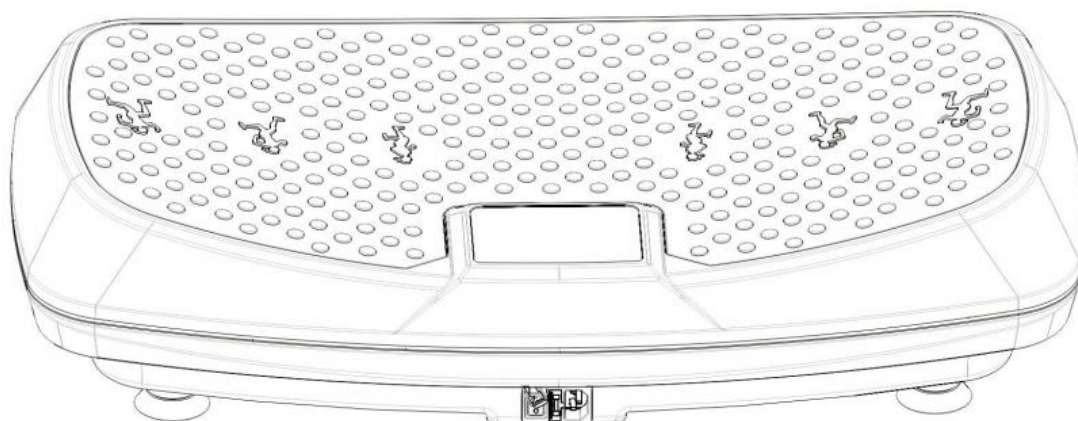


# Notice en français

## ANCHEER

### Fitness Plateforme Vibrante



Merci d'avoir acheté notre produit. Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser le produit et respectez les précautions de sécurité pour vous assurer d'utiliser le produit correctement.

### **Environnement d'exploitation**

- N'utilisez pas le produit dans des conditions poussiéreuses et humides pour éviter les chocs électriques ou les dysfonctionnements.
- N'utilisez pas le produit lorsque la température est supérieure à 40 °C
- Ne placez pas le produit à l'extérieur ni sous la lumière directe du soleil
- Veuillez placer le produit sur un sol plat.

Veuillez consulter votre médecin si vous avez l'un des problèmes suivants:

### **Contreindications:**

- Sous thérapie ou mal à l'aise
- Brevet de tumeur maligne
- Les femmes enceintes ou les femmes sont en période menstruelle
- Cardiopath
- Patients atteints d'ostéoporose
- Stimulateur cardiaque implantaire ou autres appareils électroniques
- Enfants de moins de 10 ans ou plus de 60 ans.
- Désactiver ou avec prothèse
- Faible en vibration ou exercice intense
- Veuillez retirer votre montre, bracelet, téléphone portable et autres objets précieux pour éviter dommages, retirez également vos clés et votre couteau pour éviter de vous blesser.
- Ne fumez pas lorsque vous utilisez le produit
- N'utilisez pas d'autres appareils médicaux en même temps.
- N'utilisez pas le produit à des fins médicales
- Ne l'utilisez pas après un repas ni bu.
- Veuillez éloigner l'enfant ou l'animal de compagnie lorsque vous utilisez le produit, ne mettez jamais le doigt ou autre objet dans l'espace entre le couvercle central et la base
- La charge maximale est de 120 kg, n'utilisez pas le produit si le poids est supérieur à 120 kg.
- une seule personne l'utilise à la fois, ne l'utilisez pas avec deux ni plus de personnes.
- Ne jamais décomposer, démonter ni modifier le produit par vous-même pour éviter un choc électrique ou un dysfonctionnement. Veuillez contacter votre vendeur s'il y a un problème sur le produit.

