.
- Vypnite zariadenie tak, že najskôr stlačíte tlačidlo **▶**. Potom zariadenie vypnete pomocou tlačidla vypínača **Power**, resp. pokračujte v prevádzke opätovným stlačením tlačidla **▶**.
- Pri programoch P1 a P4 môžete pred začatím akupresúry nastaviť čas a v priebehu akupresúry môžete upraviť jej rýchlosť.

## PROGRAMY

Tabuľka 1: Prehľad programov

Ručný program P1		
Iba oscilácia	Pred spustením programu je možné prispôbiť čas (1 - 10 min) V priebehu programu je možné prispôbiť rýchlosť (úroveň 1 - 10)	
Automatický program P2 (prednastavená rýchlosť a čas)		
ŠTANDARDNÝ ČAS V TRVANÍ CELKOVO 10 MIN	FUNKCIA	ROZSAH RÝCHLOSTI
1. minúta	Iba oscilácia	Rýchlosť sa mení v sekundových intervaloch v rozsahu úrovni 1 - 10 Rýchlosť aj čas sú prednastavené a nie je ich možné meniť
2. minúta	Oscilácia a akupresúra	
3. minúta	Iba oscilácia	
4. minúta	Oscilácia a akupresúra	
5. minúta	Iba oscilácia	
6. minúta	Oscilácia a akupresúra	
7. minúta	Iba oscilácia	
8. minúta	Oscilácia a akupresúra	
9. minúta	Iba oscilácia	
10. minúta	Oscilácia a akupresúra	
Automatický program P3 (prednastavená rýchlosť a čas)		
ŠTANDARDNÝ ČAS V TRVANÍ CELKOVO 10 MIN	FUNKCIA	ROZSAH RÝCHLOSTI
1. - 2. minúta	Iba oscilácia	Rýchlosť sa mení v sekundových intervaloch v rozsahu úrovni 1 - 10 Rýchlosť aj čas sú prednastavené a nie je ich možné meniť
3. - 5. minúta	Oscilácia a akupresúra	
6. - 7. minúta	Iba oscilácia	
8. - 10. minúta	Oscilácia a akupresúra	
Ručný program P4		
Oscilácia a akupresúra nepretržite	Pred spustením programu je možné prispôbiť čas (1 - 10 min) V priebehu programu je možné prispôbiť rýchlosť (úroveň 1 - 10)	

### Vypnutie prístroja VibroLegs

5. Ak chcete prístroj VibroLegs správne vypnúť, musíte zariadenie najskôr zastaviť stlačením tlačidla Stop  na zariadení alebo tlačidla  na diaľkovom ovládaní. Následne zariadenie úplne vypnete stlačením tlačidla vypínača  Power.

### ČISTENIE

#### Pred čistením vždy najskôr odpojte elektrickú zástrčku!

Zariadenie a silikónové podložky vyčistíte navlhčenou handričkou a jemným čistiacim prostriedkom. Nepoužívajte drsné ani agresívne čistiace prostriedky. Na uľahčenie čistenia je možné odstrániť silikónové podložky zo zariadenia.

Zariadenie nesmie prísť do styku s vodou ani inými tekutinami.

**TECHNICKÉ ÚDAJE:** Výrobok musí byť suchý a nesmie byť vystavený priamemu slnečnému žiareniu.

#### VibroLegs:

Číslo modelu: ETF002M

Vstupné napätie: 24 V

Max. výkon: 30 W

Používajte iba so sieťovým napájačom A361-2401500E.

#### Adaptér:

Číslo modelu: A361-2401500E


Vstup: 100 - 240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

Výstup: 24 V , 1,500 mA

**Záruka:** Na tento výrobok sa vzťahuje neobmedzená dvojročná záruka na všetky vady výroby a materiálu. Táto záruka nijako neovplyvňuje vaše zákonné právo.



Tento výrobok zodpovedá európskym normám.

 Tento symbol znamená, že elektrické a elektronické prístroje alebo batérie a akumulátory sa nesmú likvidovať spolu s bežným domovým odpadom. Po skončení životnosti ste zo zákona povinní bezplatne ich odovzdať na verejnom zbernom mieste alebo distribútorom zriadeným v súlade so zákonom o elektrických a elektronických zariadeniach na recykláciu elektrických a elektronických zariadení a oddeliť a zlikvidovať vybité žiarivky, batérie a akumulátory, ktoré nie sú pevne zabudované v spotrebiči a dajú sa vybrať bez toho, aby sa zničili. Ak je to možné, namiesto jednorazových batérií používajte nabíjateľné batérie. Opätovným zhodnotením a recykláciou starých prístrojov významne prispievate k ochrane životného prostredia. V prípade nesprávnej likvidácie sa môžu toxické zložky uvoľniť do životného prostredia a spôsobiť nepriaznivé účinky na zdravie ľudí, zvierat a rastlín. Batérie so zvýšeným obsahom škodlivín sú označené aj týmito symbolmi: Cd = kadmium, Hg = ortuť, Pb = olovo. Za vymazanie osobných údajov z prístroja sú zodpovední spotrebiteľia.



Len pre použitie v interiéri.

Vyrobené v Číne









RO

## Indicații de siguranță

- ÎNAINTE DE UTILIZAREA ACESTUI APARAT CITIȚI TOATE INSTRUCȚIUNILE ȘI PĂSTRAȚI ACEST MANUAL DE UTILIZARE PENTRU RECONSULTARE.**
- DACĂ APARATUL ESTE TRANSFERAT TERȚILOR, ATUNCI TREBUIE SĂ ÎNMÂNĂȚI ȘI ACEST MANUAL DE UTILIZARE ÎMPREUNĂ CU APARATUL.**
- Acest produs este destinat doar pentru uz medical. Este prevăzut numai pentru masaj.
- Consultați-vă medicul înainte de utilizare dacă:
  - sunteți gravidă
  - aveți un stimulator cardiac, un implant sau alte mijloace ajutătoare
  - suferiți de diabet
  - aveți tulburări de circulație a sângelui
  - vă faceți griji referitor la sănătatea dumneavoastră
- Persoanele mai în vârstă sau cu o sănătate mai șubredă trebuie să se adreseze medicului înainte de utilizarea produsului chiar dacă nu există nicio îmbolnăvire prealabilă.
- Frecarea pe piele poate fi dureroasă, în consecință nu utilizați aparatul direct pe piele.
- Dacă simțiți disconfort sau durere încetați imediat utilizarea.
- Nu utilizați acest produs înainte de culcare. Aparatul de masaj are un efect stimulator și poate întârzia somnul.
- Pentru a evita un scurtcircuit, racordați corect aparatul și îl mențineți la distanță de metal (ace), deșeuri sau apă.
- Utilizați aparatul pe o suprafață plană. Dacă aceasta nu este stabilă, aparatul se poate răsturna și cauza vătămări.
- Îndepărtați adaptorul din priză dacă nu îl utilizați.
- Dacă bănuți o problemă deconectați aparatul pe cât posibil de repede.
- În cazul unei depozitări mai lungi păstrați aparatul în ambalajul său sau într-un loc sigur, uscat și răcoros.
- Nu așezați niciun alt obiect pe aparatul de masaj.
- Atunci când cablul de rețea este deteriorat acesta trebuie înlocuit, totuși numai de către persoană calificată și autorizată.
- Pentru a evita pericolul unei electrocutări nu utilizați aparatul pe pielea udă.
- Țineți produsul la distanță de umiditate. Nu îl utilizați dacă produsul sau părți ale lui sunt umede sau ude.
- Acest aparat poate fi utilizat de către copii începând cu vârsta de 8 ani sau de persoane având capacități fizice, senzoriale sau mentale reduse sau cu lipsă de experiență și/sau cunoștințe, dacă sunt supravegheate sau instruite în folosirea în siguranță a aparatului și care au înțeles pericolele care rezultă din această folosire. Copiilor nu le este permis să se joace cu aparatul. Curățarea și întreținerea care trebuie efectuată de către utilizatori nu este permisă să fie efectuată de copii decât dacă au vârsta de peste 8 ani și sunt supravegheați. Copiii mai mici de 8 ani trebuie ținuti departe de aparat și de cablul de alimentare.
- Pentru a evita vătămări și daune iremediabile rămâneți întotdeauna așezați în timpul utilizării aparatului de masaj. Nu vă urcați pe aparat niciodată și nu îl tratați cu forță pentru a evita vătămări periculoase.
- Nu încercați să descompuneți sau să reparați produsul. Este permisă executarea reparațiilor numai de către tehnicieni calificați corespunzător.

## PUNEREA ÎN FUNCȚIUNE ȘI UTILIZAREA

**Aparatul a fost dezvoltat pentru utilizare la bolta labei piciorului, la picioare și la spate. Nu îl utilizați la talie, la ceafă sau la alte părți ale corpului decât la cele descrise în aceste instrucțiuni. Nu utilizați aparatul în alte scopuri decât cele descrise în aceste instrucțiuni.**

1. Introduceți în priză aparatul de rețea și racordați cablul la aparat. Imediat ce aparatul este sub tensiune, el emite un zgomot ca și un piuit și ecranul se luminează.
2. După ce aparatul este racordat, îl rotiți astfel încât ecranul să indice spre înainte. Imediat ce ați acționat  tasta power (alimentare curent) pe aparat / telecomandă apare P1 pe ecranul tip display. Pentru a porni programul, apăsați tasta  Start/Stop (telecomandă) sau  tasta Start (aparat). Pentru a selecta un alt program apăsați tasta P până când programul dorit este afișat pe ecranul tip display. Pentru a porni apăsați tasta  Start/Stop (telecomandă) sau  tasta Start (aparat).
3. Pentru a deconecta aparatul, trebuie mai întâi să îl opriți, pentru care apăsați tasta Stop  de pe aparat sau  tasta de pe telecomandă. În continuare apăsați pe tasta de alimentare  Power pentru a deconecta complet aparatul.
4. După utilizare, scoateți aparatul din priză.

