

INNERVA POWER ASSISTED EXERCISE EQUIPMENT

**Operations Manual
Bedieningshandleiding
Manuel des opérations
Betriebshandbuch
Manuale operativo
Driftshåndbok
Manual de operaciones**



innerva
together in motion

V1.0 January 2025

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

MANUFACTURER

Shapemaster Global Ltd
(Trading as Innerva) Unit 3,
Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Telephone: +44(0)1484 667474
Website: www.innerva.com
Email: info@innerva.com

Company No: 3439357
VAT No: 698476164

If your country is not listed below, please contact the manufacturer.

DISTRIBUTORS

NO/FI/DK/SE/AT/DE
Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2,
3370 Vikersund, Norway
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
VAT No: 981072529

FR
SASU Silver Form Development
61 Rue Camille Pelletan, Cenon 33150,
Cidex 10, France
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
VAT No: FR07885059394

NL/BE/LU
BeMoreFit Solutions
W.v.d. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, The Netherlands
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
VAT No: NL860961989B01

IE/NI
Hello Goodlife Wellbeing Ireland Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, County Mayo, F23 KC92,
Ireland
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
VAT No: 4184469AH

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

TABLE OF CONTENTS:

1. Important Safety Instructions
2. Product: Power Assisted Exercise Machines
3. Setup & Assembly
4. User instructions
5. Service and Technical Information
6. Specifications
7. Warranty

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

1. IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

Before using this product, it is essential to read this ENTIRE manual and ALL installation instructions.

It describes equipment setup and instructs members on how to use it correctly and safely.

⚠ CAUTION: Any changes or modifications to this equipment without prior authorisation could void the product warranty.

⚠ CAUTION: Innerva recommends seeing a physician for a complete medical exam before undertaking an exercise program. If, at any time while exercising, the user experiences faintness, dizziness, pain, or shortness of breath, they must stop immediately.

WARNING: Do not attempt to move, tip or lift the equipment whilst in motion.

WARNING: In case of an emergency requiring the equipment to stop, the emergency stop button should be engaged immediately.

DANGER: To reduce the risk of electrical shock, always unplug or switch off at a fused connector of this product before cleaning or attempting any maintenance activity.

WARNING: To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury, it is imperative to connect each product to a properly earthed electrical outlet, if in any doubt seek professional advice from a qualified electrician.

WARNING: Never attempt to dismount the equipment whilst still in motion, wait until it has stopped completely, and the instruction has been displayed on the screen instructing you to do so.

WARNING: Keep a distance of at least 2ft (0.6m) around all Innerva equipment in the direction of equipment access, and in the furthest working position, keeping clear of any obstructions, including walkways, walls, furniture, and other equipment. Ensure that the equipment area is clear of potential hazards.

WARNING: Do not use equipment if the manufacturers recommendations for inspection and maintenance are not followed.

To disconnect, turn power OFF (via switch if applicable), then remove plug from electrical enclosure at the rear of the product, or store cable securely if not removable for transit.

Never operate an Innerva product if it has a damaged power cord or electrical plug, or it has been dropped or damaged. Contact your regional distributor or the manufacturer.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

Make sure that the power cord is not showing signs of damage and that it is not trapped under any equipment or other objects.

If the electrical supply cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, an authorised service agent, or a similarly qualified person to avoid a hazard.

Always follow the on-machine display instructions and refer to the training manual or a trained member of staff for proper operation.

Do not allow other people to interfere in any way with the user or equipment whilst in use.

This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory, or mental capabilities, or lack of experience or knowledge unless they have supervision or been given instruction concerning the use of the product by a person responsible for their safety.

Keep children and animals away from the machines.

Do not use this product outdoors, near swimming pools, near water or in areas of high humidity.

Never insert objects into any opening in these products. If an object should drop inside, turn off the power, and unplug the power cord before attempting to retrieve it. If the item cannot be reached safely, contact your regional distributor or the manufacturer.

Keep all loose clothing, shoelaces, jewellery or other loose materials away from the moving parts of the equipment.

Never place liquids of any type directly on the equipment.

Do not use this product in areas where aerosol spray products are being used or where oxygen is being administered as such substances create the danger of combustion and/or explosion.

Do not use this product in bare feet.

Ensure all attachments/accessories and/or removable parts are securely fixed prior to use.

Use these products for their intended use as described in this manual. Do not use attachments on the equipment that has not been recommended by the manufacturer.

The manufacturer is not responsible for missing or damaged labels. If labels are missing, please contact your regional distributor or the manufacturer.

This is a motorised, power assisted product and will move independently of the user applying any force once activated.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

This motorised power assisted product will operate at variable speeds if selected by the user.

The maximum user weight should not exceed 150kg.

Equipment must be adequately supervised by a competent person and users must have received detailed instructions on the safe use of the equipment.

Equipment should be inspected and serviced by a trained and competent person who can undertake an overall assessment of component wear/exchange, safety and any defects.

All equipment must be inspected, at least annually, by a qualified electrical engineer.

SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR FUTURE REFERENCE.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

2. PRODUCT: POWER ASSISTED EXERCISE MACHINES

COVERING MODELS/TYPES:

Seated user machines

- AB Pullover (ABPO)
- Tricep Dip and Leg Curl (TDLC)
- Cross Cycle (CCYC)
- Tummy Crunch (TC)
- Rotary Torso (RT)
- Side Bend Stepper (SBS)
- Chest and Legs (CNL)
- Seated Climber (SC)
- Flys and Thighs (FNT)
- Relaxer (RLXR).

Recumbent user machines

- Side Flexor (SF)
- Hipster (H)

Access user machines

- Access Tricep Dip (ATD)
- Access Rotary Torso (ART)

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

3. SET UP AND ASSEMBLY

1. Unpacking and Inspection

- Carefully remove all components from the packaging and check them against the order inventory list.
- Inspect all parts for visible damage. If any damage is found, do not proceed with assembly-contact your regional distributor or manufacturer for assistance.
- Dispose of packaging materials safely, keeping any user manuals or warranty information for reference.

2. Placement and Environment

- Ensure the unit is placed on a flat, stable surface to prevent instability or wobbling.
- Maintain clearance space around the unit:
 - Keep a distance of at least 2 foot (0.6 metres) around all Innerva equipment in the direction of equipment access.
- A non-slip floor surface is recommended.
- Avoid placing the equipment near:
 - Direct sunlight (to prevent overheating or material damage).
 - Water sources or high humidity areas, e.g. Swimming Pools (to avoid equipment and electrical damage).
 - Obstacles or walls that may interfere with movement.

3. Assembly Instructions

Assembly and set up of the equipment must be undertaken by the manufacturer or a trained and competent representative of the regional distributor.

Secure all fasteners and bolts ensuring they are secure, but do not overtighten.

Connect all necessary cables, ensuring they are free from twisting or entanglement and compliant with section 4: Power Connection.

Check all moving parts to ensure they operate smoothly.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

4. Power Connection and Startup

Electrical Specification for Innerva PAE Equipment

For a suite of 10 or 12 units, 10 to 12 switched 5amp fused electrical spurs outlets, divided into two equal ring mains, each with a breaker of 16amp, 100ma should be provided.

Innerva machines are fitted with Transient Voltage Surge Suppressors (TVSS) which give ultra-high-speed protection, however, fitting a Type 2 ASD and a 100mA RCBO on the AC side are also encouraged to minimise electrical surges, thus avoiding irreversible damage to the low voltage touch screen and stopping the machine from functioning correctly.

Fuse Rating

The power requirements for Innerva exercise machines when no effort is applied is typically in the range of 80 to 115 watts, depending on the selected speed.

When a machine is used actively, the user assists the motion, and the power requirement can fall by up to 50% depending on the applied effort. Therefore, the current load is only a few hundred milliamperes. However, incorrect usage can occur when the user attempts to resist rather than assist. In such cases the power consumption can increase significantly. Currents have been measured in the range 2.5 – 3.0A.

Whilst it is difficult to sustain resisting the machine over an extended period it may be possible to cause a 3A safety fuse to fail. Therefore, the recommendation for safety fusing is to fit a 5A fuse.

Earth Leakage

As Innerva exercise machines utilise an AC motor driven by a variable frequency inverter, there is an earth leakage current due to the inverter in the range 3.5 – 5.0 mA. The earth leakage current is inverter output frequency dependent but always falls in the quoted range.

When several Innerva machines are wired onto the same circuit, there is a high probability that a 30mA will trip, especially as a 30mA RCD can trip with a leakage current as low as 15mA.

It is recommended that a 100mA RCD is fitted for each circuit with 5 or more Innerva machines.

Each machine should be wired either on a switched fused spur or via an IEC plug and socket conforming to BS4343 (UK) or the IEC 60309 standard.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

4. USER INSTRUCTIONS

1. Powering On and System Check

- Press the power button or switch to activate the unit.
- Wait for the control panel to initialise and display default settings.

2. Adjusting the Equipment

- Seat Adjustments (Cross Cycle only):
 - Adjust the seat height and depth to ensure proper posture.
 - Lock the seat in place before use.
- Resistance and Speed Settings:
 - Select an appropriate resistance level based on personal fitness or rehabilitation needs.
 - Adjust speed gradually-avoid sudden changes to prevent strain or injury.
- Arm and Leg Positioning:
 - Maintain a comfortable, ergonomic position.
 - Use handles and supports as needed for stability.

Innerva booster cushions (supplied with the equipment) can be used by individuals of differing heights to ensure correct posture on the 'Chest & Legs' 'Seated Climber' and 'Flys & Thighs' machines. People who are exceptionally tall or small (i.e. less than 5' or taller than 6'2") are advised to be assessed by an experienced instructor to achieve an optimal position on the equipment.

3. Operating the Equipment

Users are presented with six options which include three predefined programmes and three fixed speeds. Users can select their preferred option by touching the relevant display button.

At the end of each programme a countdown screen will appear followed by instruction to dismount the machine safely.

An emergency stop button is situated at the top of the machine and shuts down the machine immediately (excluding the Relaxer).

A warning screen appears to alert staff along with audible beep sound. Please note, the emergency stop button should only be used where appropriate. It should not be used as a regular method of stopping the equipment.

Equipment users should:

- Start by moving at a moderate pace to warm up.
- Follow the recommended exercise or rehabilitation program if applicable.
- Maintain smooth, controlled movements-avoid jerking or excessive force.
- If discomfort occurs, immediately stop movement and press the emergency stop button (if fitted).

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

4. Post-Use Guidelines

Turn off the unit completely and unplug if necessary.

Clean and maintain after each use:

- Wipe down handles, seats, and control panels with a non-abrasive cloth.
- Avoid using harsh chemicals that could degrade materials & follow manufacturers cleaning recommendations.

5. Safety Precautions

- Read and ensure that the IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS at the start of this manual are followed at all times.
- Always use proper footwear and attire to prevent slips or discomfort.
- Do not exceed the recommended usage time per session.
- Keep children and pets away from moving parts.

Stop immediately if:

- Sharp pain or discomfort occurs.
- Unusual noises or vibrations are detected.
- The unit fails to respond to controls.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

5. SERVICE AND TECHNICAL INFORMATION

1. Routine Maintenance Checklist

Daily:

- Wipe down the unit to remove dirt, dust, and sweat.
- Check for any loose screws or parts before use.

Weekly:

- Inspect all moving parts (handles, pedals, seats) for smooth operation.
- Tighten bolts if needed.
- Check electrical connections and for frayed wires.

Annually:

- Schedule a professional inspection to assess & service internal components.

2. Troubleshooting Common Issues

Issue	Possible Cause	Solution
The unit won't turn on	Power supply issue	Check the plug, switch, and circuit breaker.
Display panel not working	Error whilst powering up	Power off for reset & then power back on
Strange noises during use	Loose bolts or lack of lubrication	Schedule a professional inspection to assess & service internal components.

3. When to contact Manufacturer or Regional Distributor:

- If error messages persist after restarting the unit.
- If there are broken or missing parts that cannot be replaced manually.
- If the machine stops functioning entirely despite troubleshooting.

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

6. SPECIFICATIONS

General Information

- Designed and Manufactured in the UK
- Power Assisted (Plug and Play Installation)
- Standard 4.3" Touch Screen Console
- Offers manual and program options
- Targeted Muscle Groups (Varies per unit)

Electrical Specification

- Voltage: 220V/240V (110V-USA)
- Amps: 3 Amps per machine
- Plug Cable Length: 1.5 meters

Upholstery & Covers

- Side Panels: High impact-resistant ABS plastic
- Covers - Flame retardant vinyl
- Resistant to bacteria and moisture (EN 1021-1&2 compliant)

Dimensions & Weights

Seated user machines

AB Pullover (ABPO)

- Dimensions: W95cm x D170cm x H130cm
- Weight: 84.8kg

Tricep Dip and Leg Curl (TDLCL)

- Dimensions: W95cm x D120cm x H132cm
- Weight: 88.4kg

Cross Cycle (CCYC)

- Dimensions: W70cm x D140cm x H130cm
- Weight: 102.4kg

Tummy Crunch (TC)

- Dimensions: W105cm x D102cm x H124cm
- Weight: 83.8kg

Rotary Torso (RT)

- Dimensions: W116cm x D118cm x H119cm
- Weight: 85.2kg

Side Bend Stepper (SBS)

- Dimensions: W114cm x L125cm x H147cm
- Weight: 100.6kg

Chest and Legs (CNL)

- Dimensions: W108cm x L130cm x H153cm
- Weight: 90kg

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

Seated Climber (SC)

- Dimensions: W111cm x L125cm x H172cm
- Weight: 114.8kg

Fly and Thigh (FNT)

- Dimensions: W130cm x L119cm x 153cm
- Weight: 125.4kg

Relaxer (RLXR)

- Dimensions: W94cm x L173cm x H95cm
- Weight: 51.6kg

Recumbent user machines

Side Flexor (SF)

- Dimensions: W150cm x D192cm x H70cm
- Weight: 129.4kg

Hipster (H)

- Dimensions: W88cm x D195cm x H130cm
- Weight: 95.2kg

Access user machines

Access Tricep Dip (ATD)

- Dimensions: W75cm x D125cm x H64cm
- Weight: 80kg

Access Rotary Torso (ART)

- Dimensions: W77cm x L161cm x H122cm
- Weight: 82.04kg

OPERATIONS MANUAL (EN-GB)

7. WARRANTY

For warranty claims, provide:

- Model number.
- Serial number.
- Proof of purchase.

Warranty and Service Requests:

All models come with a limited warranty covering:

- Frame and structure: 1 year.
- Electrical components: 1 year.
- Wearable parts (grips, seats, cables): 6 months.

Service requests should be submitted via:

Any service, maintenance or fault report and request must be made through our website: **<https://www.innerva.com/service-and-maintenance>** in the UK or via your regional distributor's procedure.

Refer to distributor list on page 2 for contact details.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

FABRIKANT

Shapemaster Global Ltd
(Handelsnaam Innerva)) Unit 3,
Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Telefoon: +44(0)1484 667474
Website: www.innerva.com
Email: info@innerva.com

Ondernemingsnummer: 3439357
BTW-nummer: 698476164

Neem contact op met de fabrikant als je land hieronder niet wordt vermeld.

DISTRIBUTEURS

NEE/FI/DK/SE/AT/DE
Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2, 3370
Vikersund, Noorwegen
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
BTW-nummer: 981072529

NL/BE/LU
BeMoreFit oplossingen
Wvd. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, Nederland
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
BTW-nummer: NL860961989B01

FR
SASU Zilveren Formulier
Ontwikkeling
61 Rue Camille Pelletan, Cenon
33150, Cidex 10,
Frankrijk
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
BTW-nr.: FR07885059394

IE/NI
Hallo Goodlife Wellbeing Ireland
Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, County Mayo, F23 KC92,
Ierland
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
BTW-nr.: 4184469AH
info@hellogoodlife.ie
VAT No: 4184469AH

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

INHOUDSOPGAVE:

1. Belangrijke veiligheidsinstructies
2. Product: Krachtondersteunde trainingsmachines
3. Installatie en montage
4. Gebruikersinstructies
5. Service en technische informatie
6. Specificaties
7. Garantie

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

1. BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Voordat u dit product gebruikt, is het van essentieel belang dat u deze ENIGE handleiding en ALLE installatie-instructies doorleest.

Het beschrijft de opstelling van de uitrusting en instrueert de leden hoe ze deze correct en veilig kunnen gebruiken.

⚠️ LET OP: Alle wijzigingen of aanpassingen aan deze apparatuur zonder voorafgaande toestemming kunnen de garantie op het product ongeldig maken.

⚠️ LET OP: Innerva raadt aan om een arts te raadplegen voor een volledig medisch onderzoek voordat je aan een trainingsprogramma begint. Als de gebruiker op enig moment tijdens het trainen flauwte, duizeligheid, pijn of kortademigheid ervaart, moet hij/zij onmiddellijk stoppen.

WAARSCHUWING: Probeer de apparatuur niet te verplaatsen, te kantelen of op te tillen terwijl deze in beweging is.

