

body**sense**



PowerVib



Seit der Gründung im Jahr 2000 steht der Name CASADA für hochwertige Produkte im Bereich Wellness und Fitness.

Heute sind CASADA Produkte in weltweit 37 Ländern erhältlich. Kontinuierliche Weiterentwicklung, unverwechselbares Design und die strikte Ausrichtung auf eine Verbesserung der Lebensqualität zeichnen die CASADA Produkte ebenso aus, wie die zuverlässige und hervorragende Qualität.

Wir Gratulieren!

Mit dem Kauf der PowerVib von Casada haben Sie ein hochwertiges und individuelles Trainingsgerät erworben.

Damit Sie lange Freude an Ihrem Trainingsgerät haben, geben wir Ihnen hiermit einige Ratschläge für die Bedienung und den technischen Gebrauch. Vielen Dank für Ihr Vertrauen in CASADA.

Inhaltsverzeichnis

Sicherheitshinweise	4
Vorwort	5
Funktionsweise	5
Montage der Gewichte	6
Technische Daten	6
EU-Konformitätserklärung	7
Gewährleistungsbestimmungen	7

Sicherheitshinweise



Bevor Sie dieses Fitnessgerät in Betrieb nehmen, lesen Sie bitte die folgenden Hinweise sehr sorgfältig, um die einwandfreie Funktion und optimale Wirkungsweise zu gewährleisten. Bitte bewahren Sie diese Bedienungsanleitung auf!

- Dieses Fitnessgerät entspricht den anerkannten Grundsätzen der Technik und den aktuellen Sicherheitsbestimmungen.
- Dieses Gerät ist wartungsfrei. Evtl. erforderliche Reparaturen dürfen nur von einer autorisierten Fachkraft durchgeführt werden. Unsachgemäßer Gebrauch sowie unautorisierte Reparatur sind aus Sicherheitsgründen untersagt und führen zum Garantieverlust.
- Berühren Sie den Netzstecker niemals mit nassen Händen.
- Bitte vermeiden Sie den Kontakt des Gerätes mit Wasser, hohen Temperaturen sowie direkter Sonneneinstrahlung.
- Haben Sie das Gerät längere Zeit an einem kalten Ort aufbewahrt, lassen Sie es vor der Benutzung eine Stunde auf Raumtemperatur akklimatisieren.
- Ziehen Sie bei längerer Nichtbenutzung das Netzkabel aus der Steckdose, um die Gefahr eines Kurzschlusses zu vermeiden.
- Benutzen Sie keine beschädigten Stecker, Schnüre oder lose Fassungen. Wenn Stecker oder Schnüre beschädigt sind, müssen diese vom Hersteller, vom Service-Vertreter oder von qualifiziertem Personal ersetzt werden. Bei Funktionsstörung trennen Sie bitte sofort die Verbindung zur Stromzufuhr. Zweckentfremdung oder falsche Nutzung schließt eine Haftung für Schäden aus.
- Nach vorherrschender Meinung sollten Kinder unter 13 Jahren kein Vibrationstraining ausführen. Nach oben gibt es jedoch keine Altersbeschränkung.
- Aus Sicherheitsgründen und um Verletzungen zu vermeiden, lassen Sie das Powervib während einer Unterbrechung des Trainings, zu keiner Zeit im Vibrationsmodus.
- Um ein Übertraining zu vermeiden, sollten Sie folgende maximale Trainingszeiten nicht überschreiten:

Fitnessgrad untrainiert:
15min bei
1 – 3x Training/Woche

**Fitnessgrad unregelmäßig
Sport treibend:**
30min bei 1 – 4x Training/Woche

Fitnessgrad sportlich/trainiert:
45min bei
1 – 6x Training/Woche

ACHTUNG!

Auch bereits gut trainierte Sportler sollten langsam beginnen, da die Vibrationen für die Muskeln eine ganz neue Form der Belastung darstellen. Mit der Zeit kann man die Intensität des Trainings dann schrittweise steigern, etwa durch höhere Frequenzen, mehr dynamische Übungen oder durch kürzere Pausen.

- Verwenden Sie niemals spitze oder scharfe Gegenstände.
- Achten Sie immer auf eine korrekte Haltung Ihres Körpers, um Schäden an Gelenken oder Organen zu vermeiden.
- Legen Sie Ihren Kopf und Ihren Brustkorb niemals direkt auf das Powervib.
- Bei Übungen wo der Kopf in der Nähe des Powervib ist (z.B. Liegestütz, Unterarmstütz, Seitstütz etc.), trainieren Sie niemals über einer Intensität von Stufe 50!

Vorwort

Trainieren mit Hanteln ist ein großes Thema. Muskelaufbau, das Wohlbefinden steigern, ein gesundes Körpergefühl entwickeln, die Gesundheit fördern, die Fitness erhöhen oder eine schlankere und gut geformte Figur – Sportziele beim Hanteltraining sind so vielfältig, wie die verschiedenen Arten. Vielleicht noch nicht so bekannt sind die sogenannten Vibrationshanteln. Vibrationen sind hier die Geheimwaffe, die das Training mit diesen Hanteln erfolgreich werden lassen.

Funktionsweise

1. Um die Vibrationshantel einzuschalten, drücken Sie die Taste  auf dem Bedienfeld. Der Batteriestand wird Ihnen angezeigt:

● ● ● 100%
● ● ○ 65% - 80%
● ○ ○ 40% - 60%
○ ○ ○ 0%

2. Drücken Sie die Taste ein zweites Mal, um einen der drei Vibrationsmodi auszuwählen. Die Standardeinstellung ist die niedrigste Intensitätsstufe.
3. Drücken Sie dann nacheinander die Taste , um eine der 3 Stufen der Vibrationsintensität auszuwählen.

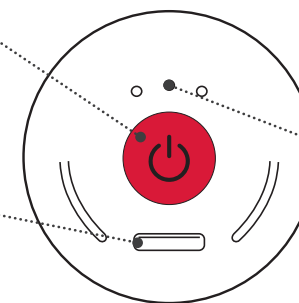
1. Level	1100 ± 300 rpm (18 Hz)
2. Level	1500 ± 300 rpm (25 Hz)
3. Level	2000 ± 300 rpm (33 Hz)

Je höher die Vibrationsintensität, desto größer die Belastung für die Muskeln.

4. Um das Gerät auszuschalten, halten Sie die Taste  3 Sekunden lang gedrückt.
5. Nach 10 Minuten schaltet sich die Vibrationshantel automatisch ab.

Aus / An Taste

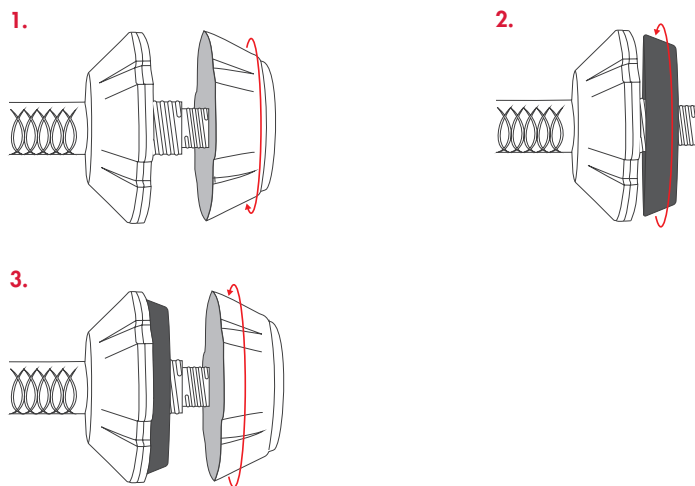
USB-C Anschluss



Batterieanzeige /
Geschwindigkeitsanzeige

Montage der Gewichte

Um die Belastbarkeit und das Training zu intensivieren, können Sie das Gewicht der Hantel von 2 auf 3 kg wie folgt anpassen:



1. Schrauben Sie die Verschlusskappe der Hantel seitlich ab.
2. Drehen Sie das Gewicht von 500g fest über das Gewinde.
3. Drehen Sie zum Schluss die Verschlusskappe wieder drauf.
4. Wiederholen Sie die Schritte für die andere Seite.

Technische Daten

Artikel-Nr.:	CS-450
Maße:	28 x 11 x 11 cm
Gewicht:	2 - 3 kg
Intensität:	1. Level 1100rpm (18 Hz) 2. Level 1500rpm (25 Hz) 3. Level 2000rpm (33 Hz)
Timer:	10 Minuten
Nennspannung:	DC 5V, 2A, Typ C
Batterie:	Li-ion battery 7,4 V/ 1800 mAh
Laufzeit:	max. 2 Stunden
Ladezeit:	3 Stunden
Material:	ABS, Silikon

Zertifikate:



EU-Konformitätserklärung

Entspricht den europäischen Richtlinien EMC 2014/30/EU, LVD 2014/35/EU.

