

DR-HO'S
motionciser
III 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

Thank you

Thank you and congratulations on purchasing your DR-HO'S MotionCiser® Fit, the feel-good massage and passive motion exercise device for your legs and feet while you sit and relax.

We're happy you've chosen to optimize your well-being. Since we want your experiences with the MotionCiser to be fantastic, please read these instructions before use. We wish you years of enjoyment and relaxation!



Including handle to make it easy to move the device about with one hand.

Benefits of DR-HO'S MotionCiser®, from feet to hips:

- helps to loosen foot and ankle joints;
- relax and refresh leg muscles;
- increase circulation in arteries, veins and lymphatics;
- helps to reduce water retention in your legs;
- the unique heat functionality stimulates circulation even more and keep your feet warm and comfortable;
- to help alleviating pain in case of e.g. restless legs.

DR-HO'S MotionCiser® includes:

- 10 levels of intensity for tailor-made effects;
- soothing heat, adjustable from 30°C to 50°C;
- an easy to read LED control panel;
- an easy to use Remote Control, no need to bend over;

- a sturdy and durable design, developed to last;
- silent operation.

DR-HO'S MotionCiser® is recommended for people of all ages

- who lead a sedentary lifestyle due to e.g. study, work or health conditions;
- with (temporary) foot, knee or muscle pain or limited mobility due to surgery, arthritis and such;
- with (chronic) circulation issues, puffiness related to varicose veins e.g.;
- who enjoy a relaxing foot & leg massage in the comfort of their home!

DR-HO'S MotionCiser®:

Low impact exercise with **great** benefits!



PRECAUTIONS AND CONTRAINDICATIONS



Do not use the MotionCiser if you have fracture bones, post-surgery or other health conditions that are not suitable for movement.



Epileptic seizures can be triggered by many factors, including vibration. If you suffer with epilepsy, please consult your doctor before using the MotionCiser.



If you feel any discomfort during or after using the device, stop and rest for a day or two before using it again. If the discomfort continues, stop using the device.



Always consult your doctor with health concerns before use.

IMPORTANT SAFEGUARDS

When using your DR-HO'S MotionCiser®, always observe basic safety precautions.

Warnings

- To avoid risk of electrical shock, never immerse base unit, cord or plug in water/ liquids.
 - Never leave DR-HO'S MotionCiser® unattended while it is in use.
 - This appliance shall not be used or played with by children. Keep the appliance and its cord out of reach of children.
1. Use of the appliance in locations with different electrical specifications may result in damage to the product so please check specifications before operation. Do not use this product with any type of adapter or voltage converter device; this is considered unauthorized modification of the product and as such voids the warranty.
 2. Do not pull, twist, or damage the power cord and don't allow to touch hot surfaces. Periodically inspect cord and plug. Do not operate with a damaged cord or plug. A damaged cord or plug must be replaced by a qualified person in order to avoid a hazard.
 3. If the appliance malfunctions, is dropped or damaged in any manner, contact Customer Service for assistance.
 4. Do not use the device outdoors or in inclement weather, and always operate on a level surface.
 5. This appliance may be used, cleaned and/or maintained by persons with reduced physical, sensory or mental abilities or lack of experience and/or knowledge, if they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance in a safe way and if they understand the hazards involved.
 6. Never stand on the appliance but use it for your feet when sitting upright and in a comfortable position.
 7. Switch OFF the MotionCiser and remove the plug from the socket every time you finish using the device and before cleaning it. Proceed as follows: take hold of the plug (not the cable) and pull the plug from the socket. Never pull on the power cable.

Disclaimer: DR-HO's products are not intended to diagnose, treat or cure diseases and disorders. In the event of health problems, consult your doctor for proper diagnosis and treatment.

CONTENTS

- Specifications
- Features
- Use of control panel
- Use of remote control
- Battery change
- Warranty and communications

SPECIFICATIONS & TECHNICAL DATA

1. Control panel
2. Plastic pedal
3. Shell
4. EVA* pedal
5. Socket
6. Remote control
7. Adaptor
8. Screwdriver
9. Connection point for resistance bands (10)



*EVA stands for Ethylene Vinyl Acetate. This is a type of black foam mat used on the two footrest areas. It's very durable and provides a comfortable cushioning effect.

Power.....	60W
Amplitude	4mm
Motor speed	1600r/min – 3500r/min
Level	0-10
Heating.....	30°C – 50°C
Product size	33 x 38 x 12,5 cm
Packing Size	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
N.W. / G.W.	3kg / 4,5kg
Fitness standard and class	EN ISO 20957-1 ; HC
Max user weight (sitting position)	40kg

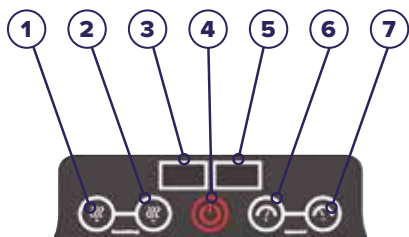
External charger ecodesign information

Manufacturer	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755, Venture Building, Venture Park, Torch High-tech Zone, Xiamen, Fujian, P.R. China
Model: EA048-2400-2000WG Model	EA048-2400-2000WG
Input voltage and AC frequency	100-240V ; 50/60 Hz
Output voltage, current and power	24.0 V ; 2.0 A ; 50,4 W
Average active efficiency	84%
Efficiency at low load (10 %).....	79%
No-load power consumption.....	0,75W

FEATURES

Control panel

1. Increase temperature
2. Reduce temperature
3. Temperature display
4. Power
5. Speed display
6. Speed up
7. Speed down



Remote control

1. Power
2. Speed up
3. Increase temperature
4. Speed down
5. Reduce temperature



USE OF CONTROL PANEL



- A. Press the  button to turn on, press it again to turn off.

The appliance will cause your foot and ankle to pivot up and down to simulate the motions of walking.

The rapid repeating pivotal motions will help to loosen the joints in your foot and ankle while causing movement in the calf muscles which helps to promote circulation in your legs and feet. The pivotal motion created by the MotionCiser simulates

the motion of the foot, ankle, and calf muscles just like when a person is walking.

The MotionCiser has a preprogrammed mode which automatically turns off after 30 minutes.

Advice:

It is advised to use the MotionCiser for 20 to 30 minutes each time, two to three times a day if you don't go out for a daily walk.

Adjust the speed (level 1 - level 10)

At low speed the MotionCiser will simulate the motions of around 400 steps, at mid speed around 600 steps and at full speed around 1,000 steps. The higher the speed settings, the rapid passive motions will also provide vibrational massage effects.

- B. Press the  button to speed up.

- C. Press the  button to slow down.

Adjust the temperature (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

The unique and soothing heat function stimulates circulation even more and also keep your feet warm and comfortable.

- D. Press the  button to set the temperature higher.

- E. Press the  button to set the temperature lower.

USE OF REMOTE CONTROL



- A. Press the  button to turn on, press it again to turn off.

Adjust the speed (level 1 - level 10)

- B. Press the  button to speed up.

- C. Press the  button to slow down.

Adjust the temperature (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

- D. Press the  button to set the temperature higher.

- E. Press the  button to set the temperature lower.



BATTERY CHANGE

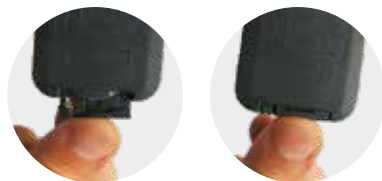
1. Pull out the battery



2. Change the battery



3. Place the battery back



WARRANTY AND COMMUNICATIONS

Warranty: one year against factory and material defects. The warranty does not cover faults caused by incorrect handling, damage, assembly or attempted repairs. The same applies to normal wear and tear. This warranty does not affect applicable legal rights.

If you have any comments, questions or concerns, please contact your supplier.



Happy with your DR-HO'S MotionCiser®? Share your posts, tips & tricks! Like & follow us @drhonow & tag your posts

[#MyDrHo](#) [#DrHoLovers](#) [#DrHoNow](#)

SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR HOUSEHOLD USE ONLY



THIS MARKING INDICATES THAT THIS PRODUCT SHOULD NOT BE DISPOSED WITH OTHER HOUSEHOLD WASTES THROUGHOUT THE EU. TO PREVENT POSSIBLE HARM TO THE ENVIRONMENT OR HUMAN HEALTH FROM UNCONTROLLED WASTE DISPOSAL, RECYCLE IT RESPONSIBLY TO PROMOTE THE SUSTAINABLE REUSE OF MATERIAL RESOURCES. TO RETURN YOUR USED DEVICE. PLEASE USE THE RETURN AND COLLECTION SYSTEMS OR CONTACT THE RETAILER WHERE THE PRODUCT WAS PURCHASED. THEY WILL TAKE CARE FOR ENVIRONMENTAL SAFE RECYCLING.



Dank u

Dank voor uw aankoop en gefeliciteerd met uw **DR-HO'S MotionCiser®** Fit het ontspannende massageapparaat met veel gezondheidsvoordelen voor uw hele lichaam. We vinden het fijn dat u met deze aanschaf prioriteit hebt gegeven aan uw welzijn. En het enige wat u hoeft te doen is achteroverleunen en ontspannen! We wensen u jarenlang plezier met **DR-HO'S MotionCiser®**!

Incl. handvat om het apparaat makkelijk met één hand te kunnen verplaatsen.



DR-HO'S MotionCiser® stimuleert het hele lichaam, door...

- de gewrichten van voeten en enkels los te maken;
- de beenspieren te ontspannen en verkwikken;
- de bloedcirculatie en het lymfestelsel te stimuleren;
- het vasthouden van vocht en zwellingen in de benen te verminderen;
- de unieke warmtefunctie, die uw voeten ook nog eens verwarmt en comfortabel houdt;
- pijn door bijv. rusteloze benen te verlichten

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 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;
- met (tijdelijke) pijn aan voeten, knieën of spieren, of met een verminderde mobiliteit, bijvoorbeeld als gevolg van een operatie of artritis;
- met (chronische) bloed- en/of vochtcirculatieproblemen, zwellingen als gevolg van spataderen, etc.;
- die thuis willen genieten van een ontspannende voet- en beenmassage!

DR-HO'S MotionCiser®:

Niet-belastende beweging met **geweldige** voordelen voor het hele lichaam!

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 schoon gemaakt 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.

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

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.

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

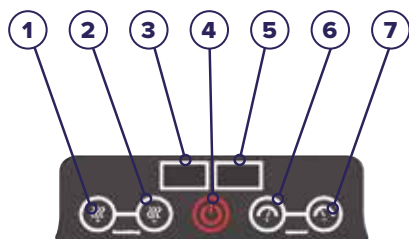
Ecodesign-informatie van externe adapter

Fabrikant.....	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755, Venture Building, Venture Park, Torch High-tech Zone, 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.

Bij gebruik van de MotionCiser® bewegen uw voeten en enkels op en neer om een loopbeweging na te bootsen.

Door de herhaaldelijke beweging worden de voet- en enkelgewrichten losgemaakt en de kuitspieren gestimuleerd, wat de bloedsomloop in het onderlichaam bevordert. De op-en-neergaande beweging die

de MotionCiser® maakt, bootst de beweging na die de voet-, enkel- en kuitspieren maken tijdens het lopen.

