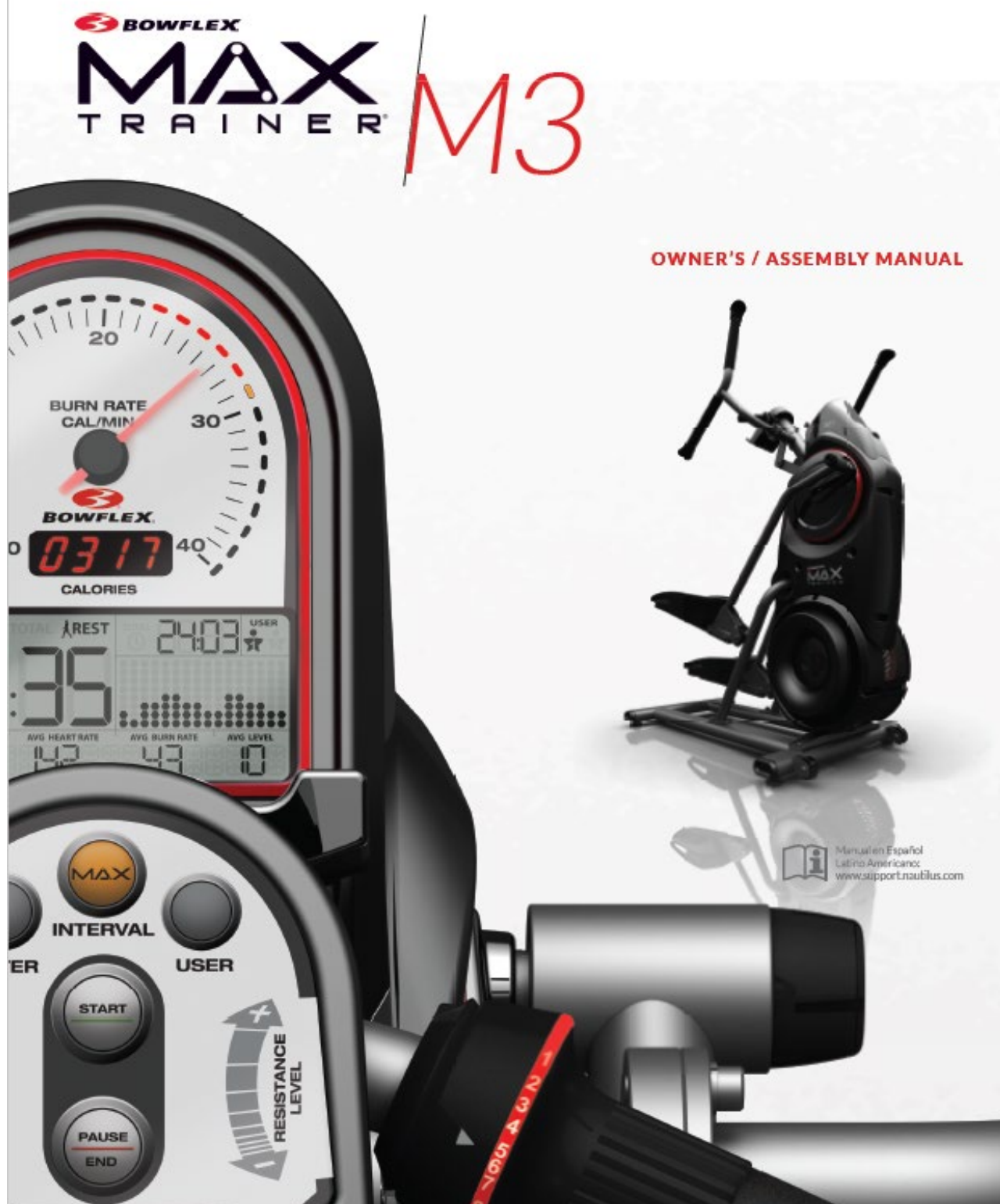




Használati útmutató

Fontos!

Kérjük, figyelmesen olvassa végig a használati útmutatót és kövesse az abban leírtakat! Vegye figyelembe, hogy a garancia nem terjed ki a szállítási, helytelen összerakási és a nem megfelelő használatból eredő károkra.

Ez a termék otthoni használatra lett tervezve, ezért a garancia is csak otthoni használat esetén érvényesíthető

A termék csak lakásban használható, szabadterén nem. Maximális felhasználói súly: 136 kg.