**ATENȚIE:** În cazul pardoselilor sensibile (de ex. parchet) recomandăm amplasarea sub aparat a unei saltele fixe sau a unui covor corespunzător. Acest lucru împiedică deteriorări și decolorări ale pardoselii dumneavoastră.

### POZIȚII CORECTE LA UTILIZARE (figura 2)

Plasați bolta labei piciorului sau pulpa pe aparat. Pentru utilizare pe spate îl puteți așeza pe spate sau să vă rezemați de el.

**INDICAȚIE:** Nu încărcați niciodată aparatul cu întreaga greutate a dumneavoastră, deoarece acest fapt poate conduce la avariere aparatului.

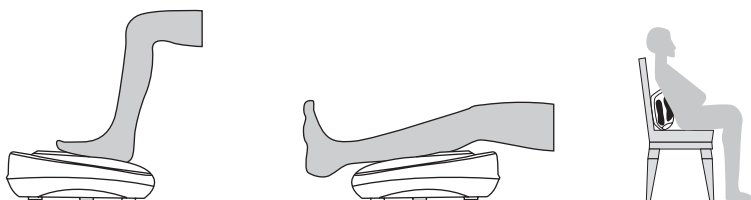




Fig. 2


### TASTELE TELECOMENZII (figura 3)





 **Tasta Power:** apăsați această tastă pentru a CONECTA respectiv DECONNECTA aparatul.

 **Start/Stop:** Apăsați această tastă pentru a porni setările dumneavoastră selectate. Atunci când aparatul funcționează, apăsați această tastă pentru a-l opri.

 **Time-:** micșorarea timpului. Timpul presetat este de 10 minute, divizat în 10 trepte. Apăsați această tastă pentru a scurta timpul. Posibil numai înainte de pornirea programelor manuale P1 și P4.

 **Time +:** prelungirea timpului. Apăsați această tastă pentru a prelungi timpul. Timpul maxim posibil este de 10 minute. Posibil numai înainte de pornirea programelor manuale P1 și P4.

 **Speed +:** creșterea vitezei. Viteza poate fi stabilită manual între 1 și 10. Apăsați această tastă pentru a crește viteza atunci când aparatul funcționează. Posibil numai în timpul programelor manuale P1 și P4.

 **Speed -:** micșorarea vitezei. Viteza poate fi stabilită manual între 1 și 10. Apăsați această tastă pentru a micșora viteza atunci când aparatul funcționează. Posibil numai în timpul programelor manuale P1 și P4.


**Tasta M (tasta Quick/tasta rapidă):** apăsați această tastă pentru a schimba repede în programele manuale P1 și P4, între treptele de viteză 3, 6 și 9.

**Tastă de program:** Apăsați această tastă pentru a selecta un program. Puteți selecta între programele P1, P2, P3 și P4. În programul manual P1 este activată numai oscilația. La programele automate P2 și P3 oscilația și acupresura alternează după o schemă predefinită. În programul manual P4, oscilația și acupresura sunt activate

continuu. În programele manuale P1 și P4 puteți regla timpul (1-10 min.) înainte de începerea programului și treptele de viteză în timpul funcționării (1-10).

**Raza de acțiune a telecomenzii este de 2,5 metri. Pentru o transmitere optimă a semnalului, acordați atenție să nu existe obstacole între aparat și telecomandă și îndreptați telecomanda cu receptorul de infraroșii către aparat.**

### Indicații importante referitoare la operare:

- Programul P1 este presetat în mod standard atunci când conectați aparatul. Pentru a-l porni apăsați ► sau selectați un alt program prin intermediul tastei P.
- Opriți aparatul, pentru care apăsați mai întâi pe ►. Apoi deconectați aparatul cu tasta de putere Power  respectiv acționați din nou ► pentru a continua funcționarea.
- La programele P1 și P4 puteți stabili timpul înainte de începerea acupresurii și adapta viteza în timpul acupresurii.

## PROGRAME

Tabel 1: Vedere de ansamblu asupra programelor

Program manual P1		
Numai Oscilație	Înainte de pornirea programului timpul este adaptabil (1-10 min.) Viteza este adaptabilă în timpul derulării programului (treptele 1-10)	

Program automat P2 (viteză și timp predefinite)		
TIMP STANDARD 10 MINUTE ÎN TOTAL	FUNCȚIE	DOMENIU DE VITEZĂ
Minutul 1	Numai Oscilație	Viteza variază la secundă între treptele 1-10  Viteza și timpul predefinite și nemodificabile
Minutul 2	Oscilație și Acupresură	
Minutul 3	Numai Oscilație	
Minutul 4	Oscilație și Acupresură	
Minutul 5	Numai Oscilație	
Minutul 6	Oscilație și Acupresură	
Minutul 7	Numai Oscilație	
Minutul 8	Oscilație și Acupresură	
Minutul 9	Numai Oscilație	
Minutul 10	Oscilație și Acupresură	


  

Program automat P3 (viteza și timpul predefinite)		
TIMP STANDARD 10 MINUTE ÎN TOTAL	FUNCȚIE	DOMENIU DE VITEZĂ
Minutul 1.-2.	Numai Oscilație	Viteza variază la secundă între treptele 1-10  Viteza și timpul predefinite și nemodificabile
Minutul 3.-5.	Oscilație și Acupresură	
Minutul 6.-7.	Numai Oscilație	
Minutul 8.-10.	Oscilație și Acupresură	

Program manual P4		
Oscilație și Acupresură continuă	Înainte de pornirea programului timpul este adaptabil (1-10 min.) Viteza este adaptabilă în timpul derulării programului (treptele 1-10)	

### Deconectare VibroLegs

5. Pentru a deconecta corect VibroLegs, trebuie mai întâi să opriți aparatul pentru care apăsați tasta Stop  de pe aparat sau tasta ► de la telecomandă. În continuare apăsați pe tasta de putere  Power pentru a deconecta complet aparatul.

## CURĂȚARE

Întotdeauna, înainte de curățare scoateți ștecherul din priză!

Curățați aparatul și saltelele de silicon cu o lavetă umedă și agent de curățare moale. Nu utilizați agenți de curățare abrazivi sau caustici. Pentru a vă simplifica curățarea, saltelele de silicon pot fi detașate.

Niciodată nu aduceți în contact aparatul cu apa sau alte lichide.

**DATE TEHNICE:** Produsul trebuie să fie uscat și nu este permisă expunerea lui radiaților solare.

### VibroLegs:

Număr model: ETF002M

Intrare: 24V

Putere max: 30W

Utilizați numai cu elemente de rețea A361-2401500E.

### Adaptor:


Număr model: A361-2401500E

Intrare: 100-240 V ~, 50/60 Hz, 1,5A

leșire: 24 V , 1,500 mA



Acest produs corespunde directivelor europene.

 Acest simbol indică faptul că nu este permis ca aparaturile electrice și electronice, resp. bateriile și acumulatorii să fie eliminate împreună cu deșeur casnic menajer. Sunteți obligat prin lege ca la sfârșitul duratei de viață a acestora să le predați gratuit la distribuitorii autorizați sau la punctele publice de colectare înființate conform legilor în vigoare privind echipamentele electrice și electronice în vederea reciclării acestora, iar lămpile, bateriile și acumulatorii descărcate, care nu sunt fixate/încastrate pe/în aparat să le demontați fără a le distruge și să le eliminați conform prevederilor legale în vigoare. Dacă este posibil utilizați baterii reîncărcabile în locul celor de unică folosință. Recuperarea și reciclarea aparatelor vechi reprezintă o contribuție importantă la protejerea mediului. Eliminarea necorespunzătoare poate duce la eliberarea de substanțe toxice în mediu, care pot avea efecte dăunătoare asupra oamenilor, animalelor și plantelor. Bateriile care conțin o cantitate mare de substanțe toxice, poluante sunt marcate cu următoarele simboluri: Cd=cadmium, Hg=mercur, Pb=plumb. De asemenea cade în responsabilitatea consumatorilor să șteargă datele ca caracter personal de pe aparat.



A se utiliza numai în spații interioare.