Gewährleistungsbestimmungen

Der Händler gewährt auf das umseitig beschriebene Produkt eine gesetzlich vorgeschriebene Gewährleistungszeit. Die Gewährleistung gilt ab dem Kaufdatum. Das Kaufdatum ist mit dem Kaufbeleg nachzuweisen.

Der Händler wird die innerhalb Deutschlands erfassten Produkte, bei denen Fehler festgestellt wurden, kostenlos reparieren bzw. ersetzen. Hiervon nicht betroffen sind Verschleißteile. Voraussetzung dafür ist die Einsendung des fehlerhaften Gerätes mit Kaufbeleg vor Ablauf der Gewährleistungszeit.

Der Gewährleistungsanspruch entfällt, sofern nach Feststellung eines Fehlers, dieser z.B. durch äußere Einwirkung oder als Folge von Reparatur oder Änderung aufgetreten ist, die nicht vom Hersteller oder einem autorisierten Vertragshändler vorgenommen wurde.

Die Gewährleistung vom Händler beschränkt sich auf Reparatur bzw. Austausch des Produktes. Im Rahmen dieser Gewährleistung übernimmt der Hersteller bzw. Verkäufer keine weitergehende Haftung und ist nicht verantwortlich für Schäden, die durch die Missachtung der Bedienungsanleitung und/oder missbräuchliche Anwendung des Produktes entstanden sind.

Stellt sich bei Überprüfung des Produktes durch den Hersteller heraus, dass das Gewährleistungsverlangen einen nicht von der Gewährleistung erfassten Fehler betrifft oder dass die Gewährleistungsfrist abgelaufen ist, sind die Kosten der Überprüfung und Reparatur vom Kunden zu tragen.

Casada International GmbH
Obermeiers Feld 3
33104 Paderborn, Germany

info@casada.com
www.casada.com

Copyright Bilder und Texte unterstehen dem Copyright von Casada International GmbH und dürfen ohne ausdrückliche Bestätigung nicht weiterverwendet werden.
Copyright © 2020 CASADA International GmbH. Alle Rechte vorbehalten.



Since the company was founded back in the year 2000, the name CASADA has become synonymous with high-quality products in the wellness and fitness sector.

Today, CASADA devices are available worldwide. Continuous development, unmistakable design and a strict focus on improving quality of life are just as much characteristic of CASADA products as reliable and top-class quality.

Congratulations!

With the purchase of the PowerVib from Casada you have acquired a high-quality and individual training device.

In order for you to enjoy your training device for a long time, we hereby give you some advice for the operation and technical use. Thank you for your trust in CASADA.

Table of contents

- Safety Instructions 10
- Foreword..... 11
- Functionality 11
- Assembly of the weights..... 12
- Technical Data 12
- EU-Declaration of conformity 13
- Warranty conditions..... 13

Safety Instructions



Please carefully read the following instructions before using this fitness equipment to ensure proper functioning and optimal effect. Please retain these instructions for use!

- This fitness device complies with the recognised principles of technology and current safety regulations.
- This equipment is maintenance free. Any necessary repairs must be performed by an authorised professional. Improper use and unauthorised repairs are prohibited for safety reasons and will void the warranty.
- Never touch the power plug with wet hands.
- Please avoid the equipment coming into contact with water, high temperatures and direct sunlight.
- If you have stored the equipment at a cold place for a longer time, you should keep it one hour at room temperature before using it.
- Be sure to unplug the equipment from the power point during extended periods of non-use to eliminate the risk of a short circuit.
- Do not use damaged plugs, cords or loose sockets. Damaged plugs or cords must be replaced by the manufacturer, service representative or qualified personnel. In the event of malfunction unplug the equipment immediately. We assume no liability for damages resulting from wrongful or improper use.
- According to prevailing opinion, children under 13 years of age should not practise any vibration training. There is however, no upper age restriction.
- For safety reasons and to avoid injuries, never leave the Powervib in vibrating mode when taking training breaks.
- In order to avoid over-training, you should not exceed the following maximum training times:

Fitness level untrained:
15min at
1 – 3x training sessions/week

Fitness level exercise irregularly
30min at
1 – 4x training sessions/week

Fitness level athletic/ trained:
45min at
1 – 6x training sessions/week

ATTENTION!

Even people, who already have a good training level, should start slowly, since the vibrations represent a completely new form of exercise for the muscles. With time, the training intensity can be gradually increased, with higher frequencies, more dynamic exercises or shorter breaks.

- Never use sharp or pointy objects.
- Please always make sure that your body has a correct posture in order to avoid damaging joints or organs.
- Never place your head or chest directly on the Powervib.
- Never train above an intensity of level 50 for exercises where the head is near the Powervib (e.g. press-ups, forearm stand, side stand, etc.)!

Foreword

Training with dumbbells is a big topic. Building muscles, increasing well-being, developing a healthy body feeling, promoting health, increasing fitness or making a slimmer and well-shaped figure - sports goals in dumbbell training are as varied as the different types. Perhaps not yet so well known are the so-called vibration dumbbells. Vibrations are the secret weapon that make training with these dumbbells successful.

Functionality

1. To turn on the vibration dumbbell, press the  button on the control panel, the battery level will be displayed:

● ● ● 100%
● ● ○ 65% - 80%
○ ○ ○ 40% - 60%
○ ○ ○ 0%

2. Press the button a second time to select one of the three vibration modes. The default setting is the lowest intensity level.
3. After that, successively press the  button to select one of the 3 levels of vibration intensity.

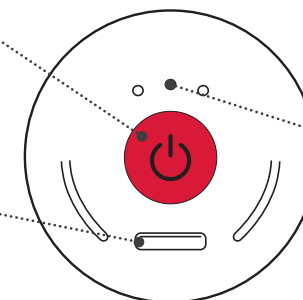
1st Level	1100 ± 300 rpm (18 Hz)
2nd Level	1500 ± 300 rpm (25 Hz)
3rd Level	2000 ± 300 rpm (33 Hz)

The higher the vibration intensity level, the greater the pressure on the muscles.

4. To turn off the device, press and hold the  button for 3 seconds.
5. After 10 minutes, the vibration dumbbell will turn off automatically.

On / Off Button

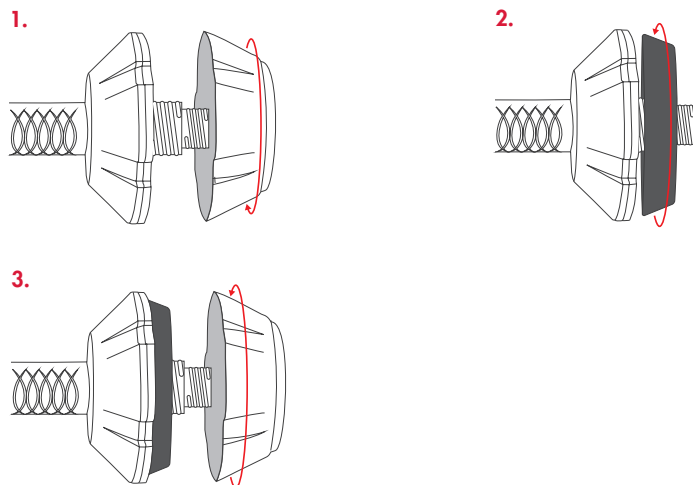
USB-C Port



Battery level /
Speed display

Assembly of the weights

To intensify the load capacity and training, you can adjust the weight of the dumbbell from 2 to 3 kg as follows:



1. Unscrew the sealing cap of the lateral weight.
2. Turn the 500g weight tightly over the thread.
3. Then screw the cap back onto the device.
4. Repeat the steps for the other side.

Technical Data

Article-No.:	CS-450
Measurements:	28 x 11 x 11 cm
Weight:	2 - 3 kg
Intensity:	1. Level 1100rpm (18 Hz), 2. Level 1500rpm (25 Hz), 3. Level 2000rpm (33 Hz)
Timer:	10 minutes
Rated Voltage:	DC 5V, 2A, Typ C
Battery:	Li-ion battery 7,4 V/ 1800 mAh
Run time:	max. 2 hours
Charging time:	3 hours
Material:	ABS, Silikon

Certificates:



EU-Declaration of conformity

Complies with European Regulatory Standards EMC 2014/30/EU, LVD 2014/35/EU and RohS regulations.

Warranty conditions

The dealer grants a legally prescribed warranty period on the product described overleaf. The warranty is valid from the date of purchase. The date of purchase must be proven with the Purchase receipt.

