

# PROWAVE

by ORTNER

## BEDIENUNGSANLEITUNG

Prowave 9.0



**INHALTSVERZEICHNIS:**

Allgemeines .....	Seite 3
Zeichenerklärung .....	Seite 3
Bestimmungsgemäßer Gebrauch .....	Seite 3
Sicherheit .....	Seite 4
Besondere Sicherheitshinweise .....	Seite 4
Aufbau .....	Seite 7
Aufstellungsort .....	Seite 7
Anbringen der Trainingsbänder .....	Seite 8
Zubehör .....	Seite 8
Inbetriebnahme .....	Seite 8
Betrieb .....	Seite 9
Kontraindikationen .....	Seite 9
Wartung .....	Seite 10
Störungen .....	Seite 10
Technische Daten .....	Seite 10
EG- Konformitätserklärung .....	Seite 11

## ALLGEMEINES:

Lesen Sie die vorliegende Bedienungsanleitung vor der ersten Inbetriebnahme Ihres Gerätes sorgfältig durch und bewahren Sie diese gut auf.


Beachten Sie bitte besonders die mit den nachfolgend erklärten Symbolen gekennzeichneten Stellen in der Bedienungsanleitung.

	<p><b>Vor den ersten Handgriffen müssen Sie die Bedienungsanleitung und besonders das Kapitel „Sicherheit“ gelesen und verstanden haben. Die Bedienungsanleitung ist in Reichweite des Gerätes aufzubewahren.</b></p>
---	---

Gegenüber Darstellungen und Angaben dieser Bedienungsanleitung sind technische und optische Änderungen des Gerätes und des Zubehörs „ohne Bekanntgabe“ vorbehalten.

## ZEICHENSERKLÄRUNG:

In der Bedienungsanleitung finden folgende Symbole Verwendung:

	<p><b>Dieses Symbol steht an den Stellen in der Bedienungsanleitung, wo besondere Vorsicht geboten ist. Die Sicherheitshinweise müssen in jedem Fall eingehalten werden, da eine Missachtung zu Gefahren für Leib und Leben, sowie zur Beeinträchtigung von Vermögenswerten führen kann.</b></p>
---	--

<p><b>ACHTUNG!</b></p>	<p><b>Dieses „ACHTUNG“ steht an den Stellen in der Bedienungsanleitung, die zu beachten und einzuhalten sind, damit eine Beschädigung oder Zerstörung des Gerätes verhindert wird.</b></p>
------------------------	--


<p><b>HINWEIS!</b></p>	<p><b>Dieses „HINWEIS“ steht an den Stellen in der Bedienungsanleitung, an denen nützliche Hinweise gegeben werden.</b></p>
------------------------	---

## BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH:

Das Vibrationsgerät ist ein persönliches Trainingsgerät. Zwei eingebaute Elektromotoren sorgen für eine (Auf und Ab) Vibration des Sockels. Das Gerät darf ausschließlich zum Trainieren gemäß Trainingsanleitung benutzt werden. Es sollte nur nach ausführlicher Einweisung und nach Rücksprache mit einem Arzt trainiert werden. Die Kontraindikationen sind unbedingt zu beachten. Bei nicht Bestimmungsgemäßem Gebrauch des Gerätes werden keine Haftung und keine Garantieansprüche übernommen.


**SICHERHEIT:**


Das Vibrationstrainingsgerät ist nach dem aktuellen Stand der Technik gebaut und ist betriebssicher. Trotzdem können von dem Gerät Gefahren ausgehen, wenn es von ungeschultem Personal bedient wird oder unsachgemäß bzw. zu nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch eingesetzt wird.

	<p><b>Bei Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung bestehen folgende Gefahren:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gesundheitliche Beeinträchtigung</b></li> <li>• <b>Zerstörung des Gerätes</b></li> <li>• <b>Elektrischer Schlag</b></li> <li>• <b>Brandgefahr</b></li> </ul>
---	---

**BESONDERE SICHERHEITSHINWEISE:**

<p><b>ACHTUNG!</b></p>	<p>Das Vibrationsgerät darf nur mit einer Spannung von 230V AC / 50Hz betrieben werden. (Absicherung 16A) Der Betrieb mit anderen Spannungen ist nicht zulässig und kann zur Zerstörung des Gerätes führen</p>
------------------------	--

