

Nederlandse taal

MULTIPLATE 3D SPORT MP -999

Gebruikershandleiding

Geachte klant,
 Gefeliciteerd met uw aankoop van de Donnerberg Multiplate® 3D Sport!
 Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door voordat u het apparaat in gebruik neemt en met uw training begint.
 Volg de onderstaande instructies. Voor het eerste gebruik controleer of het niet beschadigd is. Als het apparaat beschadigd is, mag het niet gebruikt worden.
 niet gebruikt worden. Neem bij twijfel contact op met de fabrikant of leverancier. Bewaar de gebruiksaanwijzing voor toekomstig gebruik.
 Om elk risico op letsel te voorkomen, moet u ervoor zorgen dat alle personen die aanwezig zijn voordat u het apparaat gebruikt deze gebruiksaanwijzing hebben gelezen en begrepen.

INHOUDSOPGAVE

| | |
|---|----|
| ALGEMENE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES | 3 |
| MEDISCHE AANBEVELINGEN..... | 3 |
| UITPAKKEN..... | 4 |
| ONDERDELEN VAN HET PRODUCT..... | 4 |
| BLUETOOTH | 5 |
| WEERSTANDSBANDEN..... | 5 |
| OVALE YOGA BAL..... | 5 |
| YOGA EN PILATES BAR..... | 5 |
| WIELTJES VOOR GEMAKKELIJK TRANSPORT | 5 |
| MPS-889 SPORTSTOEL..... | 6 |
| GEBRUIKSAANWIJZING | 6 |
| DISPLAYFUNCTIE..... | 6 |
| TRAININGSPROGRAMMA'S IN HANDMATIGE MODUS..... | 7 |
| P1, P2 EN P3 TRAININGSPROGRAMMA'S..... | 7 |
| AFSTANDBEDIENING..... | 8 |
| VOORAF INGESTELDE TRAININGSPROGRAMMA'S P1, P2 EN P3 | 9 |
| VIBRATIE MODI..... | 9 |
| ONDERHOUD EN REPARATIES..... | 11 |
| TECHNISCHE SPECIFICATIES..... | 12 |
| MPS-889 OEFENSTOEL..... | 12 |
| Elektrische en elektronische apparaten..... | 13 |
| MULTIPLATE® 3D SPORT Schaderapport..... | 14 |

ALGEMENE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

- Raadpleeg uw arts voordat u met een trainings- of dieetprogramma begint.
- Volg de opwarmingsoefeningen voordat u met uw training begint.
- Voer de snelheid, intensiteit en duur van de oefeningen geleidelijk op.
- Het apparaat is niet geschikt voor kinderen.
- Beschadig het oppervlak van het apparaat niet door er met zware voorwerpen tegenaan te slaan of er krassen op te maken.
- Schakel het apparaat na gebruik altijd uit en trek de stekker uit het stopcontact.
- Steek geen voorwerpen in de openingen van het apparaat.
- Schakel het apparaat altijd uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u het schoonmaakt.
- Zorg dat het apparaat niet nat wordt door vloeistoffen.
- Gebruik het apparaat niet in ruimtes zoals badkamers, zwembaden of kuuroorden.
- Gebruik het apparaat ook niet als uw handen nat zijn.
- Plaats het apparaat op een stevige, vlakke ondergrond met een bekleding die geschikt is voor uw vloer.
- Zorg ervoor dat de ventilatiegaten niet worden geblokkeerd.
- Zorg voor voldoende ruimte om u heen (minstens 1 meter) voor meer comfort.
- Slechts één persoon mag het apparaat tegelijkertijd gebruiken.
- De spanning en het elektrische circuit waarop het apparaat wordt aangesloten, moeten altijd voldoen aan de geldende wetgeving.

MEDISCHE AANBEVELINGEN

U mag het apparaat niet gebruiken zonder toestemming van uw arts als u :

- zwanger bent
- onlangs een operatie of ingreep hebt ondergaan
- knie-, schouder-, rug- of nekletsel hebt.

