

# FITAGE

PLATAFORMA VIBRATORIA



GE-301

➤ MANUAL DEL USUARIO



## ➤ CONTENIDO

Introducción .....	02
.....	
Ilustración estructural	
● Nombres de las partes .....	03
● Consola y funciones .....	04
Instalación .....	05
Características y efectividad .....	08
Instrucciones de uso .....	12
Precauciones de seguridad .....	15
Mantenimiento .....	17
Especificaciones .....	18
.....	

## ➤ INTRODUCCION

Gracias por comprar nuestra Plataforma Vibratoria.  
Por favor, lea el manual de funcionamiento cuidadosamente  
antes de comenzar a operar el equipo.  
Este manual debe estar disponible para referencia  
futura después de haberlo leído.

LOS DISEÑOS Y LAS IMÁGENES DE ESTE MANUAL SON SÓLO ILUSTRATIVAS.



## ➤ ILUSTRACIÓN ESTRUCTURAL

### A.

NOMBRE DE CADA PARTE



01 CONSOLA

02 SENSOR DE PORCENTAJE DE GRASA IZQ.

03 TUBO SOPORTE

04 BARANDA DE SEGURIDAD IZQUIERDA

05 RUEDAS

06 PIE AJUSTABLE

07 CUBIERTA DE LA BASE

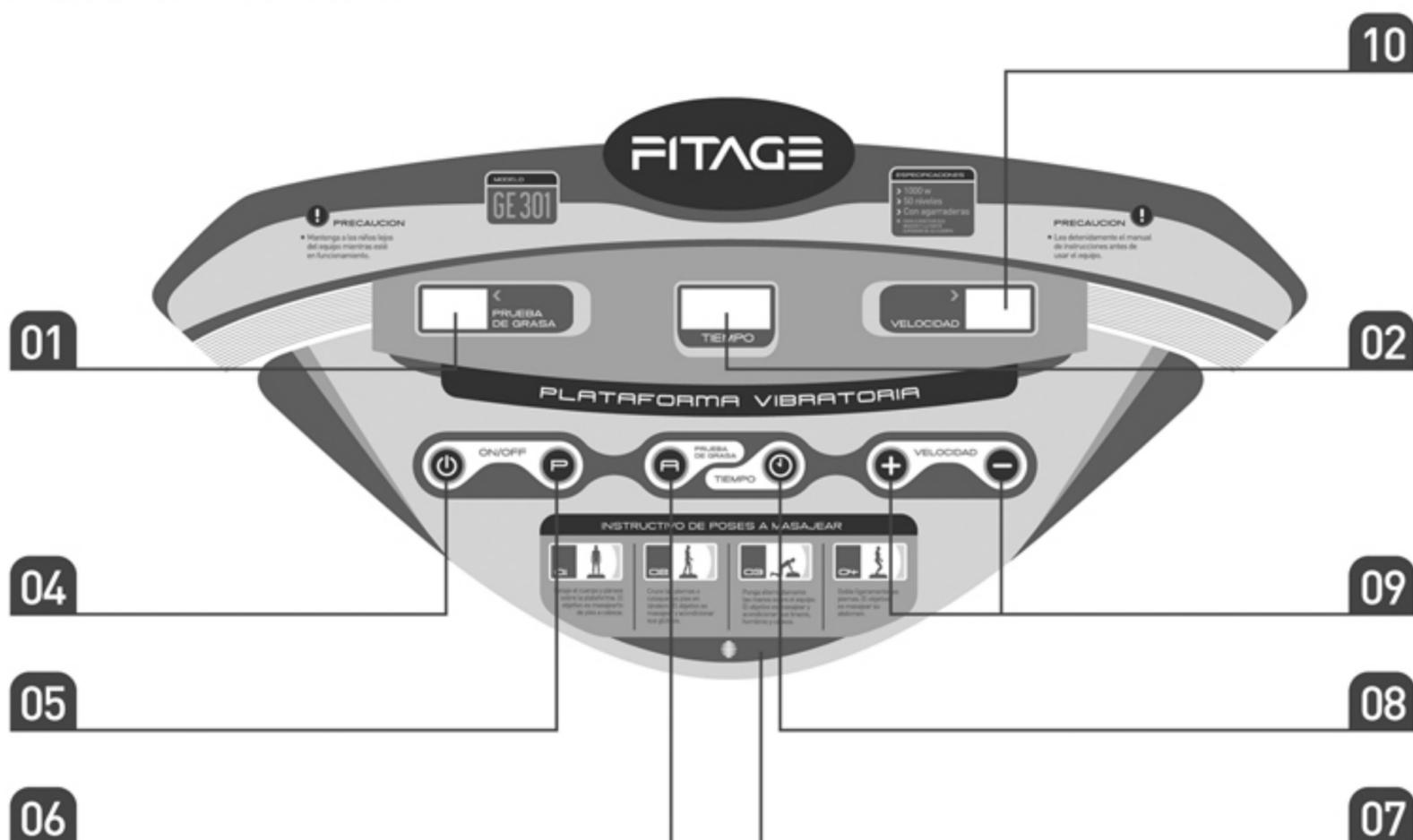
08 PLATAFORMA VIBRATORIA

09 BARANDA DE SEGURIDAD DERECHA

10 SENSOR DE PORCENTAJE DE GRASA DER.

## ➤ ILUSTRACIÓN ESTRUCTURAL

### B. CONSOLA Y FUNCIONES

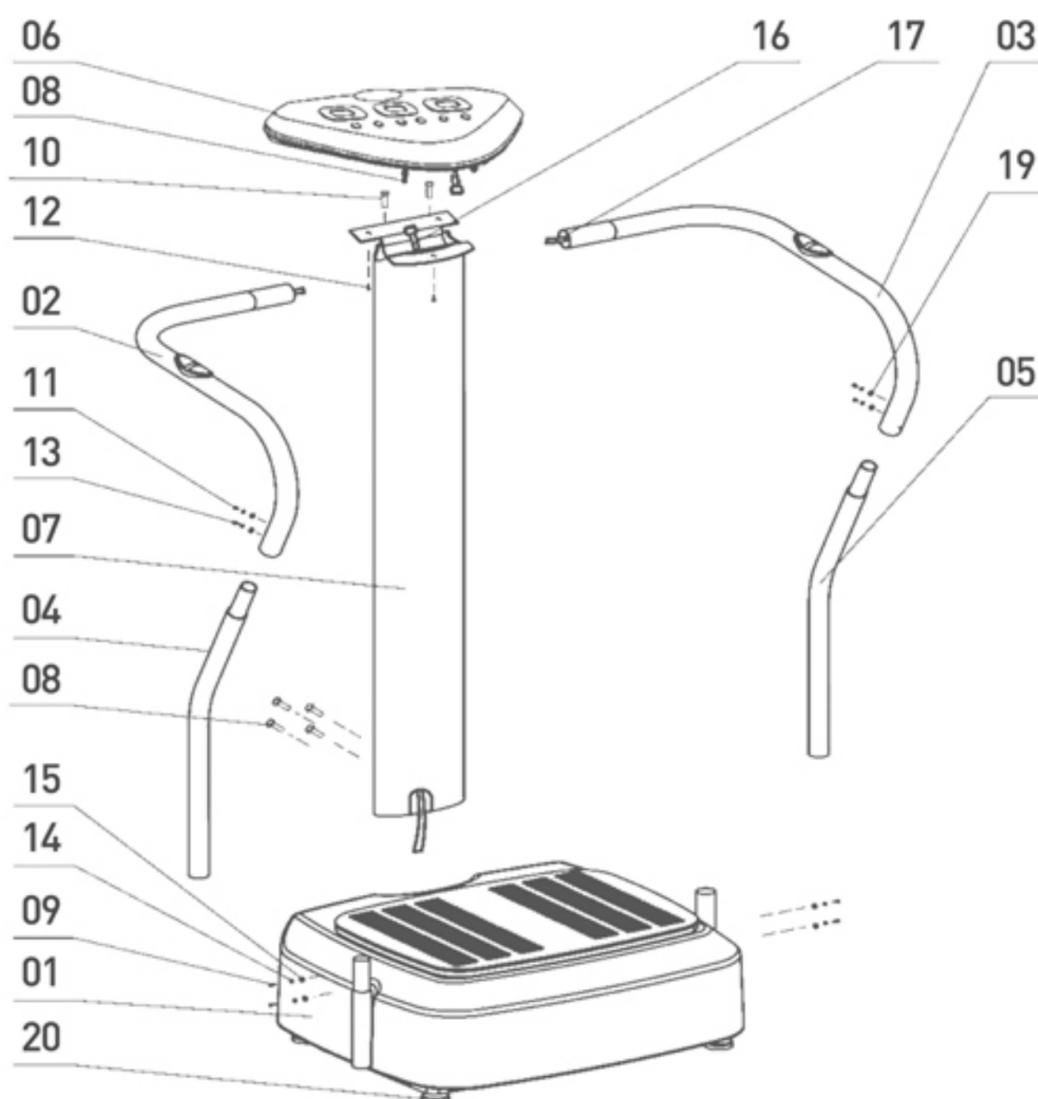


- 01** PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL AUTOMÁTICO
- 02** TIEMPO
- 03** VELOCIDAD
- 04** BOTÓN DE APAGADO
- 05** BOTÓN DE ENCENDIDO
- 06** BOTÓN DE SELECCIÓN:  
Programa automático / Programa manual / Porcentaje de grasa.
- 07** GUÍA DE EJERCICIOS
- 08** BOTÓN DE SETEADO: Tiempo / Género / Edad / Altura / Peso.
- 09** BOTÓN PARA INCREMENTAR Y DISMINUIR:  
Velocidad / Tiempo / Género / Edad / Altura / Peso.