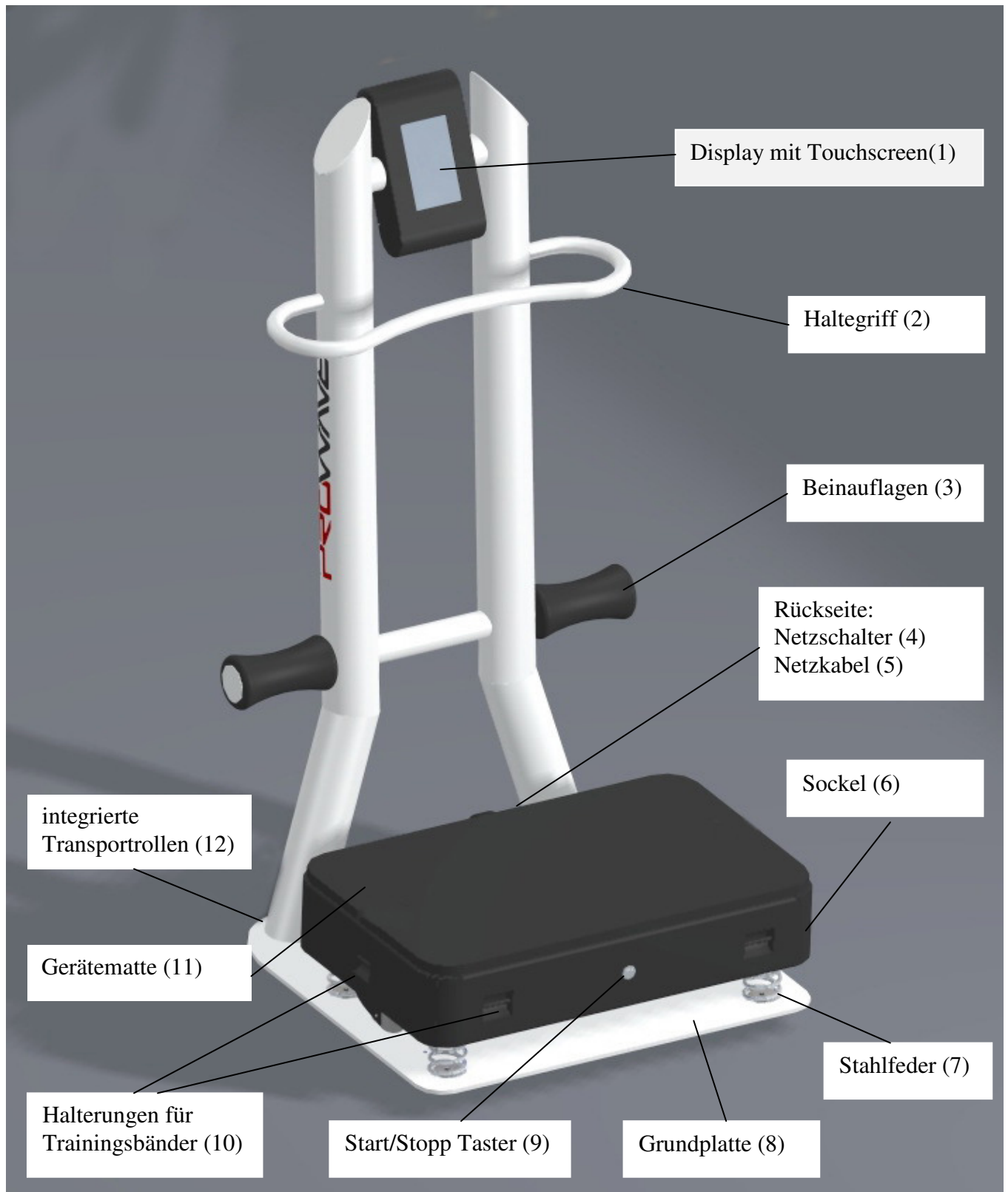
	<p>Der Netzstecker ist unbedingt an eine Steckdose mit installiertem Schutzleiter anzuschließen. Der Schutzleiter darf auch nicht durch Verlängerungskabel unterbrochen sein. Der Betrieb des Gerätes ohne Schutzleiter ist nicht zulässig, da er eine Gefahr für Leib und Leben ist.</p>
---	---

	<p>Eigenmächtige Umbauten und Veränderungen des Vibrationstrainingsgerätes sind nicht gestattet. Schutzvorrichtungen dürfen nicht entfernt werden. Reparaturen dürfen nur durch den Hersteller durchgeführt werden.</p>
---	---

	<p>Vor jeder Inbetriebnahme muss sich der Anwender vom einwandfreien Zustand des Gerätes überzeugen. Wenn das Gerät beschädigt ist, darf es auf keinen Fall weiterverwendet werden.</p>
---	---

	<p>Vor dem Trainieren mit dem Vibrationstrainingsgerät sollte ein Arzt befragt werden.</p>
---	--

