

TRILPLAAT PERFECT SHAPE

Lucovitaal trilplaat Perfect Shape met oscillatie-technologie geeft je de ideale work-out of heerlijke massage. Trainen zonder te veel inspanning en je bereikt al snel **spieropbouw, kracht en een mooi gevormd lichaam**. Door de hoge frequente trillingen hebben eenvoudige oefeningen **meer impact** en wordt de **druk op botten en gewrichten bespaard**. In tegenstelling tot klassieke krachtoefeningen zijn bij een vibratietraining **alle spieren actief**. Het perfecte full body thuis fitness apparaat met ingebouwde computer is zonder montage direct klaar voor gebruik en heel eenvoudig onder het bed op te bergen.

Door de hoogfrequente trillingen gecombineerd met verschillende oefeningen en houdingen, kan deze hoogwaardige vibrerende fitness machine:
***spierweefsel diep stimuleren**, ***vetophoping verminderen**, ***de elasticiteit van spieren herstellen**, ***een mooie lichaamsvorm geven**,
waardoor gebruikers ***vitaliseren** en ***zich zelfverzekerd voelen**. Daarbij ***ontspant** het lichaam & geest en helpt bij ***vermoeidheid** en
***stimuleert de bloedsomloop** waardoor je je **fitter en vitaler** voelt.

Gebruiksaanwijzing:

1. Steek de stekker in het stopcontact.
2. Druk op de rode on/off knop om de trilplaat Perfect Shape aan te zetten.
3. Druk op de blauwe letter "P" om het programma te bepalen.
4. Hierna kan je op de groene startknop drukken om het programma te starten.
5. Met de handmatige modus kan de tijdsduur en/of de snelheid ten alle tijden naar wens worden aangepast.
6. Er zijn 9 programma's mogelijk voor optimaal opbouw intensiteit.
7. Via de afstandsbediening kunt u ook eenvoudig kiezen uit 3 intensiteitsniveaus, 99 snelheden, 9 automatische programma's – voor uw persoonlijke work-out op maat.

De afstandsbediening gebruikt twee AAA-batterijen van 1,5 V (niet inbegrepen). Zorg ervoor dat u de batterijen correct plaatst volgens de polariteit in het batterijcompartiment aan de achterkant van de afstandsbediening. Het effectieve ontvangst bereik van het signaal van de afstandsbediening is 2,5 meter. Houd de richting van de controller in overeenstemming met de productontvanger.

Gebruik Lucovitaal trilplaat Perfect Shape naar behoefte:

1. **Training:** Bij elke oefening worden alle spiergroepen met slechts één apparaat getraind in elke situatie of je nu staat, zit, ligt of leunt. Elke training heeft dus effect op het lichaam. Voor een intensievere training slechts minimaal 10 minuten 3x per week op de trilplaat Perfect Shape om het lichaam in vorm te krijgen. Een intensieve training elke dag minimaal 10 minuten met eventueel oefeningen erbij (zie hiervoor de handleiding). Door de hoogwaardige oscillatie-technologie worden spieren opgebouwd door trillingen en versterkt het lichaam.
2. **Massage:** Om de spieren los te maken of heerlijk voor ontspanning van lichaam & geest kun je naar behoefte deze hoogwaardige trilplaat Perfect Shape gebruiken.
3. **Bij zware benen:** Ga comfortabel op een bank of stoel zitten en plaats het apparaat onder je voeten met een lichte druk voor een massage. Dit stimuleert de doorbloeding in de benen & voeten en geeft een heerlijke ontspanning.



Art. nr. / Ref.: 000214

Inhoud / Contents: 1 stuk / piece

PK Bevelen BV, Postbus 745, 5400 HD Uden, NL

M: 000 502 00 40 B: 000 721 03

lucovitaal.nl



MADE IN CHINA