WAARSCHUWING: In geval van een noodgeval waarbij de apparatuur moet worden gestopt, moet de noodstopknop onmiddellijk worden ingeschakeld.

GEVAAR: Om het risico op elektrische schokken te beperken, dient u altijd de stekker van dit product uit het stopcontact te halen of het apparaat uit te schakelen voordat u het schoonmaakt of onderhoudswerkzaamheden uitvoert.

WAARSCHUWING: Om het risico op brandwonden, brand, elektrische schokken of letsel te beperken, moet elk product worden aangesloten op een correct geaard stopcontact.

WAARSCHUWING: Probeer het apparaat nooit te demonteren terwijl het nog in beweging is, wacht tot het volledig tot stilstand is gekomen en de instructie op het scherm wordt weergegeven die u hiertoe opdracht geeft.

WAARSCHUWING: Houd een afstand van minstens 0,6 m rond alle Innerva apparatuur in de richting van de toegang tot de apparatuur en in de verste werkpositie, en blijf uit de buurt van obstakels zoals looppaden, muren, meubilair en andere apparatuur. Zorg ervoor dat het gebied rond de apparatuur vrij is van potentiële gevaren.

WAARSCHUWING: Gebruik de apparatuur niet als de aanbevelingen van de fabrikant voor inspectie en onderhoud niet worden opgevolgd.

Om los te koppelen, schakelt u de stroom uit (via de schakelaar indien van toepassing) en verwijdt u vervolgens de stekker uit de elektrische behuizing aan de achterkant van het product, of bergt u de kabel veilig op als deze niet kan worden verwijderd voor transport.

Gebruik een Innerva product nooit met een beschadigd netsnoer of beschadigde stekker, of als het gevallen of beschadigd is. Neem contact op met uw regionale distributeur of de fabrikant.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

Controleer of het netsnoer geen tekenen van beschadiging vertoont en of het niet bekneld zit onder apparatuur of andere voorwerpen.

Als het elektrische aansluitsnoer beschadigd is, moet het vervangen worden door de fabrikant, een geautoriseerde serviceagent of een vergelijkbaar gekwalificeerd persoon om gevaar te voorkomen.

Volg altijd de instructies op het display van de machine en raadpleeg de trainingshandleiding of een getraind personeelslid voor de juiste bediening.

Sta niet toe dat andere mensen de gebruiker of apparatuur op enigerlei wijze hinderen tijdens het gebruik.

Dit apparaat is niet bedoeld voor gebruik door personen (inclusief kinderen) met beperkte fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten, of met een gebrek aan ervaring of kennis, tenzij zij onder toezicht staan of instructies hebben gekregen over het gebruik van het product van een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid

Houd kinderen en dieren uit de buurt van de machines.

Gebruik dit product niet buitenshuis, bij zwembaden, in de buurt van water of in gebieden met een hoge luchtvochtigheid.

Steek nooit voorwerpen in openingen in deze producten. Mocht er toch een voorwerp in vallen, schakel de stroom dan uit en trek de stekker uit het stopcontact voordat u het voorwerp probeert te pakken. Als het voorwerp niet veilig kan worden bereikt, neem dan contact op met uw regionale distributeur of de fabrikant.

Houd alle losse kleding, schoenveters, sieraden of andere losse materialen uit de buurt van de bewegende delen van de apparatuur.

Plaats nooit vloeistoffen rechtstreeks op de apparatuur.

Gebruik dit product niet op plaatsen waar spuitbussen worden gebruikt of waar zuurstof wordt toegediend, aangezien dergelijke stoffen gevaar voor verbranding en/of explosie opleveren.

Gebruik dit product niet op blote voeten.

Zorg ervoor dat alle hulpstukken/accessoires en/of verwijderbare onderdelen stevig vastzitten voor gebruik.

Gebruik deze producten waarvoor ze bedoeld zijn, zoals beschreven in deze handleiding. Gebruik geen hulpstukken op de apparatuur die niet door de fabrikant worden aanbevolen.

De fabrikant is niet verantwoordelijk voor ontbrekende of beschadigde labels. Als er labels ontbreken, neem dan contact op met uw regionale distributeur of de fabrikant.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

Dit is een gemotoriseerd, elektrisch ondersteund product dat onafhankelijk van de gebruiker beweegt zodra het wordt geactiveerd.

Dit gemotoriseerde, bekrachtigde product werkt op variabele snelheden als de gebruiker dit selecteert.

Het maximale gebruikersgewicht mag niet hoger zijn dan 150 kg.

De apparatuur moet onder adequaat toezicht staan van een competent persoon en gebruikers moeten gedetailleerde instructies hebben ontvangen over het veilige gebruik van de apparatuur.

Apparatuur moet worden geïnspecteerd en onderhouden door een getraind en competent persoon die een algehele beoordeling kan maken van slijtage/vervanging van onderdelen, veiligheid en eventuele defecten.

Alle apparatuur moet minstens eenmaal per jaar worden geïnspecteerd door een gekwalificeerde elektrotechnicus.

BEWAAR DEZE INSTRUCTIES VOOR TOEKOMSTIG GEBRUIK.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

2. PRODUCT: KRACHTTRAININGSTOESTELLEN

BEDEKKENDE MODELLEN/TYPES:

Machines voor zittende gebruikers

- AB-trui (ABPO)
- Tricep Dip en Beenkrul (TDLC)
- Cross Cyclus (CCYC)
- Buikje Crunch (TC)
- Roterende romp (RT)
- Zijwaartse buigstepper (SBS)
- Borst en benen (CNL)
- Zittende klimmer (SC)
- Vliegen en dijen (FNT)
- Relaxer (RLXR).

Ligfietsen

- Zijwaartse Flexor (SF)
- Hipster (H)

Toegang tot gebruikersmachines

- Toegang Tricep Dip (ATD)
- Toegang Roterende Torso (ART)

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

3. OPSTELLING EN MONTAGE

1. Uitpakken en inspectie

- Haal alle onderdelen voorzichtig uit de verpakking en controleer ze aan de hand van de bestellijst.
- Controleer alle onderdelen op zichtbare schade. Als u schade aantreft, ga dan niet verder met de montage; neem contact op met uw regionale distributeur of fabrikant voor assistentie.
- Gooi verpakkingsmateriaal op een veilige manier weg en bewaar gebruikershandleidingen of garantie-informatie als naslagwerk

2. Plaatsing en omgeving

- Zorg ervoor dat het apparaat op een vlakke, stabiele ondergrond staat om instabiliteit of wiebelen te voorkomen.
- Zorg voor voldoende vrije ruimte rond het apparaat:
 - Houd minstens 0,6 meter afstand rond alle Innerva apparatuur in de richting van de toegang tot de apparatuur.
- Een antislipvloeroppervlak wordt aanbevolen.
- Plaats de apparatuur niet in de buurt:
 - Direct zonlicht (om oververhitting of materiële schade te voorkomen).
 - Waterbronnen of gebieden met een hoge vochtigheidsgraad - bijv. zwembaden (om schade aan apparatuur en elektriciteit te voorkomen).
 - Obstakels of muren die de beweging kunnen belemmeren.

3. Montage-instructies

De montage en installatie van de apparatuur moet worden uitgevoerd door de fabrikant of een getrainde en competente vertegenwoordiger van de regionale distributeur.

Zet alle bevestigingsmiddelen en bouten goed vast, maar draai ze niet te vast aan.

Sluit alle benodigde kabels aan en zorg ervoor dat ze niet gedraaid of verstrikt zijn en voldoen aan hoofdstuk 4: Voedingsaansluiting.

Controleer of alle bewegende onderdelen soepel werken.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

4. Stroomaansluiting en opstarten

Elektrische specificatie voor Innerva PAE-apparatuur

Voor een suite van 10 of 12 units moeten 10 tot 12 geschakelde, gezekeerde 5-amp stopcontacten worden voorzien, verdeeld over twee gelijke ringnetten, elk met een stroomonderbreker van 16amp, 100ma.

Innerva-machines zijn uitgerust met TVSS's (Transient Voltage Surge Suppressors) die ultrasnelle bescherming bieden, maar het is ook aan te raden om een ASD type 2 en een RCBO van 100 mA aan de AC-zijde te monteren om elektrische pieken tot een minimum te beperken en zo onherstelbare schade aan het laagspanningsaanraakscherm te vermijden en te verhinderen dat de machine correct functioneert.

Zekeringswaarde

De vermogensbehoefte van Innerva-toestellen zonder inspanning ligt meestal tussen 80 en 115 watt, afhankelijk van de geselecteerde snelheid.

Wanneer een machine actief wordt gebruikt, assisteert de gebruiker bij de beweging en kan het benodigde vermogen tot 50% afnemen, afhankelijk van de toegepaste inspanning. Daarom is de stroombelasting slechts een paar honderd milliampère. Er kan echter onjuist gebruik optreden wanneer de gebruiker zich probeert te verzetten in plaats van te assisteren. In dergelijke gevallen kan het stroomverbruik aanzienlijk toenemen. Er zijn stromen gemeten in het bereik van 2,5 - 3,0 A.

Hoewel het moeilijk is om de machine gedurende langere tijd te laten werken, is het mogelijk dat een 3A-zekering het begeeft. Daarom is de aanbeveling voor veiligheidszekeringen om eenzekering van 5 A te plaatsen.

Aardlek

Omdat Innerva toestellen werken met een wisselstroommotor aangedreven door een variabele frequentieregelaar, is er een aardlekstroom door de regelaar in het bereik van 3,5 - 5,0 mA. De aardlekstroom is afhankelijk van de uitgangsfrequentie van de omvormer, maar valt altijd binnen het genoemde bereik.

Wanneer verschillende Innerva-machines op hetzelfde circuit aangesloten zijn, is de kans groot dat een 30mA RCD zal doorslaan, vooral omdat een 30mA RCD kan doorslaan bij een lekstroom van slechts 15mA.

Het is aanbevolen om een 100mA RCD te plaatsen voor elk circuit met 5 of meer Innerva-machines.

Elke machine moet worden aangesloten op een geschakelde, gezekeerde stroomkring of via een IEC-stekker en -contactdoos die voldoen aan BS4343 (VK) of de IEC 60309-norm.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

4. GEBRUIKSAANWIJZING

1. Inschakelen en systeemcontrole

- Druk op de aan/uit-knop of schakelaar om het apparaat te activeren.
- Wacht tot het bedieningspaneel is geïnitieerd en de standaardinstellingen weergeeft.

2. De apparatuur afstellen

- Stoelverstellingen (alleen Cross Cycle):
 - Pas de zithoogte en zitdiepte aan voor een goede houding.
 - Vergrendel de zitting voor gebruik.
- Weerstands- en snelheidsinstellingen:
 - Kies een geschikt weerstandsniveau op basis van persoonlijke fitness- of revalidatiebehoeften.
- Pas de snelheid geleidelijk aan - vermijd plotselinge veranderingen om overbelasting of letsel te voorkomen.
- Arm- en beenpositionering:
 - Zorg voor een comfortabele, ergonomische houding.
 - Gebruik handgrepen en steunen als dat nodig is voor stabiliteit.

Innerva verhogingskussens (meegeleverd met de toestellen) kunnen worden gebruikt door personen van verschillende lengtes om een correcte houding te verkrijgen op de toestellen 'Chest & Legs' 'Seated Climber' en 'Flys & Thighs'. Mensen die uitzonderlijk lang of klein zijn (d.w.z. kleiner dan 1,80 m of langer dan 1,80 m) wordt geadviseerd zich te laten beoordelen door een ervaren instructeur om een optimale positie op het apparaat te bereiken.

3. De apparatuur bedienen

Gebruikers krijgen zes opties te zien, waaronder drie vooraf gedefinieerde programma's en drie vaste snelheden. Gebruikers kunnen hun voorkeursoptie selecteren door de betreffende displayknop aan te raken.

Aan het einde van elk programma verschijnt een aftelscherm gevolgd door instructies om de machine veilig te demonteren.

Bovenop de machine zit een noodstopknop die de machine onmiddellijk uitschakelt (met uitzondering van de Relaxer).

Er verschijnt een waarschuwingsscherm om het personeel te waarschuwen, samen met een geluidssignaal. Let op: de noodstopknop mag alleen worden gebruikt waar nodig. Deze mag niet worden gebruikt als een normale methode om de apparatuur te stoppen.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

Gebruikers van apparatuur moeten:

- Begin met een gematigd tempo om op te warmen.
- Volg het aanbevolen oefen- of revalidatieprogramma indien van toepassing.
- Maak vloeiende, gecontroleerde bewegingen - vermijd schokken of overmatige kracht.

Als er ongemak optreedt, stop dan onmiddellijk met bewegen en druk op de noodstop-knop (indien aanwezig).

4. Richtlijnen na gebruik

Schakel het apparaat volledig uit en haal indien nodig de stekker uit het stopcontact.

Na elk gebruik reinigen en onderhouden:

- Veeg de handgrepen, stoelen en bedieningspanelen af met een niet-schurende doek.
- Vermijd het gebruik van agressieve chemicaliën die materialen kunnen aantasten en volg de reinigingsaanbevelingen van de fabrikant.

5. Veiligheidsmaatregelen

- Lees en zorg ervoor dat de BELANGRIJKE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES aan het begin van deze handleiding altijd worden opgevolgd.
- Gebruik altijd goed schoeisel en de juiste kleding om uitglijden of ongemak te voorkomen.
- Overschrijd de aanbevolen gebruikstijd per sessie niet.
- Houd kinderen en huisdieren uit de buurt van bewegende onderdelen.

Stop onmiddellijk als:

- Er treedt scherpe pijn of ongemak op.
- Er worden ongewone geluiden of trillingen waargenomen.
- Het apparaat reageert niet op controles.

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

5. SERVICE EN TECHNISCHE INFORMATIE

1. Checklist voor routineonderhoud

Dagelijks:

- Veeg het apparaat schoon om vuil, stof en zweet te verwijderen.
- Controleer voor gebruik op losse schroeven of onderdelen.

Wekelijks:

- Controleer of alle bewegende onderdelen (hendels, pedalen, zittingen) soepel werken.
- Draai de bouten indien nodig vast.
- Controleer de elektrische aansluitingen en op gerafelde draden

Jaarlijks:

- Plan een professionele inspectie om de interne onderdelen te beoordelen en te onderhouden

2. Problemen oplossen

Uitgave	Mogelijke oorzaak	Oplossing
Het apparaat gaat niet aan	Probleem met voeding	Controleer de stekker, schakelaar en stroomonderbreker.
Beeldscherm werkt niet	Fout tijdens opstarten	Uitschakelen om te resetten en weer inschakelen
Vreemde geluiden tijdens gebruik	Loszittende bouten of gebrek aan smering	Plan een professionele inspectie om de interne onderdelen te beoordelen en te onderhouden.

3. Wanneer contact opnemen met de fabrikant of regionale distributeur?

- Als de foutmeldingen blijven verschijnen nadat het apparaat opnieuw is opgestart.
- Als er kapotte of ontbrekende onderdelen zijn die niet handmatig kunnen worden vervangen.
- Als de machine ondanks het oplossen van problemen helemaal niet meer werkt

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

6. SPECIFICATIES

Algemene informatie

- Ontworpen en vervaardigd in het Verenigd Koninkrijk
- Bijgeleverde voeding (Plug and Play-installatie)
- Standaard 4,3" aanraakscherminconsole
- Biedt handmatige en programma-opties
- Doelgroepen spiergroepen (varieert per eenheid)

Elektrische specificatie

- Spanning: 220V/240V (110V-USA)
- Ampère: 3 Ampère per machine/tafel
- Lengte stekker kabel: 1,5 meter

Bekleding & Covers

- Zijpanelen: Zeer slagvast ABS-kunststof
- Hoezen - Vlamvertragend vinyl
- Bestand tegen bacteriën en vocht (conform EN 1021-1&2)

Afmetingen en gewicht

Machines voor zittende gebruikers

AB-trui (ABPO)

- Afmetingen: B95cm x D170cm x H130cm
- Gewicht: 84,8kg

Tricep Dip en Beenkrul (TDLC)

- Afmetingen: B95cm x D120cm x H132cm
- Gewicht: 88,4kg

Cross Cyclus (CCYC)

- Afmetingen: B70cm x D140cm x H130cm
- Gewicht: 102,4kg

Buikje Crunch (TC)

- Afmetingen: B105cm x D102cm x H124cm
- Gewicht: 83,8kg

Roterende romp (RT)

- Afmetingen: B116cm x D118cm x H119cm
- Gewicht: 85,2 kg

Zijwaartse buigstepper (SBS)

- Afmetingen: B114cm x L125cm x H147cm
- Gewicht: 100,6kg

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

Borst en benen (CNL)

- Afmetingen: B108cm x L130cm x H153cm
- Gewicht: 90 kg

Zittende klimmer (SC)

- Afmetingen: B111cm x L125cm x H172cm
- Gewicht: 114,8kg

Vlieg en dij (FNT)

- Afmetingen: B130cm x L119cm x H153cm
- Gewicht: 125,4kg

Relaxer (RLXR)

- Afmetingen: B94cm x L173cm x H95cm
- Gewicht: 51,6kg

Ligfietsen

Zijwaartse Flexor (SF)

- Afmetingen: B150cm x D192cm x H70cm
- Gewicht: 129,4kg

Hipster (H)

- Afmetingen: B88cm x D195cm x H130cm
- Gewicht: 95,2kg

Toegang tot gebruikersmachines

Toegang Tricep Dip (ATD)

- Afmetingen: B75cm x D125cm x H64cm
- Gewicht: 80 kg

Toegang roterende romp (ART)

- Afmetingen: B77cm x L161cm x H122cm
- Gewicht: 82,04 kg

BEDIENINGSHANDLEIDING (NL)

7. GARANTIE

Geef voor garantieclaims:

- Modelnummer.
- Serienummer.
- Bewijs van aankoop

Garantie en serviceverzoeken:

Alle modellen hebben een beperkte garantie:

- Frame en structuur: 1 jaar.
- Elektrische onderdelen: 1 jaar.
- Slijtbare onderdelen (handvatten, zadels, kabels): 6 maanden

Serviceverzoeken moeten worden ingediend via:

Alle service-, onderhouds- of storingsmeldingen en verzoeken moeten worden ingediend via onze website: **<https://www.innerva.com/service-and-maintenance>** in het VK of via de procedure van uw regionale distributeur.