	<p><b>Kinder unter 12 Jahren dürfen nur unter Aufsicht mit dem Gerät trainieren.</b> <b>Das Gerät darf nicht als Kinderspielzeug benutzt werden.</b> <b>Besondere Vorsicht ist geboten, wenn das Gerät in der Nähe von Kindern oder von Haustieren betrieben wird.</b></p>
	<p><b>Das Gerät darf ausschließlich für seinen vorgesehenen Zweck eingesetzt werden.</b> <b>Es darf nur Zubehör verwendet werden, das vom Hersteller empfohlen wird.</b></p>
	<p><b>Das Gerät darf nur bei Temperaturen zwischen +10 und +30°C betreiben werden. Betreiben Sie das Gerät nicht im Freien oder in feuchten Räumen. Das Gerät (insbesondere der Netzstecker und die Steuerung) sollte nicht mit feuchten Händen berührt werden. Um eine Aufheizung des Gerätes zu vermeiden, darf das Gerät nicht in bedecktem Zustand betrieben werden.</b></p>
	<p><b>Es darf keine Flüssigkeit in das Gerät gelangen. Schützen Sie daher das Gerät vor Feuchtigkeit. Es besteht die Gefahr eines Stromschlages. Ziehen Sie vor der Reinigung des Gerätes immer den Netzstecker.</b></p>
	<p><b>Verlegen Sie die Netzkabel so, dass niemand darüber stolpern oder daran hängen bleiben kann. Betreiben Sie das Gerät niemals, wenn das Netzkabel oder der Netzstecker beschädigt sind oder wenn sonstige Beschädigungen des Gerätes vorliegen. Schalten Sie das Gerät sofort aus, wenn sie ein anderes Geräusch hören, oder eine andere Vibration fühlen, als normal. Ziehen Sie beim Herausziehen des Netzsteckers niemals am Netzkabel, sondern immer am Stecker selbst.</b></p>



## **AUFBAU:**

1. Display mit Touchscreen
2. Haltegriff
3. Beinauflage
4. Netzschalter
5. Netzkabel
6. Sockel
7. Stahlfedern
8. Grundplatte
9. Start-/Stopp-Taste
10. Halterungen für Trainingsbänder
11. Gerätematte
12. Im Gerät integrierte Transportrollen

## **AUFSTELLUNGsort:**

Der Aufstellungsort des Gerätes sollte stets aufgeräumt und sauber sein. Unordnung erhöht die Unfallgefahr.

Das Gerät muss eventuell mit Hilfe der Transportrollen auf einen stabilen, waagerechten Untergrund aufgestellt werden, auf dem es weder erschüttert noch gekippt wird.

Das Gerät ist vor Nässe und Verschmutzung zu schützen.

Das Gerät darf nur von geschulten Personen bedient werden, die die Bedienungsanleitung gelesen und verstanden haben.

## **ANBRINGEN DER TRAININGSBÄNDER:**

Für verschiedene Übungen sind Trainingsbänder erforderlich, die im Lieferumfang enthalten sind.

Zur Befestigung werden die Trainingsbänder durch die Halterungen(10) geführt und mit Hilfe des Klettverschlusses fixiert. Die Länge der Trainingsbänder kann mittels Klettverschluss an die individuellen Bedürfnisse angepasst werden.

## **ZUBEHÖR:**

- 1) 2 Trainingsbänder
- 2) 1 Trainingsmatte
- 3) 1 Gerätematte
- 4) 1 Trainingsplan A1

## **INBETRIEBNAHME:**

Überzeugen Sie sich vor der Inbetriebnahme vom einwandfreien Zustand des Gerätes. Sollte das Gerät beschädigt sein, darf es nicht in Betrieb genommen werden.

Folgende Voraussetzungen müssen vor der Inbetriebnahme erfüllt sein:

1. Das Gerät steht auf einem geraden, festen, sauberen und trockenen Untergrund. (siehe Aufstellungsort)
2. Das Netzkabel (10) ist an der Steckverbindung (6) mit dem Netzschalter (6) verbunden.
3. Das Netzkabel ist mit einer Schutzkontakt-Steckdose (230V 16A) verbunden.

Wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind, kann der Netzschalter (6) eingeschaltet werden.

Ca. 20 Sekunden nach dem Einschalten ist das Gerät betriebsbereit.

Auf dem Display(1) erscheint die Grundmaske mit sieben voreingestellten Trainingsplänen sowie einer Einstellung für freies Training.