Het apparaat is uitgerust met een voorgeprogrammeerde behandeltijd 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 maakt de MotionCiser® ca. 400 bewegingen per minuut, bij middelhoge snelheid zo'n 600 en bij de hoogste snelheid (stand 10) zo'n 1.000 per minuut. Hoe hoger de stand des te sterker de vibraties en hoe groter het massage-effect.

- 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® wordt de bloedsomloop nog meer gestimuleerd, en 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 temperatuur in (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

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.

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



DE BATTERIJ VERVANGEN

1. Verwijder de batterij



Verwijder eerst het schroefje.



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

2. Vervang de batterij



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

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 RECYCLEN 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 RECYCLEN.

Merci

Nous vous remercions d'avoir acheté le DR-HO'S MotionCiser® Fit, l'appareil de massage bien-être et de mouvement passif pour vos jambes et vos pieds, à utiliser en étant assis et détendu. Nous sommes ravis que vous ayez choisi d'optimiser votre bien-être et nous vous souhaitons des années de plaisir et de détente !



Avec poignée pour transporter facilement l'appareil d'une seule main.

DR-HO'S MotionCiser® vous offre ses bienfaits des pieds jusqu'aux hanches en...

- aidant à détendre les articulations du pied et de la cheville ;
- détendant et rafraîchissant les muscles de la jambe ;
- augmentant la circulation dans les artères, les veines et le système lymphatique ;
- aidant à réduire la rétention d'eau dans vos jambes ;
- utilisant une fonction de chauffage unique qui stimule davantage la circulation et garde vos pieds au chaud tout en leur offrant du confort ;
- aidant à soulager la douleur en cas de jambes sans repos.

Le DR-HO'S MotionCiser® comprend :

- 10 niveaux de vitesse pour des effets sur mesure ;
- une chaleur apaisante, réglable de 30 °C à 50 °C ;

- un écran de commande LED facile à lire ;
- une télécommande facile à utiliser, inutile de se pencher ;
- un design robuste et durable ;
- un fonctionnement silencieux.

Le DR-HO'S MotionCiser® est recommandé pour tous les âges

- ceux qui mènent une vie sédentaire pour des raisons professionnelles, de santé, etc. ;
- ceux qui souffrent de douleur (temporaire) au pied, au genou ou au muscle, ou d'une mobilité limitée suite à une chirurgie, à de l'arthrite, etc ;
- ceux qui souffrent de problèmes de circulation (chroniques), de gonflements dus aux varices, etc ;
- ceux qui apprécient un massage apaisant du pied et de la jambe !

DR-HO'S MotionCiser® :

Un exercice à faible impact mais aux **grands** bienfaits !



PRÉCAUTIONS ET CONTRE-INDICATIONS



N'utilisez pas votre appareil DR-HO'S MotionCiser si vous avez des fractures, si vous avez subi une intervention chirurgicale ou si vous avez d'autres problèmes de santé qui ne vous permettent pas de bouger.



Les convulsions peuvent être causées par de nombreux facteurs, notamment des tremblements. En cas d'épilepsie, consultez votre médecin avant d'utiliser le MotionCiser.



Si vous ressentez une gêne pendant ou après l'utilisation de l'appareil, arrêtez et reposez-vous pendant un jour ou deux avant de l'utiliser à nouveau. Si la gêne persiste, arrêtez d'utiliser l'appareil.



Consultez toujours votre médecin si vous avez des problèmes de santé avant d'utiliser l'appareil

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

L'utilisation d'un appareil électrique doit toujours se faire en respectant certaines consignes de sécurité.

ATTENTION !

- Afin d'éviter le risque d'électrocution, ne JAMAIS immerger la base, le cordon ou la fiche dans l'eau ou tout autre liquide.
- Ne jamais laisser l'appareil sans surveillance !
- Les enfants doivent être tenus éloignés de l'appareil et le cordon. L'appareil n'est pas un jouet !

1. Avant de brancher l'appareil, vérifier que les spécifications électriques locales sont compatibles avec les informations en-dessous du DR-HO'S MotionCiser®. Il est interdit d'utiliser l'appareil avec un adaptateur ou un transformateur, cela annulera la garantie.
2. Ne pas tirer, tordre ou maltraiter le cordon y ni le laisser toucher à des surfaces chaudes. Inspecter régulièrement le cordon et la prise électrique pour s'assurer qu'ils ne soient pas endommagés et ne jamais utiliser l'appareil avec un cordon ou une fiche endommagé. Svp remplacez par le fabricant ou un mandataire autorisé.
3. Si l'appareil fait défaut, tombe ou s'endommage d'une autre façon, arrêter l'utilisation et contacter le service Clientèle.

4. Ne pas utiliser à l'extérieur, ne pas l'exposer aux conditions météorologiques changeantes et il faut toujours utiliser l'appareil sur une surface plane.
5. Cet appareil peut être seulement utilisé par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou n'ayant pas suffisamment d'expérience ou de connaissances, s'ils sont surveillés et ont été instruits du mode d'emploi et s'ils comprennent les risques.
6. Ne pas se tenir debout sur l'appareil. Uniquement positionnez vos pieds lorsque vous êtes en position assise, comme sur un repose-pied.
7. Gardez vos mains et pieds hors de l'espace entre les pédales.
8. Conseil : Éteignez le MotionCiser et débranchez-le après chaque utilisation et avant le nettoyage. Procédez comme suit : retirez de la prise en saisissant la fiche (et non le cordon). Ne tirez jamais sur le cordon d'alimentation.

Clause de non-responsabilité : Les appareils DR-HO'S n'ont pas pour but de diagnostiquer, traiter ou soigner les maladies. En cas de problèmes de santé, consultez votre médecin pour obtenir le diagnostic et le traitement approprié.

SOMMAIRE

- Spécifications et caractéristiques techniques
- Caractéristiques
- Utilisation du panneau de commande
- Utilisation de la télécommande
- Changement de pile
- Garantie et communications

SPÉCIFICATIONS ET CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

1. Panneau de commande
2. Pédale en plastique
3. Coque
4. Pédale en EVA*
5. Prise
6. Télécommande
7. Adaptateur
8. Tournevis
9. Point de connexion pour les bandes de résistance (10)



*EVA signifie : éthylène de vinyle et d'acétate. Il s'agit de la mousse noire utilisée sur les 2 zones d'appui du pied. Elle est particulièrement durable et procure un effet amortissant confortable.

Puissance	60W
Amplitude	4mm
Vitesse du moteur	1600r/min – 3500r/min
Niveau	0-10
Chauffage	30°C – 50°C
Dimensions du produit	33 x 38 x 12,5 cm
Dimensions de l'emballage	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
Poids net / Poids brut	3kg / 4,5kg
Norme et classe fitness	EN ISO 20957-1 ; HC
Poids max de l'utilisateur (position assise)	40kg

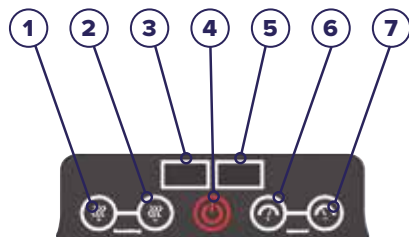
Informations d'écoconception du chargeur externe

Fabricant	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755, Venture Building, Venture Park, Torch High-tech Zone, Xiamen, Fujian, P.R. China
Modèle	EA048-2400-2000WG
Tension et fréquence du CA d'entrée	100-240V ; 50/60 Hz
Tension, courant et puissance de sortie	24.0 V ; 2.0 A ; 50,4 W
Rendement moyen en mode actif	84%
Rendement à faible charge (10 %)	79%
Consommation électrique hors charge	0,75W

CARACTÉRISTIQUES

Panneau de commande

1. Augmenter la température
2. Baisser la température
3. Écran de température
4. Puissance
5. Écran de vitesse
6. Augmenter la vitesse
7. Baisser la vitesse



La télécommande

1. Bouton marche / arrêt
2. Augmenter la vitesse
3. Augmenter la température
4. Baisser la vitesse
5. Baisser la température



UTILISATION DU PANNEAU DE COMMANDE



- A. Appuyez sur le bouton  pour l'allumer, appuyez de nouveau pour l'éteindre.

Le MotionCiser® fera pivoter votre pied et votre cheville vers le haut et le bas pour simuler la marche. Les mouvements de rotation rapides et répétés aideront les articulations de votre pied et de votre cheville tout en générant des mouvements dans les muscles du mollet, ce qui favorise la circulation dans vos jambes et vos pieds. Le mouvement de rotation

créé par le MotionCiser® simule le mouvement du pied, de la cheville et des muscles du mollet tout comme une personne qui marche.

Le MotionCiser est muni avec un mode qui éteindront automatiquement l'appareil après 30 minutes.

Nous vous recommandons d'utiliser l'appareil pendant 20 à 30 minutes à la fois, deux ou trois fois par jour si vous ne faites pas de marche quotidienne.

Réglez la vitesse (niveau 1 à 10)

À vitesse basse, le MotionCiser simule environ 400 mouvements par minute, à vitesse moyenne environ 600 et à vitesse élevée environ 1 000 par minute. À mesure que les réglages de vitesse augmentent, les mouvements passifs rapides créeront également des effets de massage par vibration.

- B. Appuyez sur le bouton  pour augmenter la vitesse.
- C. Appuyez sur le bouton  pour baisser la vitesse.

Modifier la température (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

La fonction de chauffage unique du MotionCiser® de DR-HO'S stimule davantage la circulation et garde vos pieds au chaud tout en leur offrant du confort.

- D. Appuyez sur le bouton  pour augmenter la température.
- E. Appuyez sur le bouton  pour baisser la température.

UTILISATION DE LA TÉLÉCOMMANDE



- A. Appuyez sur le bouton  pour l'allumer, appuyez de nouveau pour l'éteindre.

Réglez la vitesse (niveau 1 à 10)

- B. Appuyez sur le bouton  pour augmenter la vitesse.
- C. Appuyez sur le bouton  pour baisser la vitesse.

Modifier la température (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

- D. Appuyez sur le bouton  pour augmenter la température.
- E. Appuyez sur le bouton  pour baisser la température.



CHANGEMENT DE PILE

1. Retirez la pile



Tout d'abord, retirez la vis.

2. Remplacez la pile



Placez la nouvelle pile en respectant la polarité et fermez-la avec la vis.

3. Installez la pile



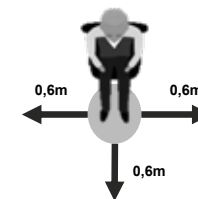
Appuyez sur le bas de la télécommande et retirez le support de pile en même temps.



Réencliquetez le porte-pile dans la télécommande puis refermez avec la vis.

ATTENTION :

Utilisez l'appareil sur une surface plane, stable et sèche, en prenant soin de protéger votre sol ou votre tapis. Pour votre sécurité, assurez vous de laisser au moins 0,6 mètre d'espace libre autour de la zone d'exercice durant l'utilisation.



GARANTIE ET COMMUNICATION

Garantie : un ans contre les défauts de fabrication et de matériaux. Tout défaut imputable à une utilisation non conforme, à une détérioration ou à des tentatives de réparation est exclu de la garantie. L'usure normale est également exclue de la garantie.

