

virtufit

Vibration Plate

VF11007



USER MANUAL

📷 @virtufit_fitness

📺 VirtuFit

🌐 www.virtufit.com

INDEX

Safety instructions	02
Warranty	02
Condition of use	02
Error codes	02
Display	03
Programs	03
Remote control	03

SAFETY INSTRUCTIONS

WARNING!

Consult your physician before beginning exercise. This is especially important for persons with health problems and those who are pregnant. Read all instructions before using the device. VirtuFit assumes no responsibility for injuries or property damage suffered as a result of using this device. For safety reasons, the product should not be used by children. Please read this manual carefully before using the device.

- Due to the vibration of the device, dizziness may occur during initial use. This will gradually decrease after more frequent use. If dizziness does not subside, consult a physician.
- For adult use only.
- Keep children and pets away from the device while in use.
- This device should be used by only one person at a time.
- Place the device on a clean, flat, level and stable surface. Do not place the device outdoors or near water.
- Distribute your weight across the vibration plate and make sure you maintain balance while using the machine.
- This device is intended for training purposes only.
- Always turn off and unplug the device after use. Do not leave the device unattended while in operation.
- The recommended usage time for one session is 10-20 minutes.

NOTE! Store the device in a dry area and away from children. Make sure the device is stable and safe so that the device cannot fall over on children or animals.

WARRANTY

The warranty period for this item is 2 years from the day of purchase. The warranty is valid only when this item is used for activities and normal recreational use and does not cover the housing or items used in rentals.

CONDITION OF USE

- Store in a dry and dust-free place.
- Do not spill liquid on the device.
- Do not immerse the device in water.
- Do not use with wet hands.
- Do not stomp on or kneel.
- Do not clean with chemicals.
- Use and store at a temperature below 40 °C.

ERROR CODES

Lights are off.

- **Solution:** Check the batteries and replace them if necessary.
- **Solution:** Restart the device.

The appliance makes too much noise.

- **Solution:** Make sure the bottom of the appliance is firm and stable on a flat and level surface. Move the device or adjust the device if necessary.

The remote control does not work.

- **Solution:** Check the remote control batteries and replace them if necessary.
- **Solution:** Make sure the remote control is no further than 2.5 metres from the device. Aim at the infrared receiver in the centre of the screen.

The device stops and/or does not work properly.

- **Solution:** The device may be overheating. Wait at least 10 minutes for the device to cool down. When the device has cooled down, restart it.

The device does not react the pressed button.

- **Solution:** The device may have received too many commands received at the same time. Restart the device to allow the receiver to rest.

DISPLAY



Functions

- Switching the device on and off.
- Start or stop manual operation or selected programmes.
- Switch between 5 preset automatic training programmes and 1 manual program.
- Manually increase the speed or duration of vibration.
- Manually decrease the speed or duration of vibration.

Start training program

- Scroll through the training programmes (P1-P5) by pressing repeatedly.
- Press to start the selected program.

NOTE!

- *For safety, the button only works when the device is in standby mode. Press to stop the appliance and enter standby mode.*
- *The speed and time controls do not work during preset exercise programs.*

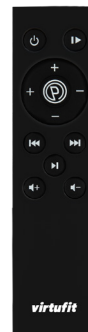
PROGRAMS

Speed level

The vibration plate is equipped with 5 automatic programs (P1 to P5), each lasting 10 minutes. Every program consists of 4 stages (S1 to S4), during which the speed level is automatically adjusted. The speed can be set up to a maximum of 99 levels.

P	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

REMOTE CONTROL



- Switching the device on and off.
- Start or stop training or the selected program.
- Access the programs.
- Increase or decrease speed
- Increase or decrease time.
- Previous song.
- Next song.
- Start or stop music.
- Increase volume.
- Decrease volume.

INDEX

Veiligheidsinstructies	04
Garantie	04
Gebruiksvoorwaarden	04
Foutcodes	04
Display	05
Programma's	05
Afstandsbediening	05

VEILIGHEIDSLNSTRUCTIES

⚠ WAARSCHUWING!

