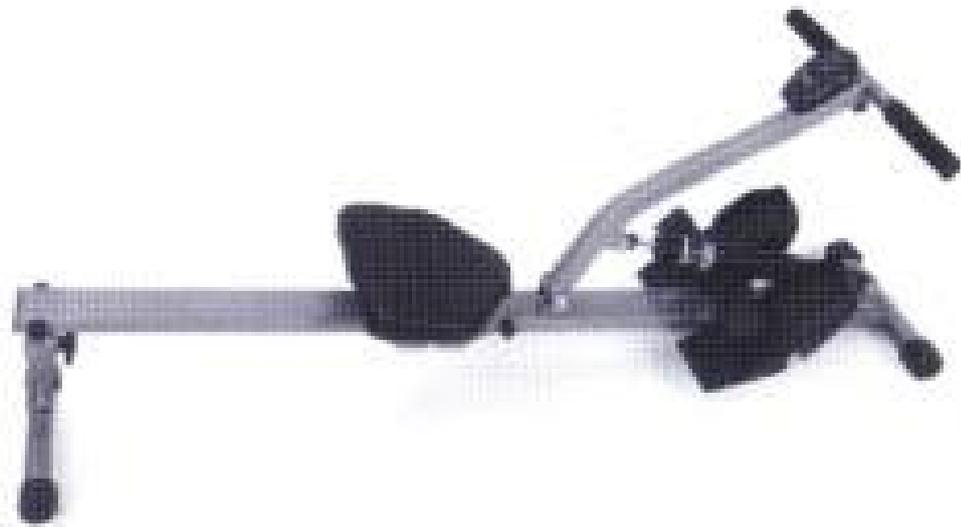




MACHINE À RAMER

INada053V01_FR_A91-048

MANUEL



IMPORTANT : A LIRE ATTENTIVEMENT ET À CONSERVER POUR CONSULTATION ULTÉRIEURE.

INSTRUCTIONS DE SÛRETÉ

Avant d'utiliser cette unité pour la première fois, assurez-vous de lire ces instructions de sûreté soigneusement, puis utilisez l'unité en conséquence.

Ces précautions sont énumérées pour empêcher des dommages à l'équipement et des blessures aux utilisateurs.



Avertissement Pour réduire le risque de blessures aux personnes:

1. Consultez un docteur avant de commencer n'importe quel programme d'exercice afin de déterminer si vous avez des conditions physiques ou médicales qui pourraient poser un risque à votre santé et sécurité.
2. Cessez de s'exercer si vous ressentez l'un des après des symptômes: douleur, oppression dans la poitrine, battement de coeur irrégulier, brièveté de souffle extrême, étourdissements, vertige, nausée, ou n'importe quel autre malaise. Consultez un docteur immédiatement.
3. Ne permettez pas aux enfants ou aux individus handicapés à utiliser cette unité sans surveillance. Gardez tous les animaux familiers loin de l'unité.
4. Placez l'unité sur une surface propre et plate, sur une natte protectrice pour protéger votre plancher ou moquette. Prévoyez au moins un pied de l'espace ouvert de tous les côtés.
5. Avant d'utiliser cette unité, contrôlez pour s'assurer que tous ses écrous et des boulons sont solidement attachés. Afin de maintenir l'unité dans les meilleures conditions, l'examinez régulièrement pour des signes des dommages ou d'usure et déchirures.
6. Le cas échéant des pièces défectueuses sont trouvées, les remplacez immédiatement. N'utilisez pas l'unité encore jusqu'à ce qu'elle soit en parfait état de fonctionnement.
7. Si vous entendez n'importe quels bruits bizarres provenant de l'unité pendant l'utilisation, arrêtez l'utilisation immédiatement. N'utilisez pas l'unité encore jusqu'à ce que le problème ait été corrigé.
8. Portez l'habillement approprié tout en utilisant l'unité. Évitez les rabats lâches qui peuvent se faire attraper dans les roues ou d'autres pièces de l'unité. Évitez également l'habillement excessivement serré qui peut limiter ou empêcher le mouvement.
9. Pendant l'utilisation, saisissez les guidons solidement
10. Cette unité est conçue pour l'usage à la maison SEULEMENT. Il ne convient ni pour l'usage thérapeutique, ni pour l'usage dans les gyms et d'autres équipements publics d'exercice.