Cette garantie n'affecte aucunement les droits dont vous bénéficiez aux termes de la législation actuellement en vigueur.

Si vous avez des questions, contactez ou envoyez un email à votre fournisseur.

Importé et distribué par OCG Products B.V.
Eemnesserweg 11-10, 1251 NA Laren, les Pays-Bas,
E : klantenservice@drho.be, www.drho.be



Êtes-vous satisfait de votre DR-HO'S produit ? Partagez vos posts, histoires, trucs etc et likez et suivez-nous @drho.fr & tag vos posts avec **#MyDrHo #DrHoLovers #DrHoNow**

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS.

SEULEMENT POUR L'UTILISATION DOMESTIQUE À L'INTÉRIEUR.



Veuillez lire et comprendre cette notice avant l'utilisation de l'appareil. Conserver cette notice pendant toute la durée de vie de l'appareil. Une utilisation incorrecte peut présenter un danger. Utilisez ce produit uniquement pour l'usage auquel il est destiné tel que décrit dans le manuel. Cet appareil est destiné à être utilisé en tant qu'appareil de massage de confort et bien être. Il doit être utilisé dans un cadre domestique et non pas à des fins médicales ou commerciales.



CETTE MARQUE INDIQUE QUE LE PRODUIT NE DOIT PAS ÊTRE JETÉ AVEC LES AUTRES DÉCHETS MÉNAGERS SUR LE TERRITOIRE DE L'UNION EUROPÉENNE POUR ÉVITER DE NUIRE À L'ENVIRONNEMENT OU À LA SANTÉ HUMAINE, EN RAISON DE L'ÉLIMINATION INCONTRÔLÉE DE DÉCHETS, RECYCLEZ CET APPAREIL DE MANIÈRE RESPONSABLE AFIN D'OPTIMISER UNE RÉUTILISATION DURABLE DES RESSOURCES MATÉRIELLES. POUR QUE VOTRE APPAREIL SOIT RECYCLÉ, VEUILLEZ UTILISER LES SYSTÈMES DE RÉCUPÉRATION ET DE COLLECTE, OU CONTACTEZ LE COMMERÇANT QUI VOUS L'A VENDU. IL PEUT PROCÉDER AU RECYCLAGE DU PRODUIT EN TOUTE SÉCURITÉ POUR L'ENVIRONNEMENT.

Dziękuję

Dziękujemy i gratulujemy zakupu DR-HO'S MotionCiser® Fit, urządzenia masującego do pasywnych ćwiczeń nóg i stóp. Cieszymy się, że chcesz pozytywnie wpłynąć na swoje samopoczucie. Chcemy, aby Twoje doświadczenia z DR-HO'S MotionCiser były fantastyczne. Przeczytaj dokładnie instrukcję zanim użyjesz urządzenia po raz pierwszy. Życzymy Ci długoletniego zadowolenia i odpoczynku!

NOWOŚĆ!

Z uchwytem
dla łatwego
transportu!



Korzyści płynące z używania MotionCiser, od stóp do bioder:

- pomaga rozluźnić stawy stóp i skokowe;
- odpręża i odżywia mięśnie nóg;
- poprawia krążenie w tętnicach, żyłach i naczyniach limfatycznych;
- pomaga zmniejszyć retencję wody w nogach;
- unikalna funkcja grzania jeszcze bardziej stymuluje krążenie i utrzymuje stopy w cieple i komforcie;
- pomaga łagodzić ból w przypadku np. zespołu niespokojnych nóg.

MotionCiser oferuje:

- 10 poziomów intensywności dla spersonalizowanych efektów;
- łagodzące grzanie z regulacją temperatury od 30°C do 50°C;
- łatwy w obsłudze panel kontrolny LED;

- łatwy w obsłudze pilot, więc nie musisz się schylać;
- mocny i wytrzymały, stworzony, aby służyć Ci latami;
- cicha praca.

MotionCiser to urządzenie dla ludzi w każdym wieku,

- którzy prowadzą siedzący tryb życia
- z (przejściowymi) bólami stóp, kolan, mięśni lub ograniczoną mobilnością po operacji, z powodu artretyzmu itp.
- z (przewlekłymi) problemami z krążeniem, obrzękami związanymi z żylakami itp.
- którzy lubią odprężający masaż stóp i nóg w domowym zaciszu.

DR-HO'S MotionCiser:

Nieobciążające ćwiczenia ze świetnymi korzyściami!

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI I PRZECIWWSKAZANIA



Nie używaj DR-HO'S MotionCiser, jeśli masz złamania kości, jesteś bezpośrednio po operacji lub masz inne schorzenia, które nie pozwalają na poruszanie się.



Napady padaczkowe mogą być spowodowane wieloma czynnikami, w tym wibracjami. Jeśli cierpisz na epilepsję, przed użyciem MotionCiser skonsultuj się z lekarzem.



Jeśli podczas lub po użyciu urządzenia poczujesz dyskomfort, przestań używać urządzenia i odpocznij przez dzień lub dwa przed ponownym użyciem. Jeśli dyskomfort będzie się utrzymywał, zaprzestań korzystania z urządzenia.



W przypadku problemów zdrowotnych przed użyciem należy zawsze skonsultować się z lekarzem.

WAŻNE ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

Podczas używania MotionCiser zachowuj podstawowe środki ostrożności.

Ostrzeżenia

- Wyłącz MotionCiser i wyjmij wtyczkę z gniazdka po każdym zakończeniu korzystania z urządzenia oraz przed jego czyszczeniem. Należy postępować w następujący sposób: chwycić za wtyczkę (nie za kabel) i wyciągnąć wtyczkę z gniazdka. Nigdy nie ciągnij za kabel zasilający.
- Aby uniknąć ryzyka porażenia prądem, nigdy nie zanurzaj jednostki głównej, kabla zasilania lub wtyczki w wodzie ani innych płynach.
- Nigdy nie zostawiaj włączonego urządzenia bez nadzoru.
- Dzieci nie powinny używać ani bawić się urządzeniem. Trzymaj urządzenie i kabel zasilający poza zasięgiem dzieci.
- Użytkowanie urządzenia w miejscach o różnych specyfikacjach elektrycznych może spowodować uszkodzenie produktu, dlatego przed użyciem zapoznaj się ze specyfikacją urządzenia. Nie podłączaj urządzenia do żadnego adaptera ani przetwornicy napięcia; takie modyfikacje nie są autoryzowane i unieważniają gwarancję.
- Nie ciągnij, nie wykręcaj ani nie uszkodzaj kabla zasilania, ani nie kładź go na gorących powierzchniach. Regularnie sprawdzaj kondycję kabla i wtyczki. Nie

używaj urządzenia, jeśli kabel lub wtyczka są uszkodzone. Uszkodzony kabel lub wtyczka muszą zostać naprawione/wymienione przez wykwalifikowanego serwisanta, aby uniknąć niebezpieczeństwa.

- Jeżeli urządzenie nie działa poprawnie, zostało upuszczone lub uszkodzone, skontaktuj się z Działem Obsługi Klienta.
- Nie używaj urządzenia na zewnątrz lub w trakcie niepogody. Zawsze stawiaj urządzenie na równej powierzchni.
- Urządzenie może być używane, czyszczone i konserwowane przez osoby z ograniczonymi zdolnościami fizycznymi, sensorycznymi i umysłowymi lub nieposiadającymi odpowiedniej wiedzy i doświadczenia, jeśli są pod nadzorem lub zostały poustruowane jak używać urządzenia w bezpieczny sposób oraz jeśli są świadome niebezpieczeństw, które mogą wynikać z jego użytkowania.
- Nie stawaj na urządzeniu. Kładź stopy na urządzeniu, gdy siedzisz w wyprostowanej pozycji.

UWAGA: Produkty Dr-a Ho nie zostały stworzone do diagnozowania ani leczenia chorób i dolegliwości. W przypadku wystąpienia problemów ze zdrowiem skonsultuj się z lekarzem, aby otrzymać profesjonalną diagnozę i ustalić plan leczenia.

ZAWARTOŚĆ

- Specyfikacja
- Funkcje
- Użytkowanie panelu kontrolnego
- Użytkowanie pilota
- Wymiana baterii

SPECYFIKACJA

- Panel kontrolny
- Plastikowy pedał
- Obudowa
- Pedał z tworzywa EVA*
- Gniazdko
- Pilot
- Zasilacz
- Śrubokręt
- Punkt podłączenia opasek oporowych (10)



*EVA to polietylen-co-octan winylu. To rodzaj czarnej piankowej maty użyty na dwóch pedałach. Tworzywo jest bardzo wytrzymałe i zapewnia komfortowy efekt amortyzujący.

Moc	60W
Amplituda	4mm
Prędkość silnika	1600r/min – 3500r/min
Poziom	0-10
Temperatura grzania	30°C – 50°C
Wymiary produktu	33 x 38 x 12,5 cm
Wymiary opakowania	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
Waga netto / brutto	3kg / 4,5kg
Fitness standard and class	EN ISO 20957-1; HC
Maksymalne obciążenie	40kg

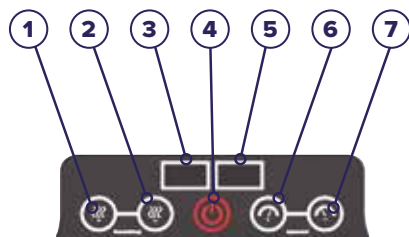
Informacje dotyczące ładowarki zewnętrznej ecodesign

Producent	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755, Venture Building, Venture Park, Torch High-tech Zone, Xiamen, Fujian, P.R. China
Model	EA048-2400-2000WG
Napięcie wejściowe i częstotliwość AC	100-240V ; 50/60 Hz
Napięcie wyjściowe, prąd i moc	24.0 V ; 2.0 A ; 50,4 W
Average active efficiency	84%
Sprawność przy niskim obciążeniu (10 %)	79%
Pobór mocy bez obciążenia	0,75W

FEATURES

Panel kontrolny

1. Zwiększenie temperatury
2. Zmniejszenie temperaturę
3. Temperatura
4. Moc
5. Prędkość
6. Zwiększenie prędkości
7. Zmniejszenie prędkości



Pilot

1. Moc
2. Zwiększenie prędkości
3. Zwiększenie temperatury
4. Zmniejszenie prędkości
5. Zmniejszenie temperatury



UŻYTKOWANIE PANELU KONTROLNEGO



- A. Naciśnij przycisk  zasilania, aby włączyć urządzenie; naciśnij ponownie, aby wyłączyć.

Urządzenie sprawi, że stopy będą poruszać się w górę i w dół, symulując ruchy wykonywane podczas chodzenia.

Szybkie powtarzające się ruchy pomogą rozluźnić stawy w stopie i kostce, jednocześnie wprawiając w ruch łydki, co wspomogę krążenie

w nogach i stopach. MotionCiser imituje ruch, który nogi, łydki i stopy wykonują podczas chodzenia. Urządzenie jest zaprogramowane tak, aby wyłączyć się automatycznie po 30. minutach.

Zalecamy używanie MotionCiser przez 20 do 30 minut, od dwóch do trzech razy dziennie, jeśli nie wychodzisz na codzienne spacer.