# ➤ INSTALACIÓN

## A.

### DETALLE DE PARTES



Nº	PARTE	CANT.
01	Cubierta de base	1
02	Baranda superior izq.	1
03	Baranda superior der.	1
04	Baranda inferior izq.	1
05	Baranda inferior der.	1
06	Consola	1
07	Tubo soporte	1
08	Tornillo con cabeza (M8 x 12)	4
09	Tornillo de cruz (M6 x 12)	4
10	Tornillo (M8 x 50)	2

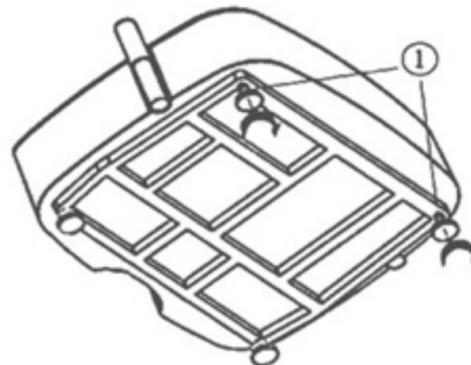
Nº	PARTE	CANT.
11	Tornillo de cruz (M5 x 12)	4
12	Tornillo de cruz (M6 x 12)	3
13	Colchón amortiguado (M5)	4
14	Colchón elástico (M6)	4
15	Arandela (M6)	4
16	Cable señal	4
17	Sensor de grasa (B)	1
18	Sensor de grasa (A)	2
19	Arandela (M5)	4
20	Pie	2

## ➤ INSTALACIÓN

### B. PASOS

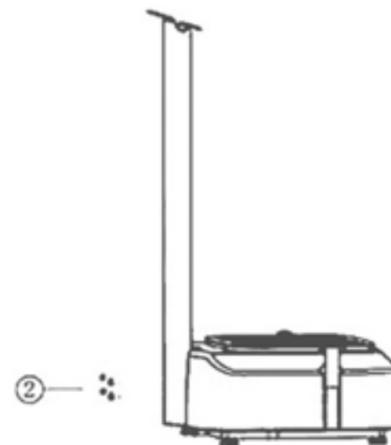
#### STEP 01 | Ajuste los pies de apoyo del equipo

Ajuste la altura del pie del equipo y luego mantenga la máquina equilibrada.