Tara de provenienta: China



Hergestellt in China | Made in China | Fabriqué en Chine | Fabbriato in Cina | Made in China | Származási hely: Kína  
Vyrobeno v Číně | Vyrobené v Číně | Tara de provenienta: China

**Importeur | Importer | Importateur | Importatore | Importeur | Importör**  
**Dovozce | Dodávateľ | Importator:**  
**CH:** Mediashop Schweiz AG, Leuholz 14, 8855 Wangen, Switzerland  
**EU:** MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria  
**Forgalmazó:** Telemarketing International Kft. | 9028 Győr | Fehérvári út 75. | Hungary

**office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv**

**DE | AT | CH: 0800 376 36 06 – Kostenlose Servicehotline**

**CZ: + 420 234 261 900 | SK: + 421 220 990 800**

**RO: + 40 318 114 000 | HU: + 36 96 961 000 | ROW: +423 388 18 00**

**DE:** Haftungsansprüche gegen die Firma Mediashop, welche sich auf Schäden (außer im Falle der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit einer Person, sogenannten Personenschäden), materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen seitens Dritter verursacht wurden, sind grundsätzlich ausgeschlossen, sofern seitens Mediashop kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt. **EN:** Liability claims against the company Mediashop, which relate to damage (except in the case of injury to life, body or health of a person, so-called personal injuries), material or immaterial in nature, caused by the use or non-use of the information provided or through the use of incorrect and incomplete information provided by third parties is fundamentally excluded, unless it can be proven that Mediashop acted with wilful intent or gross negligence. **FR:** Les prétentions en responsabilité à l'encontre de l'entreprise Mediashop concernant des dommages (sauf en cas d'atteinte à la vie, au corps ou à la santé d'une personne, dits dommages corporels), de nature matérielle ou idéelle résultant de l'utilisation ou de la non-utilisation des informations fournies, respectivement d'une utilisation d'informations incorrectes et incomplètes de la part de tiers, sont en principe exclues, à moins que l'on ne puisse apporter la preuve d'une faute intentionnelle ou d'une négligence grave de la part de Mediashop. **IT:** Le pretese di responsabilità nei confronti della società Mediashop, che si riferiscono a danni (salvo il caso di lesioni alla vita, al corpo o alla salute di una persona, c.d. lesioni personali), di natura materiale o immateriale, causati dall'uso o non uso dell'informazione fornita o dall'utilizzo di informazioni errate e incomplete da parte di terzi è fondamentalmente escluso, a meno che non possa essere dimostrato che Mediashop ha agito con dolo o colpa grave. **NL:** Aansprakelijkheidsclaims tegen het bedrijf Mediashop, die betrekking hebben op schade (behalve in het geval van doodelij, lichamelijk of gezondheidsletsel van een persoon, zogenaamd persoonlijk letsel), van materiële of immateriële aard, veroorzaakt door het gebruik van of verstrekte of door het gebruik van onjuiste en onvolledige informatie door derden is principieel uitgesloten, tenzij kan worden aangetoond dat Mediashop met opzet of grove schuld heeft gehandeld. **HU:** A Mediashop cég ellen anyagi vagy szellemi természetű, a rendelkezésre bocsátott információk felhasználása vagy fel nem használása nyomán, ill. harmadik fél részéről nem megfélemlítő és nem teljes információk miatt keletkező károokra vonatkozó felelősségi kárigény érvényesítése (az emberi élet, test vagy egészség sérülésének esetét kivéve) alapvetően kizárt, amennyiben a Mediashop részéről nem áll fenn bizonyíthatóan szándékos vagy durva gondatlanságból eredő vétség. **CZ:** Nároky na ručení vůči firmě Mediashop vztahující se na škody (s výjimkou v případě usmrcení, zranění nebo poškození zdraví osob, takzvaná poškození zdraví), materiální nebo nemateriální povahy, které byly způsobeny využitím nebo nevyužitím poskytnutých informací, resp. využitím chybných a neúplných informací ze strany třetích subjektů, jsou zásadně vyloučeny, pokud ze strany firmy Mediashop nedošlo k průkazné úmyslnému zavinění nebo k zavinění z hrubé nedbalosti. **SK:** Nároky na zodpovednosť voči spoločnosti Mediashop, ktoré sa týkajú škôd (okrem prípadu poranenia života, tela alebo ujmy na zdraví osoby, takzvaných osobných škôd), materiálnej alebo nehmotnej povahy, spôsobených používaním alebo nepoužívaním informácie poskytnutej alebo Použitím nesprávnych a neúplných informácií tretími stranami sú zásadne vylúčené, pokiaľ sa nedá dokázať, že spoločnosť Mediashop konala úmyselne alebo z hrubej neobalnosti. **RO:** Reclamațiile de răspundere față de societatea Mediashop, care se referă la daune (cu excepția cazului de vătămare a vieții, integrității corporale sau sănătății unei persoane, așa numitele vătămări ale persoanei), materiale sau de tip ideal, care au fost cauzate de folosirea sau nefolosirea informațiilor prezentate respectiv prin folosirea informațiilor defectuoase și incomplete din partea terților, sunt excluse din principiu, în măsura în care din partea Mediashop nu este prezentată o vină legal dovedită sau vină din neglijență. **PL:** Roszczenia z tytułu odpowiedzialności cywilnej wobec firmy Mediashop, odnoszące się do szkód (z wyjątkiem szkód na życie, ciele lub zdrowiu człowieka, tzw. szkód osobowych) natury materialnej lub niematerialnej, powstających w wyniku wykorzystania lub niewykorzystania udostępnionych informacji lub w wyniku wykorzystania błędnych i niekompletnych informacji przez osoby trzecie, są zasadniczo wykluczone, o ile nie można udowodnić winy umyślnego lub rażącego niedbalstwa po stronie Mediashop. **TR:** Mediashop şirketine karşı, maddi veya manevi nitelikteki hasarlarla (kişisel yaralanma olarak adlandırılan bir kişinin hayatına, vücuduna veya sağlığına zarar vererek harici) ilgili sorumluluk talepleri, sunulan bilgilerin kullanılmamasından veya kullanılmamasından veya üçüncü şahıslar tarafından yanlış ve eksik bilgilerin kullanılmamasından kaynaklanan herhangi bir hata, Mediashop tarafından kasıtlı veya ağır ihmalkar bir hata olmadıkça sürece genel olarak harici tutulur. **ES:** Las reclamaciones de responsabilidad contra la empresa Mediashop que se refieren a los daños de naturaleza material o inmaterial (excepto en el caso de lesiones a la vida, la integridad física o la salud de una persona, los llamados daños personales), causados por el uso o no uso de la información proporcionada o por el uso de información incorrecta e incompleta por parte de terceros, quedan esencialmente excluidas, en la medida en que no se demuestre la existencia de una culpa intencionada o gravemente negligente por parte de Mediashop.

Stand: 02/2022 | M20161 | M23351





**TRAININGSPLAN**  
TRAINING PLAN  
EXERCICES  
PIANO DI ESERCIZI  
TRAININGSPLAN  
EDZÉSTERV  
TRÉNINKOVÝ PLÁN  
TRÉNINGOVÝ PLÁN  
PLAN DE TRAINING

AS SEEN ON  
**TV**  
ORIGINAL



<b>DE</b>		<b>IT</b>		<b>SK</b>	
Einleitung.....	03	Introduzione .....	03	Úvod .....	03
Oszillation & Akupressur Massage .....	04	Massaggio con oscillazione e digitopressione .....	04	Oscilácia a akupresúrna masáž .....	05
Sanfte Massage & Wadenoszillation .....	06	Massaggio dolce e oscillazione dei polpacci .....	06	Jemná masáž a lýtková oscilácia .....	07
Tiefere Massage & Beinvibration .....	08	Massaggio più profondo e vibrazione delle gambe.....	08	Hlbšia masáž a vibrácia nôh .....	09
Wadenstärkung.....	10	Rafforzamento dei polpacci .....	10	Posilnenie lýtok .....	11
Wadenmassage .....	12	Massaggio dei polpacci .....	12	Masáž lýtok .....	13
Mittelfuss-Akupressur .....	14	Digitopressione del metatarso .....	14	Akupresúrna masáž priehlavku .....	15
Hintere Oberschenkelmuskulatur.....	16	Muscolatura interna della coscia.....	16	Zadné svalstvo stehien.....	17
IT-Bandmassage .....	18	Massaggio della benderella ileotibiale.....	18	Masáž IT-vázov .....	19
Quadriceps .....	20	Quadricipite femorale.....	20	Štvorhlavý sval stehna .....	21
Unterer Rücken.....	22	Parte inferiore della schiena .....	22	Spodná časť chrbta .....	23
<b>EN</b>		<b>NL</b>		<b>CZ</b>	
Introduction .....	03	Inleiding.....	03	Úvod .....	03
Oscillation & Acupressure Massage.....	04	Oscillatie- en acupressuurmassage.....	05	Vibrace & akupresurní masáž .....	05
Gentle massage & calf oscillation .....	06	Zachte massage en oscillatie van de kuiten.....	07	Jemná masáž & vibrace lýtek .....	07
Deeper Massage & Leg Vibration .....	08	Diepere massage en beentrilling .....	09	Hlubší masáž & vibrace nohou .....	09
Calf Strengthening.....	10	Versteving van de kuiten.....	11	Posilování lýtek .....	11
Calf Massage.....	12	Kuitmassage.....	12	Masáž lýtek .....	13
Metatarsal Acupressure .....	14	Acupressuur van de middenvoet .....	14	Akupresura nártu .....	15
Rear thigh muscles.....	16	Achterste dijbeenspieren .....	17	Zadní stehenní svalstvo .....	17
Iliotibial Band Massage.....	18	IT-bandmassage .....	19	Masáž IT bandu .....	19
Quadriceps .....	20	Quadriceps .....	21	Kvadriceps .....	21
Lower Back .....	22	Onderrug .....	23	Dolní část zad .....	23
<b>FR</b>		<b>HU</b>		<b>RO</b>	
Notice .....	03	Bevezetés.....	03	Introducere .....	03
Massage par pression et oscillation .....	04	Oscillációs és akupresszív masszázis .....	05	Masaj de oscilații și acupresură .....	05
Massage doux, oscillation mollets .....	05	Gyengéd masszázis és vádli-oszcilláció .....	07	Masaj blând și oscilare pulpă .....	07
Massage profond, vibration jambes.....	08	Mélyebb masszázis és láb vibráció.....	09	Masaj mai adânc și vibrarea piciorului.....	09
Renf. mollets.....	10	Vádli erősítése.....	11	Întărirea pulpei .....	11
Mas. mollets .....	12	Vádlimasszázs .....	13	Masajul pulpei .....	13
Massage du métatarse .....	14	Lábközép-akupressúra .....	15	Acupresura piciorului median .....	15
Muscles des cuisses arrière.....	16	Hátso felsőcomb-izom.....	17	Muscolatura din spate a coapsei.....	17
Fascia lata .....	18	IT-szalagmasszázs.....	19	Masaj banda IT (iliotibială) .....	19
Quadriceps .....	20	Quadriceps .....	21	Quadriceps .....	21
Bas du dos .....	22	Alsó hát .....	23	Spatele inferior .....	23