Regulacja prędkości (poziom 1-10)

Na najniższym poziomie prędkości MotionCiser będzie symulował ruchy około 400 kroków; na średnim poziomie prędkości około 600 kroków, a na najwyższym

- B. Naciśnij  przycisk, aby zwiększyć prędkość.
- C. Naciśnij  przycisk, aby zmniejszyć prędkość.

Regulacja temperatury (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

Wyjątkowa i przynosząca ulgę funkcja grzania jeszcze bardziej stymuluje krążenie i sprawia, że zawsze jest ci ciepło w stopy i czujesz się komfortowo.

- D. Naciśnij  przycisk, aby zwiększyć temperaturę.
- E. Naciśnij  przycisk, aby zmniejszyć temperaturę.

UŻYTKOWANIE PILOTA



- A. Naciśnij  zasilania, aby włączyć urządzenie; naciśnij ponownie, aby wyłączyć.

Regulacja prędkości (level 1 - level 10)

- B. Naciśnij  przycisk, aby zwiększyć prędkość.
- C. Naciśnij  przycisk, aby zmniejszyć prędkość.

Regulacja temperatury (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

- D. Naciśnij  przycisk, aby zwiększyć temperaturę.
- E. Naciśnij  przycisk, aby zmniejszyć temperaturę.



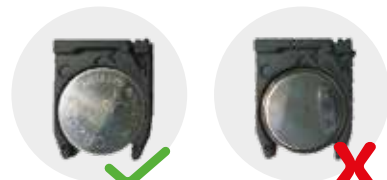
WYMIANA BATERII

1. Wyjmij baterię



Odkręć śrubkę.

2. Wymień baterię



Włóż nową baterię, jak pokazano to na zdjęciu.

3. Włóż baterię na miejsce



Naciśnij krawędź w dolnej części pilota i jednocześnie wyciągnij tacę baterii.



Włóż tacę baterii z powrotem do pilota i dokręć śrubkę.

GWARANCJA I INFORMACJE

WARUNKI GWARANCJI zostały opisane w osobnym dokumencie dołączonym do paczki.

Jeśli masz jakieś uwagi, pytania lub wątpliwości, skontaktuj się ze swoim dostawcą.



Dystrybucja w Polsce:
TVO sp. z o.o.
ul. Kielecka 5
81-303 Gdynia
www.tvokazje.pl



Jesteś zadowolony z Twojego DR-HO'S MotionCiser?
Podziel się swoją opinią i poradami! Polub i obserwuj nas na @drho.pl oraz oznaczaj swoje posty!

#MyDrHo #DrHoLovers #DrHoNow

ZACHOWAJ INSTRUKCJĘ WYŁĄCZNIE DO UŻYTKU DOMOWEGO



Ten symbol oznacza, że zanim zdecydujesz się na utylizację produktu, powinieneś się zapoznać z obowiązującymi lokalnymi przepisami dotyczącymi recyklingu produktów tego typu. Nie wyrzucaj produktu z normalnymi odpadami komunalnymi. Zutilizuj produkt zgodnie z obowiązującymi przepisami. Produkty elektryczne i elektroniczne zawierają niebezpieczne substancje, które mogą mieć szkodliwy wpływ na środowisko i życie ludzkie, dlatego powinny być odpowiednio utylizowane.

Tak

Tak og tillykke med, at du har købt DR-HO'S MotionCiser® Fit, der giver dig nydelsesmassage og passive motionsøvelser til dine ben og fødder, mens du sidder og slapper af.

Vi er glade for, at du har valgt at optimere dit velbefindende.

Da vi ønsker, at din oplevelse med MotionCiser skal være fantastisk, bedes du venligst læse denne brugervejledning inden brug. Vi ønsker dig mange års nydelse og afslapning!



Håndtag medfølger til nem flytning af apparatet med én hånd.

Fordele ved DR-HO'S MotionCiser®, fra fødder til hofter:

- hjælper med at løsne op for fod- og ankelled;
- gør benmuskler afslappede og friske igen;
- øger blodomløbet i arterier, vener og lymfer;
- hjælper med at reducere vandophobning i dine ben;
- den unikke varmfunktionalitet stimulerer blodomløbet endnu mere og holder dine fødder dejlig varme;
- hjælper med at lindre smerter i tilfælde af rastløse ben.

Med DR-HO'S MotionCiser® får du:

- 10 hastighedsniveauer til skræddersyede effekter;
- lindrende varme, som kan tilpasses fra 30oC til 50oC;
- et LED-kontrolpanel, som er nemt at læse;
- en fjernbetjening, som er nem at

bruge, ingen grund til at bukke sig;

- et robust og holdbart design udviklet til at holde i lang tid;
- stilhed, når den er i brug.

DR-HO'S MotionCiser® anbefales til folk i alle aldre

- som fører en stillesiddende livsstil pga. fx studier, arbejde eller sundhedsproblemer;
- med (midlertidige) fod- knæ- eller muskelsmerter eller begrænset mobilitet grundet kirurgi, gigt og lignende;
- med (kroniske) blodomløbsproblemer, hævelser grundet fx åreknuder;
- som gerne vil have en afslappende fod- og benmassage i hjemmets trygge rammer!

DR-HO'S MotionCiser®:

Lavintensitetsøvelser med fantastisk virkning!!



FORHOLDSREGLER OG BEGRÆNSNINGER



Brug ikke MotionCiser, hvis du har brækket en knogle, hvis du kommer dig efter en operation, eller hvis du har andre helbredsproblemer, hvor bevægelse og træning ikke er hensigtsmæssigt.



Anfald kan forårsages af mange faktorer, herunder at blive rystet. Hvis du lider af epilepsi, skal du kontakte din læge, før du bruger MotionCiser.



Oplever du ubehag under eller efter brug af apparatet, skal du stoppe og hvile i en dag eller to, før du prøver at bruge det igen. Hvis ubehaget fortsætter, skal du stoppe med at bruge apparatet.



Konsulter din læge, hvis du er usikker på, om det er OK at bruge produktet på grund af din helbredstilstand.

VIGTIGE SIKKERHEDSFORANSTALTNINGER

Ved brug af DR-HO'S MotionCiser®, skal du altid følge de grundlæggende sikkerhedsforanstaltninger.

Advarsler

- For at undgå risiko for elektrisk stød, må baseenheden, ledning eller stik aldrig nedsænkes i vand/væsker.
 - Efterlad aldrig DR-HO'S MotionCiser® uden opsyn, mens den er i brug.
 - Dette apparat må ikke anvendes af eller leges med af børn. Hold apparatet og dens ledning uden for børns rækkevidde.
1. Brug af apparatet på et sted med andre elektriske specifikationer kan føre til beskadigelse af produktet, så undersøg venligst specifikationerne inden brug. Brug ikke dette produkt med nogen form for adapter eller spændingsomformer, dette anses som en uautoriseret ændring af produktet og gør garantien ugyldig.
 2. Ledningen må ikke trækkes i, vrides eller beskadiges, og lad den ikke røre varme overflader. Inspicér ledning og stik med jævne mellemrum. Brug ikke apparatet, hvis ledningen eller stikket er beskadiget.
 3. En beskadiget ledning eller stik skal udskiftes af en kvalificeret person for at undgå fare.
 4. Brug ikke apparatet udenfor eller i dårligt vejr, og brug det altid på en plan overflade.
 5. Dette apparat må bruges, rengøres og/eller vedligeholdes af personer med nedsat fysiske, følelses-mæssige eller mentale evner eller manglende erfaring og/eller viden, hvis de er under opsyn eller er blevet instrueret i, hvordan apparatet bruges på en sikker måde, og hvis de har forstået de involverede farer.
 6. Stå aldrig på apparatet.
 7. Sluk for MotionCiser og tag stikket ud af stikkontakten stikkontakten, når du ikke længere er enheden, og før du rengør den. Gå frem på følgende måde Gør som følger: Tag fat i stikket (ikke kablet) og træk stikket ud af stikkontakten. Træk aldrig i netkablet.

Ansvarsfraskrivelse: Apparater, som sælges af DR-HO er ikke beregnet til at diagnosticere, behandle eller kurere sygdomme og lidelser. Hvis du har sundhedsmæssige problemer, skal du konsultere en læge for at få en ordentlig diagnose og behandling.

INDHOLD

- Specifikationer
- Funktioner
- Brug af kontrolpanel
- Brug af fjernbetjening
- Skift af batteri
- Garanti og kommunikation

OG TEKNISK DATA

1. Kontrolpanel
2. Plastikpedal
3. Skal
4. EVA* pedal
5. Stikkontakt
6. Fjernbetjening
7. Adapter
8. Skruetrækker
9. Tilslutningspunkt til modstandsbånd (10)



*EVA står for ethylen-vinylacetat. Dette er en sort skummåtte, som bruges på de to hvileområder til fødderne. Det er meget holdbart og giver en behagelig pudeagtig effekt.

Strøm	60W
Amplitude	4mm
Motorhastighed.....	1600r/min – 3500r/min
Niveauer	0-10
Opvarmning	30°C – 50°C
Produktstørrelse	33 x 38 x 12,5 cm
Pakkestørrelse	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
Nettovægt/Bruttovægt.....	3kg / 4,5kg
Standard og fitness klasse.....	EN ISO 20957-1 ; HC
Max brugervægt (siddende stilling).....	40kg

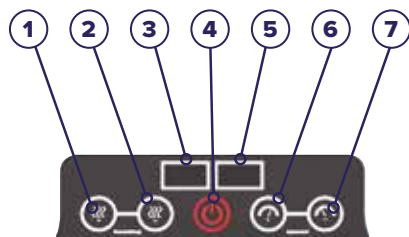
Ekstern oplader økodesign information

Producentens	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755, Venture Building, Venture Park, Torch High-tech Zone, Xiamen, Fujian, P.R. China
Modellens.....	EA048-2400-2000WG
Indgangsspænding, Inputvekselstrømsfrekvens.....	100-240V ; 50/60 Hz
Udgangsspænding, Udgangsstrømsstyrke, Udgangseffekt	24.0 V ; 2.0 A ; 50,4 W
Gennemsnitlig effektivitet i aktiv tilstand	84%
Effektivitet ved lav belastning (10 %)	79%
Effektforbrug i nullast-tilstand	0,75W

FUNKTIONER

Kontrolpanel

1. Hæv temperatur
2. Sænk temperatur
3. Temperaturdisplay
4. Strøm
5. Hastighedsdisplay
6. Hastighed op
7. Hastighed ned



Fjernbetjening

1. Strøm
2. Hastighed op
3. Hæv temperatur
4. Hastighed ned
5. Sænk temperatur



BRUG AF KONTROLPANEL



- A. Tryk på -knappen for at tænde, tryk igen for at slukke.

Dette apparat vil få din fod til at køre op og ned for at simulere bevægelserne ved gang.

De hurtige, gentagne bevægelser vil hjælpe med at løsne op for dine fod- og ankelled samtidig med, at der opstår bevægelse i lægmusklerne, hvilket bidrager til fremme af blodcirkulationen i dine ben og fødder. Den bevægelse, der skabes af

MotionCiser simulerer bevægelserne i fod-, ankel- og lægmuskler, præcis, som når man går.