Zie de lijst met distributeurs op pagina 2 voor contactgegevens.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

FABRICANT

Shapemaster Global Ltd
(Trading as Innerva) Unit 3,
Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Téléphone : +44(0)1484 667474 +44(0)1484 667474
Site web : www.innerva.com
Courriel : info@innerva.com

Numéro d'entreprise : 3439357
Numéro de TVA : 698476164

Si votre pays ne figure pas dans la liste ci-dessous, veuillez contacter le fabricant

DISTRIBUTEURS

NO/FI/DK/SE/AT/DE
Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2, 3370 Vikersund,
Norvège
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
Numéro de TVA : 981072529

NL/BE/LU
Solutions BeMoreFit
W.vd. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, Pays-Bas
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
Numéro de TVA : NL860961989B01

FR
SASU Silver Form Development
61 Rue Camille Pelletan, Cenon 33150,
Cidex 10,
France
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
Numéro de TVA : FR07885059394

IE/NI
Bonjour Goodlife Wellbeing
Ireland Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, County Mayo, F23 KC92,
Irlande
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
VAT No: 4184469AH

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

TABLE DES MATIÈRES:

1. Instructions importantes en matière de sécurité
2. Produit : Machines d'exercices assistés
3. Mise en place et assemblage
4. Mode d'emploi
5. Service et informations techniques
6. Spécifications
7. Garantie

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

1. INSTRUCTIONS IMPORTANTES EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ

Avant d'utiliser ce produit, il est essentiel de lire l'intégralité de ce manuel et toutes les instructions d'installation.

Il décrit la configuration de l'équipement et explique aux membres comment l'utiliser correctement et en toute sécurité.

⚠ ATTENTION : Tout changement ou modification de cet équipement sans autorisation préalable peut entraîner l'annulation de la garantie du produit.

⚠ ATTENTION : Innerva recommande de consulter un médecin pour un examen médical complet avant d'entreprendre un programme d'exercice. Si, à n'importe quel moment de l'exercice, l'utilisateur ressent des malaises, des vertiges, des douleurs ou un essoufflement, il doit s'arrêter immédiatement.

AVERTISSEMENT : N'essayez pas de déplacer, de faire basculer ou de soulever l'appareil lorsqu'il est en mouvement.

AVERTISSEMENT : En cas d'urgence nécessitant l'arrêt de l'équipement, le bouton d'arrêt d'urgence doit être enclenché immédiatement.

DANGER : Pour réduire le risque d'électrocution, débranchez toujours l'appareil ou mettez-le hors tension à l'aide d'un connecteur à fusible avant de le nettoyer ou de procéder à une quelconque opération d'entretien.

AVERTISSEMENT : Afin de réduire les risques de brûlures, d'incendie, d'électrocution ou de blessures, il est impératif de brancher chaque produit sur une prise électrique correctement reliée à la terre. En cas de doute, demandez l'avis d'un électricien qualifié.

AVERTISSEMENT : N'essayez jamais de démonter l'équipement lorsqu'il est encore en mouvement, attendez qu'il se soit complètement arrêté et que l'instruction ait été affichée à l'écran pour vous indiquer de le faire.

AVERTISSEMENT : Gardez une distance d'au moins 0,6 m autour de tous les équipements Innerva dans le sens de l'accès à l'équipement et dans la position de travail la plus éloignée, en restant à l'écart de tout obstacle, y compris les passerelles, les murs, les meubles et les autres équipements. Veillez à ce que la zone de l'équipement soit exempte de tout danger potentiel.

AVERTISSEMENT : Ne pas utiliser l'équipement si les recommandations du fabricant en matière d'inspection et d'entretien ne sont pas respectées.

Pour déconnecter, mettez l'appareil hors tension (via l'interrupteur, le cas échéant), puis retirez la fiche du boîtier électrique situé à l'arrière du produit, ou rangez le câble en lieu sûr s'il n'est pas amovible pour le transport.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

N'utilisez jamais un produit Innerva dont le cordon d'alimentation ou la fiche électrique est endommagé, ou qui est tombé ou a été endommagé. Contactez votre distributeur régional ou le fabricant.

Assurez-vous que le cordon d'alimentation ne présente aucun signe de détérioration et qu'il n'est pas coincé sous un équipement ou un autre objet. Si le cordon d'alimentation électrique est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, un agent de service agréé ou une personne de qualification similaire afin d'éviter tout danger.

Suivez toujours les instructions affichées sur l'écran de la machine et consultez le manuel de formation ou un membre du personnel qualifié pour une utilisation correcte.

Ne permettez pas à d'autres personnes d'interférer de quelque manière que ce soit avec l'utilisateur ou l'équipement en cours d'utilisation.

Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris des enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui manquent d'expérience ou de connaissances, à moins qu'elles ne bénéficient d'une surveillance ou qu'elles n'aient reçu des instructions concernant l'utilisation du produit de la part d'une personne responsable de leur sécurité.

Tenir les enfants et les animaux à l'écart des machines.

Ne pas utiliser ce produit à l'extérieur, près d'une piscine, près de l'eau ou dans des zones très humides.

N'insérez jamais d'objets dans les ouvertures de ces produits. Si un objet tombe à l'intérieur, éteignez l'appareil et débranchez le cordon d'alimentation avant d'essayer de le récupérer. Si l'objet ne peut être atteint en toute sécurité, contactez votre distributeur régional ou le fabricant.

Tenez tous les vêtements amples, lacets, bijoux ou autres matériaux non fixés à l'écart des pièces mobiles de l'appareil.

Ne placez jamais de liquides, quels qu'ils soient, directement sur l'appareil.

N'utilisez pas ce produit dans des zones où des produits en aérosol sont utilisés ou dans lesquelles de l'oxygène est administré, car ces substances créent un risque de combustion et/ou d'explosion.

Ne pas utiliser ce produit pieds nus.

Assurez-vous que tous les accessoires et/ou pièces amovibles sont solidement fixés avant l'utilisation.

Utilisez ces produits pour l'usage auquel ils sont destinés, tel que décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires sur l'équipement qui n'ont pas été recommandés par le fabricant.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

Le fabricant n'est pas responsable des étiquettes manquantes ou endommagées. Si des étiquettes manquent, veuillez contacter votre distributeur régional ou le fabricant.

Il s'agit d'un produit motorisé et assisté, qui se déplace indépendamment de la force exercée par l'utilisateur une fois qu'il est activé.

Ce produit motorisé à assistance électrique fonctionne à des vitesses variables si l'utilisateur le souhaite.

Le poids maximal de l'utilisateur ne doit pas dépasser 150 kg.

L'équipement doit être supervisé de manière adéquate par une personne compétente et les utilisateurs doivent avoir reçu des instructions détaillées sur l'utilisation sûre de l'équipement.

L'équipement doit être inspecté et entretenu par une personne formée et compétente qui peut procéder à une évaluation globale de l'usure/du remplacement des composants, de la sécurité et des défauts éventuels.

Tous les équipements doivent être contrôlés, au moins une fois par an, par un ingénieur électricien qualifié.

CONSERVER CES INSTRUCTIONS POUR RÉFÉRENCE ULTÉRIEURE.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

2. PRODUIT: MACHINES D'EXERCICES ASSISTÉS

COUVERTURE MODÈLES/TYPES:

Machines pour utilisateurs assis

- Pull AB (ABPO)
- Flexion des triceps et flexion des jambes (TDLC)
- Cycle croisé (CCYC)
- Tummy Crunch (TC)
- Torse rotatif (RT)
- Treuil à courbure latérale (SBS)
- Poitrine et jambes (CNL)
- Grimpeur assis (SC)
- Flys et Cuisses (FNT)
- Relaxer (RLXR).

Machines pour utilisateurs de vélos couchés

- Fléchisseur latéral (SF)
- Hipster (H)

Accéder aux machines des utilisateurs

- Trempette des triceps (ATD)
- Accès au torse rotatif (ART)

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

3. MISE EN PLACE ET ASSEMBLAGE

1. Déballage et inspection

- Retirez soigneusement tous les composants de l'emballage et vérifiez-les par rapport à la liste d'inventaire de la commande.
- Inspectez toutes les pièces pour vérifier qu'elles ne présentent pas de dommages visibles. Si vous constatez des dommages, ne procédez pas à l'assemblage. Contactez votre distributeur régional ou le fabricant pour obtenir de l'aide.
- Éliminez les matériaux d'emballage en toute sécurité, en conservant les manuels d'utilisation ou les informations relatives à la garantie pour référence.

2. Placement et environnement

- Veillez à ce que l'appareil soit placé sur une surface plane et stable afin d'éviter toute instabilité ou oscillation.
- Maintenir un espace libre autour de l'appareil:
 - Gardez une distance d'au moins 2 pieds (0,6 mètre) autour de tout l'équipement Innerva dans la direction de l'accès à l'équipement.
- Il est recommandé d'utiliser un sol antidérapant.
- Évitez de placer l'appareil à proximité:
 - La lumière directe du soleil (pour éviter une surchauffe ou des dommages matériels).
 - Sources d'eau ou zones à forte humidité - par exemple, les piscines (pour éviter d'endommager l'équipement et l'électricité).
 - Obstacles ou murs susceptibles de gêner les déplacements

3. Instructions d'assemblage

Le montage et l'installation de l'équipement doivent être effectués par le fabricant ou par un représentant formé et compétent du distributeur régional.

Fixez toutes les attaches et tous les boulons en veillant à ce qu'ils soient bien fixés, mais ne les serrez pas trop.

Branchez tous les câbles nécessaires, en veillant à ce qu'ils ne soient pas tordus ou emmêlés et qu'ils soient conformes à la section 4 : Connexion électrique.

Vérifier le bon fonctionnement de toutes les pièces mobiles.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

4. Branchement électrique et démarrage

Spécification électrique pour l'équipement PAE d'Innerva

Pour un ensemble de 10 ou 12 unités, il faut prévoir 10 à 12 prises électriques commutées à fusibles de 5 ampères, divisées en deux réseaux circulaires égaux, chacun avec un disjoncteur de 16 ampères, 100mA.

Les machines Innerva sont équipées de supprimeurs de surtension transitoire (TVSS) qui assurent une protection à très haut débit. Toutefois, l'installation d'un ASD de type 2 et d'un RCBO de 100 mA sur le côté AC est également encouragée pour minimiser les surtensions électriques, évitant ainsi des dommages irréversibles à l'écran tactile à basse tension et empêchant la machine de fonctionner correctement.

Calibre du fusible

La puissance requise pour les appareils d'exercice Innerva en l'absence d'effort est généralement comprise entre 80 et 115 watts, en fonction de la vitesse sélectionnée.

Lorsqu'une machine est utilisée de manière active, l'utilisateur assiste le mouvement, et la puissance requise peut diminuer jusqu'à 50 % en fonction de l'effort appliqué. Par conséquent, la charge de courant n'est que de quelques centaines de milliampères. Toutefois, une utilisation incorrecte peut se produire lorsque l'utilisateur tente de résister plutôt que d'assister. Dans ce cas, la consommation d'énergie peut augmenter de manière significative. Les courants ont été mesurés entre 2,5 et 3,0 A.

Bien qu'il soit difficile de résister à la machine pendant une période prolongée, il est possible de provoquer la défaillance d'un fusible de sécurité de 3A. C'est pourquoi il est recommandé d'installer un fusible de 5A.

Fuite de terre

Comme les appareils d'exercice Innerva utilisent un moteur CA entraîné par un convertisseur à fréquence variable, il y a un courant de fuite à la terre dû au convertisseur dans la plage de 3,5 à 5,0 mA. Le courant de fuite à la terre dépend de la fréquence de sortie de l'onduleur mais se situe toujours dans la plage indiquée.

Lorsque plusieurs machines Innerva sont connectées au même circuit, il est fort probable qu'un disjoncteur de 30 mA se déclenche, d'autant plus qu'un disjoncteur de 30 mA peut se déclencher avec un courant de fuite aussi faible que 15 mA.

Il est recommandé d'installer un disjoncteur de 100mA pour chaque circuit comportant 5 machines Innerva ou plus.

Chaque machine doit être câblée soit sur un embranchement à fusible commuté, soit par l'intermédiaire d'une fiche et d'une prise CEI conformes à la norme BS4343 (Royaume-Uni) ou à la norme CEI 60309.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

4. INSTRUCTIONS POUR L'UTILISATEUR

1. Mise sous tension et vérification du système

- Appuyez sur le bouton ou l'interrupteur d'alimentation pour activer l'appareil.
- Attendez que le panneau de contrôle s'initialise et affiche les paramètres par défaut.

2. Réglage de l'équipement

- Réglages du siège (Cross Cycle uniquement):
 - Réglez la hauteur et la profondeur du siège pour assurer une bonne posture.
 - Verrouillez le siège en place avant de l'utiliser.
- Réglages de la résistance et de la vitesse:
 - Sélectionnez un niveau de résistance approprié en fonction de votre condition physique personnelle ou de vos besoins en matière de rééducation.
 - Réglez la vitesse progressivement - évitez les changements brusques pour éviter les tensions ou les blessures.
- Positionnement des bras et des jambes:
 - Maintenir une position confortable et ergonomique.
 - Utilisez les poignées et les supports nécessaires pour assurer la stabilité.

Les coussins rehausseurs Innerva (fournis avec l'équipement) peuvent être utilisés par des personnes de différentes tailles pour assurer une position correcte sur les machines "Chest & Legs", "Seated Climber" et "Flies & Thighs". Il est conseillé aux personnes exceptionnellement grandes ou petites (c.-à-d. moins de 1,5 m ou plus de 1,6 m) d'être évaluées par un instructeur expérimenté afin d'obtenir une position optimale sur l'équipement.

3. Fonctionnement de l'équipement

Six options sont proposées aux utilisateurs, dont trois programmes prédéfinis et trois vitesses fixes. Les utilisateurs peuvent sélectionner l'option de leur choix en appuyant sur le bouton d'affichage correspondant.

À la fin de chaque programme, un écran de compte à rebours s'affiche, suivi d'instructions pour démonter la machine en toute sécurité.

Un bouton d'arrêt d'urgence est situé en haut de l'appareil et arrête immédiatement la machine (à l'exception du Relaxer).

Un écran d'avertissement apparaît pour alerter le personnel, accompagné d'un bip sonore. Veuillez noter que le bouton d'arrêt d'urgence ne doit être utilisé qu'en cas de besoin. Il ne doit pas être utilisé comme méthode habituelle d'arrêt de l'équipement.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

Les utilisateurs de l'équipement doivent:

- Commencez par vous échauffer à un rythme modéré.
- Suivre le programme d'exercices ou de rééducation recommandé, le cas échéant.
- Maintenir des mouvements fluides et contrôlés - éviter les saccades ou une force excessive.
- En cas de malaise, arrêtez immédiatement le mouvement et appuyez sur le bouton d'arrêt d'urgence (le cas échéant)

4. Lignes directrices pour l'après-utilisation

Éteindre complètement l'appareil et le débrancher si nécessaire.

Nettoyer et entretenir après chaque utilisation:

- Essuyez les poignées, les sièges et les panneaux de commande avec un chiffon non abrasif.
- Évitez d'utiliser des produits chimiques agressifs qui pourraient dégrader les matériaux et suivez les recommandations de nettoyage du fabricant.

5. Précautions de sécurité

- Lisez et veillez à ce que les INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES figurant au début de ce manuel soient respectées à tout moment.
- Utilisez toujours des chaussures et des vêtements appropriés pour éviter de glisser ou de vous sentir mal à l'aise.
- Ne pas dépasser la durée d'utilisation recommandée par session.
- Tenir les enfants et les animaux domestiques à l'écart des pièces mobiles.