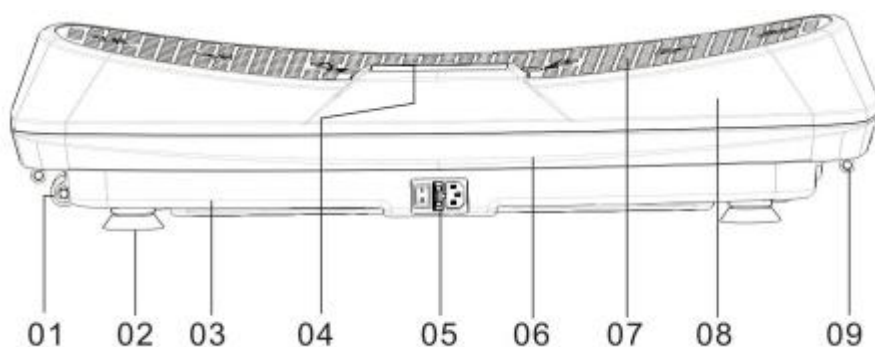
Veillez cesser d'utiliser le produit et couper l'alimentation également débrancher dans les conditions suivantes:

- Verser de l'eau ou un autre liquide sur le produit ou retirer le contrôle par accident
- Tout composant du produit est cassé ou son anormal à l'intérieur.
- Ne vous sentez pas confortable ou ressentez de la douleur lors de l'utilisation du produit
- coupure de courant inattendue
- Problèmes de fils et de fiches
- Veuillez vérifier si la tension correspond au produit
- Ne touchez jamais la fiche avec les mains mouillées pour éviter les chocs électriques
- Veuillez prendre la fiche lorsque vous débranchez le produit, ne tirez pas, ne pliez pas ou ne tordez pas le fil.
- Veuillez mettre l'interrupteur d'alimentation en position d'arrêt et débrancher le produit si vous ne l'utilisez pas pendant une période ou en cas de coupure de courant inattendue.
- N'utilisez jamais le produit si le fil est endommagé. Veuillez éteindre et débrancher le produit, puis contactez un professionnel de la maintenance personnel.

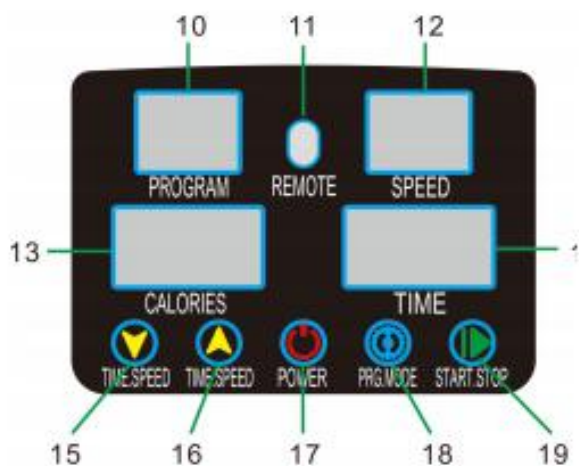
### **Caractéristiques:**

Il s'agit d'un produit de fitness. Vous pouvez non seulement utiliser séparément la fonction d'oscillation ou de vibration, mais également utiliser ces deux fonctions en même temps. Ce produit peut aider à brûler les graisses supplémentaires dans votre corps, voire même à améliorer votre fitness. Le mouvement d'équilibre latéral et l'amplitude superposée sont la thérapie de base pour atteindre les objectifs supplémentaires de combustion des graisses et d'amélioration de la condition physique. La combustion des calories en utilisant le produit pendant 5 à 10 minutes est presque la même que le jogging pendant 1 heure, et le taux de combustion des calories est 30 fois plus que le vélo, cela peut vous aider à façonner votre corps si facilement. La conception de ce produit est très humanisée, il a 30 étapes de vitesse peut répondre à différents besoins d'âges différents, il est également très pratique et le résultat est évidemment. les vibrations à haute fréquence et à faible amplitude peuvent également réduire les effets néfastes de l'arthrite sur les pieds et les jambes déséquilibrées causés par une longue absence de marche des personnes âgées. Tous les cercles sociaux l'ont confirmé et Asia TV l'a également signalé déjà. ts chaque membre de la famille. Une chose importante est que les sports peuvent aider à brûler les graisses supplémentaires, mais ne vous obligent pas à suivre un régime, donc ils ne rebondiront pas. par 1 heure. Donc, seulement 5 minutes, l'homme peut avoir un corps solide et en forme, la femme peut avoir une forme de corps charmante. Il peut également améliorer votre métabolisme et anti-vieillessement. Vous pouvez l'utiliser sans aucun souci et cela peut vous apporter santé, beauté et la confiance.