MotionCiser har en forudprogrammeret indstilling, som automatisk slukker efter 30 minutter.

Det anbefales at bruge MotionCiser i 20 til 30 minutter hver gang, to til tre gange dagligt, hvis ikke du kommer ud på en daglig gåtur.

Tilpas hastigheden (niveau 1 - niveau 10)

Ved lav hastighed vil MotionCiser simulere bevægelserne ved cirka 400 skridt, ved middelhastighed cirka 600 skridt, og ved høj hastighed cirka 1,000 skridt. Hvis hastigheden er høj, vil de hurtige passive bevægelser også give en vibrerende massageeffekt.

- B. Tryk på -knappen for at øge hastigheden.
- C. Tryk på -knappen for at sænke hastigheden

Tilpas temperaturen (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

Den unikke og lindrende varmfunktion stimulerer blodcirkulationen endnu mere og holder også dine fødder dejlig varme.

- D. Tryk på  knappen for at hæve temperaturen
- E. Tryk på  knappen for at sænke temperaturen.

BRUG AF FJERNBETJENING



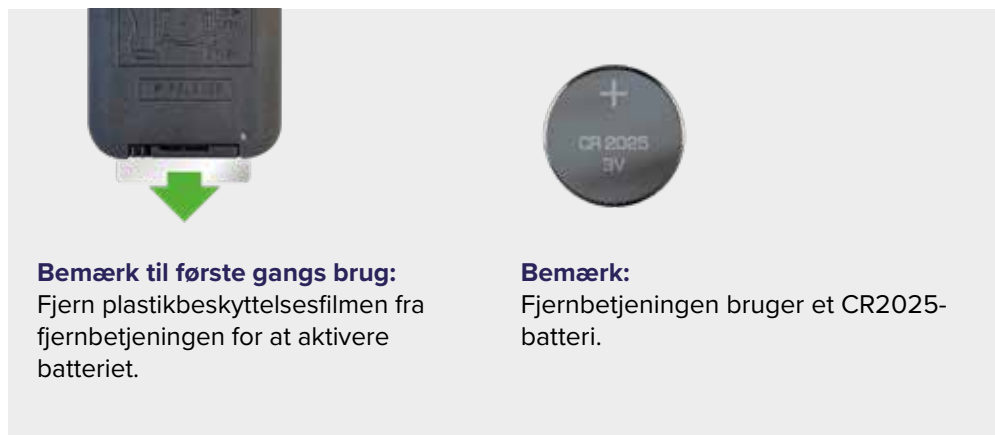
- A. Tryk på  knappen for at tænde; tryk igen for at slukke.

Tilpas temperaturen (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

Tilpas hastigheden (niveau 1 - niveau 10)

- B. Tryk på -knappen for at øge hastigheden.
- C. Tryk på -knappen for at sænke hastigheden

- D. Tryk på  knappen for at hæve temperaturen
- E. Tryk på  knappen for at sænke temperaturen.



SKIFT AF BATTERI

1. Tag batteriet ud



Fjern først skruen.

2. Skift batteriet



Sæt det nye batteri i med den rigtige side udad.

3. Sæt batteriet tilbage



Tryk på undersiden af fjernbetjeningen, og træk samtidig udad i batteristøtten.



Skub batteristøtten ind i fjernbetjeningen og luk med skruen.

GARANTI OG KOMMUNIKATION

Garanti: et år på fabriks- og materielle fejl. Garantien dækker ikke fejl forårsaget af forkert brug, beskadigelse, samling eller forsøg på reparationer.

Det samme gælder normal slitage. Denne garanti påvirker ikke gældende juridiske rettigheder.

Hvis du har spørgsmål om produktet, bedes du kontakte din lokale forhandler.

Kundeservice
Åbningstider: man–fre: kl. 08.00-18.00
E-post: help-dk@myori.se
www.drho.dk



Er du glad for din DR-HO'S MotionCiser®? Del dine opslag, tips & tricks! Like & følg os @drho.dk & tag dine opslag

#MyDrHo #DrHoLovers #DrHoNow

GEM DENNE BRUGERVEJLEDNING

KUN TIL BRUG I HJEMMET



DENNE MARKERING VISER, AT PRODUKTET IKKE BØR BORTSKAFFES MED ALMINDELIGT HUSHOLDNINGSAFFALD I HELE EU. FOR AT UNDGÅ FORURENING AF MILJØET ELLER SKADE PÅ MENNESKER SOM FØLGE AF UKONTROLLERET AFFALDSBORTSKAFFELSE, BØR DET BORTSKAFFES PÅ ANSVARLIG VIS FOR AT FREMME BÆREDYGTIG GENANVENDELSE AF MATERIELLE RESSOURCER. FOR AT RETURNERE DIT APPARAT, BEDES DU BRUGE RETURINDSAMLINGSSYSTEMET ELLER KONTAKTE SÆLGEREN, SOM SOLGTE DIG PRODUKTET. DE VIL SØRGE FOR EN MILJØMÆSSIG SIKKER GENANVENDELSE.

Tack

Tack och gratulerar till köpet av DR-HO'S MotionCiser® Fit, en utrustning som ger dina ben och fötter en behaglig och rogivande, passiv rörelseträning medan du sitter och slappnar av. Vi är glada för att du valt en produkt som främjar ditt välmående. Eftersom vi vill att du ska vara nöjd med MotionCiser ber vi dig läsa dessa instruktioner innan du använder produkten. Vi önskar dig mycket nöje och behaglig avslappning!



Handtag medföljer
för att enkelt flytta
apparaten med
en hand.

Fördelar med DR-HO'S MotionCiser®, från fötter till höfter:

- mjukar upp fot och fotleder;
- avslappning och återhämtning för benmuskulerna;
- ökar blodcirkulationen i artärer, vener och det lymfatiske systemet;
- hjälper till att minska vätskeöverskott i benen;
- den unika värmefunktionen stimulerar blodcirkulationen ytterligare, och ger fötterna behaglig värme.

DR-HO'S MotionCiser® innefattar:

- 10 hastighetsnivåer för skräddarsydda effekter;
- rogivande värme, justerbar mellan 30 och 50 °C;
- tydlig LED-manöverpanel;
- ätt att manövrera med den praktiska fjärrkontrollen, du behöver inte böja dig ner;
- rejäl konstruktion som håller länge;
- tyst vid drift.

DR-HO'S MotionCiser® rekommenderas för personer i alla åldrar

- som har en stillasittande livsstil, exempelvis till följd av studier, arbete eller av hälsoskäl;
- som har (tillfällig) smärta i fot, knän eller muskler, eller begränsad rörlighet efter operation till följd av reumatism eller liknande;
- med (kroniska) cirkulationsbesvär, svullnader, exempelvis till följd av åderbrock;
- som vill ha en rogivande fot- och benmassage hemma!

DR-HO'S MotionCiser®:

Lågintensiv träning med stora fördelar!



FÖRSIKTIGHETSÅTGÄRDER OCH RESTRIKTIONER

- ⚠ Använd inte MotionCiser om du har benbrott, återhämtar dig efter operation eller har andra hälsotillstånd där det inte är lämpligt med rörelse och motion.
- ⚠ Kramper kan orsakas av flera faktorer, inklusive skakningar. Om du lider av epilepsi, rådfråga din läkare innan du använder MotionCiser.
- ⚠ Om du känner något obehag under eller efter användning av enheten, gör ett avbrott och vila en dag eller två innan du testar att använda den igen. Om obehaget fortsätter, sluta använda enheten.
- ⚠ Rådfråga din läkare om du är osäker om det är OK att använda produkten p.g.a ditt hälsotillstånd.

VIKTIGA SÄKERHETSFÖRESKRIFTER

Lakta alltid grundläggande säkerhetsåtgärder när du använder DR-HO'S MotionCiser®.

Varningar

- Sänk aldrig ner basenheten, sladden eller stickkontakten i vatten eller andra vätskor på grund av risken för elektriska stötar.
- Lämna aldrig DR-HO'S MotionCiser® utan uppsikt när den är på.
- Denna apparat får inte användas av barn eller användas av barn som en leksak. Förvara apparaten och sladden utom räckhåll för barn.

1. Kontrollera strömspecifikationerna före användning på en annan plats eftersom apparaten kan skadas om den ansluts till en annan strömstyrka eller spänning. Använd inte denna produkt tillsammans med någon adapter eller spänningsomvandlare. Detta betraktas som en icke godkänd modifiering av produkten, och då förfaller garantin.
2. Det är viktigt att inte dra, vrida eller skada elsladden. Den får inte heller komma i kontakt med varma ytor. Inspektera sladden och stickkontakten regelbundet. Apparaten ska inte användas om elsladden eller stickkontakten är skadad. Om nätsladden är skadad ska den bytas ut av

en behörig person för att förhindra säkerhetsrisker.

3. Kontakta kundservice om det uppstår ett funktionsfel i apparaten, om du tappar den eller om den skadas på något sätt.
4. Utrustningen ska inte användas utomhus eller vid svårt väder, och den ska alltid stå på ett jämnt underlag.
5. Denna apparat kan användas, rengöras och/eller underhållas av personer med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga eller bristande erfarenhet och/eller kunskap, om personen hålls under uppsikt och/eller får hjälp att använda apparaten på ett säkert sätt och om han/hon förstår riskerna.
6. Stå aldrig på apparaten.
7. Stäng av MotionCiser och dra ut stickkontakten från när du inte längre använder apparaten och innan du rengör den. Gör på följande sätt: Ta tag i kontakten (inte kabeln) och dra ut kontakten ur uttaget. Dra aldrig i nätkabeln.

Ansvarsfriskrivning: utrustning som säljs av DR-HO'S är inte avsedda för diagnos av, behandling för eller botemedel mot sjukdomar och åkommor. Rådgör med läkare för rätt diagnos och behandling om du har hälsoproblem.

INNEHÅLL

- Specifikationer
- Egenskaper
- Användning av kontrollpanelen
- Användning av fjärrkontrollen
- Byte av batteri
- Garanti och kommunikation

SPECIFIKATIONER

1. Kontrollpanel
2. Plastpedal
3. Kåpa
4. Pedal av EVA*
5. Uttag
6. Fjärrkontroll
7. Adapter
8. Skruvmejsel
9. Anslutningspunkt för motståndsbånd (10)



*EVA står för etylenvinylacetat. Detta är ett slags svart skummatta som finns på de två fotstödsområdena. Den dämpar behagligt och är mycket tålig.