Arrêter immédiatement si:

- Une douleur aiguë ou une gêne apparaît.
- Des bruits ou des vibrations inhabituels sont détectés.
- L'appareil ne répond pas aux commandes

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

5. SERVICE ET INFORMATIONS TECHNIQUES

1. Liste de contrôle pour l'entretien courant

Tous les jours:

- Essuyez l'appareil pour éliminer la saleté, la poussière et la sueur.
- Vérifier qu'aucune vis ou pièce n'est desserrée avant l'utilisation.

Hebdomadaire:

- Vérifier le bon fonctionnement de toutes les pièces mobiles (poignées, pédales, sièges).
- Serrer les boulons si nécessaire.
- Vérifier les connexions électriques et l'absence de fils effilochés.

Annuellement:

- Prévoir une inspection professionnelle pour évaluer et entretenir les composants internes.

2. Dépannage des problèmes courants

Enjeu	Cause possible	Solution
L'appareil ne s'allume pas	Problème d'alimentation électrique	Vérifier la prise, l'interrupteur et le disjoncteur.
Le panneau d'affichage ne fonctionne pas	Erreur lors de la mise sous tension	Mettre hors tension pour réinitialiser, puis remettre sous tension.
Bruits étranges pendant l'utilisation	Boulons desserrés ou manque de lubrification	Prévoir une inspection professionnelle pour évaluer et entretenir les composants internes

3. Quand contacter le fabricant ou le distributeur régional:

- Si les messages d'erreur persistent après le redémarrage de l'appareil.
- Si des pièces cassées ou manquantes ne peuvent pas être remplacées manuellement.
- Si la machine ne fonctionne plus du tout malgré le dépannage.

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

6. SPÉCIFICATIONS

Informations générales

- Conçu et Fabriqué au Royaume-Uni
- Alimentation assistée (installation Plug and Play)
- Console standard à écran tactile de 4,3 pouces
- Offre des options manuelles et programmées
- Groupes musculaires ciblés (varie selon l'unité)

Spécifications électriques

- Tension : 220V/240V (110V-USA)
- Ampères : 3 ampères par machine/table
- Longueur du câble de connexion : 1,5 mètre

Rembourrage et housses

- Panneaux latéraux : Plastique ABS résistant aux chocs
- Couvertures - Vinyle ignifugé
- Résistant aux bactéries et à l'humidité (conforme à la norme EN 1021-1&2)

Dimensions et poids

Machines pour utilisateurs assis

Pull AB (ABPO)

- Dimensions : L95cm x D170cm x H130cm
- Poids : 84,8 kg

Flexion des triceps et flexion des jambes (TDLCL)

- Dimensions : L95cm x D120cm x H132cm
- Poids : 88,4 kg

Cycle croisé (CCYC)

- Dimensions : L70cm x D140cm x H130cm
- Poids : 102,4 kg

Tummy Crunch (TC)

- Dimensions : L105cm x P102cm x H124cm
- Poids : 83,8 kg

Torse rotatif (RT)

- Dimensions : L116cm x P118cm x H119cm
- Poids : 85,2 kg

Treuil à courbure latérale (SBS)

- Dimensions : L114cm x L125cm x H147cm
- Poids : 100,6 kg

Poitrine et jambes (CNL)

- Dimensions : L108cm x L130cm x H153cm
- Poids : 90 kg

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

Grimpeur assis (SC)

- Dimensions : L111cm x L125cm x H172cm
- Poids : 114,8 kg

Mouche et cuisse (FNT)

- Dimensions : L130cm x L119cm x 153cm
- Poids : 125,4 kg

Relaxer (RLXR)

- Dimensions : L94cm x L173cm x H95cm
- Poids : 51,6 kg

Machines pour utilisateurs de vélos couchés

Fléchisseur latéral (SF)

- Dimensions : L150cm x P192cm x H70cm
- Poids : 129,4 kg

Hipster (H)

- Dimensions : L88cm x P195cm x H130cm
- Poids : 95,2 kg

Accéder aux machines des utilisateurs

Trempe des triceps (ATD)

- Dimensions : L75cm x D125cm x H64cm
- Poids : 80 kg

Accès au torse rotatif (ART)

- Dimensions : L77cm x L161cm x H122cm
- Poids : 82,04 kg

MANUEL DES OPÉRATIONS (FR)

7. GARANTIE

Pour les demandes de garantie, fournir:

- Numéro de modèle.
- Numéro de série.
- Preuve d'achat.

Garantie et demandes de service:

Tous les modèles bénéficient d'une garantie limitée couvrant:

- Cadre et structure : 1 an.
- Composants électriques : 1 an.
- Pièces d'usure (poignées, sièges, câbles) : 6 mois

Les demandes de service doivent être soumises par l'intermédiaire de:

Tout rapport et toute demande de service, d'entretien ou de panne doivent être effectués par l'intermédiaire de notre site web :

<https://www.innerva.com/service-and-maintenance> au Royaume-Uni ou par la procédure de votre distributeur régional.

Voir la liste des distributeurs à la page 2 pour les coordonnées.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

HERSTELLER

Shapemaster Global Ltd
(Firmierend als Innerva)
Unit 3, Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Telefon: +44(0)1484 667474
Website: www.innerva.com
E-Mail: info@innerva.com

Firmennummer: 3439357
MwSt.-Nr.: 698476164

Wenn Ihr Land nicht in der Liste aufgeführt ist, wenden Sie sich bitte an den Hersteller.

VERTEILER

NO/FI/DK/SE/AT/DE
Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2, 3370
Vikersund, Norwegen
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
MwSt.-Nr.: 98107252

NL/BE/LU
BeMoreFit-Lösungen
Wvd. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, Die Niederlande
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
Umsatzsteuer-
Identifikationsnummer:
NL860961989B01

FR
SASU Silver Form Entwicklung
61 Rue Camille Pelletan, Cenon
33150, Cidex 10,
Frankreich
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
Umsatzsteuer-
Identifikationsnummer:
FR07885059394

IE/NI
Hallo Goodlife Wellbeing Ireland
Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, Grafschaft Mayo, F23
KC92, Irland
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
Umsatzsteuer-
Identifikationsnummer: 4184469AH

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

DAS INHALTSVERZEICHNIS:

1. Wichtige Sicherheitshinweise
2. Produkt: Kraftunterstützte Trainingsgeräte
3. Einrichtung und Montage
4. Gebrauchsanweisung
5. Service und technische Informationen
6. Spezifikationen
7. Garantie

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

1. WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN

Bevor Sie dieses Produkt verwenden, lesen Sie bitte unbedingt die GESAMTE Bedienungsanleitung und ALLE Installationsanweisungen.

Es beschreibt die Einrichtung der Ausrüstung und weist die Mitglieder in die korrekte und sichere Verwendung ein.

⚠️ **ACHTUNG:** Jegliche Änderungen oder Modifikationen an diesem Gerät ohne vorherige Genehmigung können zum Erlöschen der Produktgarantie führen.

⚠️ **ACHTUNG:** Innerva empfiehlt, vor der Aufnahme eines Trainingsprogramms einen Arzt aufzusuchen und eine vollständige medizinische Untersuchung durchzuführen. Wenn der Benutzer zu irgendeinem Zeitpunkt während des Trainings Ohnmacht, Schwindel, Schmerzen oder Kurzatmigkeit verspürt, muss er sofort aufhören.

WARNUNG: Versuchen Sie nicht, das Gerät während der Fahrt zu bewegen, zu kippen oder anzuheben.

WARNUNG: Im Falle eines Notfalls, der ein Anhalten des Geräts erfordert, muss der Notausschalter sofort betätigt werden.

GEFAHR: Um das Risiko eines elektrischen Schlags zu verringern, ziehen Sie immer den Netzstecker oder schalten Sie das Gerät an einem abgesicherten Anschluss aus, bevor Sie es reinigen oder Wartungsarbeiten durchführen.

WARNUNG: Um das Risiko von Verbrennungen, Bränden, elektrischen Schlägen oder Verletzungen zu verringern, muss jedes Produkt unbedingt an eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose angeschlossen werden; im Zweifelsfall sollten Sie sich an einen qualifizierten Elektriker wenden.

WARNUNG: Versuchen Sie niemals, das Gerät abzubauen, während es noch in Bewegung ist. Warten Sie, bis es vollständig zum Stillstand gekommen ist und die entsprechende Anweisung auf dem Bildschirm angezeigt wurde.

WARNUNG: Halten Sie einen Abstand von mindestens 0,6 m (2 Fuß) um alle Innerva-Geräte in Richtung des Gerätezugangs und in der am weitesten entfernten Arbeitsposition ein und halten Sie Abstand zu allen Hindernissen, einschließlich Gehwegen, Wänden, Möbeln und anderen Geräten. Stellen Sie sicher, dass der Gerätebereich frei von potenziellen Gefahren ist.

WARNUNG: Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn die Empfehlungen des Herstellers zur Inspektion und Wartung nicht befolgt werden.

Schalten Sie das Gerät aus (ggf. über einen Schalter) und ziehen Sie den Stecker aus dem Gehäuse auf der Rückseite des Geräts oder bewahren Sie das Kabel sicher auf, wenn es für den Transport nicht entfernt werden kann.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

Nehmen Sie ein Innerva-Produkt niemals in Betrieb, wenn es ein beschädigtes Netzkabel oder einen beschädigten Netzstecker hat oder wenn es heruntergefallen oder beschädigt worden ist. Wenden Sie sich an Ihren regionalen Händler oder den Hersteller.

Vergewissern Sie sich, dass das Netzkabel keine Anzeichen von Beschädigungen aufweist und nicht unter Geräten oder anderen Gegenständen eingeklemmt ist.

Wenn das Stromkabel beschädigt ist, muss es vom Hersteller, einem autorisierten Kundendienst oder einer ähnlich qualifizierten Person ersetzt werden, um Gefahren zu vermeiden.

Befolgen Sie stets die Anweisungen auf dem Gerätedisplay und ziehen Sie für die ordnungsgemäße Bedienung das Schulungshandbuch oder einen geschulten Mitarbeiter zu Rate.

Erlauben Sie anderen Personen nicht, den Benutzer oder das Gerät während der Benutzung in irgendeiner Weise zu beeinträchtigen.

Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie Gerät zu benutzen ist

Halten Sie Kinder und Tiere von den Maschinen fern.

Verwenden Sie dieses Produkt nicht im Freien, in der Nähe von Schwimmbädern, in der Nähe von Wasser oder in Gebieten mit hoher Luftfeuchtigkeit.

Stecken Sie niemals Gegenstände in die Öffnungen dieser Produkte. Sollte ein Gegenstand hineinfallen, schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Netzstecker, bevor Sie versuchen, ihn herauszuholen. Wenn Sie den Gegenstand nicht sicher erreichen können, wenden Sie sich an Ihren regionalen Händler oder den Hersteller.

Halten Sie alle losen Kleidungsstücke, Schnürsenkel, Schmuck oder andere lose Materialien von den beweglichen Teilen des Geräts fern.

Stellen Sie niemals Flüssigkeiten jeglicher Art direkt auf das Gerät.

Verwenden Sie dieses Produkt nicht in Bereichen, in denen Aerosolsprays verwendet werden oder in denen Sauerstoff verabreicht wird, da bei solchen Substanzen Verbrennungs- und/oder Explosionsgefahr besteht.

Verwenden Sie dieses Produkt nicht mit bloßen Füßen.

Vergewissern Sie sich, dass alle Anbauteile/Zubehörteile und/oder abnehmbaren Teile vor der Verwendung sicher befestigt sind.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

Verwenden Sie diese Produkte nur für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck. Verwenden Sie keine Anbaugeräte an dem Gerät, die nicht vom Hersteller empfohlen wurden.

Der Hersteller ist nicht verantwortlich für fehlende oder beschädigte Etiketten. Wenn Etiketten fehlen, wenden Sie sich bitte an Ihren regionalen Händler oder an den Hersteller.

Es handelt sich um ein motorisiertes, kraftunterstütztes Produkt, das sich nach der Aktivierung unabhängig von der Krafteinwirkung des Benutzers bewegt.

Dieses motorisch unterstützte Produkt arbeitet mit variablen Geschwindigkeiten, wenn der Benutzer dies wünscht.

Das maximale Benutzergewicht sollte 150 kg nicht überschreiten.

Die Geräte müssen von einer kompetenten Person angemessen beaufsichtigt werden, und die Benutzer müssen ausführliche Anweisungen zur sicheren Verwendung der Geräte erhalten haben.

Die Geräte sollten von einer geschulten und kompetenten Person überprüft und gewartet werden, die eine Gesamtbeurteilung der Abnutzung bzw. des Austauschs von Komponenten, der Sicherheit und etwaiger Mängel vornehmen kann.

Alle Geräte müssen mindestens einmal jährlich von einem qualifizierten Elektroingenieur überprüft werden.

BEWAHREN SIE DIESE ANLEITUNG ZUM SPÄTEREN NACHSCHLAGEN AUF.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

2. PRODUKT: KRAFTUNTERSTÜTZTE TRAININGSGERÄTE

ABDECKUNGSMODELLE/-TYPEN:

Maschinen für sitzende Benutzer

- AB-Pullover (ABPO)
- Trizeps-Dip und Beinbeuger (TDLC)
- Cross Cycle (CCYC)
- Bauchknirschen (TC)
- Rotationstorso (RT)
- Seitenbiede-Stepper (SBS)
- Brustkorb und Beine (CNL)
- Sitzender Kletterer (SC)
- Fliegen und Oberschenkel (FNT)
- Relaxer (RLXR).

Maschinen für Liegeradfahrer

- Seitenbeuger (SF)
- Hipster (H)

Zugang zu Benutzermaschinen

- Zugang Trizeps-Dip (ATD)
- Zugang zum Rotationstorso (ART)

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

3. AUFSTELLUNG UND MONTAGE

1. Auspacken und Inspektion

- Nehmen Sie alle Komponenten vorsichtig aus der Verpackung und vergleichen Sie sie mit der Inventarliste der Bestellung.
- Überprüfen Sie alle Teile auf sichtbare Schäden. Wenn Sie eine Beschädigung feststellen, fahren Sie nicht mit der Montage fort - wenden Sie sich an Ihren regionalen Händler oder den Hersteller, um Hilfe zu erhalten.
- Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial sicher und bewahren Sie alle Benutzerhandbücher und Garantieinformationen zum Nachschlagen auf.

2. Platzierung und Umgebung

- Stellen Sie das Gerät auf eine flache, stabile Oberfläche, um Instabilität oder Wackeln zu vermeiden.
- Halten Sie den Freiraum um das Gerät herum ein:
 - Halten Sie einen Abstand von mindestens 0,6 Metern (2 Fuß) um alle Innerva-Geräte in Richtung des Gerätezugangs ein.
- Es wird ein rutschfester Bodenbelag empfohlen.
- Vermeiden Sie die Aufstellung des Geräts in der Nähe:
 - Direkte Sonneneinstrahlung (um Überhitzung oder Materialschäden zu vermeiden).
 - Wasserquellen oder Bereiche mit hoher Luftfeuchtigkeit - z. B. Schwimmbäder (zur Vermeidung von Geräte- und Elektroschäden).
 - Hindernisse oder Wände, die die Bewegung behindern könnten.

3. Montageanleitung

Die Montage und Aufstellung des Geräts muss durch den Hersteller oder einen geschulten und kompetenten Vertreter des regionalen Händlers erfolgen.

Ziehen Sie alle Befestigungselemente und Schrauben fest, aber nicht zu fest.

Schließen Sie alle erforderlichen Kabel an, wobei Sie sicherstellen müssen, dass sie frei von Verdrehungen oder Verwicklungen sind und mit Abschnitt 4: Stromanschluss übereinstimmen.

Überprüfen Sie alle beweglichen Teile, um sicherzustellen, dass sie reibungslos funktionieren.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

4. Stromanschluss und Inbetriebnahme

Elektrische Spezifikation für Innerva PAE-Geräte

Für eine Reihe von 10 oder 12 Einheiten sollten 10 bis 12 geschaltete, mit 5 Ampere abgesicherte Steckdosen vorgesehen werden, die in zwei gleiche Ringleitungen aufgeteilt sind, jede mit einem Unterbrecher von 16 Ampere, 100 mA.

Innerva-Geräte sind mit Überspannungsschutzgeräten (Transient Voltage Surge Suppressors, TVSS) ausgestattet, die einen Ultra-Hochgeschwindigkeitsschutz bieten. Es wird jedoch auch empfohlen, einen ASD des Typs 2 und einen 100-mA-Fehlerstromschutzschalter auf der Wechselstromseite einzubauen, um elektrische Überspannungen zu minimieren und so irreversible Schäden am Niederspannungs-Touchscreen und eine Unterbrechung des ordnungsgemäßen Betriebs des Geräts zu vermeiden.

Sicherungswert

Der Leistungsbedarf von Innerva-Geräten ohne Kraftanstrengung liegt in der Regel zwischen 80 und 115 Watt, je nach der gewählten Geschwindigkeit.