The dealer will repair or replace free of charge the products recorded within Germany, where defects have been detected. This does not apply to wearing parts. The prerequisite for this is the return of the defective device with proof of purchase before the end of the warranty period.

The warranty claim does not apply if, after a defect has been detected, it has occurred, for example, due to external influences or as a result of repairs or modifications that were not carried out by the manufacturer or an authorized dealer.

The warranty from the dealer is limited to repair or replacement of the product. Within the scope of this warranty, the manufacturer or seller assumes no further liability and is not responsible for damage caused by disregarding the operating instructions and / or misuse of the product.

If, upon inspection of the product by the manufacturer, it turns out that the warranty claim concerns a defect not covered by the warranty or that the warranty period has expired, the costs of inspection and repair shall be borne by the customer.

Casada International GmbH
Obermeiers Feld 3
33104 Paderborn, Germany

info@casada.com
www.casada.com

Copyright Images and text are subject to the copyright of CASADA International GmbH and may not be used without express consent.
Copyright © 2022 CASADA International GmbH.
All rights reserved.



Depuis la création de l'entreprise en l'an 2000, le nom CASADA est devenu synonyme des produits de haute qualité dans le secteur du bien-être et du fitness.

Aujourd'hui, les appareils CASADA sont disponibles dans le monde entier. Le développement continu, le design incomparable et l'accent mis sur l'amélioration de la qualité de vie sont tout autant caractéristiques des produits CASADA que la qualité fiable de premier ordre.

Félicitations!

Avec l'achat du Power VIP de Casada, vous avez acquis un article d'entraînement personnel de très haute qualité.

Dans le but d'utiliser au mieux et pour longtemps votre appareil d'entraînement, nous vous présentons ici quelques conseils techniques sur l'utilisation et le fonctionnement. Merci pour votre confiance en Casada.

Table des matières

Consignes de sécurité.....	16
Avant-propos.....	17
Fonctionnement	17
Montage des poids	18
Données techniques	18
Déclaration de conformité EU	19
Conditions de Garantie	19

Consignes de sécurité



Avant de mettre en route cet appareil de remise en forme, veuillez lire très attentivement les instructions suivantes afin de garantir une utilisation optimale et obtenir les meilleurs résultats possibles. Veuillez conserver soigneusement ce manuel d'utilisation.

- Cet appareil de remise en forme est conforme aux standards techniques et normes de sécurité actuels.
- Cet appareil ne nécessite aucun entretien. Seul un personnel qualifié est autorisé à effectuer d'éventuelles réparations. Pour des raisons de sécurité, une utilisation inappropriée de l'appareil, ainsi que des réparations non conformes, conduisent à une nullité de la garantie.
- Ne jamais toucher la prise avec les mains mouillées.
- Éviter que l'appareil n'entre en contact avec l'eau, ne pas exposer l'appareil à des températures élevées ou directement aux rayons du soleil.
- Après usage, débrancher le cordon d'alimentation de la prise afin d'éviter tout danger de court-circuit.
- Ne pas utiliser de prises, de cordons ou de douilles endommagés. Si la prise ou le cordon sont endommagés, ils doivent être remplacés par le fabricant, un mandataire ou du personnel qualifié. En cas de dysfonctionnement, éteindre et débrancher immédiatement l'appareil. Dans le cas d'une utilisation détournée ou inadaptée, aucune réparation ne sera prise en charge.
- De l'avis général, les enfants de moins de 13 ans ne doivent pas effectuer d'entraînement par vibration. Il n'existe sinon aucune limite d'âge supérieure.
- Pour des raisons de sécurité et pour éviter tout risque de blessure, ne laissez jamais le Powervib en mode vibration si vous interrompez votre entraînement.
- Afin d'éviter un surentraînement, les durées journalières maximales suivantes ne doivent pas être dépassées:

Degré de condition physique:
non entraîné

15 min dans le cas de
1-3 entraînements/semaine

Degré de condition physique:
irrégulier

Pratique du sport: 30 min dans le cas
de 1-4 entraînements/semaine

Degré de condition physique:
sportif/entraîné

45 min dans le cas de
1-6 entraînements/semaine

ATTENTION!

Même les sportifs bien entraînés doivent commencer lentement étant donné que les vibrations représentent pour les muscles une toute nouvelle forme de contrainte. Avec le temps, il est possible d'augmenter progressivement l'intensité de l'entraînement, par exemple par des fréquences plus élevées, davantage d'exercices dynamiques ou des pauses plus courtes.

- Ne jamais utiliser d'objets pointus ou tranchants.
- Veillez à une position correcte du corps afin d'éviter les lésions aux articulations ou aux organes.
- Ne placez jamais votre tête ou votre poitrine directement sur le Powervib.
- Lors d'exercices exigeant que la tête soit à proximité du Powervib (p. ex. appui facial (pompes), sur l'avant-bras, latéral, etc.), n'effectuez jamais l'entraînement au-dessus du niveau 50!

Avant-propos

S'entraîner avec des altères est un vaste sujet. Se muscler, augmenter son bien-être, développer de saines sensations corporelles, rester en bonne santé, retrouver la forme ou obtenir une silhouette svelte et galbée. Les objectifs avec les altères sont très diverses, bien qu'elles ne soient pas encore très connues. Les vibrations sont l'arme secrète qui font de l'entraînement avec les altères un succès.

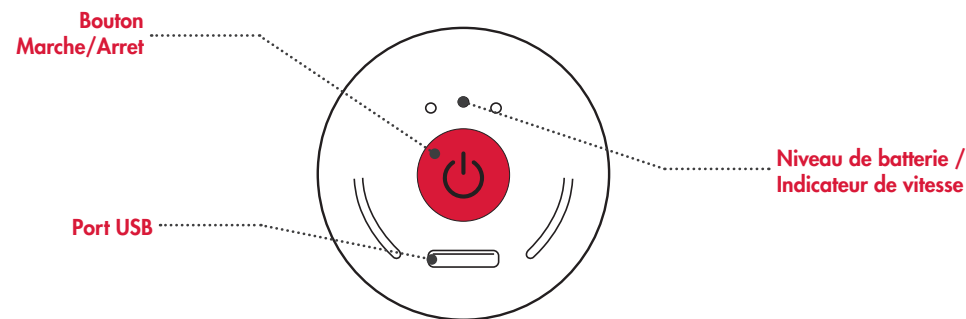
Fonctionnement

1. Pour activer la vibration, presser le bouton  sur le panneau de contrôle. Le niveau de charge de batterie s'allumera:
 100%
 65% - 80%
 40% - 60%
 0%
2. Appuyer une seconde fois pour sélectionner l'un des 3 modes de vibration. Le réglage par défaut est le niveau d'intensité le plus bas.
3. Ensuite, appuyez successivement sur le bouton  pour sélectionner l'un des 3 niveaux d'intensité de vibration.

Niveau 1	1100 ± 300 rpm (18 Hz)
Niveau 2	1500 ± 300 rpm (25 Hz)
Niveau 3	2000 ± 300 rpm (33 Hz)

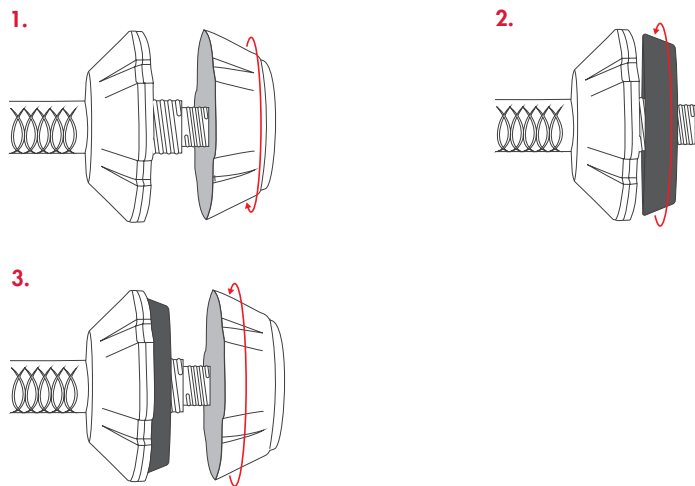
Plus l'intensité est élevée, plus la pression sur les muscles sera forte.

4. Pour arrêter l'appareil, maintenir la pression 3 secondes sur le bouton .
5. Après 10 minutes, la vibration s'arrêtera automatiquement.



Montage des poids

Pour augmenter la capacité de charge et intensifier l'entraînement, vous pouvez adapter le poids de l'haltère de 2 à 3 kg comme suit:



1. Dévisser le bouchon de fermeture du poids latéral.
2. Vissez fermement le poids de 500g sur le filetage.
3. Puis visser le bouchon sur l'appareil afin de bloquer le poids.
4. Répéter l'opération pour l'autre coté.