Raadpleeg uw arts voordat u begint met trainen. Dit is in het bijzonder belangrijk voor personen met gezondheidsproblemen en personen die zwanger zijn. Lees alle instructies alvorens het apparaat gebruikt wordt. VirtuFit neemt geen verantwoordelijkheid voor geleden letsel of materiële schade door het gebruik van dit apparaat. Om veiligheidsredenen mag het product niet gebruikt worden door kinderen. Lees deze handleiding zorgvuldig door, voordat u gebruik gaat maken van het apparaat.

- Door de trillingen van het apparaat kan het zijn dat duizeligheid optreedt tijdens het eerste gebruik. Dit zal geleidelijk afnemen na vaker gebruik. Als de duizeligheid niet afneemt, raadpleeg dan een arts.
- Alleen voor gebruik door volwassenen.
- Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van het toestel, terwijl deze in gebruik is.
- Dit apparaat dient door slechts één persoon tegelijk te worden gebruikt.
- Plaats het apparaat op een schone, vlakke, egale en stabiele ondergrond. Plaats het apparaat niet buiten of in de buurt van water.
- Verdeel uw gewicht over de trilplaat en zorg dat u evenwicht behoudt tijdens gebruik van het apparaat.
- Dit apparaat is alleen bedoeld voor trainingsdoeleinden.
- Schakel het apparaat na gebruik altijd uit en trek de stekker uit het stopcontact. Laat het apparaat niet onbeheerd achter, terwijl het in werking is.

- De aanbevolen gebruikstijd voor één sessie is 10-20 minuten.

LET OP! Berg het apparaat op in een droge ruimte en uit de buurt van kinderen. Zorg ervoor dat het apparaat stabiel en veilig staat, zodat het apparaat niet kan omvallen op kinderen of dieren.

GARANTIE

De garantieperiode voor dit artikel is 2 jaar, vanaf de dag van aankoop. De garantie is alleen geldig wanneer dit artikel wordt gebruikt voor activiteiten en normaal recreatief gebruik en heeft geen betrekking op de behuizing of artikelen die bij verhuur worden gebruikt.

GEBRUIKSVOORWAARDEN

- Bewaren op een droge en stofvrije plaats.
- Mors geen vloeistof op het apparaat.
- Dompel niet in water.
- Niet gebruiken met natte handen.
- Niet op stampen of knielen.
- Niet reinigen met chemicaliën.
- Gebruiken en bewaren bij een temperatuur onder 40 °C.

FOUTCODES

Lichten zijn uit

- **Oplossing:** Controleer de batterijen en vervang deze indien nodig.
- **Oplossing:** Start het apparaat opnieuw op.

Het apparaat maakt te veel lawaai

- **Oplossing:** Zorg ervoor dat de onderkant van het apparaat stevig en stabiel op een vlakke en egale ondergrond staat. Verplaats het apparaat of stel het apparaat bij indien nodig.

De afstandsbediening werkt niet

- **Oplossing:** Controleer de batterijen van de afstandsbediening en vervang deze indien nodig.
- **Oplossing:** Zorg ervoor dat de afstandsbediening niet verder dan 2,5 meter van het apparaat is. Richt op de infraroodontvanger in het midden van het scherm.

Het apparaat stopt en/of functioneert niet naar behoren

- **Oplossing:** Het apparaat kan oververhit zijn. Wacht minstens 10 minuten, zodat het apparaat kan afkoelen. Wanneer het

apparaat is afgekoeld, start het dan opnieuw op.

Het apparaat reageert niet de ingedrukte knop

- **Oplossing:** Het apparaat heeft mogelijk te veel commando's tegelijk ontvangen. Start het apparaat opnieuw op om de ontvanger te laten rusten.

P	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

DISPLAY



Functies

- In- en uitschakelen van het apparaat.
- Start of stop handmatige bediening of geselecteerde programma's.
- P** Schakelt tussen 5 vooraf ingestelde automatisch trainingsprogramma's en 1 handmatig programma.
- +** Verhoog handmatig de snelheid of duur van de trilling.
- Verlaag handmatig de snelheid of duur van de trilling.

Start training program

- Blader door de trainingsprogramma's (P1-P5) door herhaaldelijk op **P** te drukken.
- Druk op om het geselecteerde programma te starten.

LET OP!