U wordt sterk aangeraden om uw arts te raadplegen voordat u het apparaat gebruikt als u lijdt aan een van de volgende aandoeningen

aandoeningen:

- Hartproblemen of hart- en vaatziekten
- Hoge of lage bloeddruk
- Acute trombose
- Acute hernia
- Acute infecties
- Ernstige diabetes
- epilepsie
- Ernstige migraine
- Kwaadaardige tumor/kanker
- Pacemaker, implantaten, kunstgewricht(en) of kunstledematen, stents of spiraal
- Recente ziekte of infectie

Stop het gebruik van het apparaat als u last krijgt van duizeligheid, misselijkheid, kortademigheid, pijn of andere abnormale symptomen.

Om de voordelen van Multiplate® 3D Sport te maximaliseren, moet u altijd rekening houden met de volgende punten

punten :

- Om de gewenste resultaten te verkrijgen, moet u de Multiplate® 3D Sport continu gebruiken.
- Wij raden u aan sokken of sportschoenen te dragen wanneer u op de Multiplate® 3D traint.

- Bij langdurig gebruik bereikt u de gewenste doelen.
- Vergeet niet de opwarmoefeningen te doen voordat u de Multiplate® 3D gebruikt.
- Vergeet niet om de Multiplate® 3D Sport altijd op de laagste snelheid te gebruiken en verhoog daarna geleidelijk de snelheid.
Verhoog de snelheid geleidelijk.
- Gebruik de Multiplate® 3D Sport NIET op een volle maag: de trillingen geven een onprettig gevoel als u net gegeten hebt.
Als u net gegeten hebt, zullen de trillingen u een ongemakkelijk gevoel geven.
- Vergeet niet voldoende water te drinken voor, tijdens en na het sporten.
- Gebruik de Multiplate® 3D niet terwijl u eet of drinkt. Train ook niet op een lege maag.
De optimale tijd om te eten voor het sporten is 2 tot 3 uur.
- Stop met trainen als u zich moe, uitgeput of duizelig voelt.

UITPAKKEN

WAARSCHUWING - De Multiplate® 3D Sport is zwaar. Vraag een vriend of familielid om u te helpen bij het uitpakken en plaatsen van het apparaat.

Houd alle plastic zakken buiten het bereik van kinderen om verstikkingsgevaar te voorkomen.

- Controleer voor gebruik of het apparaat onbeschadigd is. Als er voor of tijdens het gebruik zichtbare schade is, haal dan de stekker van de Multiplate® 3D uit het stopcontact en neem contact op met de klantenservice.

Haal de stekker van de Multiplate® 3D uit het stopcontact en neem contact op met de leverancier.

- De Multiplate® 3D is uitsluitend bedoeld voor huishoudelijk gebruik en niet voor commercieel gebruik.
- Gebruik hem niet buitenshuis.
- Bewaar de verpakking en documenten voor toekomstig gebruik en bewaar ze buiten het bereik van kinderen en dieren.
dieren.

ONDERDELEN VAN HET PRODUCT



- **Upper case** - Bovenste behuizing
- **Bottom case** - Onderste behuizing
- **Platform** - Platform
- **Display** - Display
- **Roller** - Rol
- **Handle** - Handgreep
- **Power cable** - Stroomkabel
- **ON/OFF Switch** - Aan/Uit-schakelaar

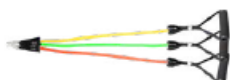
BLUETOOTH

Wanneer je MULTIPLATE® 3D Sport inschakelt, wordt de Bluetooth-functie automatisch geactiveerd.

Activeer de Bluetooth-functie op uw telefoon en koppel deze met het Bluetooth-apparaat met de naam BTMP3. Zodra de twee apparaten gekoppeld zijn

Zodra de twee apparaten gekoppeld zijn, bevestigt een stem van de MULTIPLATE® 3D Sport dat de apparaten verbonden zijn.

Selecteer de gewenste muziek op uw telefoon en geniet ervan terwijl u traint.