Effekt.....	60W
Amplitud.....	4mm
Motorns varvtal	1600r/min – 3500r/min
Nivå	0-10
Uppvärmning	30°C – 50°C
Produktens mått	33 x 38 x 12,5 cm
Förpackningsstorlekar	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
Nettovikt/bruttovikt	3kg / 4,5kg
Standard och fitnessklass	EN ISO 20957-1 ; HC
Max användarvikt (sittläge)	40kg

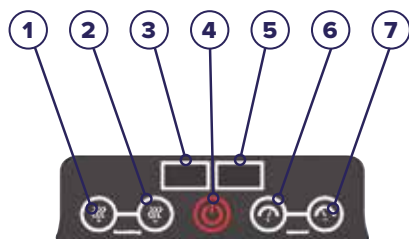
Extern laddare ekodesigninformation

Tillverkarens	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755,
.....	Venture Building, Venture Park, Torch High-tech
.....	Zone, Xiamen, Fujian, P.R. China
Modell.....	EA048-2400-2000WG
Ingående spänning och frekvens (växelström)	100-240V ; 50/60 Hz
Utgående spänning, ström och effekt	24.0 V ; 2.0 A ; 50.4 W
Genomsnittlig verkningsgrad i aktivt läge	84%
Verkningsgrad vid låg last (10 %)	79%
Elförbrukning vid noll-last.....	0,75W

EGENSKAPER

Manöverpanel

1. Höja temperaturen
2. Sänka temperaturen
3. Temperaturdisplay
4. Effekt
5. Hastighetsdisplay
6. Öka hastigheten
7. Sänka hastigheten



Fjärrkontroll

1. Effekt
2. Öka hastigheten
3. Höja temperaturen
4. Sänka hastigheten
5. Sänka temperaturen



ANVÄNDNING AV MANÖVERPANELEN



- A. Tryck på knappen  för att sätta på enheten, tryck igen för att stänga av den.

Apparaten framkallar svängande rörelser i fot och ankel, som påminner om rörelserna vid en promenad.

De snabba repetitiva rörelserna lindrar stelheten i lederna i foten och i ankeln samtidigt som vadsmuskeln rör sig, vilket ökar blodcirkulationen i benen och fötterna. MotionCiser framkallar svängande rörelser som simulerar

rörelserna i fot, ankel och vadmuskler, precis som om användaren skulle promenera.

MotionCiser har ett förprogrammerat läge som automatiskt stänger av enheten efter 30 minuter.

Vi rekommenderar att använda MotionCiser i 20 till 30 minuter två till tre gånger om dagen om du inte tar dagliga promenader.

Justera hastigheten (nivå 1–10)

Vid låg hastighet simulerar MotionCiser rörelser som motsvarar ca 400 steg, vid medelhög hastighet ca 600 steg och vid hög hastighet ca 1 000 steg. Med en högre hastighet kommer de snabbare passiva rörelserna också att orsaka vibrationer som har en massageeffekt.

- B. Tryck på knappen  för att höja hastigheten.

- C. Tryck på knappen  för att sänka hastigheten.

Justera temperaturen (30 °C, 35 °C, 40 °C, 45 °C, 50 °C)

Den unika och rogivande värmefunktionen stimulerar blodcirkulationen ytterligare, och ger fötterna behaglig värme.

- D. Tryck på knappen  för att höja temperaturen.

- E. Tryck på knappen  för att sänka temperaturen.

ANVÄNDNING AV FJÄRRKONTROLLEN



- A. Tryck på knappen  för att sätta på enheten, tryck igen för att stänga av den.

Justera temperaturen (30 °C, 35 °C, 40 °C, 45 °C, 50 °C)

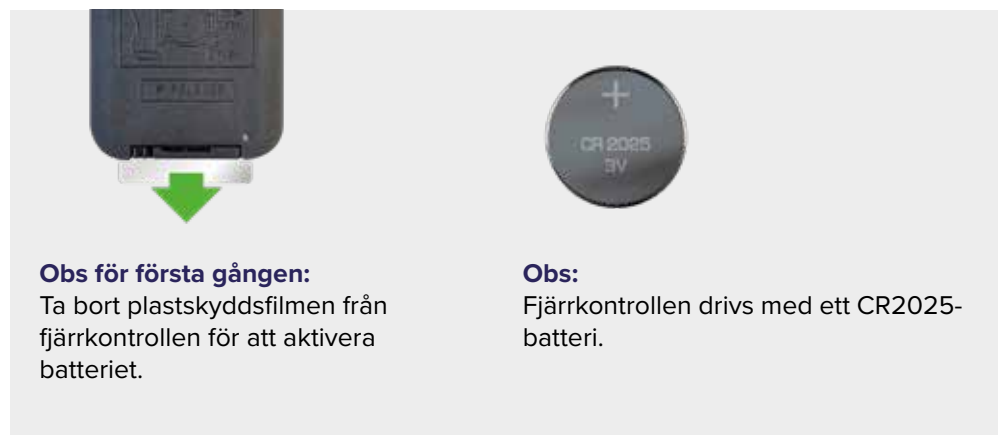
- D. Tryck på knappen  för att höja temperaturen.

Justera hastigheten (nivå 1–10)

- B. Tryck på knappen  för att höja hastigheten.

- E. Tryck på knappen  för att sänka temperaturen.

- C. Tryck på knappen  för att sänka hastigheten.



BYTE AV BATTERI

1. Dra ut batteriet



Ta först bort skruven.



Tryck på undersidan av fjärrkontrollen och dra samtidigt batterihållaren utåt.

2. Byt batteriet



Placera det nya batteriet med rätt sida uppåt.

3. Sätt tillbaka batteriet



Skjut in batterihållaren i fjärrkontrollen igen och stäng det med skruven.

GARANTI OCH KOMMUNIKATION

Garanti: Et år på material- och tillverkningsfel. Garantin täcker inte fel som orsakats av felaktigt handhavande, skador, montering eller reparationsförsök. Detsamma gäller normalt slitage. Denna garanti påverkar inte tillämplig laglig rätt.

Om du har kommentarer, frågor eller funderingar kontakta din leverantör.

Kundtjänst

Öppettider: mån–fre: kl 08.00-18.00

E-post: help-se@myori.se

Telefonnummer: 08 587 61 000

www.drho.se



Är du nöjd med DR-HO'S MotionCiser®? Dela med dig av dina inlägg samt tips och tricks! Gilla och följ oss @drho.se, och tagga dina inlägg

#MyDrHo #DrHoLovers #DrHoNow

SPARA DENNA BRUKSANVISNING!

ENDAST FÖR HUSHÅLLSBRUK



I HELA EU BETYDER DENNA MÄRKNING ATT PRODUKTEN INTE FÅR KASTAS I HUSHÅLLSSOPORNA. FÖR ATT FÖRHINDRA SKADOR PÅ MILJÖN OCH MÄNNISKORS HÄLSA SKA PRODUKTEN KASSERAS PÅ ETT ANSVARSFULLT SÄTT SÅ ATT MATERIALET KAN ÅTERVINNAS. LÄMNA IN APPARATEN TILL EN ÅTERVINNINGSCENTRAL ELLER KONTAKTA FÖRSÄLJAREN DÄR PRODUKTEN KÖPTES. DE KOMMER ATT SÖRJA FÖR MILJÖSÄKER ÅTERVINNING.

Kiitos

Kiitos ja onnittelut MotionCiser® Fit -laitteen hankinnasta. Laite antaa jaloillesi mukavan ja rauhoittavan passiivisen liikeharjoittelun samalla kun istut ja rentoudut. Olemme iloisia, että päätit panostaa hyvinvointiisi. Koska haluamme taata sinulle hyvän käyttökokemuksen MotionCiser-laitteen parissa, lue nämä ohjeet ennen laitteen käyttöä. Toivotamme sinulle paljon iloa ja hyvää oloa laitteen parissa!

Kätevä kahva
helpottaa
laitteen
siirtämistä.



MotionCiser® -laitteen edut aina jalkateristä lantioon:

- auttaa pitämään jalkaterän ja nilkan nivelet liikkuvina;
- rentouttaa ja virkistää jalkojen lihaksia;
- vilkastuttaa verenkiertoa;
- auttaa vähentämään ylimääräisen nesteen kertymistä jalkoihin;
- lämpötoiminto stimuloi verenkiertoa entisestään ja pitää jalat mukavan lämpiminä;
- auttaa lievittämään jalkakipuja, esim. levottomat jalat.

MotionCiser® sisältää:

- 10 nopeustasoa;
- rauhoittavan lämmön säätöväli 30°C-50°C;
- selkeä LED-ohjauspaneeli;
- helppokäyttöinen kaukosäädin, ei kumartelua;
- tukeva ja kestävä muotoilu;
- hiljaiset toimintaäänit.

MotionCiser® sopii kaikenikäisille:

- henkilöille, jotka istuvat paljon esim. opiskelu-, työ- tai terveysolosuhteista johtuen;
- henkilöille, joilla (tilapäisiä) jalka-, polvi- tai lihaskipuja tai joilla liikkuvuus rajoittunut esim. leikkauksesta tai niveltulehduksesta johtuen;
- henkilöille, joilla (kroonisia) verenkiertohäiriöitä tai esim. suonikohjuihin liittyvää, turvotusta;
- henkilöille, jotka haluavat rentouttavan jalkahieronnan mukavasti oman kodin rauhassa!

MotionCiser®:

Matalarasituksinen harjoite suurella hyödyllä!

VAROTOIMET JA VASTA-AIHEET



Älä käytä MotionCiser-laitetta, jos sinulla on luunmurtuma, olet toipumassa leikkauksessa tai terveydentilasi ei muuten salli liikuntaa.



Epilepsia-kohtauksen voivat laukaista useat tekijät, myös tärinä. Jos sinulla on epilepsia, keskustele lääkärisi kanssa ennen MotionCiserin käyttöä.



Jos tunnet epämukavuutta laitteen käytön aikana tai sen jälkeen, lopeta käyttö ja lepää päivä tai kaksi ennen kuin käytät laitetta uudelleen. Jos epämukavuus jatkuu, lopeta laitteen käyttö.



Keskustele aina lääkäri kanssa, jos olet epävarma, soveltuuko laite terveydentilasi vuoksi sinulle.

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA

Noudata aina turvallisuusohjeita käyttäessäsi MotionCiser®-laitetta.

Varoitukset

- Sähköiskuvaaran välttämiseksi älä koskaan upota perusyksikköä, johtoa tai pistoketta veteen tai muuhun nesteeseen.
- Älä koskaan jätä MotionCiser® -laitetta ilman valvontaa sen ollessa päällä.
- Laite ei sovellu lapsille. Älä anna lasten leikkiä laitteella, vaan pidä se poissa lasten ulottuvilta.

- Tarkista, että käyttöpaikan sähköominaisuudet sopivat aitteen käytölle. Tämä on tärkeää, jotta laite ei vaurioidu käytön aikana. Älä käytä laitetta minkään sovittimen tai jännitemuuntimen kanssa. Tämä katsotaan sellaiseksi laitteen hyväksymättömäksi muutokseksi, joka mitätöi tuotetakuun.
- Älä vedä, väännä tai vahingoita virtajohtoa. Johto ei saa myöskään joutua kosketuksiin kuumien pintojen kanssa. Tarkista johto ja pistoke säännöllisesti. Laitetta ei saa käyttää, jos johto tai pistoke on vahingoittunut. Vaurioituneen johdon tai pistokkeen voi

vaihtaa uuteen vain valtuutettu ammattilainen.