## **DE** EINLEITUNG

Alle Anwendungen sollten maximal 10 Minuten lang, oder wie bei jeder Massage angegeben, durchgeführt werden. Während der Übungen können Sie Empfindlichkeiten spüren; verwenden Sie VibroLegs nur so lange, wie es Ihnen angenehm ist.

## **EN** INTRODUCTION

All applications should be for a maximum of 10 minutes, or as specified. You may start to feel discomfort during exercise; only use VibroLegs for as long as is comfortable to you.

## **FR** NOTICE

Toute utilisation doit durer au maximum 10 minutes, ou bien comme indiqué. Une légère gêne peut survenir lors des exercices ; n'utilisez plus VibroLegs lorsque cela devient désagréable.

## **IT** INTRODUZIONE

Tutte le applicazioni andrebbero svolte per massimo 10 minuti o come indicato. Durante gli esercizi si potrebbero sperimentare sensibilità; utilizzare VibroLegs solo finché risulta piacevole.

## **NL** INLEIDING

Alle toepassingen mogen maximaal 10 minuten duren, of mogen niet langer duren dan aangegeven. Het is mogelijk dat u tijdens de oefeningen problemen ondervindt. Gebruik VibroLegs niet langer dan aangenaam voor u is.

## **HU** BEVEZETÉS

Minden alkalmazást maximum 10 percig, vagy a megadottak szerint szabad folytatni. A gyakorlatok során érzékenységet érezhet, a VibroLeg-et csak addig használja, amíg kellemes.

## **CZ** ÚVOD

Všechny aplikace by měly být prováděny po dobu maximálně 10 minut nebo po uvedené době. Během provádění cviků můžete pocívat nepříjemné pocity, používejte VibroLegs jen tak dlouho, jak je vám to příjemné.

## **SK** ÚVOD

Všetky použitia by mali trvať maximálne 10 minút alebo podľa predpísaných údajov. Počas cvičení môžu niektoré úkony vyvolávať intenzívnejšie pocity, používajte preto prístroj VibroLegs iba dotedy, pokiaľ vám to bude príjemné.

## **RO** INTRODUCERE

Toate aplicațiile trebuie efectuate timp de maxim 10 minute sau precum indicat. În timpul exercițiilor puteți simți sensibilitate; utilizați VibroLegs numai atâta timp cât vă este plăcut.



### **DE** Oszillation & Akupressur Massage

- Setzen Sie sich bequem hin, lehnen Sie Ihren Rücken an die Stuhl- oder Sofalehne an und stellen Sie Ihre Füße auf die Fuß-Pads.
- Verwenden Sie das Gerät maximal 10 Minuten bei der Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist. Diese Übung soll die Füße und Beine entspannen und dabei die Zirkulation und Muskelspannung fördern.

### **EN** Oscillation & Acupressure Massage

- Sit down comfortably, lean your back against a chair or armrest, and place your feet on the foot pads.
- Use the device for a maximum of 10 minutes at a speed which is comfortable for you. This exercise is designed to relax the feet and legs, promoting circulation and muscle tension.

### **FR** Massage par pression et oscillation

- Asseyez-vous confortablement, le dos bien appuyé contre un dossier, puis posez vos pieds sur les emplacements prévus.
- Utilisez l'appareil au maximum 10 minutes à la vitesse qui vous est la plus agréable. Cet exercice détend les pieds et les jambes et favorise la détente musculaire et la circulation.

### **IT** Massaggio con oscillazione e digitopressione

- Sedersi comodamente, appoggiare la schiena allo schienale della sedia o del divano e collocare i piedi sui cuscinetti per i piedi.
- Utilizzare l'apparecchio per massimo 10 minuti alla velocità che risulta piacevole. Questo esercizio è inteso a rilassare piedi e gambe promuovendo allo stesso tempo la circolazione e il rilassamento muscolare.

### **NL Oscillatie- en acupressuurmassage**

- Ga er gemakkelijk bij zitten, vlij uw rug tegen de leuning van de stoel of de zetel en plaats uw voeten in de voetenpads.
- Gebruik het apparaat maximaal 10 minuten bij een snelheid die voor u aangenaam aanvoelt. Bij deze oefening moeten de voeten en benen zich ontspannen en moet de bloedsomloop verbeteren en de spierspanning verminderen.

### **HU Oszillációs és akupresszív masszázs**

- Üljön le kényelmesen, támaszkodjon hátra a szék- vagy a kanapé háttámlára, és helyezze a lábát a lábpárnákra.
- A készüléket legfeljebb 10 percig használja az Ön által kellemesnek tartott sebességgel. A gyakorlat célja a lábfejek és a lábak pihentetése, a vérkeringés és az izomfeszesség elősegítése.

### **CZ Vibrace & akupresurní masáž**

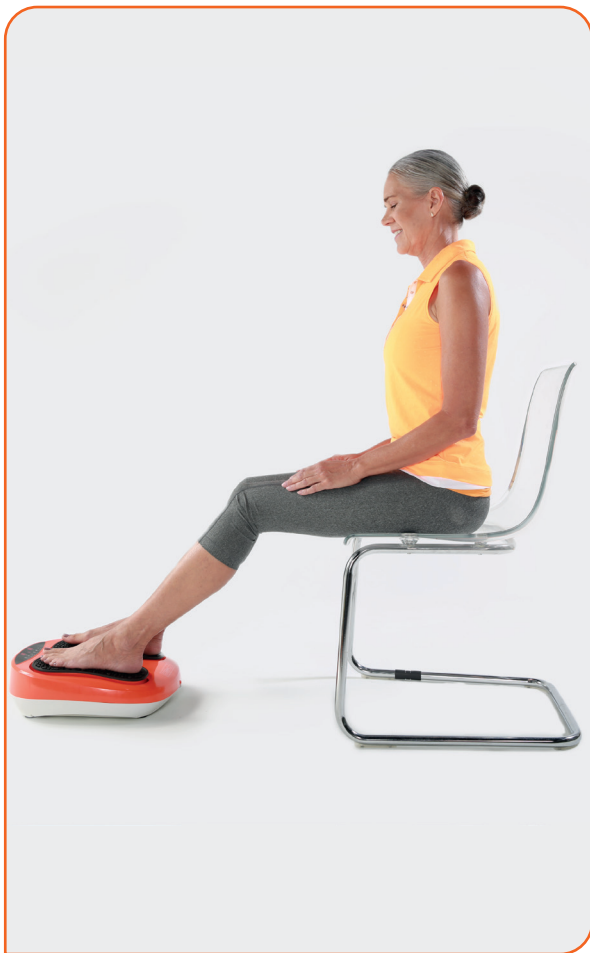
- Pohodlně se posaďte, opřete se zády o opěrku židle nebo pohovky a položte chodidla na podložky pro nohy.
- Používejte přístroj maximálně 10 minut za rychlosti, která je vám příjemná. Toto cvičení má uvolnit chodidla a nohy, a přitom podpořit cirkulaci a svalové napětí.

### **SK Oscilácia a akupresúrna masáž**

- Pohodlne sa posaďte, oprite sa chrbátom o opierku stoličky alebo pohovky a nohy položte na podložky.
- Používajte zariadenie maximálne 10 minút na rýchlosti, pri ktorej sa cítite príjemne. Tento cvik slúži na uvoľnenie chodidiel a nôh a zároveň zlepšuje ich prekrvenie a napnutie svalstva.

### **RO Masaj de oscilații și acupresură**

- Așezați-vă comod, sprijiniți-vă cu spatele de spătarul scaunului sau canapelei și plasați-vă etichetele picioarelor pe saltelele de picior.
- Utilizați aparatul maxim 10 minute la viteza care vă este plăcută. Acest exercițiu trebuie să vă relaxeze etichetele picioarelor și picioarele și în acest proces să favorizeze circulația și tensionarea mușchilor.



### **DE Sanfte Massage & Wadenoszillation**

- Bewegen Sie sich an den Rand des Stuhls oder Sofas und setzen Sie sich aufrecht hin, während Sie Ihren Rumpf anspannen. Schieben Sie das Gerät so weit von sich, dass Sie Ihre Füße noch vollständig auf die Pads setzen können und die Waden gestreckt sind.
- Verwenden Sie das Gerät maximal 10 Minuten bei der Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist. Diese Massage ist für Ihre Füße und Schenkel sanfter, da sie sich hauptsächlich auf die Waden konzentriert.