WEERSTANDSBANDEN

De drie kleuren van de weerstandsbanden komen overeen met verschillende weerstandsniveaus, van de zwakste in geel (4,5 kg), tot de middelste in groen (13,5 kg), tot de sterkste in rood (22,5 kg).

De weerstandsbanden kunnen eenvoudig aan de trilplaat worden bevestigd met een karabijnhaak en bieden dankzij de geïntegreerde handgrepen een stevige grip tijdens het trainen.



OVAL YOGA BALL

Door de yogabal te gebruiken als onderdeel van je trainingsprogramma worden de kernspieren meer belast, waardoor je training nog effectiever wordt. De trillingen worden direct door het hele lichaam doorgegeven.

Met de combinatie van de trilplaat en de yogabal kun je ook genieten van een weldadige Chi-massage.



YOGA EN PILATES BAR

De yoga- en pilatesstang is speciaal ontworpen om je te helpen je spieren te versterken en je houding te verbeteren.

De yoga- en pilatesstang is voorzien van een gewatteerde stang van hoge kwaliteit, elastische weerstandsbanden en 2 voetbanden die de trillingen direct overbrengen op je bovenlichaam, en is een geweldige aanvulling op een full-body vibratietraining.

EASY TRANSPORT



GEMAKKELIJK TE VERVOEREN

Na uw training kunt u het apparaat met de wieltjes aan de onderkant van de MULTIPLATE® 3D Sport gemakkelijk verplaatsen en opbergen om struikelgevaar te voorkomen.

Trek eerst aan het handvat aan de linkerkant van het apparaat en houd het in een hoek van 45°. Zo verplaatst u het apparaat veilig.



MPS-889 SPORTSTOEL

Met de sportstoel kunt u verschillende spiergroepen trainen en uw evenwicht verbeteren. Als u vragen hebt over de sportstoel, neem dan contact op met onze klantenservice op : de.info@donnerberg.net

GEBRUIKSAANWIJZING

VOORDAT U BEGINT

Kies een geschikte plaats voor uw Multiplate® 3D Sport. Zorg ervoor dat er minstens 1 meter ruimte is rondom de

Multiplate® 3D Sport om letsel te voorkomen. Plaats het apparaat op een stevige, vlakke ondergrond met een vloerbedekking of tapijt.

Wij raden u aan een geschikte ondergrond voor uw vloer of tapijt te gebruiken.

VERWARMING EN KOELING - BELANGRIJK

Een van de belangrijkste onderdelen van uw training is het voorbereiden van uw lichaam op oefeningen op de Multiplate® 3D Sport.

Warming-up: vergeet niet dat een goede warming-up noodzakelijk is voor elke trainingssessie en nooit mag worden verwaarloosd.

Het mag nooit worden verwaarloosd.

Koelen: verwijdert melkzuur dat zich in de spieren heeft opgehoopt door de spieren na de training van zuurstof te voorzien.

training. Melkzuur veroorzaakt spiervermoeidheid en spierpijn na een trainingssessie.

Daarom moet er kort na de laatste set oefeningen worden gekoeld.

De warming-up en cooling-down moeten langzaam en nauwkeurig worden uitgevoerd. Het is ook aan te raden om na de cooling-down oefeningen te bewegen om de kwaliteit van de oefening te verbeteren.

Na afkoelingsoefeningen moet je bewegen om meer melkzuur af te voeren.

MULTIPLATE® 3D SPORT AAN- EN UITZETTEN

Naast de kabelaansluiting bevindt zich de knop voor het in- en uitschakelen van de Multiplate® 3D Sport. Gebruik deze knop

om het apparaat aan en uit te zetten.

Plaats 2 AAA-batterijen in de afstandsbediening.

AANBEVELING: Als u voor het eerst een trilplaat gebruikt, kunt u de Multiplate® 3D Sport in de buurt van een voorwerp plaatsen dat u helpt uw evenwicht te bewaren totdat u eraan gewend bent.

DISPLAYFUNCTIE



1. START/STOP

Om in en uit te schakelen

2. LED

Druk één keer op de knop voor een constant licht.