Wenn eine Maschine aktiv genutzt wird, unterstützt der Benutzer die Bewegung, und der Strombedarf kann je nach Kraftaufwand um bis zu 50 % sinken. Daher beträgt die Strombelastung nur einige hundert Milliampere. Allerdings kann es zu Fehlbedienungen kommen, wenn der Benutzer versucht, sich zu wehren, anstatt zu helfen. In solchen Fällen kann der Stromverbrauch erheblich ansteigen. Es wurden Ströme im Bereich von 2,5 - 3,0 A gemessen.

Obwohl es schwierig ist, der Maschine über einen längeren Zeitraum hinweg Widerstand zu leisten, kann es möglich sein, dass eine 3-A-Sicherung ausfällt. Daher wird empfohlen, eine 5-A-Sicherung zu verwenden.

Leckage der Erde

Da die Innerva-Trainingsgeräte mit einem Wechselstrommotor arbeiten, der von einem Wechselrichter mit variabler Frequenz angetrieben wird, liegt der vom Wechselrichter verursachte Erdableitstrom im Bereich von 3,5 - 5,0 mA. Der Erdableitstrom ist abhängig von der Ausgangsfrequenz des Wechselrichters, liegt aber immer im angegebenen Bereich.

Wenn mehrere Innerva-Maschinen an denselben Stromkreis angeschlossen sind, besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass ein 30-mA-Schutzschalter auslöst, zumal ein 30-mA-Schutzschalter bereits bei einem Leckstrom von 15 mA auslösen kann.

Es wird empfohlen, für jeden Stromkreis mit 5 oder mehr Innerva-Maschinen einen 100-mA-Schutzschalter zu installieren.

Jedes Gerät sollte entweder über eine geschaltete, abgesicherte Stichleitung oder über einen IEC-Stecker und eine IEC-Buchse gemäß BS4343 (UK) oder IEC 60309 verdrahtet werden.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

4. BENUTZERHINWEISE

1. Einschalten und Systemprüfung

- Drücken Sie die Einschalttaste oder den Schalter, um das Gerät einzuschalten.
- Warten Sie, bis das Bedienfeld initialisiert ist und die Standardeinstellungen anzeigt.

2. Einstellen der Ausrüstung

- Sitzverstellung (nur Cross Cycle):
 - Stellen Sie die Sitzhöhe und -tiefe ein, um eine korrekte Haltung zu gewährleisten.
 - Rasten Sie den Sitz vor der Benutzung ein.
- Widerstands- und Geschwindigkeitseinstellungen:
 - Wählen Sie je nach persönlicher Fitness oder Rehabilitationsbedarf eine geeignete Widerstandsstufe.
 - Passen Sie die Geschwindigkeit schrittweise an - vermeiden Sie plötzliche Änderungen, um Überlastungen oder Verletzungen zu vermeiden.
- Positionierung der Arme und Beine:
 - Nehmen Sie eine bequeme, ergonomische Haltung ein.
 - Verwenden Sie bei Bedarf Griffe und Stützen für die Stabilität.

Innerva Booster-Kissen (im Lieferumfang des Geräts enthalten) können von Personen mit unterschiedlicher Körpergröße verwendet werden, um eine korrekte Haltung auf den Geräten "Chest & Legs", "Seated Climber" und "Flies & Thighs" zu gewährleisten. Personen, die besonders groß oder klein sind (d.h. kleiner als 1,70 m oder größer als 1,80 m), sollten sich von einem erfahrenen Trainer beraten lassen, um eine optimale Position auf den Geräten zu erreichen.

3. Bedienung der Ausrüstung

Dem Benutzer stehen sechs Optionen zur Verfügung, darunter drei vordefinierte Programme und drei feste Geschwindigkeiten. Der Benutzer kann seine bevorzugte Option durch Berühren der entsprechenden Display-Taste auswählen.

Am Ende jedes Programms erscheint ein Countdown-Bildschirm, gefolgt von der Anweisung, das Gerät sicher abzubauen.

Oben auf der Maschine befindet sich ein Not-Aus-Schalter, der die Maschine sofort abschaltet (außer den Relaxer).

Ein Warnbildschirm erscheint, um das Personal zu warnen, und ein Signalton ertönt. Bitte beachten Sie, dass die Not-Aus-Taste nur in geeigneten Fällen verwendet werden sollte. Er sollte nicht als reguläre Methode zum Anhalten des Geräts verwendet werden.

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

Die Benutzer der Geräte sollten:

- Beginnen Sie mit einem moderaten Tempo, um sich aufzuwärmen.
- Befolgen Sie gegebenenfalls das empfohlene Bewegungs- oder Rehabilitationsprogramm.
- Führen Sie gleichmäßige, kontrollierte Bewegungen aus - vermeiden Sie ruckartige Bewegungen oder übermäßigen Kraftaufwand.
- Wenn Sie sich unwohl fühlen, halten Sie die Bewegung sofort an und drücken Sie die Not-Aus-Taste (falls vorhanden).

4. Leitlinien für die Nachnutzung

Schalten Sie das Gerät vollständig aus und ziehen Sie gegebenenfalls den Netzstecker.

Nach jedem Gebrauch reinigen und pflegen:

- Wischen Sie Griffe, Sitze und Bedienfelder mit einem nicht scheuernden Tuch ab.
- Vermeiden Sie die Verwendung scharfer Chemikalien, die das Material angreifen könnten, und befolgen Sie die Reinigungsempfehlungen des Herstellers.

5. Sicherheitsvorkehrungen

- Lesen Sie die WICHTIGEN SICHERHEITSHINWEISE am Anfang dieses Handbuchs und stellen Sie sicher, dass diese jederzeit befolgt werden.
- Tragen Sie immer geeignetes Schuhwerk und Kleidung, um ein Ausrutschen oder Unwohlsein zu vermeiden.
- Überschreiten Sie nicht die empfohlene Nutzungsdauer pro Sitzung.
- Halten Sie Kinder und Haustiere von beweglichen Teilen fern

Sofort abbrechen, wenn:

- Scharfe Schmerzen oder Unwohlsein treten auf.
- Ungewöhnliche Geräusche oder Vibrationen werden festgestellt.
- Das Gerät reagiert nicht auf Kontrollen

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

5. SERVICE UND TECHNISCHE INFORMATIONEN

1. Checkliste für die routinemäßige Wartung

Täglich:

- Wischen Sie das Gerät ab, um Schmutz, Staub und Schweiß zu entfernen.
- Prüfen Sie vor dem Gebrauch, ob sich Schrauben oder Teile gelöst haben.

Wöchentlich:

- Überprüfen Sie alle beweglichen Teile (Griffe, Pedale, Sitze) auf Leichtgängigkeit.
- Ziehen Sie die Schrauben bei Bedarf nach.
- Überprüfen Sie die elektrischen Anschlüsse und auf ausgefranste Drähte.

Jährlich:

- Vereinbaren Sie einen Termin für eine professionelle Inspektion zur Beurteilung und Wartung der internen Komponenten.

2. Fehlersuche bei allgemeinen Problemen

Ausgabe	Mögliche Ursache	Lösung
Das Gerät lässt sich nicht einschalten	Problem mit der Stromversorgung	Überprüfen Sie Stecker, Schalter und Unterbrecher.
Anzeigetafel funktioniert nicht	Fehler beim Einschalten	Zum Zurücksetzen ausschalten und dann wieder einschalten.
Seltsame Geräusche während der Benutzung	Lose Bolzen oder fehlende Schmierung	Vereinbaren Sie einen Termin für eine professionelle Inspektion zur Beurteilung und Wartung der internen Komponenten.

3. Wann Sie sich an den Hersteller oder den regionalen Vertriebspartner wenden sollten:

- Wenn die Fehlermeldungen nach dem Neustart des Geräts weiterhin bestehen.
- Wenn gebrochene oder fehlende Teile vorhanden sind, die nicht manuell ersetzt werden können.
- Wenn das Gerät trotz Fehlersuche nicht mehr funktioniert

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

6. SPEZIFIZIERUNGEN

Allgemeine Informationen

- Entwickelt und hergestellt in Großbritannien
- Stromversorgt (Plug-and-Play-Installation)
- Standard 4,3" Touchscreen-Konsole
- Bietet manuelle und Programmooptionen
- Gezielte Muskelgruppen (variiert pro Einheit)

Elektrische Spezifikation

- Spannung: 220V/240V (110V-USA)
- Stromstärke: 3 Ampere pro Maschine/Tisch
- Stecker Kabellänge: 1,5 Meter

Polstermöbel und Bezüge

- Seitenteile: Hochschlagfester ABS-Kunststoff
- Abdeckungen - Flammhemmendes Vinyl
- Bakterien- und feuchtigkeitsbeständig (EN 1021-1&2-konform)

Abmessungen und Gewicht

Maschinen für sitzende Benutzer

AB-Pullover (ABPO)

- Abmessungen: B95cm x D170cm x H130cm
- Gewicht: 84,8 kg

Trizeps-Dip und Beinbeuger (TDLC)

- Abmessungen: B95cm x T120cm x H132cm
- Gewicht: 88,4 kg

Cross Cycle (CCYC)

- Abmessungen: B70cm x D140cm x H130cm
- Gewicht: 102,4 kg

Bauchknirschen (TC)

- Abmessungen: B105cm x T102cm x H124cm
- Gewicht: 83,8 kg

Rotationstorso (RT)

- Abmessungen: B116cm x T118cm x H119cm
- Gewicht: 85,2 kg

Seitenbiege-Stepper (SBS)

- Abmessungen: B114cm x L125cm x H147cm
- Gewicht: 100,6 kg

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

Brustkorb und Beine (CNL)

- Abmessungen: B108cm x L130cm x H153cm
- Gewicht: 90kg

Sitzender Kletterer (SC)

- Abmessungen: B111cm x L125cm x H172cm
- Gewicht: 114,8 kg

Fliege und Oberschenkel (FNT)

- Abmessungen: B130cm x L119cm x 153cm
- Gewicht: 125,4 kg

Relaxer (RLXR)

- Abmessungen: B94cm x L173cm x H95cm
- Gewicht: 51,6 kg

Maschinen für Liegeradfahrer

Seitenbeuger (SF)

- Abmessungen: B150cm x T192cm x H70cm
- Gewicht: 129,4 kg

Hipster (H)

- Abmessungen: B88cm x T195cm x H130cm
- Gewicht: 95,2 kg

Zugang zu Benutzermaschinen

Zugang Trizeps-Dip (ATD)

- Abmessungen: B75cm x T125cm x H64cm
- Gewicht: 80kg

Zugang zum Rotationstorso (ART)

- Abmessungen: B77cm x L161cm x H122cm
- Gewicht: 82.04kg

BETRIEBSHANDBUCH (DE)

7. GARANTIE

Bei Gewährleistungsansprüchen bitte angeben:

- Modellnummer.
- Seriennummer.
- Kaufnachweis

Garantie- und Serviceanfragen:

Für alle Modelle gilt eine begrenzte Garantie:

- Rahmen und Struktur: 1 Jahr.
- Elektrische Komponenten: 1 Jahr.
- Abnutzbare Teile (Griffe, Sitze, Kabel): 6 Monate.

Dienstanfragen sollten über folgende Adresse eingereicht werden:

Alle Service-, Wartungs- oder Störungsmeldungen und -anfragen müssen über unsere Website erfolgen: **<https://www.innerva.com/service-and-maintenance>** im Vereinigten Königreich oder über das Verfahren Ihres regionalen Händlers.

Kontaktinformationen finden Sie in der Händlerliste auf Seite 2

MANUALE OPERATIVO (IT)

PRODUTTORE

Shapemaster Global Ltd
(che opera come Innerva)
Unità 3, Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Telefono: +44(0)1484 667474
Sito web: www.innerva.com
E-mail: info@innerva.com

Numero di società: 3439357
Partita IVA: 698476164

Se il vostro paese non è elencato qui sotto, contattate il produttore.

DISTRIBUTORI

NO/FI/DK/SE/AT/DE
Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2,
3370 Vikersund, Norvegia
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
Partita IVA: 981072529

NL/BE/LU
Soluzioni BeMoreFit
Wvd. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, Paesi Bassi
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
Partita IVA: NL860961989B01

FR
Sviluppo del modulo d'argento
SASU
61 Rue Camille Pelletan, Cenon
33150, Cidex 10,
Francia
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
Partita IVA: FR07885059394

IE/NL
Ciao Goodlife Wellbeing Ireland Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, Contea di Mayo, F23
KC92, Irlanda
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
Partita IVA: 4184469AH

MANUALE OPERATIVO (IT)

INDICE DEI CONTENUTI:

1. Istruzioni importanti per la sicurezza
2. Prodotto: Macchine per esercizi a potenza assistita
3. Installazione e montaggio
4. Istruzioni per l'utente
5. Assistenza e informazioni tecniche
6. Specifiche tecniche
7. Garanzia

MANUALE OPERATIVO (IT)

1. IMPORTANTI ISTRUZIONI DI SICUREZZA

Prima di utilizzare questo prodotto, è indispensabile leggere TUTTO il presente manuale e TUTTE le istruzioni di installazione.

Descrive la configurazione dell'attrezzatura e istruisce i membri su come utilizzarla in modo corretto e sicuro.

⚠CAUTION: ATTENZIONE: Qualsiasi cambiamento o modifica a questa apparecchiatura senza previa autorizzazione può invalidare la garanzia del prodotto.

⚠ATTENZIONE: Innerva raccomanda di consultare un medico per un esame medico completo prima di intraprendere un programma di esercizi. Se in qualsiasi momento durante l'esercizio l'utente avverte svenimenti, vertigini, dolori o mancanza di respiro, deve interrompere immediatamente l'attività.

AVVERTENZA: Non tentare di spostare, ribaltare o sollevare l'apparecchiatura mentre è in movimento.

AVVERTENZA: in caso di emergenza che richieda l'arresto dell'apparecchiatura, il pulsante di arresto di emergenza deve essere inserito immediatamente.

PERICOLO: per ridurre il rischio di scosse elettriche, staccare sempre la spina o spegnere il connettore con fusibile di questo prodotto prima di pulirlo o di effettuare qualsiasi operazione di manutenzione.

AVVERTENZA: Per ridurre il rischio di ustioni, incendi, scosse elettriche o lesioni, è indispensabile collegare ogni prodotto a una presa elettrica correttamente collegata a terra; in caso di dubbi, rivolgersi a un elettricista qualificato.

AVVERTENZA: Non tentare mai di smontare l'apparecchiatura mentre è ancora in movimento, ma attendere che si fermi completamente e che sullo schermo vengano visualizzate le istruzioni per farlo.

AVVERTENZA: Mantenere una distanza di almeno 0,6 m intorno a tutte le apparecchiature Innerva nella direzione di accesso all'apparecchiatura e nella posizione di lavoro più lontana, tenendosi lontani da qualsiasi ostacolo, compresi passaggi, pareti, mobili e altre apparecchiature. Assicurarsi che l'area dell'apparecchiatura sia libera da potenziali pericoli.

AVVERTENZA: Non utilizzare l'apparecchiatura se non vengono seguite le raccomandazioni del produttore per l'ispezione e la manutenzione.

Per scollegarsi, spegnere l'alimentazione (tramite l'interruttore, se applicabile), quindi rimuovere la spina dall'alloggiamento elettrico sul retro del prodotto, oppure riporre il cavo in modo sicuro se non è rimovibile per il trasporto.

MANUALE OPERATIVO (IT)

Non utilizzare mai un prodotto Innerva se il cavo di alimentazione o la spina elettrica sono danneggiati, oppure se è caduto o è stato danneggiato. Contattare il distributore locale o il produttore.

Assicurarsi che il cavo di alimentazione non presenti segni di danneggiamento e che non sia incastrato sotto apparecchiature o altri oggetti.

Se il cavo di alimentazione elettrica è danneggiato, deve essere sostituito dal produttore, da un agente di assistenza autorizzato o da una persona altrettanto qualificata per evitare un pericolo.

Seguire sempre le istruzioni del display della macchina e fare riferimento al manuale di formazione o a un membro del personale addestrato per il corretto funzionamento.

Non permettere ad altre persone di interferire in alcun modo con l'utente o con l'apparecchiatura durante l'uso.

Questo apparecchio non è destinato all'uso da parte di persone (compresi i bambini) con ridotte capacità fisiche, sensoriali o mentali, o con mancanza di esperienza o conoscenza, a meno che non abbiano la supervisione o non ricevano istruzioni sull'uso del prodotto da una persona responsabile della loro sicurezza.

Tenere bambini e animali lontani dalle macchine.

Non utilizzare questo prodotto all'aperto, in prossimità di piscine, vicino all'acqua o in aree ad alta umidità.

Non inserire mai oggetti nelle aperture di questi prodotti. Se un oggetto dovesse cadere all'interno, spegnere l'apparecchio e scollegare il cavo di alimentazione prima di tentare di recuperarlo. Se non è possibile raggiungere l'oggetto in modo sicuro, contattare il distributore locale o il produttore.

Tenere tutti gli indumenti larghi, i lacci delle scarpe, i gioielli o altri materiali sciolti lontano dalle parti in movimento dell'apparecchiatura.

Non collocare mai liquidi di alcun tipo direttamente sull'apparecchiatura.