- *Voor de veiligheid werkt de toets **P** alleen als het apparaat in de stand-by modus staat. Druk op om het apparaat te stoppen en naar de stand-by modus te gaan.*
- *De snelheids- en tijdregelaars werken niet tijdens vooraf ingestelde trainingsprogramma's.*

PROGRAMMA'S

Snelheidsniveau

De trilplaat is voorzien van 5 automatische programma's (P1 t/m P5), elk met een looptijd van 10 minuten. Elk programma bestaat uit 4 fasen (S1 t/m S4), waarin het snelheidsniveau automatisch wordt aangepast. De snelheden zijn instelbaar tot maximaal 99 niveaus.

AFSTANDSBEDIENING



- In- en uitschakelen van het apparaat.
- In- en uitschakelen van het apparaat.
- Ga naar de programma's.
- Snelheid verhogen of verlagen.
- Tijd verlengen of verkorten.
- Vorige nummer.
- Volgende nummer.
- Start of stop de muziek.
- Volume verhogen.
- Volume verlagen.

INDEX

Sicherheitshinweise	06
Garantie	06
Gebrauchsbedingung	06
Fehlercodes	06
Display	07
Programme	07
Fernsteuerung	07

SICHERHEITSHINWEISE

⚠ WARNUNG!

Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Training beginnen. Dies ist besonders wichtig für Personen mit gesundheitlichen Problemen und für Schwangere. Lesen Sie alle Anweisungen, bevor Sie das Gerät benutzen. VirtuFit übernimmt keine Verantwortung für Verletzungen oder Sachschäden, die durch die Verwendung dieses Geräts entstehen. Aus Sicherheitsgründen sollte das Produkt nicht von Kindern benutzt werden. Bitte lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät benutzen.

- Aufgrund der Vibrationen des Geräts kann es bei der ersten Benutzung zu Schwindelgefühlen kommen. Dieser lässt nach häufigerem Gebrauch allmählich nach. Wenn das Schwindelgefühl nicht nachlässt, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.
- Nur für Erwachsene geeignet.
- Halten Sie Kinder und Haustiere von dem Gerät fern, während es in Gebrauch ist.
- Dieses Gerät sollte jeweils nur von einer Person benutzt werden.
- Stellen Sie das Gerät auf eine saubere, flache, ebene und stabile Oberfläche. Stellen Sie das Gerät nicht im Freien oder in der Nähe von Wasser auf.
- Verteilen Sie Ihr Gewicht auf der Vibrationsplatte und achten Sie darauf, dass Sie das Gleichgewicht halten, während Sie das Gerät benutzen.
- Dieses Gerät ist nur für Trainingszwecke bestimmt.
- Schalten Sie das Gerät nach dem Gebrauch immer aus und ziehen Sie den Netzstecker. Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, während es in Betrieb ist.

- Die empfohlene Nutzungsdauer für eine Sitzung beträgt 10-20 Minuten

VORSICHT! Bewahren Sie das Gerät in einem trockenen Raum und außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Achten Sie darauf, dass das Gerät stabil und sicher steht, damit es nicht auf Kinder oder Tiere fallen kann.

GARANTIE

Die Garantiezeit für diesen Artikel beträgt 2 Jahre ab dem Tag des Kaufs. Die Garantie gilt nur, wenn dieser Artikel für Aktivitäten und den normalen Freizeitgebrauch verwendet wird, und erstreckt sich nicht auf das Gehäuse oder auf Gegenstände, die bei Vermietungen verwendet werden.

GEBRAUCHSBEDINGUNG

- An einem trockenen und staubfreien Ort aufbewahren.
- Verschütten Sie keine Flüssigkeiten über das Gerät.
- Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser ein.
- Nicht mit nassen Händen benutzen.
- Nicht darauf treten oder knien.
- Nicht mit Chemikalien reinigen.
- Bei einer Temperatur unter 40 °C verwenden und aufbewahren.

FEHLERCODES

Die Lichter sind aus.

- **Lösung:** Überprüfen Sie die Batterien und tauschen Sie gegebenenfalls aus.
- **Lösung:** Starten Sie das Gerät neu.

Das Gerät macht zu viel Lärm.

- **Lösung:** Vergewissern Sie sich, dass der Boden des Geräts fest und stabil auf einer flachen und ebenen Oberfläche steht. Stellen Sie das Gerät um oder justieren Sie es, falls erforderlich.

Die Fernbedienung funktioniert nicht.