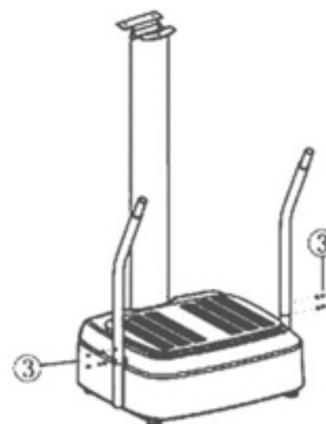
#### STEP 02 | Coloque el tubo soporte

Conecte los 3 conectores entre el tubo soporte y el controlador y luego coloque el tubo de apoyo al lado posterior de la máquina en posición vertical. Después de eso, ajuste el tubo con 4 tornillos de M8 x 12.



#### STEP 03 | Instalación de las barandas de seguridad

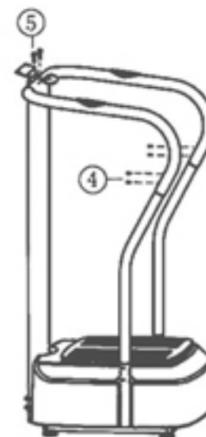
Coloque las dos barandas de seguridad inferiores al cuerpo del equipo y ajústelas con 4 tornillos de M6 x 12.



## ➤ INSTALACIÓN

### STEP 04 | Ensamblado de las barandas de seguridad

Conecte las dos barandas de seguridad superiores a las dos inferiores. A continuación, asegúrelas con 4 tornillos de M5 x 12. Después de esto, asegure las dos barandas superiores al tubo soporte con dos tornillos de M8 x 50.



### STEP 05 | Ensamblado de la consola

Conecte los tres conectores entre la consola y el tubo soporte. Luego asegure la consola al tubo soporte con 3 tornillos M6 x 12. Tenga mucho cuidado de no apretar ni pellizcar los cables cuando realice este procedimiento.



## ➤ CARACTERÍSTICAS Y EFECTIVIDAD

### A. CARACTERÍSTICAS

#### ➤ TRES PROGRAMAS DIFERENTES PARA ELEGIR.

Elija uno de los tres programas para setear.  
Cada uno trabajará diferentes partes del cuerpo a diferentes niveles.

- P1 ➤ Ejercicios cardiovascular.
- P2 ➤ Programa de desintoxicación.
- P3 ➤ Programa para modelar el cuerpo.

#### ➤ VARIABLES DEL RANGO DE VELOCIDAD

Reduce efectivamente las grasas corporales no deseadas con variantes de velocidad y de fuerza masajeadora vibrante.

#### ➤ DISEÑO ERGONÓMICO Y MODERNO

#### ➤ CONSOLA FÁCIL DE OPERAR CON PANTALLAS.

Diseño de consola de fácil uso con display LCD para que el usuario pueda cómodamente programar el ejercicio que mejor se adapte a sus necesidades y en el que podrá ver el tiempo, la velocidad y el porcentaje de grasa corporal.