Non utilizzare questo prodotto in aree in cui vengono utilizzati prodotti spray o in cui viene somministrato ossigeno, poiché tali sostanze creano il pericolo di combustione e/o esplosione.

Non utilizzare il prodotto a piedi nudi.

Assicurarsi che tutti gli attacchi/accessori e/o le parti rimovibili siano fissati saldamente prima dell'uso.

Utilizzare questi prodotti per l'uso previsto, come descritto nel presente manuale. Non utilizzare sull'apparecchiatura accessori non raccomandati dal produttore.

MANUALE OPERATIVO (IT)

Il produttore non è responsabile delle etichette mancanti o danneggiate. In caso di mancanza di etichette, contattare il distributore regionale o il produttore.

Si tratta di un prodotto motorizzato e assistito elettricamente che, una volta attivato, si muove indipendentemente dall'applicazione di una forza da parte dell'utente.

Questo prodotto motorizzato a pedalata assistita funziona a velocità variabile, se selezionato dall'utente.

Il peso massimo dell'utente non deve superare i 150 kg.

L'attrezzatura deve essere adeguatamente sorvegliata da una persona competente e gli utenti devono aver ricevuto istruzioni dettagliate sull'uso sicuro dell'attrezzatura.

L'apparecchiatura deve essere ispezionata e revisionata da una persona addestrata e competente, in grado di effettuare una valutazione complessiva dell'usura/scambio dei componenti, della sicurezza e di eventuali difetti.

Tutte le apparecchiature devono essere ispezionate, almeno annualmente, da un tecnico elettrico qualificato.

CONSERVARE QUESTE ISTRUZIONI PER RIFERIMENTO FUTURO.

MANUALE OPERATIVO (IT)

2. PRODOTTO: MACCHINE PER ESERCIZI A POTENZA ASSISTITA

MODELLI/TIPI DI COPERTURA:

Macchine per utenti seduti

- Pullover AB (ABPO)
- Tricep Dip e Leg Curl (TDLC)
- Ciclo incrociato (CCYC)
- Tummy Crunch (TC)
- Torso rotante (RT)
- Stepper a curvatura laterale (SBS)
- Petto e gambe (CNL)
- Arrampicatore seduto (SC)
- Mosche e cosce (FNT)
- Rilassatore (RLXR)

Macchine per utenti reclinabili

- Flessore laterale (SF)
- Hipster (H)

Accesso alle macchine degli utenti

- Accesso ai tricipiti (ATD)
- Torso rotante di accesso (ART)

MANUALE OPERATIVO (IT)

3. ALLESTIMENTO E MONTAGGIO

1. Disimballaggio e ispezione

- Rimuovere con cura tutti i componenti dall'imballaggio e controllarli rispetto all'elenco dell'inventario dell'ordine.
- Controllare che tutte le parti non presentino danni visibili. Se si riscontrano danni, non procedere al montaggio e contattare il distributore locale o il produttore per assistenza.
- Smaltire i materiali di imballaggio in modo sicuro, conservando i manuali d'uso e le informazioni sulla garanzia come riferimento.

2. Collocazione e ambiente

- Assicurarsi che l'unità sia collocata su una superficie piana e stabile per evitare instabilità o oscillazioni.
- Mantenere lo spazio libero intorno all'unità:
 - Mantenere una distanza di almeno 0,6 metri intorno a tutte le apparecchiature Innerva nella direzione di accesso alle apparecchiature.
- Si consiglia di utilizzare un pavimento antiscivolo.
- Evitare di posizionare l'apparecchiatura nelle vicinanze:
 - Luce solare diretta (per evitare il surriscaldamento o il danneggiamento del materiale).
 - Fonti d'acqua o aree ad alta umidità, ad esempio piscine (per evitare danni alle apparecchiature e all'impianto elettrico).
 - Ostacoli o pareti che possono interferire con il movimento

3. Istruzioni di montaggio

Il montaggio e la messa a punto dell'apparecchiatura devono essere eseguiti dal produttore o da un rappresentante competente e addestrato del distributore regionale.

Fissare tutti gli elementi di fissaggio e i bulloni assicurandosi che siano ben saldi, ma senza stringere eccessivamente.

Collegare tutti i cavi necessari, assicurandosi che non siano attorcigliati o impigliati e che siano conformi alla sezione 4: Collegamento dell'alimentazione.

Controllare tutte le parti mobili per assicurarsi che funzionino senza intoppi.

MANUALE OPERATIVO (IT)

4. Collegamento all'alimentazione e avvio

Specifiche elettriche per le apparecchiature PAE Innerva

Per una suite di 10 o 12 unità, è necessario prevedere da 10 a 12 prese elettriche con fusibile da 5 ampere commutate, suddivise in due reti ad anello uguali, ciascuna con un interruttore da 16 ampere, 100mA.

Le macchine Innerva sono dotate di soppressori di sovratensioni transitorie (TVSS) che offrono una protezione ad altissima velocità; tuttavia, è consigliabile installare un ASD di tipo 2 e un RCBO da 100 mA sul lato CA per ridurre al minimo le sovratensioni elettriche, evitando così di danneggiare irreversibilmente il touch screen a bassa tensione e di impedire il corretto funzionamento della macchina.

Valutazione del fusibile

La potenza richiesta dalle macchine per esercizi Innerva in assenza di sforzo è in genere compresa tra 80 e 115 watt, a seconda della velocità selezionata.

Quando una macchina viene utilizzata in modo attivo, l'utente assiste il movimento e la potenza richiesta può diminuire fino al 50% in base allo sforzo applicato. Pertanto, il carico di corrente è di poche centinaia di milliampere.

Tuttavia, può verificarsi un utilizzo scorretto quando l'utente tenta di resistere anziché assistere. In questi casi il consumo di corrente può aumentare in modo significativo. Sono state misurate correnti comprese tra 2,5 e 3,0A.

Sebbene sia difficile resistere alla macchina per un periodo prolungato, è possibile che un fusibile di sicurezza da 3A si guasti. Pertanto, si consiglia di installare un fusibile di sicurezza da 5A.

Perdita di terra

Poiché le macchine per esercizi Innerva utilizzano un motore a corrente alternata azionato da un inverter a frequenza variabile, è presente una corrente di dispersione a terra dovuta all'inverter nell'intervallo 3,5 - 5,0 mA. La corrente di dispersione a terra dipende dalla frequenza di uscita dell'inverter, ma rientra sempre nell'intervallo indicato.

Quando più macchine Innerva sono collegate allo stesso circuito, c'è un'alta probabilità che un interruttore differenziale da 30 mA intervenga, soprattutto perché un interruttore differenziale da 30 mA può intervenire con una corrente di dispersione di soli 15 mA.

Si raccomanda di installare un interruttore differenziale da 100 mA per ogni circuito con 5 o più macchine Innerva.

Ciascuna macchina deve essere cablata su una linea di alimentazione con fusibile o tramite una spina e una presa IEC conforme alla norma BS4343 (Regno Unito) o alla norma IEC 60309.

MANUALE OPERATIVO (IT)

4. ISTRUZIONI PER L'UTENTE

1. Accensione e controllo del sistema

- Premere il pulsante di accensione o l'interruttore per attivare l'unità.
- Attendere che il pannello di controllo si inizializzi e visualizzi le impostazioni predefinite.

2. Regolazione dell'apparecchiatura

- Regolazioni del sedile (solo Cross Cycle)
 - Regolare l'altezza e la profondità del sedile per garantire una postura corretta.
 - Bloccare il sedile in posizione prima dell'uso.
- Impostazioni di resistenza e velocità:
 - Selezionare un livello di resistenza adeguato in base alle esigenze personali di fitness o riabilitazione.
 - Regolare la velocità gradualmente, evitando variazioni improvvise per evitare sforzi o lesioni.
- Posizionamento delle braccia e delle gambe:
 - Mantenere una posizione comoda ed ergonomica.
 - Usare maniglie e supporti se necessario per garantire la stabilità

I cuscini di sostegno Innerva (forniti con l'attrezzatura) possono essere utilizzati da persone di altezza diversa per garantire una postura corretta sulle macchine "Chest & Legs", "Seated Climber" e "Flys & Thighs". Alle persone eccezionalmente alte o basse (cioè di statura inferiore a 1 metro e 80 o superiore a 1 metro e 80) si consiglia di farsi valutare da un istruttore esperto per ottenere una posizione ottimale sull'attrezzo.

3. Funzionamento dell'apparecchiatura

All'utente vengono presentate sei opzioni, tra cui tre programmi predefiniti e tre velocità fisse. L'utente può selezionare l'opzione che preferisce toccando il relativo pulsante del display.

Al termine di ogni programma viene visualizzata una schermata di conto alla rovescia seguita dalle istruzioni per smontare la macchina in modo sicuro.

Un pulsante di arresto di emergenza è situato nella parte superiore della macchina e spegne immediatamente la macchina (escluso il rilassatore).

Viene visualizzata una schermata di avviso per avvisare il personale e un segnale acustico. Si noti che il pulsante di arresto di emergenza deve essere utilizzato solo in caso di necessità. Non deve essere utilizzato come metodo regolare di arresto dell'apparecchiatura.

MANUALE OPERATIVO (IT)

Gli utilizzatori delle apparecchiature devono:

- Iniziare a muoversi a un ritmo moderato per riscaldarvi.
- Seguire il programma di esercizio o di riabilitazione raccomandato, se applicabile.
- Mantenere movimenti fluidi e controllati, evitando scatti o forza eccessiva.
- In caso di disagio, interrompere immediatamente il movimento e premere il pulsante di arresto di emergenza (se presente).

4. Linee guida post-utilizzo

Spegnere completamente l'unità e, se necessario, staccare la spina.

Pulire e mantenere dopo ogni utilizzo:

- Pulire le maniglie, i sedili e i pannelli di controllo con un panno non abrasivo.
- Evitare l'uso di prodotti chimici aggressivi che potrebbero degradare i materiali e seguire le raccomandazioni di pulizia del produttore

5. Precauzioni di sicurezza

- Leggere e assicurarsi di seguire sempre le ISTRUZIONI IMPORTANTI DI SICUREZZA riportate all'inizio di questo manuale.
- Usare sempre calzature e abbigliamento adeguati per evitare scivolamenti o disagi.
- Non superare il tempo di utilizzo consigliato per ogni sessione.
- Tenere bambini e animali domestici lontani dalle parti in movimento.

Interrompere immediatamente se:

- Si verifica un dolore o un fastidio acuto.
- Vengono rilevati rumori o vibrazioni insoliti.
- L'unità non risponde ai comandi

MANUALE OPERATIVO (IT)

5. INFORMAZIONI TECNICHE E DI SERVIZIO

1. Lista di controllo per la manutenzione ordinaria

Quotidianamente:

- Pulire l'unità per rimuovere sporco, polvere e sudore.
- Prima dell'uso, verificare che non vi siano viti o parti allentate.

Settimanale:

- Controllare che tutte le parti mobili (maniglie, pedali, sedili) funzionino correttamente.
- Se necessario, serrare i bulloni.
- Controllare i collegamenti elettrici e la presenza di fili sfilacciati.

Annualmentey:

- Programmare un'ispezione professionale per valutare e revisionare i componenti interni.

2. Risoluzione dei problemi comuni

Problema	Possibile causa	Soluzione
L'unità non si accende	Problema di alimentazione	Controllare la spina, l'interruttore e l'interruttore automatico.
Il pannello del display non funziona	Errore durante l'accensione	Spegnere e riaccendere per il reset
Strani rumori durante l'uso	Bulloni allentati o mancanza di lubrificazione	Programmare un'ispezione professionale per valutare e revisionare i componenti interni.

3. Quando contattare il produttore o il distributore regionale:

- Se i messaggi di errore persistono dopo il riavvio dell'unità.
- Se ci sono parti rotte o mancanti che non possono essere sostituite manualmente.
- Se la macchina smette di funzionare completamente nonostante la risoluzione dei problemi.

MANUALE OPERATIVO (IT)

6. SPECIFICHE

Informazioni generali

- Progettato e prodotto nel Regno Unito
- Alimentazione assistita (installazione plug and play)
- Console touch screen da 4,3" standard
- Offre opzioni manuali e di programma
- Gruppi muscolari mirati (variabile per unità)

Specifiche elettriche

- Tensione: 220V/240V (110V-USA)
- Ampere: 3 Ampere per macchina/tavolo
- Lunghezza del cavo della spina: 1,5 metri

Tappezzeria e rivestimenti

- Pannelli laterali: Plastica ABS ad alta resistenza agli urti
- Coperture - Vinile ignifugo
- Resistente ai batteri e all'umidità (conforme a EN 1021-1&2)

Dimensioni e peso

Macchine per utenti seduti

Pullover AB (ABPO)

- Dimensioni: L95cm x P170cm x H130cm
- Peso: 84,8 kg

Tricep Dip e Leg Curl (TDLC)

- Dimensioni: L95cm x P120cm x H132cm
- Peso: 88,4 kg

Ciclo incrociato (CCYC)

- Dimensioni: L70cm x D140cm x H130cm
- Peso: 102,4 kg

Tummy Crunch (TC)

- Dimensioni: L105cm x P102cm x H124cm
- Peso: 83,8 kg

Torso rotante (RT)

- Dimensioni: L116cm x P118cm x H119cm
- Peso: 85,2 kg

Stepper a curvatura laterale (SBS)

- Dimensioni: L114cm x L125cm x H147cm
- Peso: 100,6 kg

Petto e gambe (CNL)

- Dimensioni: L108cm x L130cm x H153cm
- Peso: 90 kg

MANUALE OPERATIVO (IT)

Arrampicatore seduto (SC)

- Dimensioni: L111cm x L125cm x H172cm
- Peso: 114,8 kg

Mosche e cosce (FNT)

- Dimensioni: L130cm x L119cm x 153cm
- Peso: 125,4 kg

Rilassatore (RLXR)

- Dimensioni: L94cm x L173cm x H95cm
- Peso: 51,6 kg

Macchine per utenti reclinabili

Flessore laterale (SF)

- Dimensioni: L150cm x P192cm x H70cm
- Peso: 129,4 kg

Hipster (H)

- Dimensioni: L88cm x P195cm x H130cm
- Peso: 95,2 kg

Accesso alle macchine degli utenti

Accesso ai tricipiti (ATD)

- Dimensioni: L75cm x P125cm x H64cm
- Peso: 80 kg

Torso rotante di accesso (ART)

- Dimensioni: L77cm x L161cm x H122cm
- Peso: 82,04 kg

MANUALE OPERATIVO (IT)

7. GARANZIA

Per le richieste di garanzia, fornire:

- Numero di modello.
- Numero di serie.
- Prova d'acquisto

Garanzia e richieste di assistenza:

Tutti i modelli sono dotati di una garanzia limitata che copre:

- Telaio e struttura: 1 anno.
- Componenti elettrici: 1 anno.
- Parti soggette a usura (manopole, sedili, cavi): 6 mesi.

Le richieste di assistenza devono essere inoltrate tramite:

Qualsiasi segnalazione e richiesta di assistenza, manutenzione o guasto deve essere effettuata tramite il nostro sito web:

<https://www.innerva.com/service-and-maintenance> nel Regno Unito o tramite la procedura del vostro distributore regionale.

Per i contatti, fare riferimento all'elenco dei distributori a pagina 2.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

PRODUSENT

Shapemaster Global Ltd
(Trading as Innerva) Unit 3,
Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Telefon +44(0)1484 667474
Nettsted: www.innerva.com
E-post: info@innerva.com

Selskapsnummer: 3439357
MVA-nummer: 698476164

Hvis landet ditt ikke er oppført nedenfor, kan du kontakte produsenten.

DISTRIBUTØRER

NO/FI/DK/SE/AT/DE

Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2,
3370 Vikersund, Norge
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
Momsnummer: 981072529

NL/BE/LU

BeMoreFit-løsninger
Wvd. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, Nederland
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
MVA-nummer: NL860961989B01

FR

Utvikling av SASU Silver Form
61 Rue Camille Pelletan, Cenon
33150, Cidex 10,
Frankrike
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
MVA-nummer: FR07885059394

IE/NL

Hallo Goodlife Wellbeing Ireland Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, County Mayo, F23 KC92,
Irland
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
Momsnummer: 4184469AH

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

INNHALDSFORTEGNELSE:

1. Viktige sikkerhetsinstruksjoner
2. Produkt: Kraftassisterte treningsapparater
3. Oppsett og montering
4. Brukerinstruksjoner
5. Service og teknisk informasjon
6. Spesifikasjoner
7. Garanti

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

1. VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER

Før du tar i bruk dette produktet, er det viktig at du leser HELE denne bruksanvisningen og ALLE installasjonsinstruksjonene.

Den beskriver hvordan utstyret skal settes opp og instruerer medlemmene i hvordan de skal bruke det på en korrekt og sikker måte.

⚠FORSIKTIG: Eventuelle endringer eller modifikasjoner på dette utstyret uten forhåndsgodkjenning kan gjøre produktgarantien ugyldig.