A biztonságos használat érdekében kérjük, vegye figyelembe a következő utasításokat

- Amennyiben a készüléket tovább adja, vagy más személynek engedi használni, bizonyosodjon meg arról, hogy az a személy ennek a használati utasításnak a tartalmát ismeri-e.
- Ezt a gépet egyszerre csak 1 személy használhatja.
- Ellenőrizze az első használat előtt, majd később is rendszeresen, hogy minden csavar, kötés feszes-e.
- Távolítson el minden éles tárgyat a készülék közvetlen környezetéből, mielőtt megkezdí az edzést.
- Csak abban az esetben használja a készüléket, ha az kifogástalan állapotban van.
- A hibás részeket azonnal ki kell cserélni, és/vagy a készüléket a rendbehozatalig nem szabad használni.
- Amennyiben engedi gyermekét a készülékkel edzeni gyermeke testi és szellemi fejlődése érdekében, hívja fel gyermeke figyelmét a gép helyes használatára. A készülék nem játékszer.
- Ügyeljen arra, hogy a nem megfelelő edzés veszélyeztetheti az Ön egészségi állapotát.
- A készülék összeszerelésénél figyelni kell arra, hogy a készülék stabilan álljon.
- Viseljen mindig edzésre alkalmas szabadidő ruhát és cipőt, amennyiben Ön a készüléken edz.
- A cipőtalpának csúszásmentesnek kell lennie.
- A tréning megkezdése előtt kérjük konzultáljon orvosával. Az orvos tájékoztatja Önt arról, hogy milyen terhelési intenzitás felel meg Önnek. Mellette tippeket ad az edzéshez és a helyes táplálkozáshoz.
- Szerelje össze készülékét az összeszerelési rajz szerint, használja a csatolt alkatrész listát. A szerelés előtt ellenőrizze, hogy az alkatrész listában szereplő alkatrészek hiánytalanul rendelkezésre állnak-e.
- Helyezze a készüléket egy száraz sima helyre, és óvja készülékét a nedvességtől. Helyezzen a gépe alá csúszásmentes talapzatot.
- Egyetemesen érvényes, hogy a sportszer nem játékszer.
- Amennyiben szédülés, hányinger, rosszullét, vagy más szokatlan tünet lép fel, hagyja abba azonnal az edzést és konzultáljon orvosával.
- Ügyeljen arra, hogy az edzés idején más személy ne tartózkodjon a készülék közvetlen közelében, a baleset elkerülése érdekében.
- Ügyeljen arra, hogy az állítható részek beállításánál a készülék helyes pozícióba legyen beállítva.
- Sima, egyenletes talajra helyezze a futópadot, ne tegyen a futópad alá bolyhos vagy vastag szőnyeget!

Összeszerelési utasítás:

Vegye ki a dobozból a gépet, valamint a tartozékokat és helyezze el a földön maga előtt.

Az összeszerelést lehetőség szerint két ember végezze! Vigyázzon az összeszerelés során a végtagjaira - különösen az ujjaira -, hogy ne sérüljenek!

Hagyjon elég helyet a készülék körül, hogy semmi ne akadályozza a készülék összeszerelését!

Az összeszereléshez használja a dobozban található képes leírást (7-18 oldal)!

Nézze végig a leírást és csak ezt követően fogjon hozzá az összeszereléshez!

Fontos: Az összeszerelés során fokozottan vigyázzon arra, hogy a kábelek ne sérüljenek!!

Hálózati csatlakozás

Mielőtt csatlakoztatja a készüléket a hálózati csatlakozóba, legyen biztos abban, hogy a hálózati feszültség 220V.

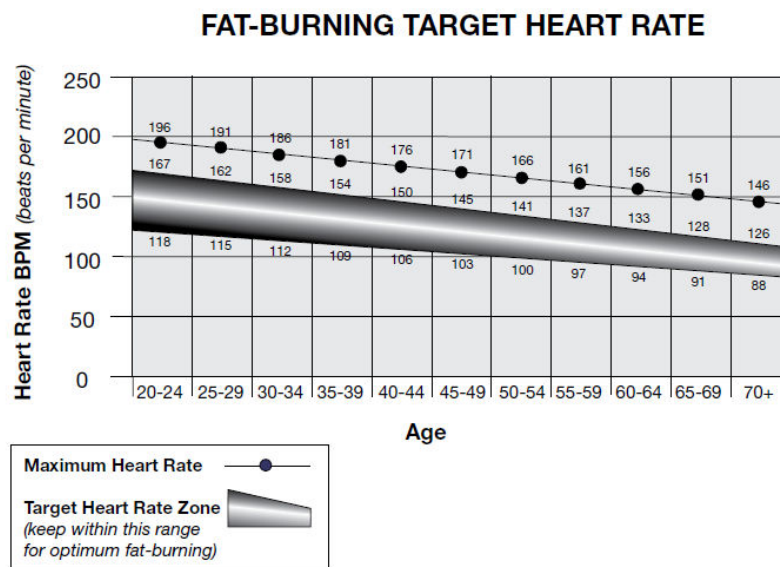
Ne használjon hosszabbítót (ha szükséges, akkor csak földeltet), a hálózati adapter (9 V / 1500 mA) lehetőség szerint közvetlenül a hálózati csatlakozóba dugja!

Győződjön meg róla, hogy a kábel nem a készülék alatt megy át!

Veszély: a veszélyek, tűz, áramütés elkerülése miatt ne hagyja a készüléket bekapcsolva magára, illetve a gyakorlat befejeztével mindig kapcsolja ki és a csatlakozót húzza ki a hálózathoz.

PULZUSMÉRÉS:

Pulzusméréshez helyezze mindkét kezét a fix kormányon található érzékelőkre. A minél pontosabb pulzusleolvasás érdekében ügyeljen arra, hogy tenyere ne legyen túl száraz és túl izzadt sem. A megfelelő pulzusérték segíti az edzés során.