Druk twee keer op de knop voor een knipperend licht.

Druk drie keer op de knop om het LED-lampje uit te schakelen.

3./4. SNELHEID

Niveau 1 - 32

5. PROGRAMMA

Selecteerbare trainingsprogramma's P1, P2, P3 en Handmatig

6. MODE

Selectie van verschillende modi (soorten vibratie)

7. TIJD

Tijdsmodus (1-10 minuten)

Let op: de trainingstijd is vooraf ingesteld op 5 minuten. Voordat u op de **START/STOP** knop drukt, kunt u zelf de gewenste duur invoeren door op de **TIME** knop te drukken.

TRAININGSPROGRAMMA'S IN HANDMATIGE MODUS

Opmerking: Als u op de **START/STOP** knop op het scherm drukt, wordt standaard de oscillerende trilling (laterale afwisseling) geactiveerd. Om micro-vibratie te activeren drukt u eenmaal op de **MODE** knop. Om 3D-vibratie (micro-vibratie + oscillatie) te starten, drukt u tweemaal op de **MODE**-knop.

1. 2D trilling / Oscillatie
2. 3D-vibratie / Micro-vibratie
3. 3D trilling / Microtrilling + Oscillatie

In de handmatige modus kun je tijdens de training zelf het type vibratie en de snelheid instellen. Houd er rekening mee dat u de gewenste duur moet invoeren voordat u op **START/STOP** drukt. Als de plaat eenmaal begint te trillen, kan dit niet meer worden veranderd en zal deze gedurende de opgegeven 5 minuten blijven werken.

U kunt de training op elk gewenst moment beëindigen door op de knop **START/STOP** te drukken.

P1, P2 EN P3 TRAININGSPROGRAMMA'S

Opmerking: Als u aan het begin niet op de knop **START/STOP** drukt, maar eerst het trainingsprogramma selecteert met de knop **PROG**, volgen de programma's de volgende volgorde:

P1 - 3D Trilling / Microtrilling + Oscillatie (op en neer)

P2 - 3D trilling / Microtrilling + Oscillatie (op en neer)

P3 - 2D trilling / Microtrilling

Als u een vierde keer op de **PROG**-toets drukt, start het handmatige programma automatisch. 2D Vibratie / Oscillerende Vibratie, verander het type vibratie door op de **MODE** knop te drukken.

PROGRAMMA P1 (Cardio)

In deze modus neemt de snelheid geleidelijk toe. De trilling begint op snelheidsniveau 4 (gedurende 30 seconden), gaat naar niveau 8 (gedurende 30 seconden), vervolgens naar niveau 12 (gedurende drie minuten), keert terug naar niveau 8 (gedurende 30 seconden) en gaat ten slotte terug naar niveau 4 (gedurende 30 seconden). Let op: het apparaat trilt in dit programma met microtrilling + oscillatie in 3D-modus.

PROGRAMMA P2 (Vetverbranding)

In deze modus begint de trilling op niveau 6 en gaat dan naar niveau 14. Dit proces wordt elke 30 seconden herhaald. Dit proces wordt elke 30 seconden herhaald. Let op: het apparaat vibreert in dit programma met micro-vibratie + oscillatie in 3D-modus.

PROGRAMMA P3 (Lichaamsversterking)

In dit programma verandert de snelheid om de 30 seconden. De microtrilling begint op snelheidsniveau 2, gaat dan naar niveau 6, gaat dan naar niveau 10 en gaat dan terug naar niveau 2. Let op: het apparaat trilt in dit programma met microtrilling, in 2D-modus.

Opmerking: In de voorgedefinieerde programma's kunt u de snelheid op elk gewenst moment aanpassen door op de SPEED-toetsen te drukken. Je kunt de training op elk moment stoppen door op de **START/STOP** knop te drukken.

AFSTANDSBEDIENING



Aan/uit-knop - Als je op deze knop drukt, start automatisch het handmatige programma met oscillatie (op en neer). Je kunt het type trilling wijzigen door op de **MODE-knop** te drukken.