⚠FORSIKTIG: Innerva anbefaler at du oppsøker lege for en fullstendig medisinsk undersøkelse før du starter et treningsprogram. Hvis brukeren på noe tidspunkt under treningen opplever besvimelse, svimmelhet, smerter eller kortpustethet, må han/hun slutte umiddelbart.

ADVARSEL: Ikke forsøk å flytte, velte eller løfte utstyret mens det er i bevegelse.

ADVARSEL: I en nødsituasjon som krever at utstyret må stoppes, skal nødstopppknappen aktiveres umiddelbart. FARE: For å redusere risikoen for elektrisk støt, må du alltid trekke ut støpselet eller slå av en sikret kontakt på dette produktet før du rengjør eller utfører vedlikehold.

ADVARSEL: For å redusere risikoen for brannskader, brann, elektrisk støt eller personskade er det viktig å koble hvert produkt til et riktig jordet strømuttak. Hvis du er i tvil, må du kontakte en kvalifisert elektriker.

ADVARSEL: Forsøk aldri å demontere utstyret mens det fortsatt er i bevegelse, men vent til det har stoppet helt og instruksjonen om å gjøre dette har blitt vist på skjermen.

ADVARSEL: Hold en avstand på minst 0,6 m (2 fot) rundt alt Innerva-utstyr i retning av tilgangen til utstyret og i den fjerneste arbeidssposisjonen, og hold avstand til alle hindringer, inkludert gangveier, vegger, møbler og annet utstyr. Sørg for at utstyrsområdet er fritt for potensielle farer.

ADVARSEL: Ikke bruk utstyret hvis produsentens anbefalinger for inspeksjon og vedlikehold ikke følges.

For å koble fra, slår du av strømmen (via en eventuell bryter) og trekker deretter ut støpselet fra det elektriske kabinettet på baksiden av produktet, eller oppbevarer kablen på et sikkert sted hvis den ikke kan tas ut under transport.

Bruk aldri et Innerva-produkt hvis det har en skadet strømledning eller støpsel, eller hvis det har falt ned eller er skadet. Kontakt din regionale distributør eller produsenten.

Kontroller at strømledningen ikke viser tegn på skade, og at den ikke sitter fast under utstyr eller andre gjenstander.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

Hvis strømledningen er skadet, må den skiftes ut av produsenten, et autorisert serviceverksted eller en person med tilsvarende kvalifikasjoner for å unngå fare.

Følg alltid instruksjonene på maskinens display, og se opplæringshåndboken eller en opplært medarbeider for korrekt bruk. Ikke la andre personer forstyrre brukeren eller utstyret på noen måte mens det er i bruk.

Dette apparatet er ikke beregnet for bruk av personer (inkludert barn) med reduserte fysiske, sensoriske eller mentale evner, eller som mangler erfaring eller kunnskap, med mindre de er under oppsyn eller har fått instruksjoner om bruken av produktet av en person som er ansvarlig for deres sikkerhet. Hold barn og dyr borte fra maskinene.

Ikke bruk dette produktet utendørs, i nærheten av svømmebassenger, i nærheten av vann eller i områder med høy luftfuktighet.

Stikk aldri gjenstander inn i noen av åpningene i disse produktene. Hvis en gjenstand skulle falle inn, må du slå av strømmen og trekke ut støpselet før du forsøker å få tak i den. Hvis det ikke er mulig å få tak i gjenstanden på en sikker måte, må du kontakte din regionale distributør eller produsenten. Hold alle løse klær, skolisser, smykker eller andre løse materialer borte fra utstyrets bevegelige deler.

Plasser aldri væsker av noe slag direkte på utstyret. Ikke bruk dette produktet i områder hvor det brukes aerosolsprayprodukter eller hvor det tilføres oksygen, da slike stoffer skaper fare for forbrenning og/eller eksplosjon.

Ikke bruk dette produktet barføtt.

Sørg for at alt tilbehør og/eller alle avtakbare deler er forsvarlig festet før bruk.

Bruk disse produktene til tiltenkt bruk som beskrevet i denne håndboken. Ikke bruk tilbehør på utstyret ikke er anbefalt av produsenten.

Produsenten er ikke ansvarlig for manglende eller skadede etiketter. Hvis etiketter mangler, vennligst kontakt din regionale distributør eller produsenten.

Dette er et motorisert, kraftassistert produkt som beveger seg uavhengig av at brukeren bruker kraft når det er aktivert.

Dette motoriserte, kraftassisterte produktet kan kjøres med variabel hastighet hvis brukeren velger det.

Maksimal brukervekt bør ikke overstige 150 kg.

Utstyret må overvåkes av en kompetent person, og brukerne må ha mottatt detaljerte instruksjoner om sikker bruk av utstyret.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

Utstyret bør inspiseres og vedlikeholdes av en opplært og kompetent person som kan foreta en samlet vurdering av slitasje/utskifting av komponenter, sikkerhet og eventuelle defekter.

Alt utstyr må inspiseres minst én gang i året av en kvalifisert elektroingeniør.

LAGRE DISSE INSTRUKSJONENE FOR FREMTIDIG REFERANSE.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

2. PRODUKT: KRAFTASSISTERTE TRENINGSAPPARATER

DEKKER MODELLER/TYPER:

Sittende brukermaskiner

- AB Pullover (ABPO)
- Tricep Dip og benbøy (TDLC)
- Cross Cycle (CCYC)
- Tummy Crunch (TC)
- Roterende torso (RT)
- Side Bend Stepper (SBS)
- Bryst og ben (CNL)
- Sittende klatrer (SC)
- Flys og lår (FNT)
- Relaxer (RLXR).

Liggende brukermaskiner

- Sidebøyer (SF)
- Hipster (H)

Få tilgang til brukermaskiner

- Access Tricep Dip (ATD)
- Access Rotary Torso (ART)

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

3. OPPSETT OG MONTERING

1. Utpakking og inspeksjon

- Ta alle komponentene forsiktig ut av emballasjen, og sjekk dem opp mot bestillingslisten.
- Inspiser alle deler for synlige skader. Hvis du oppdager skader, må du ikke fortsette med monteringen - kontakt din regionale distributør eller produsenten for å få hjelp.
- Kast emballasjematerialet på en sikker måte, og ta vare på eventuelle brukerhåndbøker eller garantiinformasjon som referanse.

2. Plassering og miljø

- Sørg for at enheten er plassert på et flatt, stabilt underlag for å unngå ustabilitet eller vingling.
- Oppretthold klaringsplass rundt enheten:
 - Hold en avstand på minst 0,6 meter (2 fot) rundt alt Innerva-utstyr i retning av tilgangen til utstyret.
- Det anbefales et sklisikkert gulv.
- Unngå å plassere utstyret i nærheten:
 - Direkte sollys (for å unngå overoppheting eller materielle skader).
 - Vannkilder eller områder med høy luftfuktighet - f.eks. svømmebasseng (for å unngå skader på utstyr og elektrisk utstyr).
 - Hindringer eller vegger som kan forstyrre bevegelsen.

3. Monteringsanvisning

Montering og oppsett av utstyret må utføres av produsenten eller en opplært og kompetent representant for den regionale distributøren.

Fest alle festeanordninger og bolter og sørg for at de sitter godt fast, men ikke overstram.

Koble til alle nødvendige kabler, sørg for at de ikke er vridd eller viklet inn i hverandre og at de er i samsvar med avsnitt 4: Strømtilkobling. Kontroller alle bevegelige deler for å sikre at de fungerer problemfritt.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

4. Strømtilkobling og oppstart

Elektrisk spesifikasjon for Innerva PAE-utstyr

For en pakke med 10 eller 12 enheter bør det være 10 til 12 koblede 5 ampere-sikrede stikkontakter, fordelt på to like store ringnett, hver med en bryter på 16 ampere, 100 mA.

Innerva-maskinene er utstyrt med TVSS (Transient Voltage Surge Suppressors) som gir beskyttelse ved svært høy hastighet, men det anbefales også å montere en Type 2 ASD og en 100 mA RCBO på AC-siden for å minimere elektriske overspenninger, og dermed unngå irreversibel skade på lavspenningsberøringsskjermen og hindre maskinen i å fungere korrekt.

Sikringsverdi

Effektbehovet for Innerva-øvelsesmaskiner uten anstrengelse ligger vanligvis i området 80 til 115 watt, avhengig av valgt hastighet.

Når en maskin brukes aktivt, hjelper brukeren til med bevegelsen, og strømbehovet kan falle med opptil 50 % avhengig av innsatsen. Derfor er strømbelastningen bare noen få hundre milliampere. Feil bruk kan imidlertid oppstå når brukeren forsøker å gjøre motstand i stedet for å assistere. I slike tilfeller kan strømforbruket øke betydelig. Det er målt strømmer i området 2,5 -3,0 A.

Selv om det er vanskelig å opprettholde motstand mot maskinen over en lengre periode, kan det være mulig å få en 3A sikring til å svikte. Derfor anbefales det å montere en 5A-sikring.

Jordlekkasje

Ettersom Innerva-treningsmaskiner bruker en vekselstrømsmotor som drives av en frekvensomformer med variabel frekvens, er det en jordlekkasjestrøm som skyldes omformerens i området 3,5 - 5,0 mA. Jordlekkasjestrømmen er avhengig av omformerens utgangsfrekvens, men ligger alltid innenfor det oppgitte området.

Når flere Innerva-maskiner er koblet til samme krets, er det stor sannsynlighet for at en 30 mA vil løse ut, spesielt siden en 30 mA jordfeilbryter kan løse ut med en lekkasjestrøm så lav som 15 mA.

Det anbefales at det monteres en 100 mA jordfeilbryter for hver krets med 5 eller flere Innerva-maskiner.

Hver maskin skal kobles til enten via en sikret stikkontakt eller via en IEC-plugg og -kontakt i henhold til BS4343 (Storbritannia) eller IEC 60309-standarden.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

4. BRUKERINSTRUKSJONER

1. Slå på og systemkontroll

- Trykk på strømknappen eller bryteren for å aktivere enheten.
- Vent til kontrollpanelet initialiseres og viser standardinnstillingene.

2. Justering av utstyret

- Setejusteringer (kun Cross Cycle):
 - Juster setehøyde og -dybde for å sikre riktig sittestilling.
 - Lås setet på plass før bruk.
- Motstands- og hastighetsinnstillinger:
 - Velg et passende motstandsnivå basert på dine personlige trenings- eller rehabiliteringsbehov.
 - Juster hastigheten gradvis - unngå plutselige endringer for å unngå overbelastning eller skader.
- Arm- og beinposisjonering:
 - Oppretthold en komfortabel, ergonomisk stilling.
 - Bruk håndtak og støtter etter behov for stabilitet.

Innervå booster-puter (følger med utstyret) kan brukes av personer med ulik høyde for å sikre riktig holdning på maskinene "Chest & Legs", "Seated Climber" og "Flys & Thighs". Personer som er svært høye eller små (dvs. mindre enn 1,80 m eller høyere enn 1,80 m), anbefales å bli vurdert av en erfaren instruktør for å oppnå en optimal stilling på utstyret.

3. Bruk av utstyret

Brukeren får seks alternativer, deriblant tre forhåndsdefinerte programmer og tre faste hastigheter. Brukeren kan velge det foretrukne alternativet ved å trykke på den relevante displayknappen.

På slutten av hvert program vises en nedtellingsskjerm etterfulgt av instruksjoner om å ta av maskinen på en sikker måte.

En nødstopppknapp er plassert på toppen av maskinen og slår av maskinen umiddelbart (unntatt Relaxer).

En advarselsskjerm vises for å varsle personalet sammen med et lydsignal. Vær oppmerksom på at nødstopppknappen bare skal brukes når det er hensiktsmessig. Den skal ikke brukes som en vanlig metode for å stoppe utstyret

Brukere av utstyret bør:

- Begynn med å bevege deg i et moderat tempo for å varme opp.
- Følg det anbefalte trenings- eller rehabiliteringsprogrammet hvis det er aktuelt.
- Utfør jevne, kontrollerte bevegelser - unngå rykk eller overdreven kraft.
- Hvis det oppstår ubehag, må du umiddelbart stoppe bevegelsen og trykke på nødstopppknappen (hvis montert).

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

4. Retningslinjer etter bruk

Slå av enheten helt, og trekk ut støpselet om nødvendig.

Rengjør og vedlikehold etter hver bruk:

- Tørk av håndtak, seter og kontrollpaneler med en klut som ikke sliper.
- Unngå å bruke sterke kjemikalier som kan bryte ned materialene, og følg produsentens anbefalinger for rengjøring.

5. Forholdsregler for sikkerhet

- Les og sørg for at de VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONENE i begynnelsen av denne bruksanvisningen alltid følges.
- Bruk alltid riktig fottøy og antrekk for å unngå å skli eller føle ubehag.
- Ikke overskrid den anbefalte brukstiden per økt.
- Hold barn og kjæledyr borte fra bevegelige deler.

Stopp umiddelbart hvis:

- Skarp smerte eller ubehag oppstår.
- Uvanlige lyder eller vibrasjoner oppdages.
- Enheten reagerer ikke på kontroller.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

5. SERVICE OG TEKNISK INFORMASJON

1. Sjekkliste for rutinemessig vedlikehold

Daglig:

- Tørk av enheten for å fjerne smuss, støv og svette.
- Kontroller at ingen skruer eller deler er løse før bruk.

Ukentlig:

- Kontroller at alle bevegelige deler (håndtak, pedaler, seter) fungerer problemfritt.
- Stram boltene om nødvendig.
- Kontroller elektriske tilkoblinger og for frynsete ledninger.

Hvert år:

- Avtal en profesjonell inspeksjon for å vurdere og vedlikeholde interne komponenter.

2. Feilsøking av vanlige problemer

Utgave	Mulig årsak	Løsning
Enheden vil ikke slå seg på	Problem med strømforsyningen	Kontroller støpselet, bryteren og strømbryteren
Skjermpanelet fungerer ikke	Feil under oppstart	Slå av for tilbakestilling og slå deretter på igjen.
Merkelige lyder under bruk	Løse bolter eller manglende smøring	Avtal en profesjonell inspeksjon for å vurdere og vedlikeholde interne komponenter.

3. Når du skal kontakte produsenten eller den regionale distributøren:

- Hvis feilmeldingene vedvarer etter omstart av enheten.
- Hvis det er ødelagte eller manglende deler som ikke kan skiftes ut manuelt.
- Hvis maskinen slutter å fungere helt til tross for feilsøking.

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

6. SPESIFIKASJONER

Generell informasjon

- Designet og produsert i Storbritannia
- Strømassistert (Plug and Play-installasjon)
- Standard 4,3" berøringsskjermkonsoll
- Tilbyr manuelle og programmerte alternativer
- Målrettede muskelgrupper (varierer per enhet)

Elektrisk spesifikasjon

- Spenning: 220V/240V (110V-USA)
- Ampere: 3 ampere per maskin/bord
- Lengde på pluggkabel: 1,5 meter

Møbeltrekk og overtrekk

- Sidepaneler: Slagfast ABS-plast med høy slagfasthet
- Deksel - Flammehemmende vinyl
- Motstandsdyktig mot bakterier og fuktighet (EN 1021-1&2-kompatibel)

Dimensjoner og vekt

Sittende brukermaskiner

AB Pullover (ABPO)

- Dimensjoner: B95 cm x D170 cm x H130 cm
- Vekt: 84,8 kg

Tricep Dip og benbøy (TDLC)

- Dimensjoner: B95 cm x D120 cm x H132 cm
- Vekt: 88,4 kg

Cross Cycle (CCYC)

- Dimensjoner: B70 cm x D140 cm x H130 cm
- Vekt: 102,4 kg

Tummy Crunch (TC)

- Dimensjoner: B105 cm x D102 cm x H124 cm
- Vekt: 83,8 kg

Roterende torso (RT)

- Dimensjoner: B116 cm x D118 cm x H119 cm
- Vekt: 85,2 kg

Side Bend Stepper (SBS)

- Dimensjoner: B114 cm x L125 cm x H147 cm
- Vekt: 100,6 kg

Bryst og ben (CNL)

- Dimensjoner: B108 cm x L130 cm x H153 cm
- Vekt: 90 kg

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

Sittende klatrer (SC)

- Dimensjoner: B111 cm x L125 cm x H172 cm
- Vekt: 114,8 kg

Flue og lår (FNT)

- Dimensjoner: B130 cm x L119 cm x H153 cm
- Vekt: 125,4 kg

Relaxer (RLXR)

- Dimensjoner: B94 cm x L173 cm x H95 cm
- Vekt: 51,6 kg

Liggende brukermaskiner

Sidebøyer (SF)

- Dimensjoner: B150 cm x D192 cm x H70 cm
- Vekt: 129,4 kg

Hipster (H)

- Dimensjoner: B88 cm x D195 cm x H130 cm
- Vekt: 95,2 kg

Få tilgang til brukermaskiner

Access Tricep Dip (ATD)

- Dimensjoner: B75 cm x D125 cm x H64 cm
- Vekt: 80 kg

Access Rotary Torso (ART)

- Dimensjoner: B77 cm x L161 cm x H122 cm
- Vekt: 82,04 kg

DRIFTSHÅNDBOK (NB)

7. GARANTI

For garantikrav, oppgi:

- Modellnummer.
- Serienummer.
- Kjøpsbevis

Garanti og serviceforespørsler:

Alle modeller leveres med en begrenset garanti som dekker:

- Ramme og struktur: 1 år.
- Elektriske komponenter: 1 år.
- Slitasjedeler (håndtak, seter, kabler): 6 måneder.