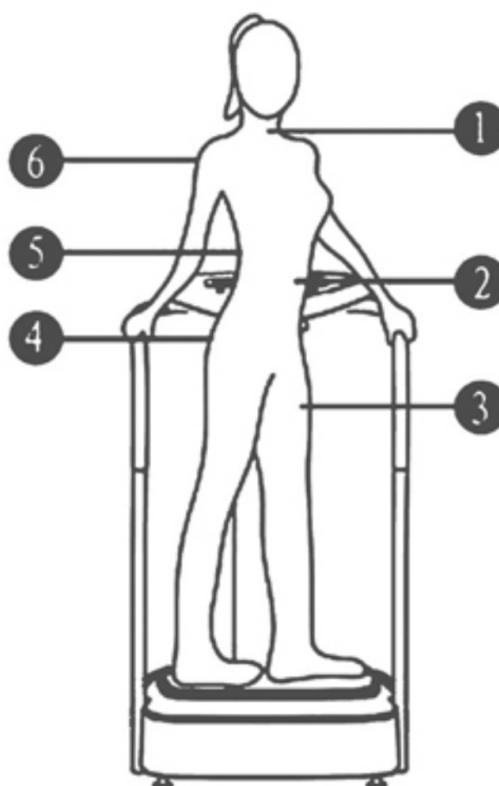
#### ➤ ARMAZÓN DURABLE DE ACERO IMPRESO EN MODERNOS COLORES.

#### ➤ PROTECCIÓN DE SOBRECARGA.

#### ➤ RESISTENTE A LA ESTÁTICA ELÉCTRICA.

### B. EFECTIVIDAD Y GUÍA DE ENTRENAMIENTO

1. Mejora la circulación de la sangre.
2. Mejoramiento intestinal.
3. Moldea los muslos.
4. Reafirma gluteos.
5. Moldea la cintura y el abdomen.
6. Trabaja los hombros.



# ➤ CARACTERÍSTICAS Y EFECTIVIDAD

## P1 Ejercicio cardiovascular



MEDIDAS PARA MEJORAR LA CIRCULACIÓN SANGUÍNEA, PROMOVER EL METABOLISMO Y REGULAR SISTEMA NERVIOSO.

01



3 min. de pie y erguido.

02



3 min. tipo caminata (la pierna izq. delante).

03



2 min. con las rodillas flexionadas.

04



1 min. parado de costado.

05



1 min. tipo caminata (la pierna der. delante).

06



2 min. de pie y erguido.

MEDIDAS PARA UN EJERCICIO REARFIRMANTE.

01



2 min. de pie y erguido.

02



2 min. con las rodillas flexionadas.

03



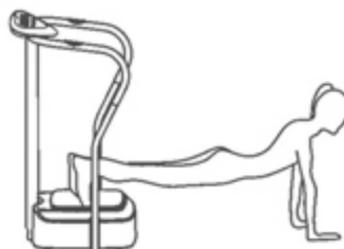
1 min. en posición de flor de loto.

04



2 min. tipo caminata (la pierna izq. delante).

05



1 min. tipo lagartija.

06



2 min. tipo caminata (la pierna der. delante).

## ➤ CARACTERÍSTICAS Y EFECTIVIDAD

### P2 Programa para desintoxicar el cuerpo



#### MEDIDAS PARA EL MEJORAMIENTO INTESTINAL

01



2 min. tipo caminata (la pierna der. delante).

02



2 min. de pie y erguido.

03



2 min. en posición de flor de loto.

04



2 min. tipo caminata (la pierna izq. delante).

05



1 min. parado de costado.

06



1 min. de pie y erguido.

### P3 Programa para modelar el cuerpo.



#### MEDIDAS PARA EL ADELGAZAMIENTO DE LA CINTURA Y EL ABDOMEN

01



2 min. de pie y erguido.

02



2 min. tipo caminata (la pierna izq. delante).

03



1 min. con las rodillas flexionadas.

04



2 min. tipo caminata (la pierna der. delante).

05



1 min. parado de costado.

06



2 min. de pie y erguido.

## ➤ CARACTERÍSTICAS Y EFECTIVIDAD

### MEDIDAS PARA MODELAR SUS MUSLOS INFERIORES.

01



2 min. de pie y erguido.

02



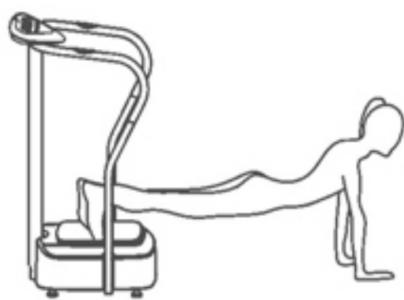
1 min. con las rodillas flexionadas.