Données techniques

Article-No.:	CS-450
Dimensions:	28 x 11 x 11 cm
Poids:	2 - 3 kg
Intensité:	1. Level 1100rpm (18 Hz), 2. Level 1500rpm (25 Hz), 3. Level 2000rpm (33 Hz)
Temps:	10 minutes
Voltage:	DC 5V, 2A, Typ C
Batterie:	Li-ion battery 7,4 V/ 1800 mAh
Durée:	max. 2 heure
Temps de charge:	3 heure
Matériau:	ABS, Silikon

Certificats:



Déclaration de conformité EU

Conforme aux normes réglementaires européennes EMC 2014/30/EU, LVD 2014/35/EU et aux réglementations Rohs.

Conditions de Garantie

Le revendeur accorde une période de garantie légale sur le produit décrit au verso. La garantie est valable à partir de la date d'achat. La date d'achat doit être prouvée avec le reçu d'achat.

Le revendeur réparera ou remplacera gratuitement les produits enregistrés en Allemagne, où des défauts ont été détectés. Ceci ne s'applique pas aux pièces d'usure. La condition préalable à cela est le retour de l'appareil défectueux avec la preuve d'achat avant la fin de la période de garantie.

Le droit à la garantie ne s'applique pas si, après qu'un défaut a été détecté, il s'est produit, par exemple, en raison d'influences extérieures ou à la suite de réparations ou de modifications qui n'ont pas été effectuées par le fabricant ou un revendeur agréé.

La garantie du revendeur est limitée à la réparation ou au remplacement du produit. Dans le cadre de cette garantie, le fabricant ou le vendeur n'assume aucune autre responsabilité et n'est pas responsable des dommages causés par le non-respect des instructions d'utilisation et/ou une mauvaise utilisation du produit.

Si, après inspection du produit par le fabricant, il s'avère que la demande de garantie concerne un défaut non couvert par la garantie ou que la période de garantie a expiré, les frais d'inspection et de réparation seront à la charge du client.

Casada International GmbH
Obermeiers Feld 3
33104 Paderborn, Germany

info@casada.com
www.casada.com

Droits d'auteur Les images et le texte sont soumis au droit d'auteur de CASADA International GmbH et ne peuvent être utilisés sans autorisation expresse.
Copyright © 2022 CASADA International GmbH.



Desde la fundación de la empresa en el año 2000, el nombre CASADA se ha convertido en sinónimo de productos de alta calidad en el sector del bienestar y el fitness.

Hoy, los productos CASADA están disponibles en todo el mundo. El desarrollo continuo, el diseño inconfundible y un enfoque estricto en mejorar la calidad de vida son tan característicos de los productos CASADA como la calidad confiable y sobresaliente.

¡Felicidades!

Con la compra del PowerVib de Casada Ud. ha adquirido un dispositivo de entrenamiento individual de muy alta calidad.

Para que disfrute de su dispositivo de entrenamiento durante mucho tiempo, le damos algunos consejos técnicos sobre el funcionamiento y su uso.

Gracias por confiar en CASADA.

Índice de contenidos

Instrucciones de seguridad	22
Prologo	23
Funcionalidad	23
Montaje de los pesos	24
Datos técnicos	24
UE-Declaración de conformidad	25
Condiciones de garantía	25

Instrucciones de seguridad



Lea atentamente las siguientes instrucciones antes de utilizar este equipo de entrenamiento para garantizar un funcionamiento correcto y un efecto óptimo. ¡Conserve estas instrucciones de uso!

- Este equipo de entrenamiento cumple con los principios tecnológicos reconocidos y las normativas de seguridad vigentes.
- Este equipo no requiere mantenimiento. Cualquier reparación necesaria debe ser realizada por un profesional autorizado. Por motivos de seguridad, el uso inadecuado y las reparaciones no autorizadas están prohibidos y anularán la garantía.
- Nunca toque el enchufe con las manos mojadas.
- Evite que el equipo entre en contacto con agua, altas temperaturas o la luz solar directa.
- Si el equipo ha estado almacenado en un lugar frío durante un período prolongado, déjelo reposar a temperatura ambiente durante una hora antes de usarlo.
- Asegúrese de desconectar el equipo de la toma de corriente durante los períodos prolongados de inactividad para eliminar el riesgo de cortocircuito.
- No utilice enchufes, cables ni tomas de corriente dañados o sueltos. Los enchufes o cables dañados deben ser sustituidos por el fabricante, un representante de servicio o personal cualificado. En caso de mal funcionamiento, desconecte el equipo inmediatamente. No asumimos ninguna responsabilidad por los daños resultantes de un uso incorrecto o inadecuado.
- Según la opinión general, los niños menores de 13 años no deben realizar entrenamiento con vibraciones. Sin embargo, no existe un límite máximo de edad.
- Por razones de seguridad y para evitar lesiones, nunca deje el Powervib en modo de vibración durante las pausas de entrenamiento.
- Para evitar el sobreentrenamiento, no debe superar los siguientes tiempos máximos de entrenamiento:

Nivel de condición física: principiante
15 min a...
1 – 3 sesiones de entrenamiento por semana

Nivel de condición física: entrena de forma irregular 30 min a...
1 – 4 sesiones de entrenamiento por semana

Nivel de condición física: atlético / entrenado 45 min a...
1 – 6 sesiones de entrenamiento por semana

¡ATENCIÓN!

Incluso las personas que ya tienen un buen nivel de entrenamiento deben comenzar despacio, ya que las vibraciones representan una forma completamente nueva de ejercicio para los músculos. Con el tiempo, la intensidad del entrenamiento puede aumentarse gradualmente mediante frecuencias más altas, ejercicios más dinámicos o pausas más cortas.

- Nunca utilice objetos afilados o puntiagudos.
- Asegúrese siempre de mantener una postura corporal correcta para evitar daños en las articulaciones u órganos.
- Nunca coloque la cabeza ni el pecho directamente sobre el Powervib.
- ¡Nunca entrene a una intensidad superior al nivel 50 en ejercicios donde la cabeza esté cerca del Powervib (por ejemplo, flexiones, plancha sobre antebrazos, plancha lateral, etc.)!

Prologo

El entrenamiento con mancuernas es una realidad. Crecer musculatura, aumentar el bienestar, desarrollar un cuerpo saludable, promover la salud, mejorar la condición física o ayudar a tener una figura más delgada y bien formada. Los objetivos deportivos en el entrenamiento con mancuernas son variados. Quizás aún no son tan conocidas las llamadas mancuernas vibratorias, pero las vibraciones son el arma secreta que hace que el entrenamiento con estas mancuernas sea un éxito.

Funcionalidad

1. Para encender la pesa de vibración, presione el  botón en el panel de control, se mostrará el nivel de la batería:

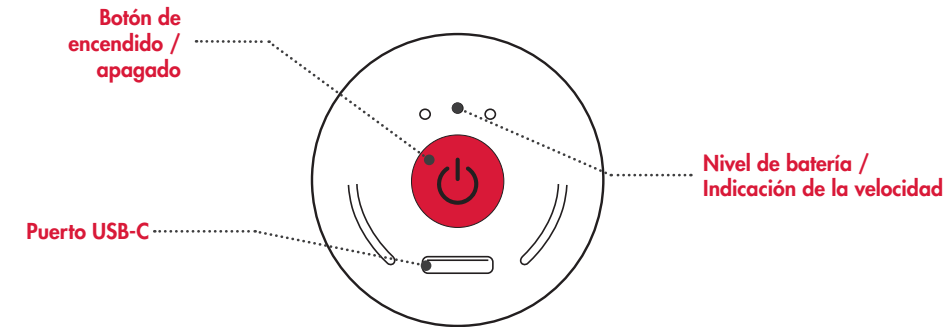
● ● ● 100%
● ● ○ 65% - 80%
● ○ ○ 40% - 60%
○ ○ ○ 0%

2. Presione el botón una segunda vez para seleccionar uno de los tres modos de vibración. El ajuste por defecto es el nivel de intensidad más bajo.
3. A continuación, pulse sucesivamente el botón  para seleccionar uno de los 3 niveles de intensidad de vibración

1er nivel	1100 ± 300 rpm (18 Hz)
2do Nivel	1500 ± 300 rpm (25 Hz)
3er Nivel	2000 ± 300 rpm (33 Hz)

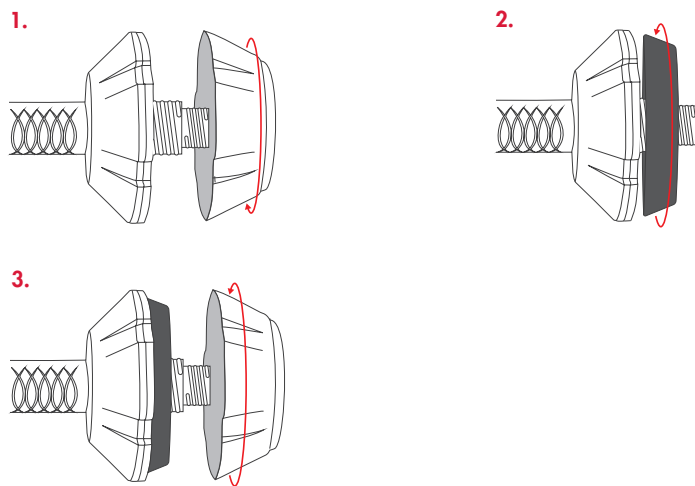
Cuanto mayor sea el nivel de intensidad de vibración, mayor será el trabajo en los músculos.