### **EN Gentle massage & calf oscillation**

- Move to the edge of the chair or sofa and sit upright while tensing your trunk. Push the appliance away far enough so that you can still place your feet completely on the pads and your calves are stretched out.
- Use the device for a maximum of 10 minutes at a speed which is comfortable for you. This exercise is less intensive for your feet and thighs, as it focuses primarily on the calves.

### **FR Massage doux, oscillation mollets**

- Positionnez-vous sur le rebord de la chaise ou du fauteuil, le dos et le buste bien droits. En maintenant les pieds à plat sur l'appareil, éloignez-le aussi loin que possible de vous, de sorte à étirer les mollets.
- Utilisez l'appareil au maximum 10 minutes à la vitesse qui vous est la plus agréable. Cet exercice ménage vos pieds et vos cuisses car il se concentre sur les mollets.

### **IT Massaggio dolce e oscillazione dei polpacci**

- Portarsi sul bordo della sedia o del divano e sedersi in posizione eretta tendendo il busto. Spingere l'apparecchio davanti a sé in modo da poter ancora appoggiare completamente i piedi sui cuscinetti stirando i polpacci.
- Utilizzare l'apparecchio per massimo 10 minuti alla velocità che risulta piacevole. Questo esercizio permette di far riposare maggiormente piedi e cosce, poiché si concentra principalmente sui polpacci.

### **NL Zachte massage en oscillatie van de kuiten**

- Beweeg aan de rand van de stoel of de zetel en ga recht zitten terwijl u de romp opspant. Schuif het apparaat zo ver mogelijk vooruit maar let erop dat uw voeten nog volledig in de pads zitten en de kuiten gestrekt zijn.
- Gebruik het apparaat maximaal 10 minuten bij een snelheid die voor u aangenaam aanvoelt. Deze oefening is goed voor uw voeten en dijbenen omdat deze hoofdzakelijk is geconcentreerd op de kuiten.

### **HU Gyengéd masszázs és vádli-oszcilláció**

- Üljon a szék vagy a kanapé szélére egyenesen, miközben megfeszíti a törzsét. Tolja el a készüléket olyan messzire, hogy a lábát teljesen el tudja helyezni a párnákon, és a vádlik ki legyenek nyújtva.
- A készüléket legfeljebb 10 percre használja az Ön által kellemesnek tartott sebességgel. Ez a gyakorlat kíméli a lábakat és a combokat, mivel elsősorban a vádlikra összpontosít.

### **CZ Jemná masáž & vibrace lýtek**

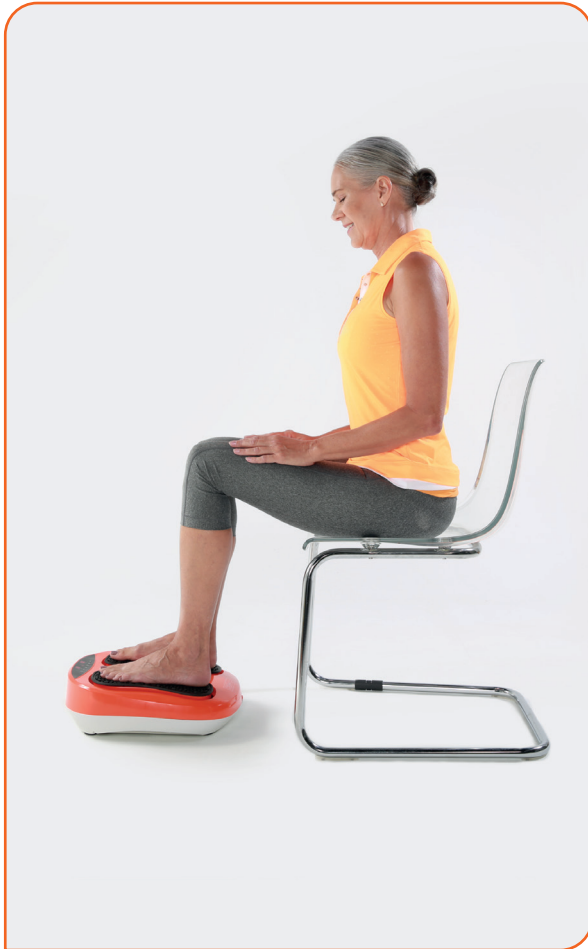
- Pohybujte se ke kraji židle nebo pohovky a rovně se na ni posaďte, zatímco napínáte trup. Posouvejte přístroj tak daleko od sebe, až ještě můžete chodidla úplně položit na podložky a lýtka jsou napnutá.
- Používejte přístroj maximálně 10 minut za rychlosti, která je vám příjemná. Toto cvičení je šetrnější pro vaše chodidla a stehna, protože se soustředíte hlavně na lýtka.

### **SK Jemná masáž a lýtková oscilácia**

- Posuňte sa na okraj stoličky alebo pohovky, posaďte sa vzpriamene a napnite pritom driek. Posuňte zariadenie čo najďalej od seba tak, aby boli chodidlá úplne položené na podložkách a mali ste pritom vystreté lýtka.
- Používajte zariadenie maximálne 10 minút na rýchlosti, pri ktorej sa cítite príjemne. Tento cvik je šetrnejší k vašim nohám a stehnám, pretože je zameraný predovšetkým na lýtka.

### **RO Masaj blând și oscilare pulpă**

- Mișcați-vă la marginea scaunului sau canapelei și așezați-vă drept în timp ce vă încordați trunchiul. Împingeți aparatul atât de departe de dumneavoastră încât să mai puteți să vă așezați laele picioarelor complet pe saltele și pulpele să fie întinse.
- Utilizați aparatul maxim 10 minute la viteza care vă este plăcută. Acest exercițiu menajează picioarele și șoldurile dumneavoastră deoarece se concentrează în principal pe pulpă.



### **DE** Tiefere Massage & Beinvibration

- Bewegen Sie sich an den Rand des Stuhls oder Sofas und setzen Sie sich aufrecht hin, während Sie Ihren Rumpf anspannen. Platzieren Sie das Gerät näher und legen Sie Ihre Füße auf die Pads.
- Verwenden Sie das Gerät maximal 10 Minuten bei der Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist. Diese Massage ist stärker und tiefer und wirkt direkt an Ihren Fußsohlen, Ihren Waden und Gelenken.

### **EN** Deeper Massage & Leg Vibration

- Move to the edge of the chair or sofa and sit upright while tensing your trunk. Bring the unit closer and place your feet on the pads.
- Use the device for a maximum of 10 minutes at a speed which is comfortable for you. This massage is stronger and deeper, and acts directly on your soles, calves and joints.

### **FR** Massage profond, vibration jambes

- Positionnez-vous sur le rebord de la chaise ou du fauteuil, le dos et le buste bien droits. Rapprochez l'appareil, posez vos pieds sur les emplacements dédiés.
- Utilisez l'appareil au maximum 10 minutes à la vitesse qui vous est la plus agréable. Ce massage est plus intense et agit directement sur la plante, les mollets et les articulations.

### **IT** Massaggio più profondo e vibrazione delle gambe

- Portarsi sul bordo della sedia o del divano e sedersi in posizione eretta tendendo il busto. Collocare l'apparecchio più vicino e poggiare i piedi sui cuscinetti.
- Utilizzare l'apparecchio per massimo 10 minuti alla velocità che risulta piacevole. Questo massaggio è più intenso e profondo e agisce direttamente sulle piante dei piedi, sui polpacci e sulle articolazioni.



### **NL Diepere massage en beentrilling**

- Beweeg aan de rand van de stoel of de zetel en ga recht zitten terwijl u de romp opspant. Plaats het apparaat dichterbij en leg uw voeten op de pads.
- Gebruik het apparaat maximaal 10 minuten bij een snelheid die voor u aangenaam aanvoelt. Deze massage is sterker en gaat dieper en werkt in op uw voetzolen, kuiten en dijbenen.

### **HU Mélyebb masszáz és láb vibráció**

- Üljon a szék vagy a kanapé szélére egyenesen, miközben megfeszíti a törzsét. Helyezze a készüléket közelebb és helyezze a lábait a párnákra.
- A készüléket legfeljebb 10 percig használja az Ön által kellemesnek tartott sebességgel. Ez a masszáz erősebb és mélyebb, és közvetlenül a talpára, a vádlikra és az ízületekre hat.

### **CZ Hlubší masáž & vibrace nohou**

- Pohybujte se ke kraji židle nebo pohovky a rovně se na ni posaďte, zatímco napínáte trup. Umístěte přístroj blíže a položte nohy na podložky.
- Používejte přístroj maximálně 10 minut za rychlosti, která je vám příjemná. Tato masáž je silnější a hlubší a působí přímo na vaše plošky nohou, vaše lýtka a klouby.

### **SK Hlbšia masáž a vibrácia nôh**

- Posuňte sa na okraj stoličky alebo pohovky, posaďte sa vzpriamene a napnite pritom driek. Prisuňte zariadenie bližšie a položte nohy na podložky.
- Používajte zariadenie maximálne 10 minút na rýchlosti, pri ktorej sa cítite príjemne. Masáž je intenzívnejšia a hlbšia a pôsobí priamo na vaše chodidlá, lýtka aj kĺby.