MODE - Selecteert de verschillende soorten vibratie. Druk één keer om de horizontale trilling te activeren; een tweede keer voor horizontale trilling + trilling (op en neer); druk een derde keer om de trilling (op en neer) opnieuw te activeren.

SPEED - Je kunt de snelheid op elk moment kiezen door op de snelheidsknoppen te drukken.

TIME - Tijdmodus (1 - 10 minuten).

Let op: de trainingstijd is vooraf ingesteld op 5 minuten. Voordat je op de **START/STOP** knop drukt, kun je zelf de gewenste tijd invoeren (maximaal 10 minuten) door op de **TIME** knop te drukken.

Het handmatige programma biedt afwisselende trillingen van links naar rechts. Het type trilling kan worden gewijzigd met de knop **MODE**.

In de handmatige modus kun je de intensiteit van je workout bepalen. Je kunt het soort vibratie, de snelheid en de duur van de training kiezen.

Druk op de knop **M** en vervolgens op de knop **MODE** om de gewenste trilling te selecteren.

Stel de duur in (1 tot 10 minuten) en druk vervolgens op de knop **START/STOP**.

U kunt de snelheid wijzigen met de snelheidsknoppen, zelfs als de training al begonnen is. U kunt de training op elk gewenst moment beëindigen door op de knop **START/STOP** te drukken.

VOORAF INGESTELDE TRAININGSPROGRAMMA'S P1, P2 EN P3

Opmerking: Als u aan het begin niet op de knop **START/STOP** drukt, maar eerst een van de vooraf ingestelde trainingsprogramma's selecteert met de knoppen P1, P2 en P3, volgen de programma's elkaar in de volgende volgorde op:

P1 - 3D Trilling / Microtrilling + Oscillatie

P2 - 3D Trilling / Microtrilling + Oscillatie

P3 - 2D trilling / Microtrilling

Om de vooraf ingestelde programma's te gebruiken, schakelt u eerst de Multiplate® 3D Sport in. De aan/uit-knop bevindt zich naast de kabelaanluiting op het apparaat. Selecteer vervolgens het gewenste programma door op de knoppen P1, P2 of P3 van de afstandsbediening te drukken. Druk ten slotte op de aan/uit-knop.

PROGRAMMA P1

In deze modus neemt de snelheid geleidelijk toe. De vibratie begint op snelheidsniveau 4 (30 seconden), gaat omhoog naar niveau 8 (30 seconden), vervolgens naar niveau 12 (3 minuten), gaat weer terug naar niveau 8 (30 seconden) en ten slotte naar niveau 4 (30 seconden). Let op: het apparaat vibreert in dit programma met microtrillingen + afwisselende zijwaartse trillingen, in 3D-modus.

PROGRAMMA P2

In deze modus begint de vibratie op niveau 6 en gaat dan naar niveau 14. Dit proces wordt elke 30 seconden herhaald. Dit proces wordt elke 30 seconden herhaald. Let op: het apparaat trilt in dit programma met microtrilling + oscillatie, in 3D-modus.

PROGRAMMA P3

In dit programma verandert de snelheid om de 30 seconden. De microtrilling begint op niveau 2, gaat verder op niveau 6, stijgt dan naar niveau 10 en keert dan terug naar niveau 2. Let op: het apparaat trilt in dit programma met microtrilling, in 2D-modus.

Opmerking: In de voorgedefinieerde programma's kun je de snelheid op elk moment aan je behoeften aanpassen door op de **SPEED**-toetsen te drukken. Je kunt de training op elk moment stoppen door op de **START/STOP** knop te drukken.