4. Para apagar el dispositivo, mantenga presionada el botón  durante 3 segundos.
5. Después de 10 minutos, la mancuerna vibratoria se apagará automáticamente.



Montaje de los pesos

Para intensificar la capacidad de carga y el entrenamiento, puede ajustar el peso de la mancuerna de 2 a 3 kg de la siguiente manera:



1. Desenrosque la tapa de cierre del peso lateral.
2. Gire el peso de 500 g con fuerza sobre el hilo.
3. Luego, vuelva a enroscar la tapa en el dispositivo.
4. Repita los pasos para el otro lado.

Datos técnicos

Número de artículo:	CS-450
Medidas:	28 x 11 x 11 cm
Peso:	2 - 3 kg
Intensidad:	1. Nivel 1100rpm (18 Hz), 2. Nivel 1500rpm (25 Hz), 3. Nivel 2000rpm (33 Hz)
Temporizador:	10 minutos
Voltaje nominal:	DC 5V, 2A, tipo C
Batería:	Batería de iones de litio 7,4 V/ 1800 mAh
Tiempo de ejecución:	máx. 2 horas
carga:	3 horas
Material:	ABS, Silicona

Certificados:



UE-Declaración de conformidad

Cumple con los estándares regulatorios europeos EMC 2014/30/EU, LVD 2014/35/EU y las regulaciones RohS.

Condiciones de garantía

El distribuidor otorga un período de garantía prescrito legalmente sobre el producto descrito al dorso. La garantía es válida a partir de la fecha de compra. La fecha de compra debe acreditarse con el recibo de Compra.

El distribuidor reparará o reemplazará sin cargo los productos registrados dentro de España, donde se hayan detectado defectos. Esto no se aplica a las piezas de desgaste. El requisito previo para esto es la devolución del dispositivo defectuoso con el comprobante de compra antes del final del período de garantía. El distribuidor no se hará cargo del transporte del producto.

La reclamación de garantía no se aplica si, después de que se haya detectado un defecto, se ha producido, por ejemplo, debido a influencias externas o como resultado de reparaciones o modificaciones que no hayan sido realizadas por el fabricante o un distribuidor autorizado.

La garantía del distribuidor se limita a la reparación o sustitución del producto. Dentro del alcance de esta garantía, el fabricante o el vendedor no asume ninguna otra responsabilidad y no es responsable de los daños causados por el incumplimiento de las instrucciones de funcionamiento y/o el mal uso del producto.

Si, tras la inspección del producto por parte del fabricante, resulta que la reclamación de la garantía se refiere a un defecto no cubierto por la garantía o que el período de garantía ha expirado, los costes de inspección y reparación correrán a cargo del cliente.

Casada International GmbH
Obermeiers Feld 3
33104 Paderborn, Alemania

info@casada.com
www.casada.com

Copyright Las imágenes y el texto están sujetos a los derechos de autor de CASADA International GmbH y no pueden utilizarse sin el consentimiento expreso.
Copyright © 2022 CASADA International GmbH.
Reservados todos los derechos.



< bodysense

Odkąd firma powstała w 2000 roku, nazwa CASADA stała się synonimem wysokiej jakości produktów w sektorze wellness i fitness.

Dzisiaj, urządzenia marki CASADA są dostępne na całym świecie. Ciągły rozwój, niepowtarzalny design i skupienie się na poprawie jakości życia są tak samo charakterystyczne dla produktów CASADA, jak ich niezawodna jakość.

Gratulacje!

Wraz z zakupem PowerVib firmy Casada nabyliście Państwo wysokiej jakości i indywidualne urządzenie treningowe.

Abyście mogli długo cieszyć się swoim urządzeniem treningowym, dajemy Wam niniejszym kilka rad dotyczących obsługi i technicznego wykorzystania. Dziękujemy za zaufanie do firmy CASADA.

Spis treści

Wskazówki bezpieczeństwa	28
Przedmowa	29
Funkcjonalności	29
Montaż obciążników	30
Dane techniczne	30
Europejska deklaracja zgodności	31
Warunki gwarancji	31

Wskazówki bezpieczeństwa



Prosimy o zapoznanie się z niniejszą instrukcją przed pierwszym uruchomieniem platformy wibracyjnej by zapewnić jej prawidłowe i najbardziej efektywne funkcjonowanie. Prosimy o zachowanie niniejszej instrukcji.

- Urządzenie odpowiada obowiązującym normom technicznym i aktualnym wymagom bezpieczeństwa.
- Urządzenie nie wymaga częstej konserwacji. Wszystkie naprawy powinny być dokonywane przez autoryzowany serwis techniczny.
- Niewłaściwe użytkowanie urządzenia i nieautoryzowane naprawy są zabronione ze względów bezpieczeństwa i prowadzą do utraty gwarancji.
- Nigdy nie należy dotykać wtyczki urządzenia mokrymi rękami.
- Prosimy o zabezpieczenie urządzenia przed kontaktem z wodą, wysokimi temperaturami oraz bezpośrednim promieniowaniem słonecznym.
- Aby uniknąć ryzyka wystąpienia tzw. krótkiego spięcia, urządzenie należy odłączać od zasilania, jeśli nie jest użytkowane przez dłuższy czas.
- Nie należy używać uszkodzonych wtyczek, kabli lub opraw.
- Jeśli kable / wtyczki są uszkodzone muszą zostać wymienione na fabrycznie nowe przez producenta, autoryzowany serwis lub wykwalifikowany personel.
- W przypadku nieprawidłowego funkcjonowania urządzenia należy je niezwłocznie odłączyć od zasilania.
- Użytkowanie urządzenia niezgodnie z przeznaczeniem lub w sposób nieprawidłowy prowadzi do utraty gwarancji.
- Nie należy używać zastrzonych ani ostrych przedmiotów, by uniknąć uszkodzenia urządzenia.
- Dzieci poniżej 13 roku życia nie powinny uprawiać treningu wibracyjnego.
- Ze względów bezpieczeństwa oraz w celu uniknięcia obrażeń nigdy nie pozostawiać urządzenia Powervib w trybie wibracji podczas przerw w treningu.
- Nie należy przekraczać zalecanego dziennego czasu treningu:

Poziom: amator
15 min.

1 – 3 treningów w tygodniu

Poziom: średniozaawansowany
30 min.

1 – 4 treningów w tygodniu

Poziom: sportowiec
45 min.

1 – 6 treningów w tygodniu

OSTRZEŻENIE!

Nawet dobrze wytrenowani sportowcy powinni rozpoczynać ćwiczenia powoli, ponieważ wibracje są zupełnie nową formą ćwiczeń dla mięśni. Z biegiem czasu możliwe jest stopniowe zwiększanie intensywności treningu, na przykład poprzez wyższe częstotliwości, bardziej dynamiczne ćwiczenia lub krótsze przerwy.

- Nie należy używać zastrzonych ani ostrych przedmiotów.
- Zawsze zwracać uwagę na prawidłową postawę ciała, aby uniknąć uszkodzenia stawów lub narządów.
- Nigdy nie umieszczać głowy i klatki piersiowej bezpośrednio na urządzeniu Powervib.
- Podczas ćwiczeń, w przypadku których głowa znajduje się w pobliżu urządzenia Powervib (np. pompa, podparcie przedramion, podpór boczny, itp.), nie trenować powyżej poziomu intensywności 50!

Przedmowa

Trening z hantlami to szerokie zagadnienie. Pomaga zbudować mięśnie, poprawia samopoczucie i kondycję, pozytywnie oddziałuje na zdrowie, wspiera odchudzanie. Wpiera realizację wielu różnych celów. Hantle wibracyjne to nowe rozwiązanie, a ich sekretną bronią, która podnosi efektywność treningu są właśnie wibracje.