A pulzusmérést legpontosabban pulzus mérő övvel tudja végezni, az öv nem tartozéka a gépnek, hanem külön rendelhető. A készülék 5 kHz frekvencián működő jeladóval használható.

Ne használja egyszerre a kézpulzus érzékelőt és a pulzus mérő övet.

Kezdőknek ajánlott a maximális pulzusérték 50-60%-án tartani a pulzusukat.

Edzésben levőknek ajánlott a maximális pulzusérték 60-70%-án tartani pulzusukat.

A pulzusértéknek folyamatosan a maximális pulzusérték 70-80%-on tartása, már **intenzív igénybe vételnek** teszi ki a szervezetet.

A maximális pulzusérték kiszámítása: **220 – életkor**

Kézpulzus mérő szenzor

A kézpulzus mérő szenzor küldi a szívverés gyorsaságának a jelét a konzolba. A kézpulzus mérő szenzor egy rozsdamentes acél alkotórész, amely a kapaszkodón található. A használatához komfortosan rá kell markolni úgy, hogy a tenyér és az ujjak körbeérjék a kapaszkodót így pontos érintkezés jön létre. Nem szabad túl erősen vagy túl lazán fogni. Egyszerre mind a két kéznek rajta kell lenni a szenzorokon, különben nem tudja érzékelni a jelet a konzol. Miután a konzol érzékelte a négy stabil pulzus jelet, meg fogja jeleníteni a kijelzőn a kezdeti értéket. Miután a konzol megkapta a kezdeti pulzusértéket, nem szabad fogást váltani vagy elmozdítani a kezdet 10 – 15 másodpercig. A konzol ebben az időintervallumban ellenőrzi a pulzusértéket.

Sok tényező befolyásolja az érzékelők azon képességét, hogy észleljék a pulzusjelét.

- A felsőtest izmainak mozgása olyan elektromos jelet generál, amely zavarhatja az érzékelőket. Az érzékelőkkel való érintkezés közben a kéz enyhe mozgása interferenciát is okozhat.
- A bőrkeményedés és a kézkrém szigetelő réteget képezhet ezért a jel erőssége csökkenhet.
- Előfordulhat, hogy néhány felhasználó által generált elektrokardiogram jel nem elég erős ahhoz, hogy az érzékelők észleljék.
- Más elektronikus gépek közelsége interferenciát válthat ki.

Telemetrikus pulzusmérés

A pulzusmérés az egyik legjobb módja az edzés intenzitásának az ellenőrzésére. A kézpulzus mérő szenzor küldi a szív jeleket a konzolnak. Ugyanakkor a kijelző képes fogadni a telemetrikus pulzusjeleket 4.5 Khz - 5.5 Khz tartományban, melyek mellkasi pulzusmérő öv segítségével jutnak el a konzolba.

Megjegyzés: A pulzusmérő övnek kódoltalannak kell lennie Polar Elector vagy más POLAR kompatibilis övvel. (A kódolt POLAR övek nem fognak működni ezzel az eszközzel.)

A konzolon megjelenített pulzusérték csak hozzávetőleges, és csak hivatkozásként használható.

Mellkasi pulzusmérő öv (nem tartozék)

Használja a pulzusmérő övet edzés közben, hogy nyomon követhesse pulzusértékét.

Megjegyzés: Az edzésprogram elindítása előtt konzultáljon orvosával. Hagyja abba a használatot ha fájdalmat vagy feszültséget érez a mellkasában, mielőtt légszomj lépne fel vagy elájulna. Vegye fel a kapcsolatot orvosával, mielőtt újra használja a gépet. A konzolon megjelenített pulzusérték csak hozzávetőleges, és csak referenciaként használható.

A mellkasi pulzusmérő öv pontos felhelyezése a következő:

1. Állítsa be a heveder hosszát úgy, hogy kényelmesen illeszkedjen testéhez. Rögzítse a hevedert a mellkasa körül, közvetlenül a mellizmok alatt, és csatolja össze az övet.
2. Emelje el a jeladót a mellkasáról, és nedvesítse meg a hátulján lévő két elektróda felületét.
3. Ellenőrizze, hogy a megnedvesített elektróda szorosan a bőrhöz illeszkedik-e.

A jeladó elküldi a jelet a készülékben található jeltevő részére és megjeleníti a kijelzőn a kalkulált pulzusértéket (szívdobbanás/perc).