03



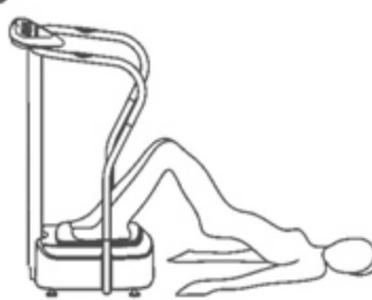
2 min. alternando los pies.

04



1 min. tipo lagartija.

05



2 min. con las piernas dobladas

06



2 min. tipo caminata.

### MEDIDAS PARA MODELAR SU TORSO.

01



2 min. de pie y erguido.

02



2 min. sentada.

03



3 min. apoyando las manos.

04



3 min. tipo caminata.

05



2 min. parado de costado.

06



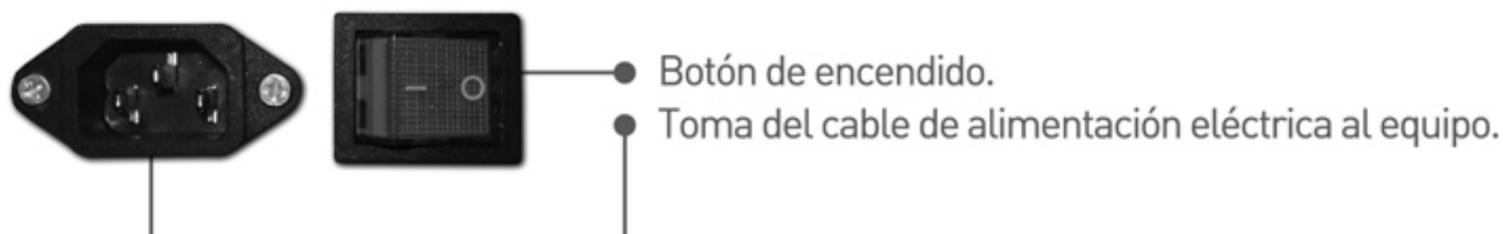
2 min. de pie y erguido

## ➤ INSTRUCCIONES DE USO

1. Enchufe el cable de corriente en el toma de forma correcta. Chequee el voltaje y encienda el equipo.
2. Elija la pose deseada según muestran las ilustraciones de la pagina anterior.
3. Presione el botón START para iniciar un programa.
4. Usted deberá setear su género, edad, altura y peso presionando el botón secuencialmente.  
Agárrese al sensor de las barandas para obtener su porcentaje de grasa corporal.

BOTÓN	MODOS	INSTRUCCIÓN	TIEMPO	VELOCIDAD
	STOP	Presione este botón para detener inmediatamente el masaje.	Ajustable	Ajustable
	START	La plataforma está en modo reposo una vez que haya sido encendida. Usted debe setear el tiempo en este modo.	Presione   para setear el tiempo. El máximo serán diez minutos.	
	PROGRAMA AUTOMATICO (P1-P2-P3)	El modo automático del equipo se activará al presionar este botón. Usted podrá elegir el programa de su preferencia. P1-P2-P3 se mostrarán secuencialmente al momento de apretar este botón.	No ajustable	No ajustable
	ANALISIS DE PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL	Presione este botón hasta que aparezca el 1 en el display. Luego presione el botón  y podrá setear su género, edad, altura y peso para el análisis de porcentaje de grasa.	A) Género	1: HOMBRE 2: MUJER
			B) Edad	Por defecto la edad aparece en 20. Presione   para ajustar su edad.
			B) Altura	Por defecto la altura aparece en 1,7 m. Presione   para ajustar su altura.
			B) Peso	Por defecto la altura aparece en 70 Kg. Presione   para ajustar su altura.
	TIEMPO/ SETEADO	En modo reposo, presione estos botones para ajustar el tiempo. El máximo serán diez minutos.	El tiempo por defecto será de 10 minutos. Presione   para setear el tiempo. El máximo serán diez minutos.	
	INCREMENTAR DISMINUIR	En el modo manual, presione estos botones para ajustar la velocidad del masaje.		