## Nom et fonctions du produit



- 01.Poignée
- 02.Support Foot
- 03.Under Cover
- 04. Affichage
- 05.Switch
- 06.Couvercle intermédiaire
- 07.Pieds de pied
- 08.Couvercle supérieur
- 09.Crochet



- 10 Programme
- 11.Récepteur de signaux de la télécommande
- 12. Vitesse
- 13.Calorie
- 14.Heure
- 15.Temps / Vitesse-
- 16.Temps / Vitesse +
- 17.Allumé/éteint
- 18. Programme / Modes
- 19. Démarrer / Arrêter

Affichage des calories: CALORIES: affichage des calories

Mode Programme: Affichage Programme, Mode Manuel, Mode Auto (P0-P1-P2-P3-P4-P5-P6-P7-P8-P9)

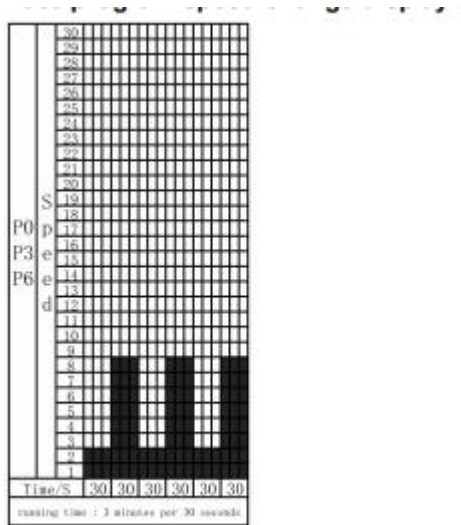
HL: vibration + oscillation H: oscillation L: vibration

P0, P1, P2: programme automatique de balancement

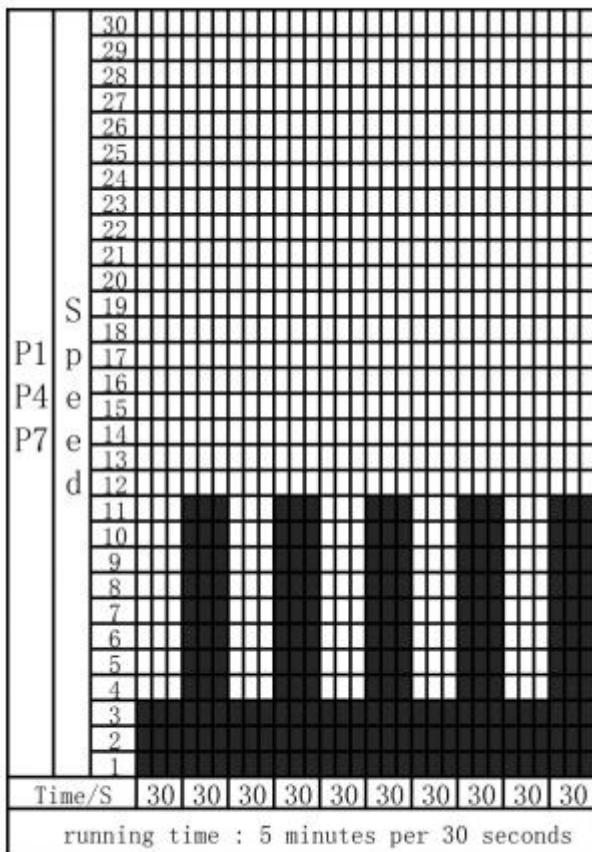
P3, P4, P5: programme automatique de vibration