Attention

1. Cette unité est conçue pour l'usage personnel et d'intérieur, utilisation non commerciale. N'actionnez pas l'unité à l'extérieur.
2. Ne placez pas cette unité près d'une source de chaleur ou d'une flamme nue
3. Pour réduire les possibilités des blessures, échauffez et étirez avant l'exercice. Ceci préparera des muscles et des articulations pour l'effort.
4. Augmentez toujours la vitesse, l'intensité, et la durée d'exercice à un rythme progressif.
5. L'unité doit être utilisée par une personne à la fois.
6. Discontinuez immédiatement l'utilisation si vous éprouvez du vertige ou tout autre malaise. Consultez votre docteur immédiatement.

Nous vous remercions pour avoir acheté la machine à ramer. Veuillez lire ce manuel soigneusement avant d'utiliser cette machine à ramer correctement.

L'information de sûreté



Avertissement

- Éviter d'utiliser la machine à ramer quand vous avez fièvre, plus de fatigue et vous prenez un verre.
- Assurez-vous toujours que les personnes âgées et les enfants sont dirigés par un adulte tout en employant le produit. Quand vous n'êtes pas en bonnes conditions physiques, et avant de commencer tout exercice de rétablissement, consultez votre médecin.
- Portez les vêtements appropriés. Évitez d'utiliser des pantoufles et jupe lors de l'utilisation de la machine à ramer.
- L'exercice excessif peut endommager votre santé. Ne ramez pas à de toute puissance jusqu'à ce que vous soyez confortable avec la technique.
- La machine à ramer ne devrait pas être utilisée par des personnes pesant plus de 120 kilogrammes. Autrement, la machine peut avoir défaillance et des dommages.



Attention

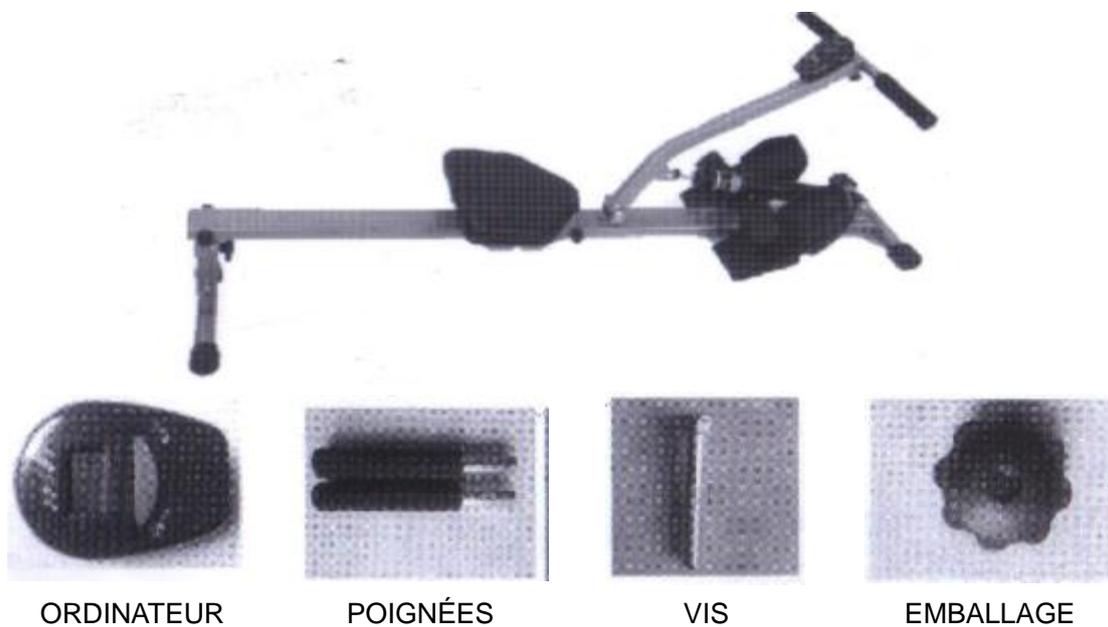
- La machine à ramer est prévue pour l'usage domestique seulement. N'utilisez pas la machine à ramer dans un environnement commercial.
- Gardez la machine à ramer loin des sources du feu.
- La réparation, la modification et le démontage inexacts peuvent causer des dommages, défaillance et accidents.
- Faites de l'exercice dans un espace libre autour et loin de substance dangereuse.
- Placez la machine à ramer sur une surface de niveau, avec une natte sous elle pour protéger le plancher.
- Si la machine à ramer n'est pas utilisée, la gardez loin de
A. la chaleur et froideur excessive B. l'extérieur et exposition directe du soleil C. chauffage au gaz, et feu D. Fraîcheur et humidité E. Portée d'enfants F. Fumée et vapeur d'huile.
- Ne placez pas la machine à ramer sur une surface irrégulière.