- Jos laite putoaa, vaurioituu tai se ei toimi kunnolla, ota yhteys asiakaspalveluumme.
- Älä käytä laitetta ulkona. Käytä laitetta tasaisella alustalla.
- Henkilöt, joilla ei ole tarvittavaa kokemusta ja tietoa tai joilla on heikentyneet fyysiset, aisti- tai henkiset kyvyt, saavat käyttää tuotetta valvotusti tai tsenäisesti vain, mikäli heille on kerrottu tuotteen turvallisesta käytöstä ja käyttöön liittyvistä vaaroista heistä vastuussa olevan henkilön toimesta.
- Älä koskaan seiso laitteen päällä, vaan käytä sitä jaloillesi istuessasi hyvässä ja mukavassa asennossa.
- Kytke MotionCiser pois päältä ja irrota pistoke pistorasiasta aina, kun lopetat laitteen käytön ja aina ennen sen puhdistamista. Toimi seuraavasti: Tartu pistokkeeseen (ei virtajohtoon) ja vedä pistoke pistorasiasta. Älä koskaan vedä virtajohdosta.

Vastuuvapauslauseke: Laite ei ole tarkoitettu diagnosoimaan, hoitamaan tai parantamaan sairauksia ja häiriöitä. Jos sinulla on terveysongelmia, ota yhteys lääkäriisi oikean diagnoosin ja hoidon saamiseksi.

SISÄLTÖ

- Tekniset tiedot
- Ominaisuudet
- Ohjauspaneelin käyttö
- Kaukosäätimen käyttö
- Pariston vaihto

TEKNISET TIEDOT

- Ohjauspaneeli
- Muovinen poljinosa
- Laitteen suojakuori
- EVA*-päällinen
- Johtoliitäntä
- Kaukosäädin
- Sovitin
- Ruuvimeisseli
- Vastuskuminauhojen liitäntäkohdat (10)



* EVA tulee sanoista Ethylene Vinyl Acetate. Tätä erittäin kestäväää ja iskuja vaimentavaa mustaa vaahtomuovimattoa käytetään jalkaosan alueella.

Teho	60W
Jännite	24V 2A
Max paino (käyttäjän ollessa istuma-asennossa)	40KG
Amplitudi	4mm
Moottorin nopeus	1600r/min - 3500r/min
Nopeustaso	0-10
Lämmitystaso	30°C - 50°C
Tuotteen koko	33 x 38 x 12,5 cm
Tuotepakkauksen koko	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
Nettopaino / Bruttopaino	3 kg / 4,5 kg
Sertifikaatti ja luokitus	EN ISO 20957-1 ; HC

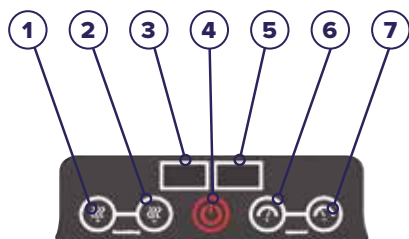
Ulkoisen sovittimen tekniset tiedot

Valmistaja	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755, Venture Building, Venture Park, Torch High-tech Zone, Xiamen, Fujian, P.R. China
Modelli	EA048-2400-2000WG
Jännite (AC) ja taajuus	100-240V ; 50/60 Hz
Jännite (DC), virta ja teho	24.0 V ; 2.0 A ; 50,4 W
Tehokkuus keskimääräisellä kulutustasolla	84%
Tehokkuus alhaisella kuormituksella	79%
Lepovirran kulutus	0,75W

OMINAISUUDET

Ohjauspaneeli

1. Lämpötilan nostaminen
2. Lämpötilan laskeminen
3. Lämpötilan näyttö
4. Virtanäppäin
5. Nopeuden näyttö
6. Nopeuden lisääminen
7. Nopeuden alentaminen



Kaukosäädin

1. Virtanäppäin
2. Nopeuden lisääminen
3. Lämpötilan nostaminen
4. Nopeuden alentamisen
5. Lämpötilan laskeminen



ANVÄNDNING AV MANÖVERPANELEN



- A. Laite käynnistetään ja sammutetaan näppäintä painamalla.

Laite saa jalkateräsi ja nilkkasi liikkumaan kävelyä jäljittelevällä tavalla.

Nopeat toistuvat liikkeet aktivoivat jalkaterien ja nilkkojen ohella myös pohjelihaksia edistäen näin samalla jalkojesi verenkiertoa. MotionCiser-laite liikuttaa jalkojasi kävelyä jäljittelevällä tavalla.

MotionCiser-laitteessa on esiohjelmoitu tila, joka sammuttaa laitteen automaattisesti 30 minuutin kuluttua.

MotionCiser-laitetta suositellaan käytettäväksi 20-30 minuuttia kerrallaan kahdesta kolmeen kertaan päivässä, jos et kävele päivittäin.

Säädä nopeutta (tasot 1-10)

Alhaisella nopeudella MotionCiser simuloi noin 400 liikettä minuutissa, keskinopeudella noin 600 liikettä minuutissa ja täydellä nopeudella noin 1 000 liikettä minuutissa. Nopeuden taso vaikuttaa siihen, kuinka voimakkaan värähtelevän hierontavaikutuksen passiiviset liikkeet saavat aikaan.

- B. Paina näppäintä lisätäksesi nopeutta.

- C. Paina näppäintä hidastaaksesi nopeutta.

Säädä lämpötilaa (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

Rauhoittava lämpötoiminto stimuloi verenkiertoa entisestään ja pitää jalat mukavan lämpiminä.

- D. Paina näppäintä nostaaksesi lämpötilaa.

- E. Paina näppäintä laskeaksesi lämpötilaa.

KAUKOSÄÄTIMEN KÄYTTÖ



- A. Laite käynnistetään ja sammutetaan näppäintä painamalla.

Säädä nopeutta (tasot 1-10)

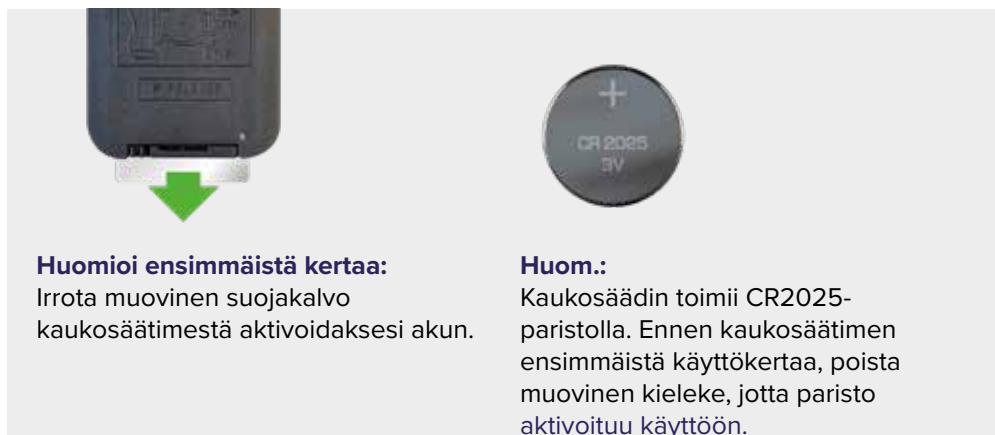
- B. Paina näppäintä lisätäksesi nopeutta.

- C. Paina näppäintä hidastaaksesi nopeutta.

Säädä lämpötilaa (30°C, 35°C, 40°C, 45°C, 50°C)

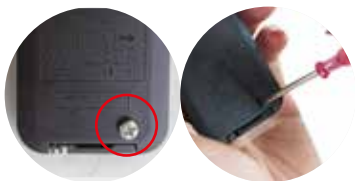
- D. Paina näppäintä nostaaksesi lämpötilaa.

- E. Paina näppäintä laskeaksesi lämpötilaa.



PARISTON VAIHTO

1. Vanhan pariston poistaminen



Irrota ensin ruuvi.



Paina kaukosäätimen alareunasta ja vedä samalla paristolokero ulos.

2. Vaihda uusi paristo



Aseta uusi paristo oikein päin.

3. Aseta paristolokero paikoilleen



Työnnä paristolokero takaisin kaukosäätimeen ja lukitse se ruuvilla paikoilleen.

TAKUU JA VIESTINTÄ

Takuu: Yksi vuosi materiaali- ja valmistusvirheille. Takuu ei kata virheellisestä käsittelystä, vaurioitumisesta, asennuksesta tai korjausyrityksestä aiheutuneita vikoja. Sama koskee normaalia kulumista. Tämä takuu ei vaikuta sovellettavaan lakiin.

Jos sinulla on kommentteja, kysymyksiä tai huolenaiheita, ota yhteyttä toimittajaasi.

Asiakaspalvelu
Sähköpostiosoite: help-fi@myori.se
ma-pe 09.00-16.00
www.drho.fi



Oletko tyytyväinen DR-HO'S MotionCiser® -laitteeseen? Jaa viestisi ja vinkkisi! Tykkää ja seuraa meitä @drho.fi ja merkitse viestisi

[#MyDrHo](#) [#DrHoLovers](#) [#DrHoNow](#)

SÄILYTÄ NÄMÄ KÄYTTÖOHJEET VAIN KOTITALOUSKÄYTTÖÖN



ÄLÄ HÄVITÄ TÄTÄ TUOTETTA SEN KÄYTTÖIÄN PÄÄTTYTTYÄ TAVALLISEN KOTITALOUSJÄTTEEN MUKANA. VIE SE SÄHKÖ- JA ELEKTRONIKKALAITTEILLE TARKOITETTUUN PAIKALLISEEN KIIERRÄTYSPISTEESEEN. TUOTTEIDEN OIKEANLAINEN KIIERRÄTYS ON TÄRKEÄ OSA YMPÄRISTÖNSUOJELUA.

Takk og

Takk og gratulerer med kjøpet av DR-HO'S MotionCiser® Fit, det behagelige massasje- og bevegelsesapparatet for ben og føtter.

Vi er glade for at du har valgt å øke ditt velvære samtidig som du sitter og slapper av. Får du en optimal opplevelse ved bruk av MotionCiser, ber vi deg lese denne bruksanvisningen før du tar apparatet i bruk. Vi ønsker deg mange års glede og velvære!

Inkludert
håndtak
for enkelt
grep.



Fordeler med DR-HO'S MotionCiser® for føtter og hofter:

- Bidrar til å mykne opp stive fotog ankelledd.
- Løsner opp og avspenner benmuskulaturen.
- Øker blodsirkulasjon og lymfedrenasje.
- Reduserer væskeansamlinger i bena.
- Den unike varmfunksjonen stimulerer bena ytterligere og holder føttene varme og behagelige.
- Bidrar til å lindre smerter ved f.eks rastløse ben.

DR-HO'S MotionCiser® inkluderer:

- 10 intensitetsnivåer for skreddersydde effekter;
- beroligende varme, justerbar fra 30°C til 50°C;
- et lettlest LED-kontrollpanel;
- en brukervennlig fjernkontroll, ingen grunn til å bøye seg;
- robust og slitesterk design,

- utviklet for å vare;
- stillegående drift.

DR-HO'S MotionCiser® anbefales for personer i alle aldre

- Som har en stillesittende livsstil grunnet f.eks arbeid, studier eller av helsemessige årsaker.
- Med (midlertidige) fot-, kne- eller muskelsmerter. Eller med redusert bevegelighet grunnet operasjoner, gikt og lignende.
- Med (kroniske) sirkulasjonsproblemer, hevelser i forbindelse med f.eks åreknuter.
- Som setter pris på en avslappende fot- og benbehandling med massasje hjemme.