### **RO Masaj mai adânc și vibrarea piciorului**

- Mișcați-vă la marginea scaunului sau canapelei și așezați-vă drept în timp ce vă încordați trunchiul. Plasați aparatul mai aproape de dumneavoastră și așezați etichetele picioarelor pe saltele.
- Utilizați aparatul maxim 10 minute la viteza care vă este plăcută. Acest masaj este mai puternic și mai adânc și are efect direct pe talpa piciorului, a pulpei și articulațiilor dumneavoastră.

**#1****#2****#3****DE Wadenstärkung**

- Setzen Sie sich wie in der Abbildung #1 hin und platzieren Sie das Produkt entsprechend und bewegen Sie Ihre Fußballen zum hinteren Teil der Pads (#2).
- Legen Sie Ihre Fußspitzen flach auf VibroLegs und heben Sie dann Ihre Fersen an, während Sie Ihre Waden anspannen.
- Halten Sie diese Position 5 Sekunden (#3), entspannen Sie dann 5 Sekunden und senken Sie Ihre Fersen ab. Halten Sie Ihren Rumpf dabei immer angespannt.
- Führen Sie 3 Wiederholungen von 10 // 15 // 20 durch, je nachdem, ob Sie Anfänger, Fortgeschritten oder Erfahren sind.

**EN Calf Strengthening**

- Sit down and place the product as shown in Figure #1. Move the balls of your foot to the back of the pads (#2).
- Lay your toes flat on the VibroLegs and then lift your heels while tensing your calves.
- Hold this position for 5 seconds (#3), then relax for 5 seconds and lower your heels. Always keep your body taut.
- Do 3 repetitions of 10 // 15 // 20, depending on whether you are a beginner, advanced or experienced.

**FR Renf. mollets**

- Asseyez-vous comme dans l'illustration #1, placez l'appareil conformément et posez la pointe des pieds sur le rebord de l'appareil (#2).
- Posez vos pointes à plat sur le VibroLegs et levez les talons tout en tendant les mollets.
- Restez dans cette position 5 secondes (#3), détendez les mollets 5 secondes et descendez les talons. Maintenez le buste bien droit.
- Effectuez 3 répétitions de 10 // 15 // 20 selon que vous êtes débutant, avancé ou expérimenté.

**IT Rafforzamento dei polpacci**

- Sedersi come illustrato nella figura #1, posizionare opportunamente il prodotto e spostare gli avampiedi sulla sezione posteriore dei cuscinetti (#2).
- Poggiare completamente le punte dei piedi su VibroLegs e sollevare poi i talloni rilassando allo stesso tempo i polpacci.

- Mantenere questa posizione per 5 secondi (#3) e rilassarsi poi per 5 secondi abbassando i talloni. Mantenere sempre il busto teso.
- Eseguire 3 ripetizioni di 10 // 15 // 20 a seconda se si è principianti, avanzati o esperti.

### **NL Versteving van de kuiten**

- Ga zitten zoals aangegeven of afb. #1 en plaats het product zoals getoond. Beweeg uw voetballen naar de achterkant van de pads (#2).
- Leg de toppen van uw voeten op de VibroLegs en til dan uw hielen op terwijl u de kuiten opspant.
- Houd deze positie 5 seconden aan (#3), ontspan u dat 5 seconden en laat uw hielen zakken. Zorg ervoor dat uw romp goed gespannen blijft.
- Herhaal dit 3 keer 10 // 15 // 20 keer afhankelijk van het feit of u net begint, al gevorderd of echt goed ervaren bent.

### **HU Vádli erősítése**

- Üljön le a #1 ábrán látható módon, és helyezze megfelelően a terméket, és mozgassa a talpait a lábárnák hátuljához (2.#).
- Tegye a lábujjait egyenesen a VibroLegs-re, majd emelje fel a sarkát, miközben feszíti a vádlóját.
- Tartsa ezt a pozíciót 5 másodpercig (3.#), majd pihenjen 5 másodpercig, és engedje le a sarkait. Közben mindig tartsa feszesen a hátát.
- Végezzen 3 ismétlést 10/15 // 20-tól, attól függően, hogy Ön kezdő, haladó vagy tapasztalt.

### **CZ Posilování lýtek**

- Posadte se způsobem zobrazeným na obrázku #1 a umístěte produkt odpovídajícím způsobem a pohybuje bříšky nohy k zadní části podložek (#2).
- Položte špičky nohou naplocho na VibroLegs a zdvihněte pak paty, zatímco napínáte lýtku.
- Vydržte v této pozici 5 sekund (#3), následně se na 5 sekund uvolněte a spusťte paty dolů. Udržujte přitom trup stále napnutý.
- Proveďte 3 opakování po 10 // 15 // 20 cvicích v závislosti na tom, zda jste začátečník, mírně pokročilý nebo pokročilý.

### **SK Posilnenie lýtok**

- Posadte sa podľa znázornenia na obrázku #1 a umiestnite výrobok zodpovedajúcim spôsobom, potom presuňte predpriehlavky chodidiel do zadnej časti podložiek (#2).
- Špičky chodidiel položte plocho na prístroj VibroLegs, potom nadvihnite päty a uvoľnite pritom lýtku.
- Podržte nohy 5 sekúnd v tejto polohe (#3), potom ich na 5 sekúnd uvoľnite a spusťte päty nadol. Držte pritom neustále napnutú driekovú oblasť svojho tela.
- Vykonaajte 3 opakovania po 10 // 15 // 20, v závislosti od toho, či ste začiatočníci, mierne pokročilí alebo pokročilí.

### **RO Întărirea pulpei**

- Așezați-vă precum în figura #1 și plasați produsul corespunzător și mișcați boltele labelor picioarelor spre partea din spate a saltelei (#2).
- Așezați-vă vârfurile picioarelor plan pe VibroLegs și apoi ridicați-vă călcâiele în timp ce vă încordați pulpele.
- Mențineți această poziție 5 secunde (#3), relaxați-vă apoi 5 secunde și coborâți-vă călcâiele. În acest proces mențineți-vă trunchiul întotdeauna încordat.
- Executați 3 repetări de 10 // 15 // 20, în funcție de cum sunteți începător, avansat sau cu experiență.



### **DE** Wadenmassage

- Setzen Sie sich auf den Boden und legen Sie Ihre Waden auf die Pads.
- Verwenden Sie VibroLegs maximal 10 Minuten bei der Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist, je nach Stärke der gewünschten Massage.

### **EN** Calf Massage

- Sit on the floor and place your calves on the pads.
- Use the VibroLegs for a maximum of 10 minutes at a speed which is comfortable for you, depending on the strength of the massage you want.

### **FR** Mas. mollets

- Asseyez-vous au sol et étendez vos mollets sur la surface siliconée
- Utilisez le VibroLegs 10 minutes maximum à la vitesse qui vous est la plus agréable et à l'intensité souhaitée

### **IT** Massaggio dei polpacci

- Sedersi sul pavimento e poggiare i polpacci sui cuscinetti.
- Utilizzare VibroLegs per massimo 10 minuti alla velocità che risulta piacevole, a seconda dell'intensità del massaggio desiderato.

### **NL** Kuitmassage

- Ga op de vloer zitten en leg uw kuiten op de pads.
- Gebruik de VibroLegs maximaal 10 minuten bij een snelheid die voor u het meest aangename is afhankelijk van hoe sterk u een massage wenst.

### **HU Vádlimasszázs**

- Üljön a padlóra, és helyezze a vádlijait a párnákra.
- A VibroLeg-eket legfeljebb 10 percig használja a kívánt sebességgel, a kívánt masszázs erősségétől függően.

### **CZ Masáž lýtek**

- Posadte se na zem a položte lýtku na podložky.
- Používejte VibroLegs maximálně 10 minut při rychlosti, která je vám příjemná, v závislosti na intenzitě požadované masáže.

### **SK Masáž lýtok**

- Posadte sa na zem a položte lýtku na podložky.
- Používajte prístroj VibroLegs maximálne po dobu 10 minút na rýchlosti, pri ktorej sa cítite príjemne v závislosti od intenzity zvolenej masáže.

### **RO Masajul pulpei**

- Așezați-vă pe pardoseală și întindeți-vă pulpele pe saltele.
- Utilizați VibroLegs maxim 10 minute la viteza care vă este plăcută în funcție de intensitatea dorită a masajului.



### **DE** Mittelfuss-Akupressur

- Nehmen Sie eine bequeme Sitzposition ein und legen Sie Ihre Fußballen zwischen dem zweiten und dritten Zeh auf die Akupressurköpfe. Verwenden Sie die geringste Geschwindigkeit und moderaten Druck, so wie es Ihnen angenehm ist.

### **EN** Metatarsal Acupressure

- Take a comfortable sitting position and place your balls of foot between the second and third toes on the acupressure heads. Use the lowest speed and moderate pressure, so that it is comfortable.

### **FR** Massage du métatarse

- Adoptez une position confortable et posez vos métatarses entre le deuxième et troisième orteil sur la tête d'acupression. Utilisez la vitesse la plus faible et une pression modérée qui vous est agréable.

### **IT** Digitopressione del metatarso

- Assumere una posizione di seduta comoda e collocare gli avampiedi sui bottoni per digitopressione tra il secondo e il terzo dito. Utilizzare la velocità più bassa e una pressione moderata che risulti piacevole.