P6, P7, P8, P9: programme automatique de vibration + balancement

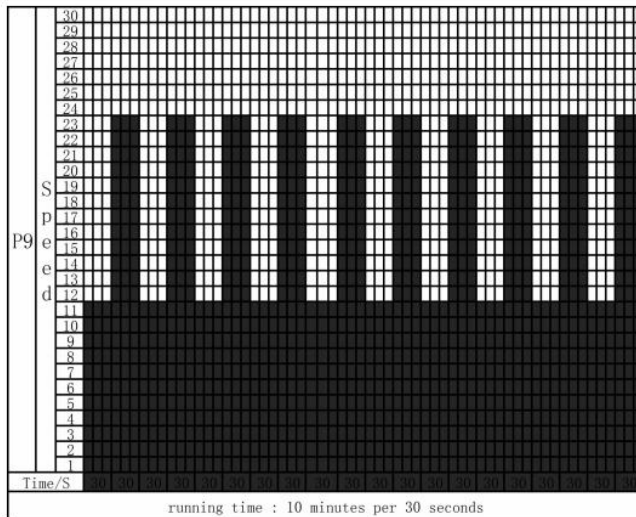
**Affichage du changement de vitesse du programme automatique:**



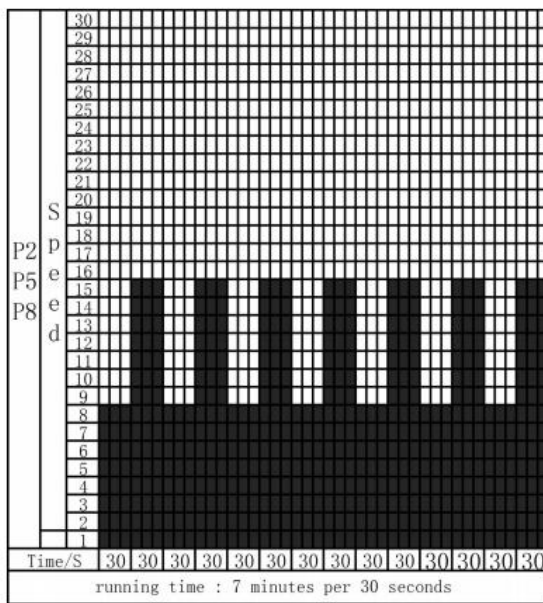
**1. Programme automatique pour P0. P3. P6**



**2. Programme automatique pour P1. P4. P7**



**3.Programme automatique pour P2, P5, P8**



**4.Programme automatique pour P9**

**TÉLÉCOMMANDE:** récepteur de signal pour télécommande

**VITESSE:** Ajustez la vitesse de 1 à 30

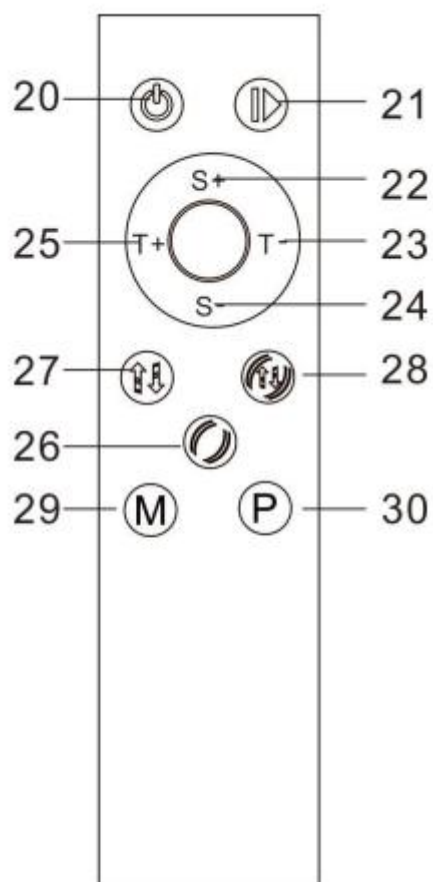
**Affichage de l'heure:** Affiche l'heure, un compte à rebours de 3 secondes après avoir appuyé sur l'interrupteur. L'affichage initial de l'heure est de 10 à 1 minute.

**Temps / Vitesse -:** Pour le mode manuel, ajustez la vitesse (de 30 à 1 étape) ou ajustez la durée d'exécution (de 10 à 1 minute)

**Temps / Vitesse +:** pour le mode manuel, ajustez la vitesse (de 1 à 30 étapes) ou ajustez le temps d'exécution (de 1 à 10 minutes)

**Mode de programmation:** appuyez pour passer en mode dans l'ordre H, L, HL, P0, P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9

## Indication des fonctions de la télécommande:



20.Switch, appuyez dessus pour activer le panneau de commande, appuyez à nouveau pour éteindre.