- **Lösung:** Überprüfen Sie die Batterien der Fernbedienung und tauschen Sie sie ggf. aus.
- **Lösung:** Stellen Sie sicher, dass die Fernbedienung nicht weiter als 2,5 Meter vom Gerät entfernt ist. Richten Sie sie auf den Infrarotempfänger in der Mitte des Bildschirms.

Das Gerät bleibt stehen und/oder funktioniert nicht richtig.

- **Lösung:** Das Gerät ist möglicherweise überhitzt. Warten Sie mindestens 10 Minuten, bis das Gerät abgekühlt ist. Wenn das Gerät abgekühlt ist, starten Sie es neu.

Das Gerät reagiert nicht auf die gedrückte Taste.

- **Lösung:** Möglicherweise hat das Gerät zu viele Befehle auf einmal empfangen. Starten Sie das Gerät neu, damit sich der Empfänger erholen kann.

DISPLAY



Funktionen

- Schalten Sie das Gerät ein und aus.
- Manuellen Betrieb oder ausgewählte Programme starten oder stoppen.
- Schaltet zwischen 5 voreingestellten automatischen Trainingsprogrammen und 1 manuellen Programm um.
- Manuelles Erhöhen der Geschwindigkeit oder Dauer der Vibration.
- Manuelles Verringern der Geschwindigkeit oder Dauer der Vibration

Trainingsprogramm starten

- Blättern Sie durch die Trainingsprogramme (P1-P5), indem Sie wiederholt **P** drücken.
- Drücken Sie um das ausgewählte Programm zu starten.

HINWEIS!

- **Aus Sicherheitsgründen funktioniert die Taste P nur, wenn sich das Gerät im Standby-Modus befindet. Drücken Sie um das Gerät zu stoppen und in den Standby-Modus zu wechseln.**
- **Während voreingestellten Trainingsprogramme funktionieren die Geschwindigkeits- und Zeitsteuerung nicht.**

PROGRAMME

Geschwindigkeitsstufe

Die Vibrationsplatte verfügt über 5 automatische Programme (P1 bis P5), die jeweils 10 Minuten dauern. Jedes Programm besteht aus 4 Phasen (S1 bis S4), in denen die Geschwindigkeit automatisch angepasst wird. Die Geschwindigkeit ist in bis zu 99 Stufen einstellbar.

P	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

FERNSTEUERUNG



- Ein- und Ausschalten des Geräts.
- Starten oder Stoppen des Trainings oder des gewählten Programms.
- Zugriff auf die Programme.
- Erhöhen oder Verringern der Geschwindigkeit.
- Erhöhen oder Verringern der Zeit.
- Vorherige Nummer.
- Nächstes Lied.
- Musik starten oder stoppen.
- Lautstärke erhöhen.
- Lautstärke verringern.

INDEX

Consignes de sécurité	08
Garantie	08
Conditions d'utilisation	08
Codes d'erreur	08
Display	09
Programmes	09
Télécommande	09

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

⚠ AVERTISSEMENT!

Consultez votre médecin avant de commencer à faire de l'exercice. Ceci est particulièrement important pour les personnes ayant des problèmes de santé et les femmes enceintes. Lire toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil. VirtuFit décline toute responsabilité en cas de blessures ou de dommages matériels résultant de l'utilisation de cet appareil. Pour des raisons de sécurité, le produit ne doit pas être utilisé par des enfants. Veuillez lire attentivement ce manuel avant d'utiliser l'appareil.

- En raison des vibrations de l'appareil, des vertiges peuvent survenir lors de la première utilisation. Ils diminueront progressivement après une utilisation plus fréquente. Si les vertiges ne disparaissent pas, consultez un médecin.
- Réservé à l'usage des adultes.
- Tenir les enfants et les animaux à l'écart de l'appareil lorsqu'il est utilisé.
- Cet appareil ne doit être utilisé que par une seule personne à la fois.
- Placez l'appareil sur une surface propre, plane, régulière et stable. Ne placez pas l'appareil à l'extérieur ou près de l'eau.
- Répartissez votre poids sur la plaque vibrante et veillez à garder l'équilibre pendant l'utilisation de l'appareil.
- Cet appareil est destiné uniquement à l'entraînement.
- Éteignez toujours l'appareil après utilisation et débranchez-le. Ne laissez pas l'appareil sans surveillance lorsqu'il fonctionne.
- La durée d'utilisation recommandée pour une séance est de 10 à 20 minutes

NOTE! Conservez l'appareil dans une pièce sèche et hors de portée des enfants. Assurez-vous que l'appareil est stable et sûr afin d'éviter qu'il ne tombe sur des enfants ou des animaux.