### **NL** Acupressuur van de middenvoet

- Neem een gemakkelijke zithouding in en leg uw voetballen tussen de tweede en de derde teen op de acupressuurkop. Gebruik de laagste snelheid en een beperkte druk zodat dit voor u aangenaam is.

### **HU** Lábközép-akupressúra

- Helyezze magát kényelmes ülőhelyzetbe, és helyezze a lábfejeket a második és a harmadik lábujjak közé az akupresszúrás fejeken. Használja a legkisebb sebességet és mérsékelt nyomást, ahogy kellemes Önnek.

### **CZ** Akupresura nártu

- Zaujměte bezpečnou pozici v sedě a položte bříška chodidel mezi druhým a třetím prstem na akupresurní hlavy. Použijte nejnižší rychlost a mírný tlak tak, aby vám to bylo příjemné.

### **SK** Akupresúrna masáž priehlavku

- Posadte sa do pohodlnej polohy a položte predpriehlavky chodidiel medzi druhým a tretím prstom na akupresúrne hlavy. Použite najnižšiu rýchlosť a mierne pritláčajte tak, aby vám to bolo príjemné.

### **RO** Acupresura piciorului median

- Așezați-vă într-o poziție comodă și plasați-vă boltele plantare dintre al doilea și al treilea deget al piciorului pe capetele de acupresură. Utilizați viteza cea mai scăzută și o presiune moderată, așa cum vă este plăcut.



### **DE Hintere Oberschenkelmuskulatur**

- Setzen Sie sich auf den Boden und legen Sie die Rückseite Ihrer Oberschenkel auf die Pads. Dadurch wird die hintere Oberschenkelmuskulatur direkt massiert.
- Verwenden Sie das Gerät maximal 10 Minuten bei der Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist, je nach Stärke der gewünschten Massage.

### **EN Rear thigh muscles**

- Sit on the floor and place the rear of your thighs on the pads. This applies a massage directly to the hamstrings muscles.
- Use the appliance for a maximum of 10 minutes at a speed which is comfortable for you, depending on the strength of the massage you want.

### **FR Muscles des cuisses arrière**

- Asseyez-vous au sol et posez l'arrière de vos cuisses sur la surface de l'appareil. Cela permet de masser directement le haut des cuisses arrière.
- Utilisez l'appareil 10 minutes maximum à la vitesse qui vous est la plus agréable et à l'intensité souhaitée.

### **IT Muscolatura interna della coscia**

- Sedersi sul pavimento e poggiare il lato posteriore delle cosce sui cuscini. In questo modo viene massaggiata direttamente la muscolatura interna della coscia.
- Utilizzare l'apparecchio per massimo 10 minuti alla velocità che risulta piacevole, a seconda dell'intensità del massaggio desiderato.



### **NL** Achterste dijbeenspieren

- Ga op de vloer zitten en leg de achterkant van uw bijbeen op de pads. Hierdoor worden de dijbeenspieren direct gemasseerd.
- Gebruik het apparaat maximaal 10 minuten bij een snelheid die aangenaam aanvoelt afhankelijk van de gewenste massagesterkte.

### **HU** Hátsó felsőcomb-izom

- Üljön a padlóra, és helyezze a combja hátulját a párnákra. Ezáltal a hátsó felsőcomb-izmot közvetlenül masszírozza.
- A készüléket legfeljebb 10 percig használja a kívánt sebességgel, a kívánt masszázs erősségétől függően.

### **CZ** Zadní stehenní svalstvo

- Posadte se na zem a položte zadní stranu stehen na podložky. Tím je masírováno zadní stehenní svalstvo přímo.
- Používejte přístroj po dobu maximálně 10 minut při rychlosti, která je vám příjemná, v závislosti na intenzitě požadované masáže.

### **SK** Zadné svalstvo stehien

- Posadte sa na zem a položte zadnú stranu stehien na podložky. Vďaka tomu sa priamo premasíruje svalstvo zadnej časti stehien.
- Používajte zariadenie maximálne 10 minút na rýchlosti, pri ktorej sa cítite príjemne, v závislosti od intenzity zvolenej masáže.

### **RO** Musculatura din spate a coapsei

- Așezați-vă pe pardoseală și plasati-vă partea din spate a coapsei pe saltele. Astfel este masată direct musculatura coapsei.
- Utilizați aparatul maxim 10 minute la o viteză care vă este plăcută, în funcție de intensitatea dorită a masajului.



### DE IT-Bandmassage

- Gehen Sie in die Planking-Position, halten Sie Ihren Rumpf angespannt und legen Sie VibroLegs unter die Seite eines Ihrer Oberschenkel, dadurch werden die IT-Bänder direkt massiert.
- Verwenden Sie das Produkt maximal 10 Minuten oder bis Sie die Planking-Position nicht mehr korrekt halten können. Verwenden Sie eine Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist, je nach Stärke der gewünschten Massage.
- Wiederholen Sie die Übung dann am IT-Band des anderen Beins.

**HINWEIS: Stellen oder legen Sie sich nicht mit Ihrem gesamten Körpergewicht auf das Gerät.**

### EN Iliotibial Band Massage

- Enter the planking position, keep your torso taut and put the VibroLegs under the side of one of your thighs, which will directly massage the iliotibial bands.
- Use the product for a maximum of 10 minutes or until you can no longer correctly hold the planking position. Use a speed that is comfortable and in proportion to the strength of the massage you want.
- Then repeat the exercise on the iliotibial band for the other leg.

**NOTE: Do not place your entire body weight on the appliance, or lie down on it.**

### FR Fascia lata

- Mettez-vous en position de planche, buste tendu, et glissez le VibroLegs sous un côté de la cuisse supérieure afin de masser directement le muscle tenseur du fascia lata.
- Utilisez l'appareil maximum 10 minutes ou bien jusqu'à ce que vous ne teniez plus la position. Utilisez une vitesse confortable et une puissance selon le type de massage souhaité.
- Répétez l'exercice sur le muscle de l'autre cuisse.

**REMARQUE : N'appuyez pas tout le poids de votre corps sur l'appareil.**

### IT Massaggio della benderella ileotibiale

- Assumere la posizione di plank, mantenere il busto teso e collocare VibroLegs sotto la parte laterale di una delle cosce, in modo da massaggiare direttamente le benderelle ileotibiali.
- Utilizzare il prodotto per massimo 10 minuti o finché non si riesce più a mantenere correttamente la posizione di plank. Usare una velocità che risulti piacevole, a seconda dell'intensità del massaggio desiderato.
- Ripetere poi l'esercizio con la benderella ileotibiale dell'altra gamba. **NOTA: non collocarsi né distendersi sull'apparecchio con tutto il peso del corpo.**

## **NL IT-bandmassage**

- Ga in plankpositie en houd uw romp gespannen. Leg de VibroLegs onder een dijbeen waardoor de IT-banden direct worden gemasseerd.
- Gebruik het product maximaal 10 minuten of tot u de plankpositie niet meer goed kunt houden. Gebruik een snelheid die voor u aangenaam is in functie van de gewenste massagesterkte.
- Herhaal dezelfde oefening aan de IT-band van het andere been. **TIP: plaats of lig niet met uw volledige lichaamsgewicht tegen het apparaat aan.**

## **HU IT-szalagmasszázs**

- Helyezkedjen a deszka pozícióba, tartsa meg a törzset, és tegye a VibroLeg-eket az egyik combja oldalára, ami közvetlenül az IT szalagokat masszírozza.
- A terméket legfeljebb 10 percig használja, vagy addig, amíg már nem tudja helyesen a deszka helyzetet tartani. Használjon kényelmes sebességet, a kívánt masszázs erősségétől függően.
- Ezután ismételje meg a gyakorlatot a másik láb IT-szalagján. **MEGJEGYZÉS: Ne helyezze a készülékre a teljes testtömegét.**

## **CZ Masáž IT bandu**

- Přejděte do pozice planku, držte trup napnutý a položte VibroLegs pod stranu vašeho stehna, čímž jsou masírovány přímo IT bandy.
  - Používejte produkt maximálně po dobu 10 minut nebo dokud jste schopni udržet správnou pozici planku. Používejte rychlost, která je vám příjemná, v závislosti na intenzitě požadované masáže.
  - Zopakujte následně cvičení na IT bandu druhé nohy.
- UPOZORNĚNÍ: Nestavte se nebo nelehejte si celou hmotností těla na přístroj.**

## **SK Masáž IT-vázov**

- Prejdite do pozície na planking, držte pritom napnutú drierkovú časť tela a položte prístroj VibroLegs pod bočnú stranu vášho stehna, čím sa priamo premasírujú iliotibiálne väzy.
  - Používajte zariadenie po dobu maximálne 10 minút alebo dovtedy, pokým udržíte svoje telo v správnej pozícii na planking. Použite rýchlosť, pri ktorej sa cítite príjemne, v závislosti od intenzity zvolenej masáže.
  - Zopakujte potom toto cvičenie aj na IT väze druhej nohy.
- UPOZORNENIE: Nepokladajte sa ani si nelhajte na zariadenie celou svojou váhou.**

## **RO Masaj banda IT (ilotibială)**

- Treceți în poziția planșă (orizontală) mențineți-vă trunchiul încordat și așezați VibroLegs sub laterala uneia dintre coapsele dumneavoastră, astfel sunt masate direct benzile IT (ilotibiale).
  - Utilizați produsul maxim 10 minute sau până când nu mai puteți menține corect poziția planșă. Utilizați o viteză care vă este plăcută, în funcție de intensitatea dorită a masajului.
  - Repetați exercițiul apoi la banda IT (ilotibială) a celuilalt picior.
- INDICAȚIE: nu vă așezați cu toate greutatea corpului dumneavoastră pe aparat.**



### DE Quadriceps

- Gehen Sie in die Planking-Position, halten Sie Ihren Rumpf angespannt und legen Sie VibroLegs unter Ihre Oberschenkel. Dadurch wird der Quadriceps direkt massiert.
- Verwenden Sie das Produkt maximal 10 Minuten oder bis Sie die Planking-Position nicht mehr korrekt halten können. Verwenden Sie eine Geschwindigkeit, die Ihnen angenehm ist, je nach Stärke der gewünschten Massage.

