

DR-HO'S
motionciser
///FIT



Dr. Michael Ho



User manual | P. 2



Brugermanual | P. 30



Gebruikershandleiding | P. 9



Bruksanvisning | P. 37



Manuel d'instructions | P. 16



Ohjekirja | S. 44



Instrukcja | P. 23



Bruksanvisning | S. 51

Dank u

Dank voor uw aankoop en gefeliciteerd met uw DR-HO'S MotionCiser® Fit, een innovatief apparaat voor passieve bewegingsoefening terwijl u zit en relaxt. We vinden het fijn te zien dat u uw welzijn belangrijk vindt. We wensen u jarenlang plezier met DR-HO'S MotionCiser®!



DR-HO'S MotionCiser®

- maakt de gewrichten van uw voeten en enkels losser;
- ontspant uw voet- en beenspieren;
- simuleert een loopbeweging door de voeten en enkels op en neer te bewegen;
- heeft een unieke warmtefunctie die uw voeten verwarmt en een comfortabel gevoel geeft.

DR-HO'S MotionCiser® heeft:

- 10 instellingen, zodat u zelf de gewenste intensiteit kunt kiezen;
- een effectieve warmtefunctie, in te stellen van 30 °C tot 50 °C;
- een makkelijk leesbaar leddisplay;
- een handvat om het apparaat makkelijk met één hand te kunnen verplaatsen;
- een gebruiksvriendelijke afstandsbediening, vooroverbuigen is niet nodig;
- een robuust en duurzaam ontwerp, om lang van te genieten;
- stille werking.

DR-HO'S MotionCiser® wordt aangeraden voor mensen van alle leeftijden

- die veel zitten, bijvoorbeeld door opleiding, werk of gezondheidsomstandigheden;
- die thuis willen genieten van een ontspannende voet- en beenmassage!

DR-HO'S MotionCiser®:

Niet-belastende, passieve beweging voor uw welzijn!

Disclaimer: producten en apparaten van DR-HO'S zijn niet bedoeld voor het diagnosticeren, behandelen of genezen van aandoeningen. Raadpleeg bij gezondheidsproblemen uw arts voor de juiste diagnose en behandeling.

VOORZORGSMAATREGELEN EN CONTRA-INDICATIES

- ⚠ **Gebruik DR-HO'S MotionCiser niet als u botbreuken heeft, postoperatief bent of andere gezondheidsproblemen heeft die niet geschikt zijn voor beweging.**
- ⚠ **Epileptische aanvallen kunnen door vele factoren worden veroorzaakt, waaronder trillingen. Als u last heeft van epilepsie, raadpleeg dan uw arts voordat u de MotionCiser gebruikt.**
- ⚠ **Als u tijdens of na het gebruik van het apparaat enig ongemak ervaart, stop dan en neem een dag of twee rust voordat u het opnieuw gebruikt. Als het ongemak aanhoudt, stop dan met het gebruik van het apparaat.**
- ⚠ **Raadpleeg voor gebruik altijd uw arts als u zich zorgen maakt over uw gezondheid of twijfels heeft of de MotionCiser voor u geschikt is.**

BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Bij het gebruik van elektrische apparatuur dient u altijd elementaire veiligheidsinstructies in acht te nemen.

Let op

- Om het risico op een elektrische schok te vermijden mag u het apparaat, het netsnoer en de stekker NOOIT in water of andere vloeistoffen dompelen.
- Laat het apparaat nooit onbewaakt achter!
- Dit apparaat mag niet door kinderen worden gebruikt. Houd het apparaat en het snoer buiten het bereik van kinderen. Het is geen speelgoed.

1. Controleer voor gebruik of de netspanning ter plaatse overeenkomt met de specificaties zoals getoond onderop de MotionCiser®. Het is verboden om het apparaat met een adapter of transformator te gebruiken; dit leidt tot verval van de garantie.
2. Niet aan het netsnoer trekken, het niet buigen, niet beschadigen of in aanraking laten komen met hete oppervlakken. Controleer zowel netsnoer als stekker regelmatig op tekenen van schade of slijtage en is daarvan sprake, gebruik het apparaat dan niet meer en laat de onderdelen door een deskundige vervangen.