### ➤ CÓMO USAR EL INTERRUPTOR



## ➤ INSTRUCCIONES DE USO

5. Es aconsejable beber 500ml de agua tibia antes de utilizar el equipo para así eliminar las sustancias tóxicas.

### CONSEJOS

Beba 3000ml de agua diariamente para lograr un estilo de vida más saludable ya que logrará revitalizar de energía su cuerpo. El agua beneficia a su cuerpo en lo siguiente:

- AYUDA A PREVENIR LA INDIGESTIÓN.
- REDUCE ENFERMEDADES, SOBRE TODO EN EL RIÑÓN.
- MEJORA EL METABOLISMO.
- MEJORA LA CIRCULACIÓN DE LA SANGRE Y PREVIENE ENFERMEDADES CARDÍACAS.
- FORTALECE EL SISTEMA INMUNOLÓGICO.
- REDUCE LA PRESIÓN Y EL ESTRÉS.
- PREVIENE LA FATIGA E INCREMENTA LA STAMINA EN EL CUERPO.
- MEJORA LA TEXTURA DE LA PIEL DANDO UNA APARIENCIA MÁS FRESCA.

6. No utilizar el equipo por más de 20 minutos cada vez.

7. Por favor, tómese entre 15 y 20 minutos de descanso antes de iniciar la siguiente sesión.

## ➤ INFORMACIÓN DE REFERENCIA

### DISEÑO DEL PROGRAMA DE EJERCICIOS

CATEGORÍA	CICLO	TIEMPO	VELOCIDAD
EJERCITARSE	1 - 3 veces por día	5 - 20 minutos	Velocidad uniforme
ADELGAZAMIENTO	14 - 18 veces al día	10 - 20 minutos	Retardando la velocidad

### REFERENCIA DEL RESULTADO DE LOS DATOS DEL PORCENTAJE DE GRASA CORPORAL

GÉNERO	PESO BAJO	RANGO SALUDABLE	SOBREPESO	OBESIDAD
MUJER	Menos del 20%	20 - 25%	25 - 30%	Arriba del 30%
HOMBRE	Menos del 13%	13 - 21%	21 - 26%	Arriba del 26%

## ➤ INSTRUCCIONES DE USO

TABLA COMPARATIVA DE LOS DATOS DEL PROGRAMA AUTOMÁTICO

### 50 VELOCIDADES

<b>P1</b>	5	10	15	20	25	27	35	40	25	15
<b>P2</b>	3	5	8	10	13	15	35	25	20	15
<b>P3</b>	10	25	10	25	10	40	10	40	10	25

Los números de esta tabla representan la velocidad expresada en metros.



## ➤ PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

Para mantener el nivel operativo de la plataforma, tenga en cuenta lo siguiente:

### A. ANTES DE USAR LA PLATAFORMA

1. Utilice la plataforma como está descrito en esta guía de usuario.
2. No cambie la ubicación o utilice la fuerza para trasladar el equipo para así evitar daños. Podrían dañarse los pisos de madera.
3. No utilice el equipo 30 minutos antes ni después de haber comido.
4. Sólo una persona puede utilizar la plataforma por vez. Si no lo hace, puede causar lesiones o la avería de la plataforma.
5. Agárrese de las barandas de seguridad durante el ejercicio.
6. Revise el nivel de velocidad antes de operar la plataforma y asegúrese de que esté a una velocidad confortable y segura. Usted podría lastimarse si la velocidad demasiado alta.
7. Asegúrese de que haya espacio suficiente entre sus pies en la fase inicial. Rango recomendable: la distancia entre sus pies debe ser de alrededor de 30 cm.
8. No utilizar este equipo para otros fines que no sea hacer ejercicio.
9. No utilice ni toque la plataforma con las manos mojadas o húmedas. Podría romper la plataforma o electrocutarse.
10. No utilice ningún tipo de elementos filosos como cucharas, cuchillos o cualquier material peligroso para la plataforma. No introduzca los dedos entre la base y la plataforma de apoyo.