**HINWEIS: Stellen oder legen Sie sich nicht mit Ihrem gesamten Körpergewicht auf das Gerät.**

### EN Quadriceps

- Enter the planking position, keeping your torso taut, and place the VibroLegs under your thighs.
- This will directly massage the quadriceps.
- Use the product for a maximum of 10 minutes or until you can no longer correctly hold the planking position. Use a speed that is comfortable and in proportion to the strength of the massage you want. **NOTE: Do not place your entire body weight on the appliance, or lie down on it.**

### FR Quadriceps

- Mettez-vous en position de la planche, buste tendu, et glissez le VibroLegs sous le haut de la cuisse.
- Cela permet de masser le quadriceps.
- Utilisez l'appareil maximum 10 minutes ou bien jusqu'à ce que vous ne teniez plus la position. Utilisez une vitesse confortable et une puissance selon le type de massage souhaité. **REMARQUE : N'appuyez pas tout le poids de votre corps sur l'appareil.**

### IT Quadricipite femorale

- Assumere la posizione di plank, mantenere il busto teso e collocare VibroLegs sotto le cosce.
- In questo modo viene massaggiato direttamente il quadricipite femorale.
- Utilizzare il prodotto per massimo 10 minuti o finché non si riesce più a mantenere correttamente la posizione di plank. Usare una velocità che

risulti piacevole, a seconda dell'intensità del massaggio desiderato. **NOTA: non collocarsi né distendersi sull'apparecchio con tutto il peso del corpo.**

### **NL** Quadriceps

- Ga in plankpositie staan, houd uw romp gespannen en leg VibroLegs tegen uw dijbeen.
- Hierdoor wordt uw quadriceps direct gemasseerd.
- Gebruik het product maximaal 10 minuten of tot u de plankpositie niet meer goed kunt houden. Gebruik een snelheid die voor u aangenaam is in functie van de gewenste massagesterkte. **TIP: plaats of lig niet met uw volledige lichaamsgewicht tegen het apparaat aan.**

### **HU** Quadriceps

- Helyezkedjen deszka helyzetbe, tartsa meg a törzsét, és tegye a VibroLegeket a felsőcombja alá.
- Ez közvetlenül a quadricepsset masszírozza.
- A terméket legfeljebb 10 percig használja, vagy addig, amíg már nem tudja helyesen a deszka helyzetet tartani. Használjon kényelmes sebességet, a kívánt masszázs erősségétől függően. **MEGJEGYZÉS: Ne helyezze a készülékre a teljes testtömegét.**

### **CZ** Kvadriceps

- Přejděte do pozice planku, držte trup napnutý a položte VibroLegs pod své stehno.
  - Tím je kvadriceps přímo masírován.
  - Používejte produkt maximálně po dobu 10 minut nebo dokud jste schopni udržet správnou pozici planku. Používejte rychlost, která je vám příjemná, v závislosti na intenzitě požadované masáže.
- UPOZORNĚNÍ: Nestavte se nebo nelehejte si celou hmotností těla na přístroj.**

### **SK** Štvorhlavý sval stehna

- Prejdite do pozície na planking, držte napnutú driekovú časť tela a prístroj VibroLegs položte pod stehná.
- Vďaka tomu sa bude priamo masírovať štvorhlavý sval stehna.
- Používajte zariadenie po dobu maximálne 10 minút alebo dovtedy, pokiaľ udržíte svoje telo v správnej pozícii na planking. Použite rýchlosť, pri ktorej sa cítite príjemne, v závislosti od intenzity zvolenej masáže. **UPOZORNENIE: Nepokladajte sa ani si nelíhajte na zariadenie celou svojou váhou.**

### **RO** Quadriceps

- Treceți în poziția planșă (orizontală) mențineți-vă trunchiul încordat și așezați VibroLegs sub coapsa dumneavoastră.
- Astfel cuadricepsul este masat direct.
- Utilizați produsul maxim 10 minute sau până când nu mai puteți menține corect poziția planșă. Utilizați o viteză care vă este plăcută, în funcție de intensitatea dorită a masajului. **INDICAȚIE: nu vă așezați cu toate greutatea corpului dumneavoastră pe aparat.**



### **DE** Unterer Rücken

- Setzen Sie sich bequem hin und lehnen Sie VibroLegs gegen die Rückenlehne des Stuhls, so dass das Kabel nach oben zeigt. Lehnen Sie Ihren Rücken dagegen und genießen Sie eine beruhigende Massage des unteren Rückens.
- Verwenden Sie das Gerät maximal 10 Minuten bei der Geschwindigkeit, die Ihnen am angenehmsten ist.

### **EN** Lower Back

- Sitting comfortably, lean the VibroLegs against the back of the chair with the electrical cable pointing upwards, so as to prevent damage to the cable. Lean your back against the unit, and enjoy a soothing massage of the lower back.
- Use the device for a maximum of 10 minutes at a speed which is most comfortable for you.

### **FR** Bas du dos

- Asseyez-vous bien au fond de la chaise en ayant préalablement apposé le VibroLegs contre le dossier. Veillez à ce que le câble ne soit pas orienté vers le haut. Adossez-vous contre l'appareil et appréciez un massage relaxant du bas du dos.
- Utilisez l'appareil au maximum 10 minutes à la vitesse qui vous est la plus confortable.

### **IT** Parte inferiore della schiena

- Sedersi comodamente e appoggiare VibroLegs alla spalliera della sedia in modo che il cavo punti verso l'alto, così si evita di danneggiare il cavo. Appoggiare la schiena all'apparecchio e godervi un massaggio calmante della parte inferiore della schiena.
- Utilizzare l'apparecchio per massimo 10 minuti alla velocità che risulta piacevole.

### **NL Onderrug**

- Ga gemakkelijk liggen en zet VibroLegs tegen de rugleuning van de stoel zodat het snoer naar boven toe ligt om schade aan het snoer te vermijden. Ga er met de rug tegen liggen en geniet van een deugdlopende massage van de onderrug.
- Gebruik het apparaat maximaal 10 minuten bij de snelheid die u het meest aangenaam aanvoelt.

### **HU Alsó hát**

- Üljön kényelmesen a VibroLeg-ekkel a szék hátsó részéhez támaszkodva, úgy, hogy a kábel felfelé forduljon, hogy megakadályozza a kábel sérülését. Támaszkodjon rá a hátával, és élvezze a hát alsó részének nyugtató masszázását.
- A készüléket legfeljebb 10 percig használja az Ön által kellemesnek tartott sebességgel.

### **CZ Dolní část zad**

- Pohodlně se posaďte a opřete VibroLegs proti opěradlu židle tak, aby kabel směřoval nahoru, aby se zabránilo jeho poškození. Opřete se zády proti přístroji a užívejte si uklidňující masáž dolní části zad.
- Používejte přístroj po dobu maximálně 10 minut při rychlosti, která je vám nejpříjemnější.

### **SK Spodná časť chrbta**

- Pohodlne sa usadte a prístroj VibroLegs oprite o opierku stoličky tak, aby kábel smeroval nahor, vďaka čomu predídete poškodeniu kábla. Oprite sa chrbtom o zariadenie a vychutnajte si uvoľňujúcu masáž spodnej časti chrbta.
- Používajte zariadenie maximálne 10 minút na rýchlosti, pri ktorej sa cítite čo najpríjemnejšie.

### **RO Spatele inferior**

- Așezați-vă comod și rezemați VibroLegs contra spătarului scaunului astfel încât cablul să indice în sus și să evitați deteriorarea cablului. Rezemați-vă spatele și bucurați-vă de un masaj liniștitor a zonei spatelui inferior.
- Utilizați aparatul maxim 10 minute la viteza care vă este cea mai plăcută.



Hergestellt in China | Made in China | Fabriqué en Chine | Fabbricato in Cina | Made in China | Származási hely: Kína  
Vyrobeno v Číně | Vyrobené v Číne | Tara de provenienta: China

**Importeur | Importer | Importateur | Importatore | Importeur | Importör  
Dovozce | Dodávateľ | Importator:**

**CH:** Mediashop Schweiz AG, Leuholz 14, 8855 Wangen, Switzerland

**EU:** MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria

**Forgalmazó:** Telemarketing International Kft. | 9028 Győr | Fehérvári út 75. | Hungary

**office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv**

**DE | AT | CH: 0800 376 36 06 – Kostenlose Servicehotline**

**CZ: + 420 234 261 900 | SK: + 421 220 990 800**

**RO: + 40 318 114 000 | HU: + 36 96 961 000 | ROW: +423 388 18 00**

Stand: 02/2022 |  
M20161 | M23351