GARANTIE

La période de garantie de cet article est de 2 ans à compter de la date d'achat. La garantie n'est valable que lorsque l'appareil est utilisé dans le cadre d'activités et d'un usage récréatif normal et ne couvre pas le boîtier ou les articles utilisés dans le cadre d'une location.

CONDITIONS D'UTILISATION

- An einem trockenen und staubfreien Ort aufbewahren.
- Verschütten Sie keine Flüssigkeiten über das Gerät.
- Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser ein.
- Nicht mit nassen Händen benutzen.
- Nicht darauf treten oder knien.
- Nicht mit Chemikalien reinigen.
- Bei einer Temperatur unter 40 °C verwenden und aufbewahren.

CODES D'ERREUR

Les lumières sont éteintes.

- **Solution:** Vérifiez les piles et remplacez-les si nécessaire.
- **Solution:** Redémarrer l'appareil.

L'appareil fait trop de bruit.

- **Solution:** Assurez-vous que le fond de l'appareil est ferme et stable sur une surface plane et horizontale. Déplacez l'appareil ou réglez-le si nécessaire.

La télécommande ne fonctionne pas.

- **Solution:** Vérifiez les piles de la télécommande et remplacez-les si nécessaire.
- **Solution:** Assurez-vous que la télécommande ne se trouve pas à plus de 2,5 mètres de l'appareil. Visez le récepteur infrarouge situé au centre de l'écran.

L'appareil s'arrête et/ou ne fonctionne pas correctement.

- **Solution:** L'appareil est peut-être en surchauffe. Attendez au moins 10 minutes pour que l'appareil refroidisse. Lorsque l'appareil a refroidi, redémarrez-le.

L'appareil ne réagit pas à la pression d'un bouton.

- **Solution:** L'appareil a peut-être reçu trop de commandes à la fois. Redémarrez l'appareil pour laisser le récepteur se reposer.

DISPLAY



Funktionen

- Allumer et éteindre l'appareil.
- Démarrer ou arrêter le fonctionnement manuel ou les programmes sélectionnés.
- P** Permet de basculer entre 5 programmes d'entraînement automatiques pré-réglés et 1 programme manuel.
- +** Augmenter manuellement la vitesse ou la durée des vibrations.
- Diminuer manuellement la vitesse ou la durée des vibrations.

Trainingsprogramm starten

- Faites défiler les programmes d'entraînement (P1-P5) en appuyant plusieurs fois sur **P**.
- Appuyez sur pour démarrer le programme sélectionné.

REMARQUE!

- *Pour des raisons de sécurité, la touche **P** ne fonctionne que lorsque l'appareil est en mode veille. Appuyez sur pour arrêter l'appareil et passer en mode veille.*
- *Les commandes de vitesse et de durée ne fonctionnent pas pendant les programmes d'exercices prédéfinis.*

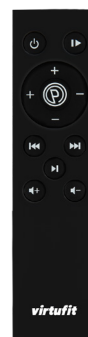
PROGRAMMES

Niveau de vitesse

La plaque vibrante est équipée de 5 programmes automatiques (P1 à P5), chacun d'une durée de 10 minutes. Chaque programme se compose de 4 phases (S1 à S4), pendant lesquelles la vitesse est automatiquement ajustée. La vitesse peut être réglée sur un maximum de 99 niveaux.

P	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

TÉLÉCOMMANDE



- Mise en marche et arrêt de l'appareil.
- Démarrer ou arrêter l'entraînement ou le programme sélectionné.
- Accéder aux programmes.
- Augmenter ou diminuer la vitesse.
- Augmenter ou diminuer la durée.
- Numéro précédent.
- Morceau suivant.
- Démarrer ou arrêter la musique.
- Augmenter le volume.
- Diminuer le volume.

virtufit

VIRTUFIT

Twekkelerweg 263
7553 LZ Hengelo
The Netherlands
info@virtufit.nl

VIRTUFIT SERVICE

Do you have a problem with your VirtuFit fitness equipment and would you like to submit a service request? Then scan the QR code on the right and fill in our service form.