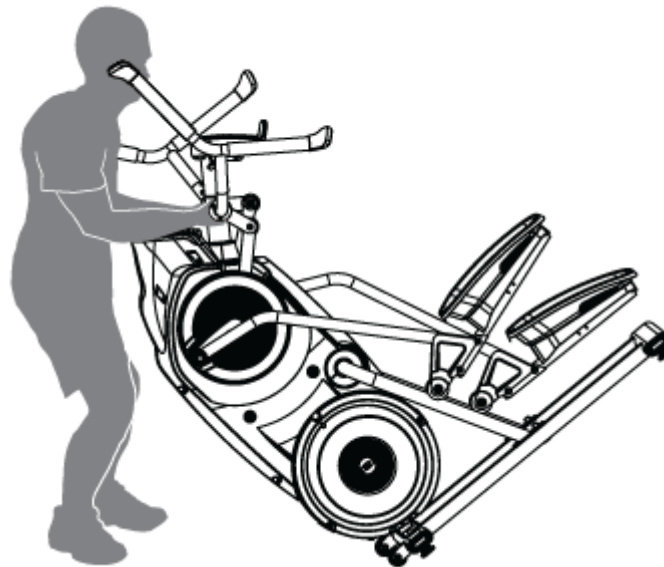
Mindig távolítsa el a jeladót, mielőtt megtisztítja a mellkasi hevedert. Rendszeresen tisztítsa meg a mellkas szíját enyhe szappannal és vízzel, és alaposan szárítsa meg. A maradék verejték és nedvesség aktív állapotban tartja jeladót, és lemeríthető az akkumulátort. Minden használat után tisztítsa és szárítsa meg az adót.

Megjegyzés: A mellkasi pulzusmérő öv tisztításakor ne használjon súrolószert vagy vegyszereket, például fémtisztító vagy alkohol tartalmú szert, mivel ezek véglegesen károsíthatják az elektródákat.

Maximális terhelhetőség (felhasználói súly) : 136 kg.

A készülék áthelyezése:

A készüléket óvatosan mozgassa, mert a nagyobb mértékű rázkódás károsíthatja a készülék kijelzőjét!



MI A MAX TRAINER?

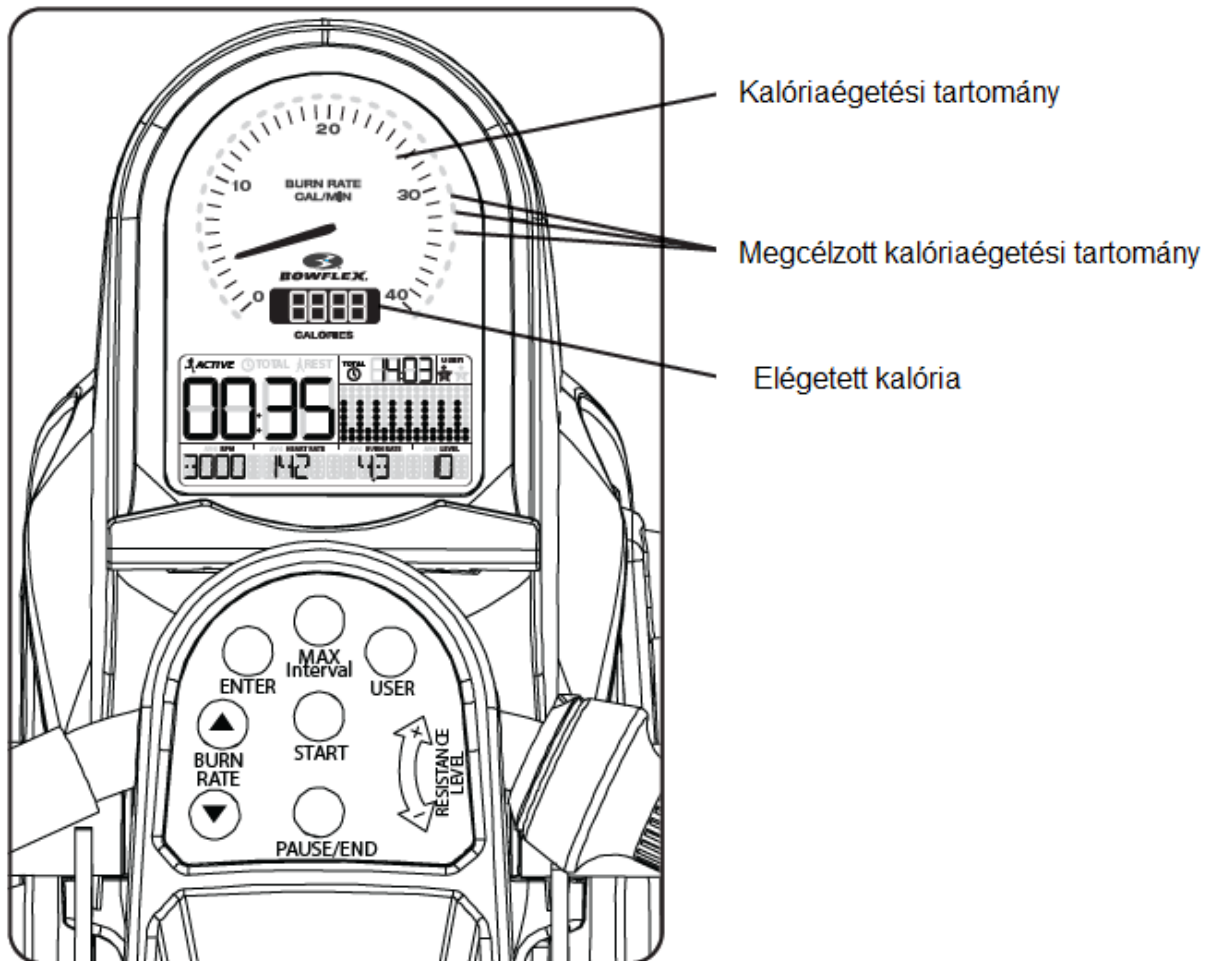
A Max Trainer minden szempontból egyedülálló, rendkívül összetett és sokoldalú fitneszgép, amely a kimagasló eredményeket nemcsak ígéri, hanem garantálja is. Tanulmányok bizonyítják, hogy azonos intenzitás mellett 2,5-szer több kalória égethető el a Max Trainer használatával, mint bármely más cardio gép esetén. A Max Trainer az elliptikus gépek ízületkímélő jellegét ötvözi a lépcsőző gépek kalóriaölő erejével.