Funkcjonalności

1. Aby włączyć hantlę, naciśnij przycisk  na panelu sterowania. Wyświetlony zostanie stan baterii:

● ● ● ●	100%
● ● ● ○	65% - 80%
● ● ○ ○	40% - 60%
○ ○ ○ ○	0%

2. Naciśnij przycisk drugi raz, by wybrać jeden z trzech trybów wibracji. Ustawieniem domyślnym jest najniższy poziom intensywności.
3. Następnie naciskaj przycisk , aby wybrać jeden z trzech poziomów intensywności pracy.

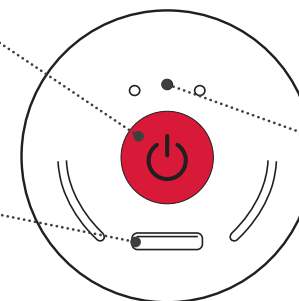
1 poziom	1 100 ± 300 rpm (18 Hz)
2 poziom	1 500 ± 300 rpm (25 Hz)
3 poziom	2 000 ± 300 rpm (33 Hz)

Im wyższy poziom wibracji, tym większe obciążenie dla mięśni.

4. Aby wyłączyć urządzenie, naciśnij i przytrzymaj  przez 3 sekundy.
5. Po 10 minutach pracy urządzenie wyłączy się automatycznie.

Włącznik /
wyłącznik

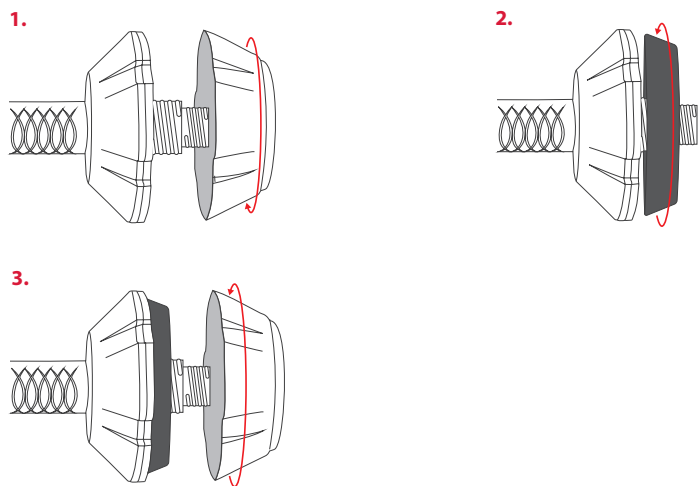
Port USB-C



Poziom baterii /
Wskaźnik prędkości

Montaż obciążników

Aby zintensyfikować obciążenie i trening, można dostosować wagę hantli od 2 do 3 kg w następujący sposób:



1. Odkręć nasadkę zabezpieczającą ciężarka bocznego.
2. Przekręć ciasno ciężarek 500g na nitkę.
3. Nałóż i zakręć nasadkę zabezpieczającą.
4. Powtórz kroki na drugiej stronie hantli.

Dane techniczne

Nr artykułu:	CS-450
Wymiary :	28 x 11 x 11 cm
Waga:	2 - 3 kg
Intensywność:	1. Poziom 1100rpm (18 Hz), 2. Poziom 1500rpm (25 Hz), 3. Poziom 2000rpm (33 Hz)
Timer:	10 minut
Napięcie:	DC 5V, 2A, Typ C
Bateria:	Bateria litowo-jonowa 7,4V/1800 mAh
Czas pracy:	max. 2 godziny
Czas ładowania:	3 godziny
Materiał:	ABS, Silikon

Certyfikaty:



Europejska deklaracja zgodności

Produkt zgodny z europejską normą EMC 2014/30/EU, LVD 2014/35/EU oraz RohS.

Warunki gwarancji

Produkt objęty jest przez dystrybutora ustawowym czasem gwarancji. Bieg okresu gwarancji rozpoczyna się w dniu dokonania zakupu urządzenia. Wymogiem do roszczenia gwarancji jest okazanie dowodu zakupu. W okresie gwarancji dystrybutor dokonuje naprawy lub wymiany oryginalnego urządzenia nieodpłatnie. Gwarancja nie obejmuje części, które ulegają zużyciu jak m.in. pokrycie fotela. Wymogiem do roszczenia gwarancji jest dostarczenie uszkodzonego urządzenia wraz z dowodem zakupu przed upływem obowiązującego czasu gwarancji.

Prawo do gwarancji nie obowiązuje, jeśli uszkodzenie urządzenia spowodowane zostało np. przez czynniki zewnętrzne, wskutek dokonywania naprawy lub modyfikacji przez osoby nieupoważnione do takich czynności przez autoryzowanego dystrybutora. Obowiązki gwarancyjne dystrybutora ograniczone są do naprawy lub wymiany urządzenia. Na podstawie niniejszej gwarancji ani producent, ani dystrybutor nie ponoszą odpowiedzialności za szkody spowodowane wskutek niezgodnego z instrukcją i /lub nieprawidłowego użytkowania urządzenia.

Jeśli w trakcie przeglądu reklamowanego urządzenia okaże się, że istniejące uszkodzenie nie jest objęte gwarancją, lub że upłynął okres gwarancji klient zostanie obciążony kosztem przeglądu urządzenia i jego naprawy. Uwagi prawne: Niniejsze treści nie stanowią zaleceń medycznych. Postawienie diagnozy oraz leczenie schorzeń i zaburzeń natury medycznej powinno być przeprowadzane przez lekarza lub terapeutę. Niniejsze treści mają charakter informacyjny i nie mogą być traktowane jako alternatywa dla terapii medycznych. Każdy użytkownik powinien kontrolować swój stan zdrowia, a jeśli zachodzi taka konieczność skonsultować możliwość i sposób korzystania z urządzenia z lekarzem lub terapeutą. Użytkownik korzysta z urządzenia na własną odpowiedzialność. Producent nie gwarantuje, że nastąpi poprawa stanu zdrowia, ani tym bardziej całkowite wyleczenie.

Casada International GmbH
Obermeiers Feld 3
33104 Paderborn, Niemcy

info@casada.com
www.casada.com

Prawa autorskie. Zdjęcia i teksty są chronione prawem autorskim przez CASADA International GmbH i nie mogą być wykorzystywane bez otrzymania zgody. Copyright © 2021 CASADA International GmbH. Wszystkie prawa zastrzeżone.



< bodysense

2000. évi alapítása óta a CASADA név a kiváló minőségű wellness es fitness termékek védjegye. Ma a CASADA termékek világszerte kaphatók.

A megbízható és kiváló minőség mellett a folyamatos fejlesztés, az összetéveszthetetlen design és az életmentő javítását célzó szigorú törekvés jellemzi a CASADA termekéit.

Gratulálunk!

Ennek a fitneszkészüléknek a megvásárlásával bizonyította egészségtudatosságát.

Ahhoz, hogy hosszú ideig élvezhesse a készülék előnyeit, arra szeretnénk kérni, hogy gondosan olvassa el és tartsa be a Biztonsági utasításokat. Sok örömet kívánunk a PowerVib készülékéhez.

Tartalomjegyzék

Biztonsági utasítások.....	34
Bevezető	35
Működésmód.....	35
A súlyok felszerelése.....	36
Technikai adatok.....	36
EU-Megfelelőségnyilatkozat.....	37
Garanciális rendelkezések.....	37

Biztonsági utasítások



Kérjük, hogy a fitness-készülék használatbavétele előtt nagyon gondosan olvassa el a következő utasításokat, hogy biztosítsa a kifogástalan működést és az optimális hatásmódot. Kérjük, őrizze meg ezt a Felhasználói útmutatót!

- Ez a fitness-készülék megfelel a technika elismert alapelveinek és a jelenlegi biztonsági előírásoknak.
- A készülék nem igényel karbantartást. Az esetlegesen szükséges javításokat csak szakember végezheti. A szakszerűtlen használat, valamint a nem megengedett javítások biztonsági okokból nem megengedettek és a garancia elvesztéséhez vezetnek.
- Soha ne érintse meg a hálózati csatlakozót vizes kézzel.
- Kérjük, kerülje a készülék vízzel, magas hőmérséklettel, valamint közvetlen napfénnel való érintkezését.
- Ha hosszabb ideig nem használja a készüléket, a rövidzárlat veszélyének elkerülése céljából húzza ki a hálózati csatlakozót a konnektorból.
- Ne használjon sérült dugót, zsinórt, vagy csupasz foglalatokat. Ha a dugó, vagy a zsinór sérült, úgy azt a gyártó, a forgalmazó-szervíz, vagy szakképzett személyzet által ki kell cserélni. A működésben fellépő hiba esetén kérjük, azonnal húzza ki a készüléket a konnektorból. A rendeltetéstől eltérő, vagy a hibás használat a károkért való felelősség kizárását vonja maga után.
- Az uralkodó álláspont szerint 13 év alatti gyermekek nem végezhetnek vibrációs edzéseket. Felső korhatár ugyanakkor nincs.
- Biztonsági okokból és a sérülések elkerülése végett ne hagyja a Powervib az edzés megszakítása közben vibráló üzemmódban.
- A túlzott edzés elkerüléséhez ne lépje túl a következő maximális edzési időket:

Edzetlen fitness-fok:
15 perc
1 – 3x edzés/hét

Rendszertelen fitness-fok:
Sportoló:
30 perc 1 – 4x edzés/hét

Sportos/edzett fitness-fok:
45 perc
1 – 6x edzés/hét

FIGYELEM!