VIBRATIE MODI

OSCILLATIE

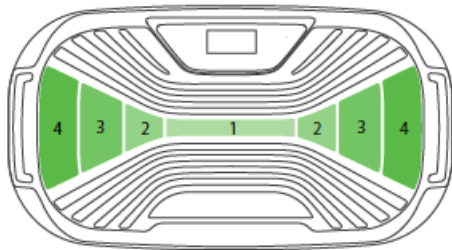
De Multiplate® 3D Sport genereert schommelende bewegingen die heel natuurlijk aanvoelen. Oscillatietraining verbetert het lichaamsbewustzijn, de houdingscontrole en de spierprestaties. Het kan worden gebruikt als onderdeel van revalidatietherapie na een blessure. Het is ook nuttig bij de behandeling van kracht- en prestatieverlies bij immobilisatie. Deze stand is vooral geschikt voor beginners en mensen die net beginnen met trainen.

MICRO-VIBRATIE

Micro-vibratie verandert de Multiplate® 3D Sport in een fitness- en massageapparaat. Het maakt eenvoudige workout-routines effectiever, helpt u sneller en efficiënter gewicht te verliezen en bestrijdt cellulitis voor een stevigere huid en een perfect figuur. Micro-vibratie is een moderne vibratietechnologie voor thuisgebruik, ideaal om af te vallen, de bloedsomloop te verbeteren en de botdichtheid te verhogen. Dankzij de hoge frequenties is micro-vibratie perfect geschikt voor vibrerende massage, die diep inwerkt op het lichaam.

3D VIBRATIE (OSCILLATIE & MICRO-VIBRATIE)

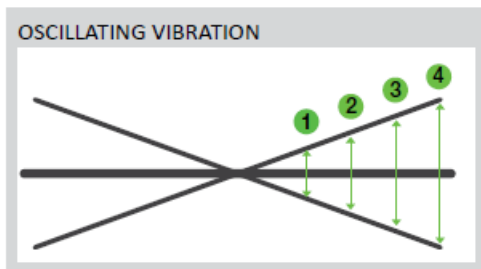
Bij dit type trilling wordt de trilstroom afwisselend van de ene kant naar de andere kant gestuurd in combinatie met microtrilling. Dankzij 3D-trillingen kun je je oefeningen in hun geheel intensiveren. Ze zijn bijzonder geschikt om het uithoudingsvermogen, de prestaties en de spierkracht te verbeteren. Ze zijn veel effectiever voor het ontwikkelen van spieren en het verbeteren van de algehele conditie dan een enkele trilling alleen. Met gerichte training in deze vibratiestand kunnen tot 100 calorieën worden verbrand in vijf tot tien minuten. Het calorieverbruik is ook afhankelijk van het snelheidsniveau en de duur van de workout.



- 1. Beginner
- 2. Intermediate
- 3. Advanced
- 4. Professional

- **Beginner** - Beginner
- **Intermediate** - Gemiddeld
- **Advanced** - Gevorderd
- **Professional** – Professioneel

AMPLITUDE



OSCILLATING AMPLITUDE

| | |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| AMPLITUDE: + - 2.2mm HUB: 4.4mm | AMPLITUDE: + - 6.55mm HUB: 13.1mm |
| AMPLITUDE: + - 4.35mm HUB: 8.7mm | AMPLITUDE: + - 8.5mm HUB: 17mm |

AMPLITUDE - Amplitude

OSCILLATING VIBRATION - Oscillerende vibratie

1. **OSCILLATING AMPLITUDE** - Oscillerende amplitude
AMPLITUDE: - Amplitude: $\pm 2,2$ mm
HUB: - Naaf: 4,4 mm
2. **AMPLITUDE:** - Amplitude: $\pm 4,35$ mm
HUB: - Naaf: 8,7 mm
3. **AMPLITUDE:** - Amplitude: $\pm 6,55$ mm
HUB: - Naaf: 13,1 mm
4. **AMPLITUDE:** - Amplitude: $\pm 8,5$ mm
HUB: - Naaf: 17 mm

MOGELIJKE DOELSTELLINGEN/VOORDELEN

- Ontspanning: vibratietraining met een masserend effect dankzij micro-vibratie
- Verbeteren van mobiliteit, kracht en uithoudingsvermogen
- Zwakke spierstructuren versterken
- Flexibiliteit verhogen
- Versterken van spieren en ondersteunende apparaten (ligamenten en pezen)
- Botten versterken
- Rugpijn voorkomen
- Houding verbeteren
- Verstevig de huid en verwijder cellulitis