A Max Trainer a Red Dot Design Award és a German Design Award 2017 győztes terméke.

A KOMPUTER (KIJELZŐ):

Kijelző jellemzői

A konzol információval szolgál az edzésről, amelyet a kijelző képernyőjén megtekinthet.



Kalóriaégetési tartomány: A kijelzőn látható érték megmutatja, hogy mennyi kalória égetése történik egy perc alatt. Ez az érték az intenzitás függvénye, amely az aktuális fordulatszámából és az ellenállási szintből tevődik össze. Ha valamelyik értéket növeli, a kalóriaégetés is növekedni fog.

Megcélzott kalóriaégetési tartomány: Ez a funkció egy beépített edzést segítő edzőprogram, amely a beállított felhasználói profilon alapul. Az edzés során öt led aktiválódik. A tartomány első részében a világító ledék egy kezdő szintet javasolnak, a további tartományok pedig már a tapasztaltabb, edzettebb felhasználók számára ajánlottak. A tartomány intenzitása az edzésprofil kijelzőn alapul.

Megjegyzés: Mindig ügyeljen arra, hogy a felhasználói profil aktuális legyen a pontosabb kalóriaégetés és a javasolt céltartomány szempontjából.

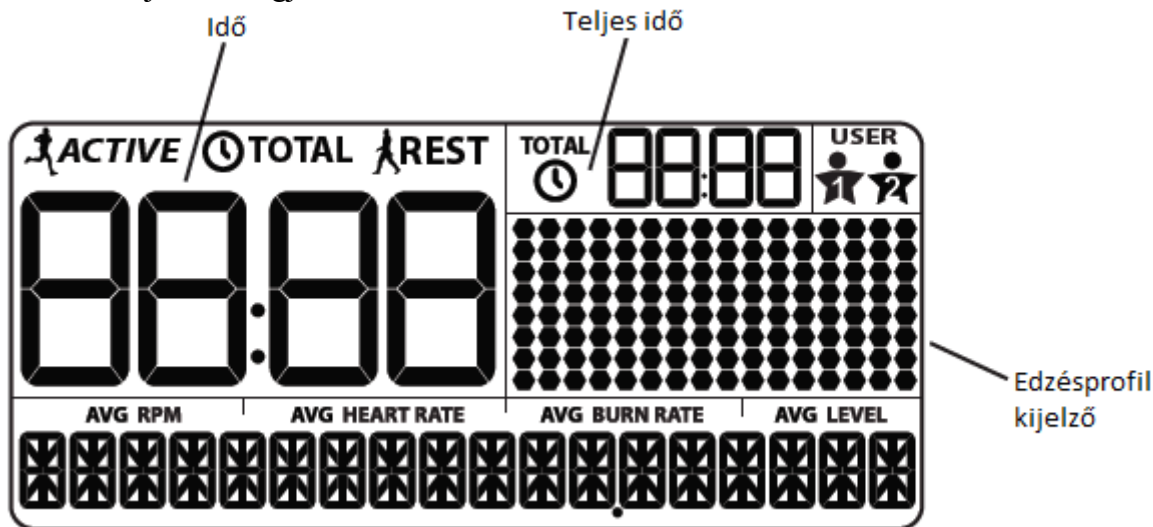
A megcélzott kalóriaégetési tartomány egy javasolt edzésszint, és csak akkor kell követni, ha a fizikai erőnlét lehetővé teszi.

Maximum kalóriaégetési visszajelző LED: A maximum kalóriaégetési visszajelző egy narancssárga színű led, amely megmutatja a jelenlegi edzés során elért legmagasabb kalóriaégetési értéket.

Kalória: A kalória kijelző mező az edzés során elégetett kalóriát mutatja. A maximális megjeleníthető érték 9999.

LCD kijelző adatok

Az LCD kijelzőn megjelenik az edzés számértékei és az aktuális beállítások.



TIME - Idő: Az időkijelző mező az aktív edzés időértékét mutatja. Három időmegjelenési lehetőség van amely függ az edzés típusától: Intervallum, Manual(Kézi), Standard.

ACTIVE - Aktív szakasz: Intervallum edzés közben az időkijelző hangos megerősítéssel vált az aktív és a pihenőidőszakok között, számolva az aktuális szegmenshez tartozó időt. Az aktív rész, sprint vagy nagy intenzitású szakasz az edzés menetében.

TOTAL - Teljes: Manual(kézi) edzés közben az időérték számlálódik az edzés befejezéséig. Standard edzés közben az edzés teljes ideje visszaszámlálódik. A maximálisan megjeleníthető érték 99:99. Ha az időérték több akkor az edzés befejeződik.