Fonctions d'ordinateur



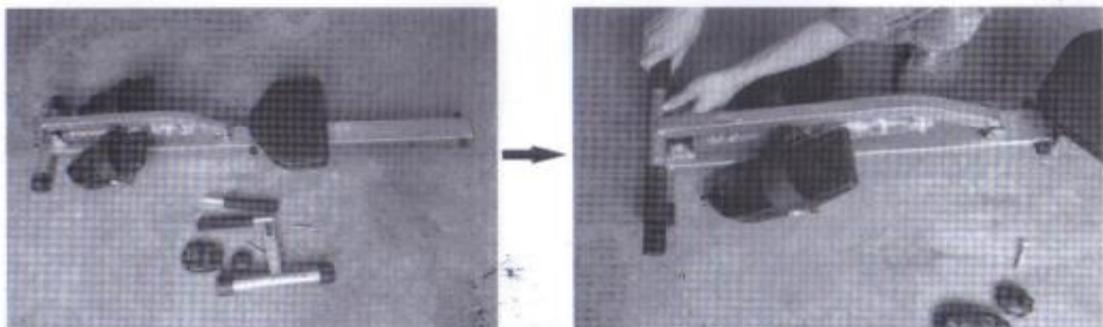
PIÈCES

Produit

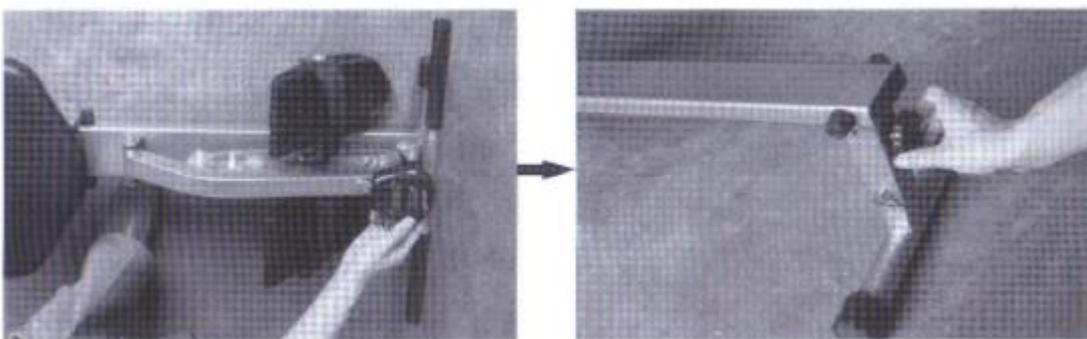


assemblée

Assemblée

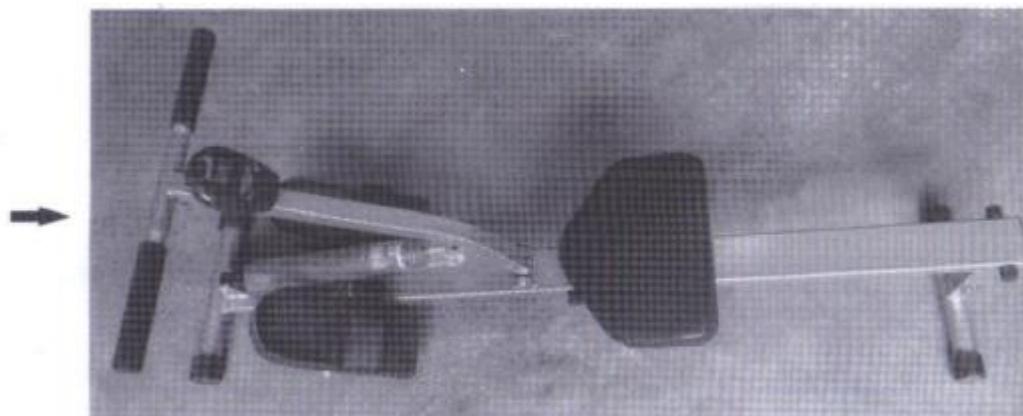


1. OUVREZ LE CHARIO ALORS RETIREZ LE PRODUIT 2. ASSEMBLEZ LES POIGNÉES



3. ASSEMBLEZ L'ORDINATEUR

4. ASSEMBLEZ LE PIED ARRIÈRE



5. FINI