ONDERHOUD EN REPARATIES

OPSLAG EN REINIGING

- Reinig de Multiplate® 3D direct na gebruik met een vochtige doek en een mild schoonmaakmiddel. Zorg ervoor dat de stekker van de Multiplate® 3D uit het stopcontact is gehaald voordat u deze schoonmaakt.
- Controleer de Multiplate® 3D Sport regelmatig, maar schakel hem niet in als hij beschadigd lijkt of niet goed werkt. Probeer de Multiplate® 3D NIET zelf te repareren; eventuele storingen moeten worden doorgegeven aan een gekwalificeerde technicus.
- Haal de stekker uit het stopcontact als u het apparaat niet gebruikt.

PROBLEMEN OPLOSSEN

Als het apparaat niet reageert op het bedieningspaneel of de afstandsbediening :

- Controleer of de stekker van het apparaat in het stopcontact zit en aan staat.
- Controleer of de stekker werkt met een ander apparaat.
- Vervang de zekering van de stekker.

Als de afstandsbediening het apparaat niet bedient, maar het bedieningspaneel wel reageert:

- Richt de zender van de afstandsbediening rechtstreeks op de sensor op het bedieningspaneel.
- Vervang de batterijen van de afstandsbediening (er zijn 2 AAA-batterijen nodig).

ONDERHOUD

- Controleer bij een storing eerst of u alle instructies en adviezen in de handleiding hebt opgevolgd.
- Als u er niet in slaagt het probleem op te lossen, neem dan contact op met onze klantenservice om een gekwalificeerde reparatie en correcte installatie van de elektronica te garanderen.
- Probeer in geen geval de Multiplate® 3D te openen. Het apparaat mag alleen worden geopend voor reparatie door een gekwalificeerde technicus.

TECHNISCHE SPECIFICATIES

Gebruikersgewicht max. 150 kg

Afmetingen (BxDxH) 83 cm X 48,5 cm X 19 cm

Kabellengte 2 m

Bruto/netto gewicht 19,5 kg / 16,8 kg

Stroomvoorziening 220-240 V (50/60 Hz)

Motor 2 motoren

Motorvermogen

- Oscillatie (zijdelingse afwisseling): 500 watt
- Microtrilling: 20 watt

Snelheden

- Oscillatie: 32 niveaus
- Microtrilling: 32 niveaus
- 3D trilling: 32 niveaus

Programma's

- 3 voorgedefinieerd
- 3 handmatig

Soorten vibratie Oscillatie / Micro-vibratie / 3D

Amplitude 2,2 - 8,5 mm

Kleur Zwart

Extra functies Bluetooth-luidspreker, LED-lampje

Accessoires Weerstandsbanden, ovale yoga bal, yoga bar/pilates, afstandsbediening

Frequentie

- Oscillatie: 5 - 10 Hz
- Microtrilling: 31.7 - 46.7 Hz
- 3D-vibratie: 36,7 - 56,7 Hz
-

MPS-889 OEFENSTOEL

Afmetingen Ca. 72,7 x 30,3 x 20 cm

Nettogewicht ca. 3 kg

Brutogewicht Ca. 5 kg

Elektrische en elektronische apparaten

Informatie voor particuliere huishoudens

De Regeling Afgedankte Elektrische en Elektronische Apparatuur (AEEA) bevat diverse eisen met betrekking tot de verwerking van elektrische en elektronische apparaten als afval. In de volgende paragrafen zetten we de belangrijkste eisen voor u op een rij.

1. Gescheiden inzameling van oude apparaten

Elektrische en elektronische apparaten die afval zijn geworden, worden oude apparaten genoemd. Eigenaren van dergelijke oude apparaten moeten deze naar recyclingbedrijven brengen, waar ze gescheiden van het huishoudelijk afval worden verwerkt en geregistreerd. Oude apparaten mogen niet bij het restafval terechtkomen; ze moeten worden ingezameld via speciale inzamelings- en recyclingsystemen.