REST - Pihenés: A pihenés egy csökkentett edzésszint az intervallum edzés közben, amely visszaszámlál a következő aktív szegmensig.

TOTAL TIME - Teljes idő: A teljes idő kijelzője a teljes időértéket csak intervallum edzés alatt mutatja. Ez a kijelző üres Manual(kézi) vagy Standard edzés közben. A maximálisan megjeleníthető érték 99:99. Ha az időérték több akkor az edzés befejeződik.

USER PROFILE - Felhasználói profil: A felhasználói profil kijelzőjén megjelenik a kiválasztott felhasználói profil. Egy felhasználói profil mindig ki van választva.

Megjegyzés: A pontosabb kalóriaszám és a célzott kalóriaégetési arány érdekében személyre szabhatja felhasználói profilját.

WORKOUT PROFILE DISPLAY - Edzésprofil kijelző: Az edzésprofil megjelenítési területen a kalória égetés sebességének profilja látható. A profil minden oszlopa egy intervallumot (edzésszakaszt) mutat. Minél magasabb az oszlop, annál magasabb az edzés célzott kalória égetési aránya. A villogó oszlop az aktuális intervallumot mutatja.

Megjegyzés: Edzés közben az edzésprofil kijelző nem mutatja az ellenállási szint változását, csak a kalória égetési sebességet.

RPM - Fordulatszám: A fordulatszám kijelző mezője mutatja a gép percenkénti fordulatszámát (pedál sebessége alapján). A maximálisan megjeleníthető érték 200.

HEART RATE - Pulzusérték: A pulzus kijelző mutatja a pulzusértéket. Ez az érték nem jelenik meg, ha pulzusértéket nem észlel az eszköz.

Megjegyzés: Az edzésprogram elindítása előtt konzultáljon orvosával. Hagyja abba a használatot ha fájdalmat vagy feszültséget érez a mellkasában, mielőtt légszomj lépne fel vagy elájulna. Vegye fel a kapcsolatot orvosával, ha bármilyen problémát észlel, mielőtt újra használja a gépet. A konzolon megjelenített pulzusérték csak hozzávetőleges, és csak referenciaként használható.

BURN RATE - Kalóriaégetési arány: Az égetési sebesség kijelzője mutatja a kalóriák percenkénti elégetésének aktuális sebességét. A fordulatszám és az ellenállás szint közvetlenül megváltoztatja ezt az arányt. A felhasználói profil beállításai is befolyásolják az értéket (felhasználói súly).

LEVEL - Szint: A szint kijelző mező az aktuális ellenállási szintet (1-8) mutatja. Minél magasabb az ellenállás, annál nehezebb a pedálokat mozgatni.

Nyomógombok funkciói

ENTER gomb: Nyomja meg a megjelenített érték elfogadásához.

MAX INTERVAL gomb: Nyomja meg a gombot a Max Interval edzésprogram kiválasztásához. Nyomja meg és tartsa lenyomva 3 másodpercig a gombot, hogy szerkessze az intervallum időket (Aktív és Pihenés) és a kalória égetés Max edzésprogramot.

USER gomb: Nyomja meg a kívánt felhasználói profil kiválasztásához, nyomja meg és tartsa lenyomva 3 másodpercig a kiválasztott felhasználói profil szerkesztéséhez.

BURN RATE (▲) gomb: Megcélzott kalóriaégetési tartomány növelése edzés közben, vagy növelhető bizonyos beállítások értékei, (idő, életkor, súly és magasság).

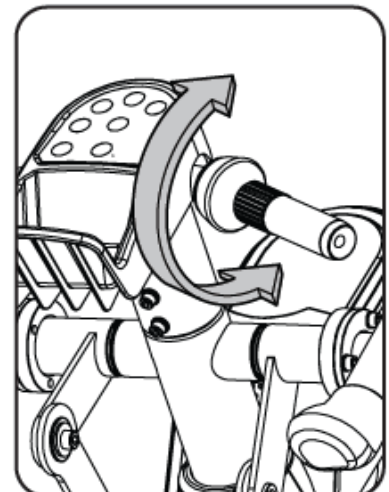
BURN RATE (▼) gomb: Megcélzott kalóriaégetési tartomány csökkentése edzés közben, vagy csökkentheti bizonyos beállítások értékei, (idő, életkor, súly és magasság).

START gomb: Az ÜDVÖZÖLJÜK képernyőről elindít egy manuális (kézi) edzést, elindít egy kiválasztott program edzést, vagy folytatja a szüneteltetett edzést.

PAUSE/END gomb: Szünetelteti az aktív edzést, befejezi a szüneteltetett edzést, vagy visszatér az előző képernyőre.

RESISTANCE LEVEL – nehézség állítás

A Bowflex® Max Trainer® gép az ellenállást használja az edzés intenzitásának megváltoztatására vagy a pedálok ütemének beállítására. Az ellenállás szintjét a statikus kormány jobb oldalán található ellenállás váltó állítja be. Az „1” beállítás az ellenállás minimális mértéke, a „8” a maximális ellenállás. Minél közelebb van az ellenállás váltó a „8” álláshoz, annál több energiára lesz szükség a pedálok lefelé mozgatásához. Edzés közben, ha stabilan tartja a fordulatszámát, és növeli a pedál ellenállást, a kalóriaégetési ráta növekedni fog. Ez intenzívebb edzőmunkát fog eredményezni.