3. Als het apparaat niet goed functioneert, gevallen of beschadigd is, raadpleeg dan de klantenservice.
4. Gebruik de MotionCiser® alleen binnenshuis en altijd op een vlakke ondergrond.
5. Dit apparaat mag alleen worden gebruikt, beheerd en schoongemaakt door personen met verminderde lichamelijke, sensorische of geestelijke vermogens of gebrek aan ervaring en/of kennis, mits dit gebeurt onder toezicht en zij geïnstrueerd zijn over het veilige gebruik van het apparaat en de daaraan verbonden risico's hebben begrepen.
6. Ga nooit op het apparaat staan; u dient de MotionCiser® comfortabel en rechtop zittend voor uw voeten te gebruiken.
7. Advies: Schakel de MotionCiser UIT en haal de stekker uit het stopcontact, zowel na elk gebruik als voordat u het apparaat schoonmaakt. Doe dit als volgt: pak de stekker vast (niet het snoer) en trek de stekker uit het stopcontact. Trek nooit aan het netsnoer.

INHOUD

- Specificaties & technische data
- Functies
- Gebruik van het bedieningspaneel
- Gebruik van de afstandsbediening
- Batterij wisselen
- Garantie & communicatie

SPECIFICATIES & TECHNISCHE DATA

1. Bedieningspaneel
2. Kunststof pedaal
3. Behuizing
4. EVA*-pedaal
5. Aansluiting
6. Afstandsbediening
7. Adapter
8. Schroevendraaier
9. Aansluitpunten voor armtrainingsbanden (10)



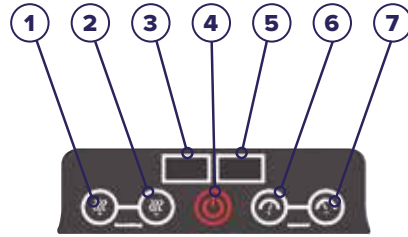
*EVA is een afkorting van ethyleenvinylacetaat. De zwarte schuimmatjes op de twee voetpedalen zijn hiervan gemaakt. EVA is een duurzaam materiaal en biedt een comfortabel, schokdempend effect.

Informatie apparaat	
Producent.....	Zhejiang Meier Fitness Equipment Co. Ltd, No. 96
.....	Xinghua Road, Qingxi Industry Zone Yongkang City,
.....	Zhejiang, P.R. China
Model.....	XJ-F-30
Vermogen.....	60W
Amplitude.....	4mm
Motorsnelheid.....	1600r/min – 3500r/min
Intensiteitsstanden.....	0-10
Instellingen temperatuur.....	30°C – 50°C
Afmetingen product.....	33 x 38 x 12,5 cm
Afmetingen verpakking.....	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
Nettogewicht / Brutogewicht.....	3kg / 4,5kg
Fitness standaard en klasse.....	EN ISO 20957-1 ; HC
Max. gebruikersgewicht (zittende positie).....	40kg
Ecodesign-informatie van externe adapter	
Fabrikant.....	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755,
.....	Venture Building, Venture Park, Torch High-tech
.....	one, Xiamen, Fujian, P.R. China
Typeaanduiding.....	EA048-2400-2000WG
Voedingsspanning, Voedingsfrequentie.....	100-240V; 50/60 Hz
Uitgangsspanning / -stroom, Uitgangsvermogen.....	24.0 V ; 2.0 A; 50,4 W
Gemiddelde actieve efficiëntie.....	84%
Efficiëntie bij lage belasting (10 %).....	79%
Energieverbruik in niet-belaste toestand.....	0,75W

FUNCTIES

Bedieningspaneel

1. Temperatuur verhogen
2. Temperatuur verlagen
3. Weergave temperatuur
4. Aan-uit
5. Weergave snelheid
6. Snelheid verhogen
7. Snelheid verlagen



Afstandsbediening

1. Aan- en uitknop
2. Snelheid verhogen
3. Temperatuur verhogen
4. Snelheid verlagen
5. Temperatuur verlagen



GEBRUIK VAN HET BEDIENINGSPANEEL



- A. Druk op de  knop om het apparaat aan (en uit) te zetten.



Door de herhaaldelijke beweging worden de voet- en enkelgewrichten losgemaakt. De op-en-neergaande beweging die de MotionCiser® maakt, boost de beweging na die de voet-, enkel- en kuitspieren maken tijdens het lopen.

Het apparaat is uitgerust met een voorgeprogrammeerd instelling van 30 minuten waarna de MotionCiser automatisch uitschakelt.

Gebruiksadvies:
20 à 30 minuten per keer, twee- of driemaal per dag indien u niet dagelijks een wandeling maakt.



Stel de snelheid in (stand 1 tot 10)

Bij een lage snelheid kunnen uw benen zich ontspannen door een lichte massage van uw voeten tot aan uw heupen. Hoe hoger de stand des te sterker de vibraties en hoe groter het massagegevoel.