Még jól edzett sportolóknak is lassan kell elkezdniük, hiszen az izmok vibrációja a terhelésnek egy teljesen új formáját jelentik. Idővel azután lépésenként növelhető az edzés intenzitása a magasabb frekvenciák, több dinamikus gyakorlat, vagy rövidebb szünetek révén.

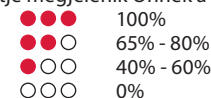
- Soha ne használjon hegyes, vagy éles tárgyakat.
- Mindig ügyeljen a helyes testtartásra, hogy az ízületek, vagy szervek sérülését elkerülje.
- Soha ne tegye a fejét, vagy mellkasát közvetlenül a Powervib-ra.
- Olyan gyakorlatokat, amelyek során a fej a Powervib közelében van (pl. fekvőtámasz, alkartámasz, oldaltámasz, stb.) soha ne végezzen 50-es intenzitás-fokozat fölött.

Bevezető

A súlyzókkal történő edzés az egyik nagy, aktuális téma. Izomfelépítés, a jó közérzet erősítése, egy egészséges testéret kialakítása, az egészség támogatása, a fitness szint emelése vagy egy vékony, jól formált alak elérése – a súlyzóval történő sportcélok olyan sokrétűek, mint annak különböző formái. Talán még nem annyira ismertek az úgynevezett vibrációs súlyzók. Pedig a vibráció az a titkos fegyver, ami az ezekkel a súlyzókkal végzett edzést eredményessé teszi.

Működésmód

1. A vibrációs súlyzó bekapcsolása érdekében nyomja meg a  gombot a kezelő felületen. Az elem töltöttségi szintje megjelenik Önnek a kijelzőn.



2. Nyomja meg a gombot másodszor, hogy választani tudjon a három vibrációs mód közül. Az alapértelmezett beállítás a legalacsonyabb intenzitási szint.
3. Ezután nyomja meg egymás után a  gombot a 3 rezgésintenzitási szint egyikének kiválasztásához.

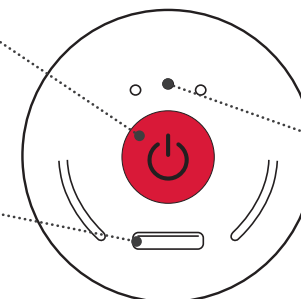
1. szint	1100 ± 300 rpm (18 Hz)
2. szint	1500 ± 300 rpm (25 Hz)
3. szint	2000 ± 300 rpm (33 Hz)

Minél nagyobb a vibráció intenzitása, annál nagyobb az izmokra ható terhelés.

4. A készülék kikapcsolása érdekében, tartsa nyomva 3 másodpercig a  gombot. After 10 minutes, the vibration dumbbell will turn off automatically.
5. 10 perc után a vibrációs súlyzó automatikusan kikapcsol.

Be- / Kikapcsoló gomb

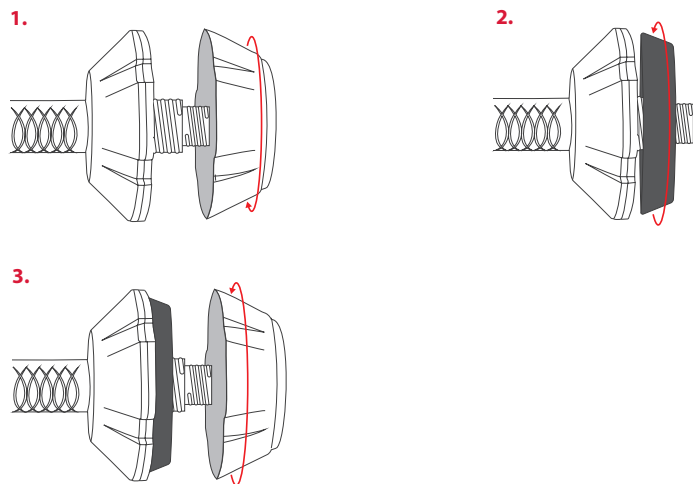
USB-C csatlakozó



**Elem kijelző /
Sebesség kijelző**

A súlyok felszerelése

A terhelhetőség és az edzés fokozása érdekében a súlyzó súlyát 2 és 3 kg között állíthatja be az alábbiak szerint:



1. Csavarja le a súlyzó oldalán található záró fedelet.
2. Fordítsa az 500 g-os súlyt szorosan a fonalra.
3. Csavarja fel végül a záró fedelet a helyére.
4. Ismételje meg ezeket a lépéseket a másik oldalon is.

Technikai adatok

Termék szám:	CS-450
Méret:	28 x 11 x 11 cm
Súly:	2 - 3 kg
Intenzitás:	1. Szint 1100rpm (18 Hz), 2. Szint 1500rpm (25 Hz), 3. Szint 2000rpm (33 Hz)
Időzítő:	10 minutes
Névleges feszültség:	DC 5V, 2A, Typ C
Elem:	Li-ion battery 7,4 V/ 1800 mAh
Működési idő:	maximum 2 óra
Töltési idő:	3 óra
Anyag:	ABS, Szilikon

Tanúsítványok:



EU-Megfelelőségnyilatkozat

LVD (2014/35/EC), EMC (2014/30/EU)

Garanciális rendelkezések

A garancia a vásárlás napjától érvényes. A vásárlás időpontja a vásárlást igazoló bizonylattal igazolható.

A kereskedő a Magyarországon nyilvántartásba vett termékeket, amelyeknél hibát állapított meg, díjmentesen megjavítja vagy kicseréli. Ennek feltétele a hibás termék beküldése a vásárlást igazoló bizonylattal együtt a jótállási vagy garanciális idő lejártá előtt.

A garancia érvényét veszti, amennyiben egy hiba megállapítása után a garanciaigény például külső hatások vagy olyan javítás vagy módosítás eredményeként merül fel, amit nem a gyártó vagy a hivatalos forgalmazója hajtott végre. • nem megfelelő használatból eredő elhasználódás • kereskedelmi használat, pl. tömeges használat, többszöri használat időnként 40 perces szünetek nélkül • ha a készüléket hő, nedvesség vagy folyadék éri • hegyes és/vagy éles tárgyak okozta károk • szándékos rongálás, nem rendeltetésszerű használat, túlterhelés vagy baleseti károk • háziállatok által okozott károk és szennyeződés • pl. test- vagy hajápolószerek révén kialakult szennyeződés • sav-, oldószer- vagy alkohol-tartalmú szerek használatából eredő károk Az eladó által vállalt garancia a termék javítására, illetve cseréjére korlátozódik.

E garancia keretében a gyártó, illetve az eladó nem vállal további felelősséget és nem felelős a használati útmutató figyelmen kívül hagyásából és/vagy a termék helytelen használatából eredő károkért. Amennyiben a gyártó a termék vizsgálatánál megállapítja, hogy a garanciális követelés olyan hibára vonatkozik, amelyre nem érvényes a garancia, illetve a jótállási idő lejárt, az ellenőrzés és a javítás költségeit a vevő köteles viselni.

Casada, mint gyártó, hibátlan áru kiszállítását garantálja a vevők/partnerek részére. Bizonyított gyártási hibák bejelentés és visszaigazolás után cserére jogosultak.

Casada International GmbH
Obermeiers Feld 3
33104 Paderborn, Germany

info@casada.com
www.casada.com

A képek és a szövegek szerzői joga a CASADA International GmbH cég birtokában van, ezek további felhasználása tilos a cég kifejezett hozzájárulása nélkül. Copyright © 2020 CASADA International GmbH. Minden jog fenntartva.



< bodysense

С момента основания компании в 2000 году наименование CASADA стало синонимом высокого качества изделий.

Сегодня изделия CASADA можно приобрести в любой точке мира. Непрерывное развитие, безошибочный дизайн и акцент на улучшении качества жизни являются такими же важными характеристиками продукции CASADA, как надежность и качество высшего класса.