### B. DURANTE EL USO DE LA PLATAFORMA

1. Si surgen malestares o anomalías a la hora de utilizar el equipo, por favor deténgase y consulte a un médico inmediatamente.
2. No haga fuerza contra el equipo (Riesgo de lesiones y mal funcionamiento).
3. Cuando no esté utilizando el equipo, por favor apáguelo y desenchufe el cable del toma (De quedar conectado, existe riesgo de electrocución e incendio).
4. No se ejercite en la misma pose por más de 10 minutos. Podrían aparecer calambres.

### C. DESPUÉS DE USAR LA PLATAFORMA

1. Por favor, apague el equipo y desenchúfelo del toma una vez haya dejado de utilizarlo.

## ➤ PRECAUCIONES DE SEGURIDAD



### **PELIGRO**

Si usted está bajo tratamiento médico o alguno de los siguientes síntomas, por favor consulte a su médico antes de utilizar el equipo.

- EPILEPSIA
- DIABETES
- ENFERMEDADES DEL CORAZÓN O VASCULARES
- HERNIA DE DISCO, DISCOPATÍA O ESPONDILITIS
- IMPLANTES EN RODILLA O CADERAS
- MARCAPASOS
- DIU RECIÉN PUESTO, CLAVOS DE METAL.
- CONDICIONES TROMBÓTICAS
- TUMOR
- INFECCIONES RECIENTES
- RECIENTES HERIDAS QUIRÚRGICAS
- EMBARAZO
- MIGRAÑAS SEVERAS

# ➤ MANTENIMIENTO

## COMO ALMACENAR

### 01. No almacenar la plataforma

- Cerca del calor.
- Bajo el rayo del sol por un tiempo prolongado.
- En lugares con gas, polvo o humedad.

### 02. Mantener la plataforma

- Temperatura de uso: entre 0°C y 35°C
- Temperatura de mantenimiento: entre 5-50°C
- Humedad entre 40-80%

03. Si la plataforma no va a ser usada por un período largo de tiempo, cúbrala con un pedazo de tela limpia para protegerla del polvo.

04. No almacene la plataforma en lugares donde pueda darle el sol o esté expuesta a altas temperaturas.

05. No enrrolle el cable de alimentación ya que podría causar mal funcionamiento.

## AUTOMANTENIMIENTO

01. Antes de limpiar, asegúrese que el equipo esté apagado y desenchufado.

02. Las primeras veces no utilice el equipo por un tiempo demasiado prolongado.

03. Apague y desenchufe el equipo cada vez que termine de usarlo.

## PROTECCION

01. No utilizar este equipo en zonas mojadas tales como el baño, cerca de piletas o spa.

02. No utilizar este equipo cuando haya mucho polvo en el ambiente, aceite, humo o gas.

03. Evite dañar la superficie del equipo con objetos pesados, golpes fuertes o rayaduras.

## LIMPIADO

No utilizar limpiadores corrosivos. No usar bencina ni tiner para limpiar el equipo. No rociar con insecticida.

## ➤ ESPECIFICACIONES

NOMBRE DEL PRODUCTO _____	Plataforma Vibratoria
ENTRADA _____	220V
RANGO DE FRECUENCIAS _____	50-60Hz
POTENCIA _____	1000W
AMPLITUD _____	0-10mm
MOTOR _____	1.5HP
RANGO DE VELOCIDADES _____	1-50
PROGRAMAS PREESTABLECIDOS _____	3
CONSOLA _____	Programa, tiempo, porcentaje de grasa corporal, velocidad.
DIMENSIONES _____	Aprox. 720mm (largo) x 630mm (ancho) x 1210mm (alto)
PESO DE CARGA _____	150kg
PESO NETO _____	42kg
PESO BRUTO _____	46kg