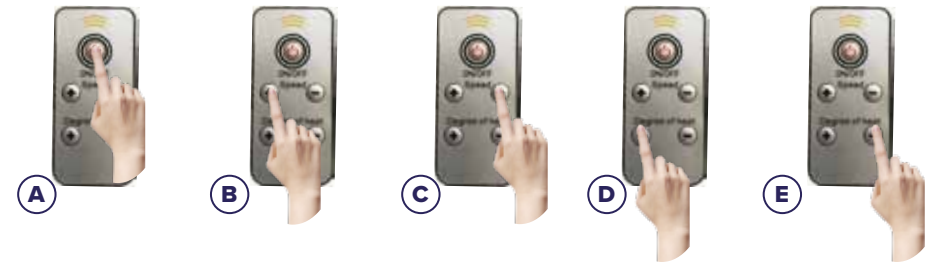
- B. Druk op de  knop om de snelheid te verhogen.
- C. Druk op de  knop om de snelheid te verlagen.

Stel de temperatuur in (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

Met de unieke warmtefunctie van DR-HO'S MotionCiser® blijven de voeten warm en comfortabel.



- D. Druk op de  knop om de temperatuur te verhogen.
- E. Druk op de  knop om de temperatuur te verlagen.

GEBRUIK VAN DE AFSTANDSBEDIENING





- A. Druk op de  knop om het apparaat aan (en uit) te zetten.

Stel de snelheid in (stand 1 tot 10)

- B. Druk op de  knop om de snelheid te verhogen.
- C. Druk op de  knop om de snelheid te verlagen.

Stel de temperatuur in (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

- D. Druk op de  knop om de temperatuur te verhogen.
- E. Druk op de  knop om de temperatuur te verlagen.

**Opmerking:**

Verwijder het plastic beschermfolie uit de afstandsbediening voor het eerste gebruik om de batterij te activeren.

Opmerking:

De afstandsbediening werkt op een CR2025-batterij.

DE BATTERIJ VERVANGEN

1. Verwijder de batterij



Verwijder eerst het schroefje.

2. Vervang de batterij

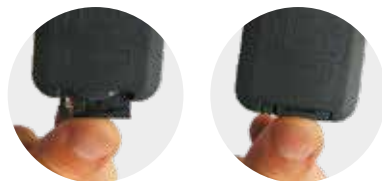


Plaats de nieuwe batterij in de houder met de juiste zijde omhoog.



Druk het palletje aan de onderkant van de afstandsbediening in en verwijder tegelijkertijd de batterijhouder.

3. Plaats de batterij



Klik de batterijhouder terug in de afstandsbediening en sluit af met het schroefje.

GARANTIE & COMMUNICATIE

Garantie: één jaar tegen fabrieks- en materiaalfouten. Alle gebreken die zijn ontstaan door ondeskundige behandeling, beschadiging of reparatiepogingen zijn uitgesloten van garantie. Dit geldt ook voor de normale slijtage. Deze garantie heeft geen invloed op geldende wettelijke rechten.

Heeft u vragen, klachten, suggesties, wensen? Neemt u dan contact op met of bezoek de website van uw leverancier.

Geïmporteerd en gedistribueerd door OCG Consumer Products B.V.
Eemnesserweg 11-10, 1251 NA Laren, Nederland
klantenservice@drho.nl
www.drho.nl



Tevreden met uw DR-HO'S MotionCiser? Deel uw posts, stories, tips & tricks met andere gebruikers! Like en volg ons via @drho.nl of drho.be & tag uw berichten met

#MyDrHo #DrHoLovers #DrHoNow

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES!

ALLEEN VOOR HUISHOUELIJK EN BINNENSHUIS GEBRUIK.



DEZE MARKERING GEEFT AAN DAT DIT PRODUCT IN DE EU NIET MET ANDER HUISHOUELIJK AFVAL MAG WORDEN WEGGEGOOID. OM MOGELIJKE SCHADE AAN HET MILIEU OF DE MENSELIJKE GEZONDHEID DOOR VERKEERDE AFVALVERWIJDERING TE VOORKOMEN, MOET U DEZE OP VERANTWOORDE WIJZE RECYCLLEN EN ZO DUURZAAM HERGEBRUIK VAN MATERIAALBRONNEN TE BEVORDEREN. GEBRUIKT U DE RETOURPROCEDURE OM UW GEBRUIKTE APPARAAT TERUG TE STUREN OF NEEMT U CONTACT OP MET DE WINKEL WAAR U HET PRODUCT HEBT GEKOCHT. DAAR KUNNEN ZE HET APPARAAT MILIEUVRIENDELIJK AFVOEREN OF RECYCLLEN.



Your **personal massage device** at home!

Uw **persoonlijke massage apparaat** thuis!

Votre appareil de bien-être à domicile !

www.drhonow.eu

