

# Defender Bio BD-05

## ВИБРОПЛАТФОРМА

### РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Пожалуйста, внимательно прочитайте это руководство пользователя перед использованием этого продукта

*Примечание:* внешний вид устройства может отличаться от изображений в настоящем руководстве.

### МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

**При использовании виброплатформы всегда следует соблюдать основные меры предосторожности, в том числе:**

1. Данное устройство не предназначено для использования лицами (включая детей) с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями, или с недостатком опыта и знаний, за исключением случаев, когда они находятся под наблюдением или проинструктированы относительно использования устройства лицом, ответственным за их безопасность.
2. Эксплуатируйте данное устройство только так, как описано в данном руководстве.
3. Поместите изделие на устойчивую, ровную поверхность. Чтобы защитить пол или ковер от повреждений, положите коврик под изделие.
4. Проконсультируйтесь с врачом перед использованием, если вы беременны, у вас есть кардиостимулятор или какие-либо другие проблемы со здоровьем.
5. Не используйте прибор с поврежденным шнуром или вилкой, а также если прибор неисправен или был поврежден каким-либо образом. Обратитесь к производителю за обслуживанием.
6. Не используйте это устройство, если вы находитесь в состоянии алкогольного опьянения или принимали лекарства, которые ухудшают способность к мышлению.
7. Не позволяйте шнуру свисать с края стола и не прикасайтесь к горячим поверхностям.
8. Не ставьте на горячую газовую или электрическую плиту, или рядом с ней, а также в разогретую духовку.
9. Держите подальше от детей младше 12 лет и домашних животных.
10. Данное изделие не должно использоваться лицами весом более 150 кг.
11. Не используйте устройство на открытом воздухе.
12. Всегда отсоединяйте шнур питания, когда устройство не используется.
13. Не используйте устройство там, где используются аэрозоли или подается кислород.
14. Пожалуйста, утилизируйте ваш прибор надлежащим образом в соответствии с местными законами и правилами.

### КОМПЛЕКТ ПОСТАВКИ

- Виброплатформа
- Пульт дистанционного управления
- Эспандеры для рук
- Руководство пользователя с информацией о гарантии

### ВКЛЮЧЕНИЕ

1. Возьмите шнур питания и подключите его к подходящей сетевой розетке.
2. Нажмите на главный выключатель питания на передней панели платформы, чтобы включить его.
3. Нажмите кнопку питания на пульте дистанционного управления или на верхней панели платформы, чтобы включить платформу.

**ВНИМАНИЕ!** Не пережимайте, не растягивайте и не повреждайте шнур питания.

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ УПРАВЛЕНИЯ

**Пуск / остановка:** Нажмите кнопку Пуск / стоп, чтобы запустить функцию вибрации.

**Скорость / время:** Нажмите кнопку Скорость / время, чтобы переключить настройки скорости в диапазоне от 1 до 20.

**Программа:** С помощью кнопки Программа переключайтесь между различными заданными программами, длительность программ - 10 минут каждая. При использовании автоматической программы максимальная скорость составляет 90 уровней.

**ВНИМАНИЕ!** Не сжимайте, не растягивайте и не повреждайте шнур питания.

### НАСТРОЙКА BLUETOOTH

1. Нажмите главный выключатель питания на передней панели платформы или нажмите кнопку питания на пульте дистанционного управления, чтобы включить платформу.

2. Перейдите на страницу настроек Bluetooth на вашем смартфоне / планшете. Выберите "Bluetooth" в разделе "Доступные устройства", и платформа сообщит об успешном подключении.

Если массажер производит музыку, но не используется, то он переходит в спящий режим (на дисплее отображается "----"), продолжая проигрывать музыку. При этом управление музыкой с помощью пульта становится невозможным. Выключить музыку можно только выключив кнопку питания на массажере.

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛАСТИЧНЫХ ЛЕНТ ДЛЯ РУК

Сделайте тренировку более интенсивной, используя эспандеры для рук, которые входят в комплект поставки. Это позволит вам укрепить бицепсы и трицепсы, одновременно тренируя нижнюю часть тела. Просто прикрепите эспандеры для рук к петлям, расположенным в нижней части платформы.

### ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ И УХОД

- Перед чисткой убедитесь, что устройство выключено и отсоединено от источника питания. Для очистки протрите слегка влажной мягкой тканью.



- Держите платформу подальше от экстремальных температур.

- Храните прибор в чистом, сухом месте, недоступном для детей и домашних животных.