ВНИМАНИЕ! Данный прибор предназначен только для личного домашнего использования и не может применяться в промышленных и медицинских учреждениях.

Массажное кресло – это идеальное решение проблем усталости и стресса. Массаж в кресле снимает напряжение и обеспечивает полное расслабление и отдых усталым мышцам.

Поздравляем!

С покупкой PowerVib от Casada вы приобрели высококачественный и индивидуальный тренажер.

Для того чтобы вы могли долго наслаждаться своим тренажером, мы даем вам несколько советов по эксплуатации и техническому использованию. Благодарим вас за доверие к компании CASADA.

Оглавление

Указания по технике безопасности	40
Предисловие	41
Функциональность	41
Монтаж грузиков	42
Технические характеристики	42
Техническое обслуживание	43
Утилизация	43
Декларация Соответствия Требованиям ЕС	43
Гарантийные условия	43

Указания по технике безопасности



Перед вводом данного тренажера в эксплуатацию внимательно прочитайте следующие указания по безопасности, что поможет Вам обеспечить бесперебойную работу прибора и оптимальное использование его функций. Пожалуйста, сохраняйте настоящее руководство по эксплуатации!

- Данный тренажер соответствует принятым техническим правилам и действующим положениям по безопасности.
- Данный прибор не требует технического обслуживания. Возможный необходимый ремонт может проводиться только уполномоченными специалистами. Ненадлежащее использование, а также неавторизованный ремонт запрещены по соображениям безопасности и ведут к потере гарантийных обязательств.
- Ни в коем случае не беритесь за штекер мокрыми руками.
- Избегайте контакта прибора с водой, высокими температурами, а также прямыми солнечными лучами.
- Во избежание короткого замыкания при длительном неиспользовании прибора выньте сетевой кабель из розетки.
- Не используйте поврежденные штекеры, шнуры или незакрепленные патроны. При повреждении штекера или шнура они должны быть заменены производителем, сервисным представителем или квалифицированным персоналом. При нарушении работы немедленно отключите подачу тока. Ненадлежащее использование или использование не по назначению исключает ответственность за возникший ущерб.
- Согласно общепринятому мнению вибрационные тренировки не рекомендуются детям до 13 лет. Других возрастных ограничений не существует.
- В целях безопасности и во избежание получения ранений в случае прерывания тренировки не оставляйте Powervib даже на малое время в режиме вибрации.
- Во избежание чрезмерной нагрузки не превышайте следующее максимальное время тренировок:

Степень тренированности –
без спортивной подготовки:
15 минут при
1 – 3 тренировках в неделю

Степень тренированности –
нерегулярные занятия спортом:
30 минут при
1 – 4 тренировках в неделю

Степень тренированности –
хорошая спортивная форма:
45 минут при
1 – 6 тренировках в неделю

ВНИМАНИЕ!

Даже хорошо натренированные спортсмены должны начинать тренировки постепенно, поскольку вибрация представляет собой совершенно новую форму нагрузки для мышц. Со временем интенсивность тренировок можно постепенно повышать, например, посредством более высокой частоты, увеличением динамических упражнений или сокращением пауз.

- Ни в коем случае не используйте острые предметы.
- Во избежание причинения вреда суставам и органам всегда следите за правильным положением тела.
- Ни в коем случае не кладите голову или грудную клетку непосредственно на Powervib
- При упражнениях, где голова находится вблизи Powervib (напр., отжимания, упоры на предплечьях, боковые упоры и т.д.), ни в коем случае не тренируйтесь с интенсивностью выше степени 50!

Предисловие

Тренировки с PowerVib предоставляют огромные возможности: наращивайте мышцы, улучшайте самочувствие, укрепляйте тело, улучшайте физическую форму или делайте фигуру стройнее - спортивные цели тренировок с гантелями столь же разнообразны, как и их виды. Возможно, вибрационные гантели, еще не так популярны, однако вибрация - это то секретное оружие, которая делает тренировки с PowerVib намного более эффективными, в сравнении с обычными гантелями.

Функциональность

1. Чтобы включить виброгантель, нажмите  кнопку на панели управления, на дисплее отобразится уровень заряда батареи:

●●●●	100%
●●●○	65% - 80%
●●○○	40% - 60%
○○○○	0%

2. Нажмите кнопку второй раз, чтобы выбрать один из трех режимов вибрации. По умолчанию установлен самый низкий уровень интенсивности.
3. После этого последовательными нажатиями кнопки  выберите один из 3 уровней интенсивности вибрации.

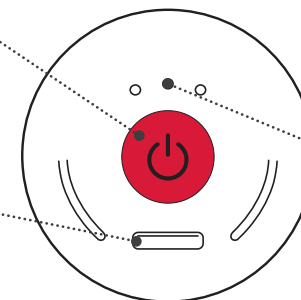
1-й уровень	1100 ± 300 оборотов в минуту (18 Гц)
2-й уровень	1500 ± 300 оборотов в минуту (25 Гц)
3-й уровень	2000 ± 300 оборотов в минуту (33 Гц)

Чем выше уровень интенсивности вибрации, тем сильнее воздействие на мышцы.

4. Чтобы выключить устройство, нажмите и удерживайте  кнопку в течение 3 секунд.
5. Через 10 минут виброгантель выключится автоматически.

Кнопка
включения/
выключения

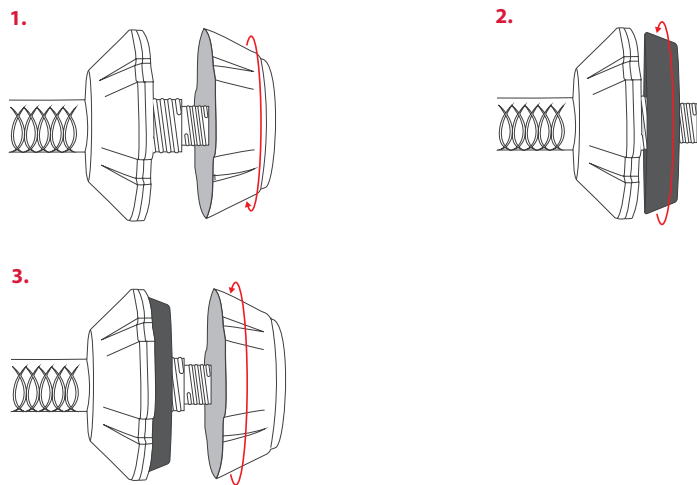
Порт USB-C



Уровень заряда
аккумулятора /
Индикация скорости

Монтаж грузиков

Чтобы усилить нагрузку и тренировку, вы можете отрегулировать вес гантели от 2 до 3 кг следующим образом:



1. Отвинтите уплотнительный колпачок бокового груза.
2. Накрутите 500-граммовую гирю плотно на нить.
3. Затем прикрутите колпачок обратно к устройству.
4. Повторите действия для другой стороны.

Технические характеристики

Артикул №:	CS-450
Габариты:	28 x 11 x 11 см
Вес:	2 - 3 кг
Интенсивность:	1. Уровень 1100 об/мин (18 Гц), 2. Уровень 1500 об/мин (25 Гц), 3. Уровень 2000 об/мин (33 Гц)
Таймер:	10 минут
Номинальное напряжение:	DC 5V, 2A, Тип C
Аккумулятор:	Литий-ионный аккумулятор 7,4 В/ 1800 мАч
Время работы: макс.	2 часа
Время зарядки:	3 часа
Материал:	ABS, Силикон

Сертификаты:



Техническое обслуживание

Не нуждается в техническом обслуживании.

Утилизация

Осуществляется в соответствии с ФЗ №7 от 10.01.02г. «Об охране окружающей среды».

Декларация Соответствия Требованиям ЕС

Соответствует директиве EMC 2014/30/EU, LVD 2014/35/EU.

Гарантийные условия

Гарантийные обязательства согласно выданному гарантийному талону. При обращении в сервисную службу предъявите гарантийный талон.

СРОК СЛУЖБЫ

Срок службы 1 год

«CASADA International GmbH»
«Касада Интернешнл ГмбХ»
г. Падерборн, Германия, 33104
info@casada.com
ОбермайерсФельд, 3
www.casada.com

Генеральный импортёр в РФ
ООО «Касада»
117041 г. Москва
Ул. Академика Понрягина, д.21, корпус 1,
помещение VII, ком 1
тел 8 800 600 41 50
эл. адрес: info@casada.ru
Адрес в интернете: casada.ru

Авторские права на изображения и тексты принадлежат компании «CASADA International GmbH»

и не могут использоваться без явно выраженного ее согласия.
Авторское право © 2022 CASADA International GmbH. Все права сохранены.