**BETRIEB:**

1. Über das Display mit Touchscreen (1) gewünschte Einstellung oder Trainingsprogramm wählen

Frequenz 15 bis 50 Hz  
Vibration min. oder max.  
Zeit 30 bis 180 Sek.

wählbar in 1er Schritten  
Schwingweite 2 bzw. 4mm  
Wählbar in 5er Schritten

Die Frequenz und die Vibration können während des Betriebs geändert werden

2. Bei den verschiedenen Trainingsprogrammen sind die Einstellungen (Vibration und Zeit) vorgegeben. Diese können vor und während dem Training individuell geändert werden
3. Um mit dem Training zu beginnen die Start/Stoppanzeige betätigen
4. Nach Ablauf der Zeit wird der Trainingsvorgang automatisch beendet
5. Soll die Übung vorzeitig abgebrochen werden, bitte erneut die Start/Stoppanzeige betätigen
6. Zum Anhalten der Übung kann auch die Edelstahl taste, an der Gerätesäule links unten, betätigt werden.

Die einzelnen Übungen befinden sich zusätzlich noch auf dem im Lieferumfang enthaltenen Trainingsplan

**ACHTUNG!**

**Nach dem Training auf dem Gerät werden Ihre Muskeln anders reagieren. Seien Sie deshalb vorsichtig, wenn Sie nach einer Übung das Gerät verlassen.**

**Kontraindikationen:**

Kontraindikationen sind Umstände, die eine fortgesetzte Anwendung der etwaigen Maßnahmen, hier Vibrationen, verbieten. Bei Unklarheiten zu einem Training empfiehlt es sich immer, den behandelnden Arzt aufzusuchen, um ungewollte Risiken zu vermeiden.

Folgende Krankheitsbilder oder Auffälligkeiten gelten als Kontraindikation bzw. Ausschlusskriterium. Die Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

1. Metallische Implantate (platten mit Schraubfixierung) und künstliche Gelenke (besonders Hüft-, Knie- u. Sprunggelenk)
2. Schwere Form von Diabetes mellitus
3. Thrombose
4. Herzschrittmacher oder implantierte Defibrillatoren
5. Schwangerschaft

**WARTUNG:**

Das Gerät ist wartungsfrei. Es sollte jedoch gelegentlich mit einem leicht feuchten Tuch gereinigt werden. Dabei darf kein Wasser in die Elektronik gelangen.

**STÖRUNGEN:**

<b>Störung</b>	<b>Ursache</b>
Keine Displayanzeige.	Netzverbindung nicht OK, Hauptschalter aus, Netzverbindung prüfen, Hauptschalter einschalten.
Gerät macht ungewohnte Geräusche.	Gerät steht auf einem unebenen Untergrund, Gerät auf einen ebenen Untergrund stellen, ggf. Gerät überprüfen lassen.
Auf dem Display läuft die Zeit ohne dass die Vibrationsplatte vibriert.	Motorstecker locker oder nicht angeschlossen. Motorstecker richtig anschließen

**TECHNISCHE DATEN:**

Maße	Höhe: 1500 mm Breite: 800mm Tiefe: 800 mm
Gewicht	125 kg
Stromanschluss	230 V
Material	Stahl
Oberfläche	Pulverbeschichtet
Lagerung des Trittsockels	Stahlfedern
Lagerung gesamtes Gerät	Gummipuffer
Zulässige Betriebstemperatur	+ 10 °C bis + 30 °C
Zulässige rel. Luftfeuchtigkeit	80 %
Zulässige Temperatur für Lager und Transport	+ 5 °C bis + 60 °C
Vibrationsamplitude	2 oder 4 mm
Frequenzbereich	15-50 Hertz
Übungsdauer	30-180 Sekunden
In der Neigung verstellbares Display	

## EG-KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Hiermit erklären wir, dass die Bauart der nachfolgend bezeichneten Anlagen in der von uns in Verkehr gebrachten Ausführung den unten genannten einschlägigen EG-Richtlinien entspricht.

Durch nicht mit uns abgestimmte Änderungen verliert diese Erklärung ihre Gültigkeit.

Bezeichnung:	Vibrationstrainingsgerät: PROWAVE
Einschlägige EG-Richtlinien:	89/392/EWG (Maschinenrichtlinie)
Geändert durch:	91/368/EWG; 93/44/EWG;
93/68/EWG	
Geändert durch:	98/37/EG
Umgesetzt durch:	9. Verordnung zum Geräte- und Produktsicherheitsgesetz
Geändert durch:	89/336/EWG (Elektromagnetische Verträglichkeit)
	91/263/EWG; 92/31/EWG;
	93/68/EWG
	73/23/EWG
	(Niederspannungsrichtlinie)

Angewendete harmonisierte Normen:

EN-292-1  
EN-292-2  
EN-60204-1 (VDE 0113)

MO Vertriebsgesellschaft mbH  
An der Oberen Lußhardt 1  
D-76709 Kronau  
Tel. 07253 - 95876 0  
Fax. 07253 – 95876 22

Kronau, den 29.April 2013

Martin Ortner