DR-HO'S MotionCiser®:

Skånsom trening med store fordeler.

FORHOLDSREGLER OG BEGRENSNINGER



Ikke bruk MotionCiser hvis du har brukket et bein, hvis du restituerer deg etter en operasjon, eller hvis du har andre helseproblemer som gjør at bevegelse og trening ikke er hensiktsmessig.



Anfall kan være forårsaket av mange faktorer, inkludert å bli ristet. Hvis du lider av epilepsi, kontakt legen din før du bruker MotionCiser.



Opplever du ubehag under eller etter bruk av apparatet, må du stoppe og hvile en dag eller to før du prøver å bruke det igjen. Hvis ubehaget fortsetter, må du slutte å bruke apparatet.



Rådfør deg med legen din hvis du er usikker på om du kan bruke produktet på grunn av helsetilstanden din.

VIKTIGE SIKKERHETSTILTAK

Følg alltid grunnleggende sikkerhetsregler når du bruker DR-HO'S MotionCiser® grunnleggende sikkerhetsregler.

Advarsler

- For å unngå risiko for elektrisk støt, må du aldri senke enheten, ledningen eller støpselet i vann/ væsker.
 - Etterlat aldri DR-HO'S MotionCiser® uten tilsyn når den er i bruk.
 - Dette apparatet skal ikke brukes eller lekes med av barn. Hold apparatet og ledningen utilgjengelig for barn.
1. Bruk av apparatet på steder med forskjellige med andre elektriske spesifikasjoner kan føre til skade på produktet, så vennligst sjekk spesifikasjonene før bruk. Ikke bruk dette produktet med noen form for adapter eller spenningsformer; dette anses som uautorisert modifisering av produktet, og dermed bortfaller garantien.
 2. Du må ikke trekke, vri eller skade strømledningen og ikke la den berøre varme overflater. Med jevne mellomrom inspisere ledningen og støpselet med jevne mellomrom. Ikke brukes med en skadet ledning eller støpsel. En skadet ledning eller støpsel må skiftes ut av en kvalifisert person for å unngå fare.
 3. Hvis apparatet ikke fungerer som det skal, mistes eller skades på

noen som helst på noen måte, ta kontakt med kundeservice for å få hjelp.

4. Ikke bruk apparatet utendørs eller i dårlig vær eller i dårlig vær, og bruk den alltid på en jevn underlag.
5. Dette apparatet kan brukes, rengjøres og/eller vedlikeholdes av personer med reduserte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller mangel på erfaring og/eller kunnskap, hvis de har fått tilsyn eller instruksjon om bruk av apparatet på en sikker måte, og hvis de forstår farene som er involvert.
6. Stå aldri på apparatet, men bruk det som støtte for føttene når du sitter oppreist og i en komfortabel stilling.
7. Slå av MotionCiser og trekk ut støpselet fra stikkontakten hver gang du er ferdig med å bruke apparatet og før rengjøring. Gjør som følger: ta tak i støpselet (ikke kablen) og trekk støpselet ut av kontakten. Trekk aldri i strømkablen.

Ansvarsfraskrivelse: DR-HO'S produkter er ikke ment å brukes til å diagnostisere, behandle eller kurere sykdommer og lidelser. I tilfelle helseproblemer, ta kontakt med legen din for riktig diagnose og behandling.

CONTENTS

- Spesifikasjoner
- Funksjoner
- Bruk av kontrollpanel
- Bruk av fjernkontroll
- Bytte av batteri
- Garanti og kommunikasjon

SPESIFIKASJONER OG TEKNISKE DATA

1. Kontrollpanel
2. Pedal i plast
3. Skall
4. EVA*-pedal
5. Sokkel
6. Fjernkontroll
7. Adapter
8. Skrutrekker
9. Tilkoblingspunkter for motstandsband (10)



*EVA står for etylenvinylacetat. Dette er en type svart skummatte som brukes på de to fotstøtteområdene. Den er svært slitesterk og gir en behagelig dempende effekt.

Effekt.....	60W
Amplitude	4mm
Motorhastighet.....	1600r/min – 3500r/min
Nivå	0-10
Oppvarming.....	30°C – 50°C
Produktstørrelse	33 x 38 x 12,5 cm
Emballasjestørrelse.....	40,5 x 38,5 x 17,5 cm
N.W. / G.W.	3kg / 4,5kg
Treningsstandard og -klasse.....	EN ISO 20957-1 ; HC
Maks. brukervekt (sittende stilling).....	40kg

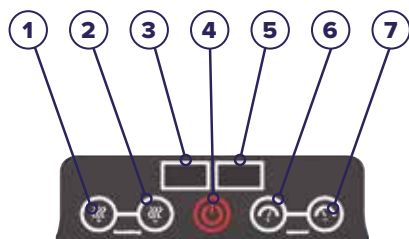
Informasjon om økodesign for ekstern lader

Produsent	Xiamen Eahunt Electronics Co., Ltd. Room 755,
.....	Venture Building, Venture Park, Torch High-tech
.....	one, Xiamen, Fujian, P.R. China
Modell.....	EA048-2400-2000WG
Inngangsspenning og vekselstrømsfrekvens.....	100-240V ; 50/60 Hz
Utgangsspenning, strøm og effekt	24.0 V ; 2.0 A ; 50.4 W
Gjennomsnittlig aktiv virkningsgrad	84%
Virkningsgrad ved lav belastning (10 %).....	79%
Strømforbruk ved null belastning.....	0,75W

FUNKSJONER

Kontrollpanel

1. Øke temperaturen
2. Senke temperaturen
3. Visning av temperatur
4. Strøm
5. Visning av hastighet
6. Hastighet opp
7. Hastighet ned



Fjernkontroll

1. Strøm
2. Hastighet opp
3. Øke temperaturen
4. Senke hastigheten
5. Senke temperaturen



ANVÄNDNING AV MANÖVERPANELEN



- A. Trykk på knappen  for å slå på, trykk en gang til for å slå av

Apparatet vil få foten og ankelen og ankelen til å svinge opp og ned for å simulere gangbevegelser.

De raske, gjentatte svingbevegelserne vil bidra til å løsne leddene i leddene i foten og ankelen, samtidig som bevegelse i leggmuskulaturen, noe som bidrar til å fremme sirkulasjonen i ben og føtter. Den roterende bevegelsen som skapes av

MotionCiser, simulerer bevegelsene i foten, ankelen og leggmusklene muskler, akkurat som når en person går.

MotionCiser har en forhåndsprogrammert modus som automatisk slår seg av etter 30 minutter.

Gode råd: Det anbefales å bruke MotionCiser i 20 til 30 minutter hver gang, to til tre ganger to til tre ganger om dagen hvis du ikke går en tur hver dag.

Juster hastigheten (nivå 1 - nivå 10)

Ved lav hastighet vil MotionCiser simulere bevegelser på rundt 400 skritt, ved middels hastighet rundt 600 skritt og ved full hastighet rundt 1000 skritt. Jo høyere hastighetsinnstillingene er, vil de raske passive bevegelsene også også gi vibrerende massasje effekter.

- B. Trykk på knappen  for å øke opp.

- C. Trykk på knappen  for å senke ned.

Juster temperaturen (30 °C, 35 °C, 40 °C, 45 °C, 50 °C)

Den unike og beroligende varmfunksjonen stimulerer sirkulasjonen enda sirkulasjonen og holder også føttene varme og komfortable.

- D. Trykk på knappen  for å stille inn temperaturen høyere.

- E. Trykk på knappen  for å stille inn temperaturen lavere.

BRUK AV FJERNKONTROLL



- A. Trykk på knappen  for å slå på, trykk på den igjen for å slå den av.

Juster hastigheten (nivå 1 - nivå 10)

- B. Trykk på knappen  for å øke opp.

- C. Trykk på knappen  for å senke ned.

Juster temperaturen (30 °C, 35 °C, 40 °C, 45 °C, 50 °C)

- D. Trykk på knappen  for å stille inn temperaturen høyere.

- E. Trykk på knappen  for å stille inn temperaturen lavere.



Merknad før første gangs bruk:

Fjern beskyttelsesfilmen av plast fra fjernkontrollen for å aktivere batteriet.

Merk:

Fjernkontrollen bruker ett CR25-batteri: CR2025-batteri.

BYTTE AV BATTERI

1. Trekk ut batteriet



Fjern først skruen.

2. Bytt batteri



Plasser det nye batteriet med den riktige siden foran.

3. Sett batteriet tilbake



Trykk på leppen nederst på fjernkontrollen, og trekk samtidig ut batteriskuffen samtidig.



Skyv batteriskuffen tilbake i fjernkontrollen og skruen tilbake på plass.

GARANTI OG KOMMUNIKASJON

Garanti: ett år mot fabrikk- og materialfeil. Garantien dekker ikke feil som skyldes feilaktig forårsaket av feil håndtering, skade, montering eller forsøk på reparasjon. Det samme gjelder normal slitasje og slitasje. Denne garantien påvirker ikke gjeldende juridiske rettigheter.

Hvis du har kommentarer, spørsmål eller bekymringer, vennligst kontakt leverandør.

Kundetjeneste

Har du spørsmål om bestillingen, levering eller reklamasjon:

Åpningstider: man–fre: kl 08.00-18.00

E-post: help-no@myori.se

www.drho.no



Er du fornøyd med din DR-HO'S MotionCiser®? Del dine innlegg, tips og triks! Lik og følg oss på @drho.no og tagg innleggene dine.

[#MyDrHo](#) [#DrHoLovers](#) [#DrHoNow](#)

TA VARE PÅ DISSE INSTRUKSJONENE KUN TIL HUSHOLDNINGSBRUK



DENNE MERKINGEN INDIKERER AT DETTE PRODUKTET IKKE SKAL KASTES SAMMEN MED ANNET HUSHOLDNINGSAVFALL I HELE EU. FOR Å FORHINDRE MULIG SKADE PÅ MILJØET ELLER MENNESKERS HELSE SOM FØLGE AV UKONTROLLERT AVFALLSHÅNDTERING, RESIRKULERE DET PÅ EN ANSVARLIG MÅTE FOR Å FREMME BÆREKRAFTIG GJENBRUK AV MATERIALRESSURSER. TIL RETURNERE DEN BRUKTE ENHETEN. BRUK RETUR- OG INNSAMLINGSSYSTEMENE ELLER TA KONTAKT MED FORHANDLEREN DER PRODUKTET BLE KJØPT. DE VIL SØRGE FOR MILJØMESSIG FORSVARLIG RESIRKULERING.

NOTES

NOTES



Your **personal massage therapist** / physiotherapy at home!

Uw **persoonlijke masseur** en fysiotherapeut aan huis!

Votre masseur / physiothérapeute **personnel** à domicile !

Twój **osobisty masażysta** / fizjoterapeuta w domu!

Din **personlige massør** / og fysioterapeut derhjemme!

En **personlig massör** / fysioterapi i hemmet!

Henkilökohtainen **hierojasi** / fysioterapiaa kotona!

Din personlige **massasjeterapeut** / fysioterapi hjemme!

www.drhonow.eu