21.Start / Stop: Appuyez pour démarrer, appuyez à nouveau pour arrêter. Circulant successivement.

22. Speed +: pour le mode Manual, ajustez la vitesse (de 1 à 30 étapes)

23.Time -: pour le mode Manual, ajustez le Runtime (de 10 à 1 minute)

24.Speed -: pour le mode Manual, ajustez la vitesse (de 30 à 1 étape)

25.Time +: pour le mode manuel, réglez le temps d'exécution (de 1 à 10 minutes)

26. Oscillation (mode par défaut)

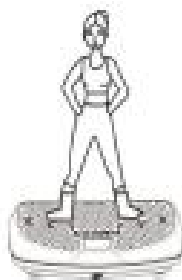
27. Vibration

28. MODE 3D

29.Circulation en mode manuel: oscillation, vibration, vibration + oscillation, se succédant

30.Boucle consécutive en mode automatique, P0, P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9

## Poses d'exercice recommandées



1. debout avec les jambes séparées, la distance entre elles est égale à votre buste. Tenez-vous droit pour augmenter la vibration au niveau des hanches et des reins.



2. Tenez-vous sur l'appareil avec les genoux pliés pour que vos cuisses prennent plus de vibrations



3. Assoyez-vous sur la chaise ou le canapé et placez vos jambes sur le bord de l'appareil afin que vos cuisses et vos jambes puissent vibrer en même temps.



4. Assis sur un tapis un peu en arrière et en soutenant à deux mains, placez le bas de votre jambe sur le bord de l'appareil pour effectuer un massage par vibration pour le bas de vos jambes.





5. Soutenez votre corps avec les bras séparés sur l'appareil et à genoux un peu en avant sur un tapis, pour faire un massage par vibration pour votre articulation de l'épaule.

## **Nettoyage et entretien du produit**

### **Nettoyage de la surface**

Avant le nettoyage, vérifiez que l'appareil est déjà éteint et que la fiche est déjà débranchée. Le tapis et le boîtier en cuir peuvent être nettoyés avec un chiffon humide, puis essuyés avec un chiffon sec.

### **Prudent!**

Les agents de nettoyage caustiques et volatils tels que le benzène, le réducteur, l'alcool, l'essence, etc. ne doivent pas être utilisés. Sinon, cela entraînera une décoloration de la peinture ou des fissures ou de la corrosion de la structure interne.

### **Télécommande**

Le nettoyage de la télécommande avec un chiffon humide peut provoquer une panne. Par conséquent, nettoyez-le avec un chiffon sec.

### **Entretien**

Veuillez vérifier que l'appareil est éteint et que la fiche est débranchée. Essuyez ensuite la poussière et la crasse, gardez le produit propre et loin des endroits chauds et humides. Si vous ne souhaitez pas utiliser l'appareil pendant une longue période, couvrez-le avec un cache-poussière (achat en option) afin qu'il ne soit pas sale.

## Dysfonctionnement et solution:

S / N	Mauvais fonctionnement	Cause	Solution
1	Pas d'alimentation	Fiche mal insérée	Branchez la fiche correctement
		court-circuit car le fusible a sauté.	Appuyez sur l'interrupteur pour vérifier si le voyant est allumé.
2	Son anormal	C'est le bruit de la course mais pas de l'échec. C'est normal.	Pas besoin d'opération
3	Télécommande inopérante	Les piles sont vides	Changer la batterie
		la distance de fonctionnement est trop éloignée	La distance de fonctionnement maximale est de 2,5 m
4	Le produit inattendu s'arrête lorsqu'il est en cours d'exécution	Le temps de travail initial est terminé, la protection contre la surcharge du moteur est activée	Attendez 10 minutes et réessayez ou redémarrez le produit une fois le moteur refroidi.
5	Échec du produit en réponse à l'opération	Vous pouvez l'utiliser trop de fois en peu de temps	Éteignez et redémarrez

## Paramètres techniques

Nom du produit: Plateforme Vibrante

Type: JF-C04

Tension nominale: 220-240V, 50Hz

Puissance nominale: 200W

Niveau de sécurité: ClasseII