2. Mogelijkheden voor het inleveren van oude apparaten

Eigenaren van oude apparaten uit particuliere huishoudens kunnen deze inleveren bij de gemeentelijke milieustraten of bij inzamelpunten van producenten of verkopers. Veel winkels hanteren een 'oud-voor-nieuw'-beleid, waarbij u bij aankoop van een nieuw apparaat uw oude apparaat kunt inleveren.

3. Informatie over privacy

Oude apparaten bevatten vaak persoonlijke gegevens, vooral apparaten voor gegevensverwerking en communicatie, zoals smartphones of harde schijven. In uw eigen belang verzoeken wij u alle persoonlijke en privégegevens van uw afgedankte apparatuur te verwijderen voordat u deze inlevert.

4. Betekenis van het symbool 'doorgestreepte afvalcontainer'

Het symbool van de 'doorgestreepte afvalcontainer' op elektrische en elektronische apparatuur geeft aan dat de betreffende apparatuur gescheiden van het huishoudelijk afval moet worden ingezameld.



5. Regeling Afgedankte Elektrische en Elektronische Apparatuur (AEEA)

Na de implementatie van Richtlijn 2012/19/EU is de Regeling AEEA in Nederland van kracht. Als producent van elektrische en elektronische apparatuur zijn wij geregistreerd bij het Nationaal (W)EEE Register. Dit register wordt beheerd door de Stichting Nationaal (W)EEE Register en valt onder toezicht van het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat.

Meer informatie

Voor meer informatie over het recyclen van elektrische apparaten en de locatie van inzamelpunten kunt u terecht op de website van de Rijksoverheid:

https://business.gov.nl/regulation/electrical-electronic-equipment/?utm_source=chatgpt.com



MULTIPLATE® 3D SPORT Schaderapport

Geachte klant,

Voordat u dit formulier invult, moet u controleren of de Multiplate® 3D Sport correct is ingeschakeld, of de afstandsbediening niet te ver van de sensor is verwijderd, of de batterijen in de afstandsbediening voldoende zijn opgeladen, etc. Het kan gebeuren dat de Multiplate® 3D Sport niet goed werkt. Het kan gebeuren dat de Multiplate® 3D Sport plotseling stopt als de geprogrammeerde oefentijd voorbij is of als er meerdere commando's tegelijkertijd zijn gegeven. Stel in dat geval de oefentijd opnieuw in of schakel het apparaat uit en na een minuut weer in.

NEEM IN GEVAL VAN SCHADE CONTACT MET ONS OP VOORDAT U HET PRODUCT TERUGSTUURT!

Ons telefoonnummer: +49 89 215 400 980.

Productgegevens

Productgroep : _____

Productnaam : Multiplate® 3D Sport MP-999

Serienummer : _____

Factuurnummer : _____

Datum van aankoop : _____

Plaats van aankoop : _____

Met accessoires (oefenzitting)

Ja

Nee

Persoonlijke gegevens

Bedrijf : _____

Contact: _____

Volledige naam: _____

Adres: : _____

Postcode / plaats: _____

Country: _____

E-mailadres : _____

Telefoonnummer : _____

Beschrijving van de schade :

Beschrijf de fout/schade zo nauwkeurig mogelijk (waar, wanneer, hoe het gebeurd is):

Ik heb een aankoopbewijs / factuur / kopie van de kassabon of factuur bijgevoegd.

Ik accepteer de retourvoorwaarden van de firma Donnerberg.

Datum: _____

Signature: _____

Opmerking:

Houd er rekening mee dat alleen volledig ingevulde aanvragen in behandeling kunnen worden genomen. Stuur een kopie van de factuur of het ontvangstbewijs mee.

Stuur het ingevulde formulier naar

Firma Donnerberg

Von-Werthern-Str. 4a,

96487 Dörfles-Esbach,

Duitsland

Of per e-mail:

de.info@donnerberg.net