Javasolt 4-es állásban kezdeni az edzést. Ha ez a beállítás nem tesz lehetővé elegendő pedálmozgást, állítsa a váltókart az 1-es állás felé, amíg el nem éri a megfelelő tempójú edzést. Ha úgy találja, hogy a pedálok túl gyorsan mozognak és nem tudja növelni a lépéstempót, állítsa a váltókart a 8-as fokozat felé, ami ez által kevesebb pedálmozgást tesz lehetővé. A pedálokat úgy kell beállítani, hogy megfelelő mértékben elmozduljanak ahhoz, hogy a kívánt ütemben lehessen az edzést végezni.

Megjegyzés: A "Bottomed out" „alulról” azt jelenti, hogy a felhasználó nem tudja elindítani az edzést, mert a pedálok nem mozognak. Ha ez előfordul, biztonságosan fogja meg a statikus kormányt és helyezze súlyát a magasabb láb sarkára, miközben még mindig fogva a statikus kormányt, dőljön kissé hátra, nagyobb súlyt helyezve a sarokra. Ha a pedál el kezd mozogni, folytatható az edzés a kívánt tempóban.

Ha a gépnek több felhasználója is van, hasznos lehet az ellenállás beállítás megjegyzése a jövőbeni edzésekhez.

EDZÉSI UTALÁSOK

Bemelegítés

Ahhoz, hogy elkerülhessen különböző izomsérüléseket vagy más egyéb sérüléseket, ajánljuk, hogy minden gyakorlat megkezdése előtt melegítsen be. A bemelegítés előkészíti izomzatát az elkövetkezendő gyakorlatsorozatok elvégzéséhez. A bemelegítésnek legalább 5-10 percesnek kell lennie ahhoz, hogy az izomzata készen álljon az erőteljesebb gyakorlatok végrehajtására is. A bemelegítő gyakorlatok egyike se legyen megerőltető, de mozgassa meg minden izomzatát és ízületeit. A bemelegítő gyakorlatoknak aerob mozgásoknak kell lenni.

Edzés a gépen

A bemelegítő gyakorlatot elvégzését követően elkezdheti az edzést. Ahhoz, hogy elérje azt a fittséget és egészséget amit elvár, az edzést fokozatosan tegye nehezebbé, ezzel érheti el, hogy izomzata erősebbé és fittebbé váljon.

Valószínű, hogy a mozgás elkezdése után pár napig, vagy akár pár hétig izomláz lesz. Ez teljesen normális és ha folytatja a mozgást, akkor az izomláz is eltűnik folyamatosan. Ha nem érez izomlázatot, vagy izomfáradtságot azt jelenti, hogy nem elég intenzív Önnek a gyakorlatok elvégzése, így annak sűrűségét illetve gyakoriságát fokoznia kell.

Levezetés és Nyújtás

A nyújtással ellazíthatja izmait, ezzel elkerülve a későbbi sérüléseket, átlagban 10-15 perc nyújtás ajánlott naponta.

A nyújtó gyakorlatokat mindig lassan és könnyedén végezze, nehogy megerőltesse vele magát. Addig nyújtsa csak izmait amíg nem érez egy enyhe húzódást izmain, amint fájdalmas kezd lenni ne húzza tovább. Kb. 20-30 másodpercig tartson egy gyakorlat. Lassan és ritmikusan lélegezzon. Emlékezzon, a nyújtást a teste mindkét oldalán kell végeznie.

Intenzitás

Minél jobb az edzést végző személy kondíciója, annál több edzés követelményt kell emelni. Ez az edzés időtartam meghosszabbításával és /vagy a nehézségi fok emelésével lehetséges.

Gyakoriság

Egy normás felnőttnek hetente 2 alkalommal kell edzenie, azért, hogy kondícióját megtartsa. A kondíció javítása és a testsúly változtatása érdekében legalább 3 edzés egységre van szükség hetente.

Minden edzés egység 3 edzés fázisból áll:

Bemelegítő, edző és levezető fázis

Motiváció

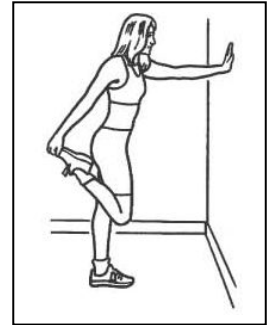
Egy eredményes edzésprogram kulcsa a rendszeresség.

A készülék biztonsági nivóját csak akkor lehet megtartani, ha azt rendszeresen a károkra és kopásokra vonatkozóan átvizsgálja. Különleges figyelmet kell fordítani a zárókupakokra, görgőkre és stabilizátorokra, a taposó pedálra a kézi csövekre és a mozgó részekre.

Kérem, kövesse a következő gyakorlatsorozatot a bemelegítéshez, illetve nyújtáshoz!.