**ВАЖНО:** Массажер не имеет функции памяти, и после включения необходимо установить нужные параметры заново.

**ВНИМАНИЕ!** При использовании всегда следуйте всем инструкциям производителя. НЕ подвергайте этот прибор воздействию экстремальных температур. НЕ позволяйте детям играть с этим прибором.

### ПРОГРАММЫ

<p><b>ПОЗА ДЛЯ ВСЕГО ТЕЛА:</b></p>  <p>Встаньте на платформу и вытяните ноги на ширину плеч. Это поможет улучшить кровообращение и мышечный тонус.</p>	<p><b>ПОЗА ДЛЯ ПРИСЕДАНИЙ:</b></p>  <p>При приседании вытяните ноги на ширину плеч и, если сможете, согните колени до 90 градусов и удерживайте это положение. Встаньте на платформу, согнув обе ноги - это приведет в тонус ваши бедра и икры, а также стимулирует кровообращение.</p>	<p><b>ПОЗА С ОДНОЙ НОГОЙ:</b></p>  <p>Поставив одну ногу на пол, поставьте другую ногу на платформу - это приведет в тонус ваши бедра и икры, а также стимулирует кровообращение. Для более глубокого упражнения сделайте выпад вперед, переноса вес тела на платформу.</p>	<p><b>ПОЗА ДЛЯ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ:</b></p>  <p>Поставьте голени так, как показано на рисунке, опираясь руками о землю позади себя. Для более глубокого упражнения оторвите ягодицы от пола и надавите на икры.</p>
<p><b>ПОЗА С ИЗГИБОМ ТАЛИИ:</b></p>  <p>Разведите ноги на равное расстояние друг от друга, затем положите руки на платформу - это приведет в тонус ваши бицепсы и плечи. Согните руки в локтях для более</p>	<p><b>СИДЯЧАЯ ПОЗА:</b></p>  <p>Сядьте на стул, поставив ноги на платформу - это снимет напряжение и стимулирует кровообращение в нижней части тела. Для более глубокого выполнения упражнения наденьте эластичные повязки на руки,</p>	<p><b>ПОЗА ДЛЯ ОТЖИМАНИЙ:</b></p>  <p>Расставьте ноги на равном расстоянии друг от друга, затем положите руки на платформу - это приведет в тонус ваши бицепсы, трицепсы, плечи и пресс. Для более глубокого выполнения упражнения согните локти, пол</p>	<p><b>СИДЯЧАЯ ПОЗА:</b></p>  <p>Сядьте ягодицами на колеблющуюся платформу. Сядьте удобно, держа спину прямо.</p>



### ГАРАНТИЙНЫЙ РЕМОНТ НЕ ПРОИЗВОДИТСЯ В СЛЕДУЮЩИХ СЛУЧАЯХ:

1. Истечение гарантийного срока (устанавливается со дня продажи товара потребителю).
2. Неправильное подключение в электросеть.
3. Нарушение сохранности гарантийных пломб и крепежных соединений корпуса, наличие следов вскрытия на внешних и внутренних поверхностях товара.
4. Аппаратура, предназначенная для работы в бытовых условиях, использовалась в профессиональных целях.
5. Повреждения вызваны попаданием внутрь изделия посторонних предметов, веществ, жидкостей, насекомых.
6. Нарушение в работе питающей электросети - 220В ±10% (кроме стабилизаторов напряжения).
7. Вскрытие и ремонт товара произведены лицом, не уполномоченным на то фирмой-продавцом.
8. Неправильная эксплуатация или небрежное обращение.
9. Повреждение изделия в результате стихийных бедствий.
10. Наличие следов механического повреждения (падение, удар).
11. Неработоспособность подключаемых устройств других производителей.

Изготовитель: Цзиньхуа Синбу Технолоджи Ко., Лтд. Адрес: №1 Билдинг, Сяцзе Вилладж, Сяошунь Таун Цзиньдун Дистрикт, Цзиньхуа Сити, Чжецзян Провинс, Китай  
 Импортер в РФ / организация, уполномоченная на принятие претензий от потребителей: ООО "ТД Компания Дефендер" Адрес: 127030, г. Москва, ул. Суцшевская, дом 27, стр. 2, помещение III, комната 3, офис 63.

Производитель оставляет за собой право изменения комплектации, технических характеристик и внешнего вида товара.

При наличии механических повреждений претензии по товару не принимаются.

Гарантийный срок: 6 месяцев. / Срок службы: 6 месяцев. / Срок годности: 5 лет.

Дата изготовления (месяц, год) и номер партии указаны на упаковке.

www.defender.ru