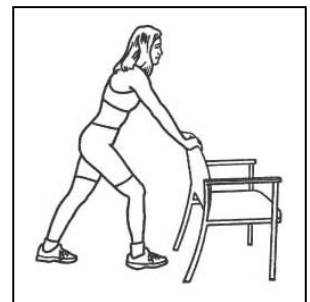
1. Combizom nyújtása:

Álljon közel a falhoz, egyik kezével támaszkodjon annak, másikkal pedig megfogva hátrahajtott lábát húzza azt a fenekéhez gyengéden, úgy hogy ne fájjon. Ezt ismételje meg a másik lábán is, kb. 20-30 másodperces különbségekkel. Úgy álljon, hogy teste egyenes legyen a combjával.



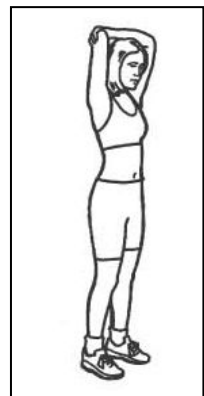
2. Vádli és achilles nyújtás:

Álljon egy székhöz és lépjen be az egyik lábával a szék hátsó lábai közé, a másikkal pedig enyhén lépjen hátra, hogy lábai 45 fokos szöget zárjanak be. Így nyújthatja vádlijának izmait és achillesét.



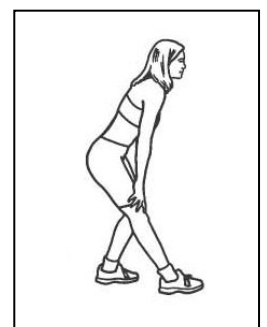
3. Tricepsz nyújtás a fej felett:

Egyik kezével fogja meg a másik könyökét a feje felett, és enyhén húzza azt, hogy tricepsz izmát nyújthassa.



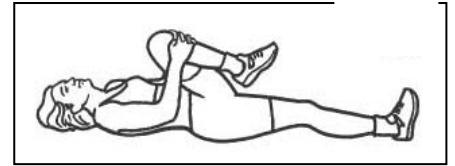
4. Hátsó combizom nyújtás

Álljon egyenesen, majd egyik lábával kissé lépjen előre. Ezután azt a lábát, amelyikkel nem lépett előre hajlítsa be, de a másik maradjon nyújtott helyzetben. Ezután törzsét hajlítsa enyhén a nyújtott lábára, amíg nem érzi, hogy hátsó combizma húzódik. Utána végezze el fordítva is a másik lábán. A gyakorlatot kb. 20-30 másodpercig végezze.



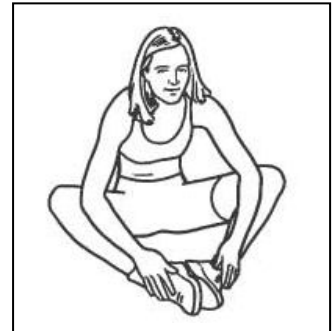
5. Farizom nyújtása

Feküdjön le a földre egyenes testtel, majd egyik lábát behajlítva húzza fel. Ezt követően fogja meg térdét és húzza a teste felé vagy mellé enyhén. Ezt végezze el a másik lábával is, hogy a nyújtás tökéletes legyen. A gyakorlatot kb. 20-30 másodpercig végezze.



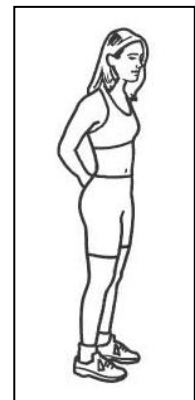
6. Belső combizom nyújtása

Üljön le a földre és hajlítsa be lábait, majd azt követően egyenletesen mindkét lábát nyomja a föld fölé, míg nem érzi, hogy belső combjai enyhén feszülnek. A gyakorlatot kb. 20-30 másodpercig végezze.



7. Karok nyújtása

Egyik karját rakja a feje mögé fel, a másikat pedig a háta mögé és próbálja összeérinteni azokat. Ha össze tudja érinteni, akkor húzza fel illetve lefelé enyhén karjait, amíg karizmai nem feszülnek.



Karbantartás

A készülék a rendszeres kenésen kívül rendkívül csekély mértékű karbantartást igényel.

- Fontos, hogy időről időre, de legalább havonta ellenőrizze, hogy minden csavar feszes
- Edzés után törölje le a készüléket puha nedvszívó anyaggal. Ne használjon vegyszert. Védje a készüléket a nedvességtől, mert korrodálódhat. Ajánljuk a fém részek tisztításánál teflon vagy gépkocsi wax használatát.
- Az erős mágneses mező károsíthatja az órát, mágneskártyákat, stb. Lehetőség szerint ne helyezzen ilyen jellegű dolgokat a készülék közelébe.

Hibakódok

Amennyiben a gép hibakódot jelez vagy lefagy húzza ki a transzformátort a hálózati dugaljból.

Várjon egy percet, majd dugja vissza a transzformátort a dugaljba. Amennyiben a hibakód ismételen fenn áll, kérjük, forduljon szakszervizhez.

Kívánunk a gép használatához sok sikert és jó egészséget!