Serviceforespørsler skal sendes inn via:

Alle service-, vedlikeholds- eller feilrapporter og -forespørsler må gjøres via nettstedet vårt: **<https://www.innerva.com/service-and-maintenance>** i Storbritannia eller via din regionale distributørs prosedyre.

Se distributørlisten på side 2 for kontaktinformasjon.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

FABRICANTE

Shapemaster Global Ltd
(Trading as Innerva) Unit 3,
Queens Square Business Park,
Huddersfield Road, Honley,
Huddersfield, HD9 6QZ

Teléfono: +44(0)1484 667474
Página web: www.innerva.com
Correo electrónico: info@innerva.com

Número de empresa: 3439357
Número de IVA: 698476164

Si su país no figura en la lista, póngase en contacto con el fabricante.

DISTRIBUIDORES

NO/FI/DK/SE/AT/DE
Zeitz AS
Nedre Nedmarken 2,
3370 Vikersund, Noruega
+4797516544
www.zeitz.com
info@zeitz.com
Número de IVA: 981072529

NL/BE/LU
Soluciones BeMoreFit
Wvd. Brinkstraat, 35 1444 HB,
Purmerend, Países Bajos
+31651624587
www.bemorefitsolutions.nl
info@bemorefitsolutions.nl
NIF NL860961989B01

FR
Desarrollo del módulo SASU silver
61 Rue Camille Pelletan, Cenon
33150, Cidex 10,
Francia
+33535383072
www.silver-form.com
contact@silverform-dev.fr
Número de IVA: FR07885059394

IE/NL
Hola Goodlife Wellbeing Ireland Ltd.
38 Turlough Road, The Oaks,
Castlebar, County Mayo, F23 KC92,
Irlanda
+353874828028
www.hellogoodlife.ie
info@hellogoodlife.ie
Nº IVA: 4184469AH
VAT No: 4184469AH

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

TABLA DE CONTENIDOS:

1. Instrucciones importantes de seguridad
2. Producto: Máquinas de ejercicios asistidos
3. Instalación y montaje
4. Instrucciones de uso
5. Asistencia e información técnica
6. Especificaciones técnicas
7. Garantía

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

1. INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Antes de utilizar este producto, es imprescindible leer TODO este manual y TODAS las instrucciones de instalación.

Describe la configuración del equipo e instruye a los miembros sobre cómo utilizarlo de forma correcta y segura.

⚠ADVERTENCIA: Cualquier cambio o modificación de este equipo sin autorización previa puede invalidar la garantía del producto.

⚠ADVERTENCIA: Innerva recomienda consultar a un médico para someterse a un examen médico completo antes de iniciar un programa de ejercicios. Si en algún momento durante el ejercicio el usuario experimenta desmayos, mareos, dolor o dificultad para respirar, debe interrumpir la actividad inmediatamente.

ADVERTENCIA: No intente mover, inclinar o levantar el equipo mientras esté en movimiento.

ADVERTENCIA: En caso de emergencia que requiera la parada del equipo, el botón de parada de emergencia debe accionarse inmediatamente.

PELIGRO: Para reducir el riesgo de descarga eléctrica, desenchufe o desconecte siempre el conector con fusible de este producto antes de limpiarlo o realizar cualquier tarea de mantenimiento.

ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones, es esencial conectar cada producto a una toma de corriente con toma de tierra correcta; en caso de duda, consulte a un electricista cualificado.

ADVERTENCIA: Nunca intente desmontar el equipo mientras esté en movimiento, sino espere a que se detenga por completo y la pantalla muestre las instrucciones para hacerlo.

ADVERTENCIA: Mantenga una distancia de al menos 0,6 m alrededor de todo el equipo Innerva en la dirección de acceso al equipo y en el puesto de trabajo más alejado, manteniéndose alejado de todos los obstáculos, incluidos pasillos, paredes, muebles y otros equipos. Asegúrese de que la zona del equipo está libre de peligros potenciales.

ADVERTENCIA: No utilice el equipo a menos que se sigan las recomendaciones del fabricante para la inspección y el mantenimiento.

Para desconectarlo, desconecte la alimentación (mediante el interruptor, si procede) y, a continuación, retire el enchufe de la carcasa eléctrica situada en la parte posterior del producto, o guarde el cable en un lugar seguro si no puede retirarlo para el transporte.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

Nunca utilice un producto Innerva si el cable de alimentación o el enchufe están dañados, o si se ha caído o dañado. Póngase en contacto con su distribuidor local o con el fabricante.

Asegúrese de que el cable de alimentación no presenta signos de daños y no está atrapado bajo equipos u otros objetos.

Si el cable de alimentación está dañado, debe ser sustituido por el fabricante, un servicio técnico autorizado o una persona igualmente cualificada para evitar riesgos.

Siga siempre las instrucciones de la pantalla de la máquina y consulte el manual de formación o a un miembro del personal formado para su correcto funcionamiento.

No permita que otras personas interfieran de ninguna manera con el usuario o el equipo durante su uso.

Este aparato no está diseñado para ser utilizado por personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas, o con falta de experiencia o conocimientos, a menos que estén supervisadas o reciban instrucciones sobre cómo utilizar el producto de una persona responsable de su seguridad.

Mantenga a los niños y a los animales alejados de los coches.

No utilice este producto al aire libre, cerca de piscinas, cerca del agua o en zonas de alta humedad.

No introduzca nunca objetos en las aberturas de estos productos. Si un objeto cayera en el interior, apague la unidad y desenchufe el cable de alimentación antes de intentar recuperarlo. Si no puede alcanzar el objeto de forma segura, póngase en contacto con su distribuidor local o con el fabricante.

Mantenga toda la ropa suelta, cordones de zapatos, joyas u otros materiales alejados de las partes móviles del equipo.

Nunca coloque líquidos de ningún tipo directamente sobre el equipo.

No utilice este producto en zonas donde se utilicen aerosoles o donde se administre oxígeno, ya que estas sustancias crean peligro de combustión y/o explosión.

No utilice el producto descalzo.

Asegúrese de que todas las fijaciones/accesorios y/o piezas desmontables estén bien sujetas antes de utilizar la máquina.

Utilice estos productos para el uso al que están destinados, tal y como se describe en este manual. No utilice accesorios en el equipo que no estén recomendados por el fabricante.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

El fabricante no se hace responsable de las etiquetas que falten o estén dañadas. En caso de que falten etiquetas, póngase en contacto con su distribuidor regional o con el fabricante.

Se trata de un producto motorizado y asistido eléctricamente que, una vez activado, se mueve independientemente de la aplicación de fuerza por parte del usuario.

Este producto motorizado asistido por pedal funciona a velocidad variable, si así lo selecciona el usuario.

El peso máximo del usuario no debe superar los 150 kg.

El equipo debe estar supervisado adecuadamente por una persona competente y los usuarios deben haber recibido instrucciones detalladas sobre el uso seguro del equipo.

El equipo debe ser inspeccionado y revisado por una persona formada y competente, capaz de realizar una evaluación general del desgaste de los componentes, la seguridad y los posibles defectos.

Todos los equipos deben ser inspeccionados, al menos una vez al año, por un técnico electricista cualificado.

CONSERVE ESTAS INSTRUCCIONES PARA FUTURAS CONSULTAS.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

2. PRODUCTO: MÁQUINAS DE EJERCICIOS ASISTIDOS

MODELOS/TIPOS DE CUBIERTA::

Máquinas para usuarios sentados

- Jersey AB (ABPO)
- Inclinación de tríceps y flexión de piernas (TDLC)
- Ciclo transversal (CCYC)
- Barriga Crujiente (TC)
- Torso giratorio (RT)
- Stepper de flexión lateral (SBS)
- Tórax y piernas (CNL)
- Escalador sentado (SC)
- Moscas y muslos (FNT)
- Relajante (RLXR).

Máquinas para usuarios reclinados

- Flexor lateral (SF)
- Hipster (H)

Acceso a las máquinas de los usuarios

- Acceso al tríceps (ATD)
- Torso de acceso giratorio (ART)

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

3. INSTALACIÓN Y MONTAJE

1. Desembalaje e inspección

- Saque con cuidado todos los componentes del embalaje y compárelos con la lista de inventario del pedido.
- Compruebe que todas las piezas no presentan daños visibles. Si detecta algún daño, no continúe con el montaje y póngase en contacto con su distribuidor local o con el fabricante para obtener asistencia.
- Deshágase de los materiales de embalaje de forma segura, conservando los manuales de usuario y la información sobre la garantía como referencia

2. Ubicación y entorno

- Asegúrese de que la unidad está colocada sobre una superficie plana y estable para evitar inestabilidades o tambaleos.
- Mantenga despejado el espacio alrededor de la unidad:
 - Mantenga una distancia de al menos 0,6 metros alrededor de todo el equipo Innerva en la dirección de acceso al equipo.
- Se recomienda un suelo antideslizante.
- Evite colocar el equipo muy cerca:
 - Luz solar directa (para evitar el sobrecalentamiento o el deterioro del material).
 - Fuentes de agua o zonas de alta humedad, por ejemplo piscinas (para evitar daños en el equipo y el sistema eléctrico).
 - Obstáculos o muros que puedan interferir con el movimiento.

3. Instrucciones de montaje

El montaje y la puesta en marcha del equipo deben ser realizados por el fabricante o por un representante competente y formado del distribuidor regional.

Apriete todos los tornillos y pernos, asegurándose de que estén bien apretados, pero sin apretarlos demasiado.

Conecte todos los cables necesarios, asegurándose de que no estén retorcidos ni enredados y de que cumplan con la sección 4: Conexión eléctrica.

Compruebe que todas las piezas móviles funcionan correctamente.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

4. Conexión eléctrica y puesta en marcha

Especificaciones eléctricas de los equipos PAE Innerva

Para un conjunto de 10 ó 12 unidades, se deben proporcionar de 10 a 12 tomas eléctricas con fusibles de 5 amperios, divididas en dos redes en anillo iguales, cada una con un interruptor de 16 amperios y 100 mA.

Las máquinas Innerva están equipadas con supresores de sobretensiones transitorias (TVSS) que ofrecen una protección de muy alta velocidad; no obstante, es aconsejable instalar un ASD de tipo 2 y un RCBO de 100 mA en el lado de CA para minimizar las sobretensiones eléctricas, evitando así daños irreversibles en la pantalla táctil de baja tensión e impidiendo el correcto funcionamiento de la máquina.

Evaluación de fusibles

La potencia requerida por las máquinas de ejercicios Innerva en ausencia de esfuerzo suele oscilar entre 80 y 115 vatios, en función de la velocidad seleccionada.

Cuando una máquina se utiliza en modo activo, el usuario asiste al movimiento y la potencia necesaria puede disminuir hasta un 50% en función del esfuerzo aplicado. Por tanto, la carga de corriente es de sólo unos cientos de miliamperios. Sin embargo, puede producirse un mal uso cuando el usuario intenta resistirse en lugar de asistir. En estos casos, el consumo de corriente puede aumentar considerablemente. Se han medido corrientes de entre 2,5 y 3,0 A.

Aunque es difícil soportar la máquina durante un periodo prolongado, es posible que falle un fusible de seguridad de 3A. Por lo tanto, se recomienda instalar un fusible de seguridad de 5A.

Pérdida de tierras

Dado que las máquinas de ejercicios Innerva utilizan un motor de CA accionado por un inversor de frecuencia variable, existe una corriente de fuga a tierra debida al inversor en el rango de 3,5 - 5,0 mA. La corriente de fuga a tierra depende de la frecuencia de salida del inversor, pero siempre está dentro del rango indicado.

Cuando varias máquinas Innerva están conectadas al mismo circuito, existe una alta probabilidad de que se dispare un interruptor diferencial de 30 mA, especialmente porque un interruptor diferencial de 30 mA puede dispararse con una corriente de fuga de sólo 15 mA.

Se recomienda instalar un disyuntor diferencial de 100 mA para cada circuito con 5 o más máquinas Innerva.

Cada máquina debe estar conectada a una línea de alimentación con fusibles o a través de un enchufe y toma IEC conforme a BS4343 (Reino Unido) o IEC 60309.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

4. INSTRUCCIONES DE USO

1. Encendido y control del sistema

- Pulse el botón de encendido o el interruptor para activar la unidad.
- Espere a que el panel de control se inicialice y muestre la configuración predeterminada.

2. Ajuste del equipo

- Ajustes del asiento (sólo Cross Cycle):
 - Ajuste la altura y la profundidad del asiento para garantizar una postura correcta.
 - Bloquee el asiento en su sitio antes de utilizarlo.
- Ajustes de resistencia y velocidad:
 - Seleccione un nivel de resistencia adecuado en función de su forma física personal o de sus necesidades de rehabilitación.
 - Ajuste la velocidad gradualmente, evitando los cambios bruscos para evitar esfuerzos o lesiones.
- Posición de brazos y piernas:
 - Mantenga una posición cómoda y ergonómica.
 - Utilice asideros y soportes si es necesario para garantizar la estabilidad.

Los cojines de apoyo Innerva (suministrados con el equipo) pueden ser utilizados por personas de diferentes alturas para garantizar una postura correcta en las máquinas "Pecho y piernas", "Escalador sentado" y "Flys y muslos". Se aconseja que las personas excepcionalmente altas o bajas (es decir, de menos de 1,70 m o más) sean evaluadas por un instructor experimentado para obtener una postura óptima en el equipo.

3. Funcionamiento del equipo

El usuario dispone de seis opciones, entre ellas tres programas predefinidos y tres velocidades fijas. El usuario puede seleccionar su opción preferida tocando el botón correspondiente en la pantalla.

Al final de cada programa, se muestra una pantalla de cuenta atrás seguida de instrucciones sobre cómo desmontar la máquina de forma segura.

En la parte superior de la máquina se encuentra un botón de parada de emergencia que apaga inmediatamente la máquina (excluido el relajador).

Aparece una pantalla de advertencia para alertar al personal y suena una señal acústica. Tenga en cuenta que el botón de parada de emergencia sólo debe utilizarse cuando sea necesario. No debe utilizarse como método habitual para detener el equipo.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

Los usuarios del equipo deben:

- Comienza moviéndote a un ritmo moderado para entrar en calor.
- Siga el programa de ejercicio o rehabilitación recomendado, si procede.
- Mantenga los movimientos fluidos y controlados, evitando sacudidas o una fuerza excesiva.
- En caso de malestar, detenga inmediatamente el movimiento y pulse el botón de parada de emergencia (si está instalado).

4. Directrices posteriores a la utilización

Apague completamente el aparato y, si es necesario, desenchúfelo.

Limpiar y mantener después de cada uso:

- Limpie las empuñaduras, los asientos y los paneles de control con un paño no abrasivo.
- Evite el uso de productos químicos agresivos que puedan degradar los materiales y siga las recomendaciones de limpieza del fabricante.

5. Precauciones de seguridad

- Lea siempre y asegúrese de seguir las INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES que aparecen al principio de este manual.
- Utilice siempre calzado y ropa adecuados para evitar resbalones o molestias.
- No superar el tiempo de uso recomendado por sesión.
- Mantenga a los niños y a los animales domésticos alejados de las piezas móviles.

Deténgase inmediatamente si:

- Se produce dolor agudo o malestar.
- Se detectan ruidos o vibraciones inusuales.
- La unidad no responde a los comandos.

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

5. INFORMACIÓN TÉCNICA Y DE SERVICIO

1. Lista de comprobación para el mantenimiento rutinario

A diario:

- Limpie la unidad para eliminar la suciedad, el polvo y el sudor.
- Antes de utilizarlo, compruebe que no haya tornillos ni piezas sueltas.

Semanal:

- Compruebe que todas las piezas móviles (asas, pedales, asientos) funcionan correctamente.
- Apriete los tornillos si es necesario.
- Compruebe las conexiones eléctricas y la presencia de cables deshilachados

Anualmente:

- Programe una inspección profesional para evaluar y revisar los componentes internos

2. Resolver problemas comunes

Problema	Posible causa	Solución
El aparato no se enciende	Problema de alimentación	Compruebe el enchufe, el interruptor y el disyuntor.
La pantalla no funciona	Error durante el encendido	Apagar y volver a encender para reiniciar
Ruidos extraños durante el uso	Pernos sueltos o falta de lubricación	Programe una inspección profesional para evaluar y revisar los componentes internos.

3. Cuándo ponerse en contacto con el fabricante o el distribuidor regional:

- Si los mensajes de error persisten después de reiniciar la unidad.
- Si hay piezas rotas o faltantes que no pueden sustituirse manualmente.
- Si la máquina deja de funcionar por completo a pesar de haber solucionado el problema

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

6. ESPECIFICACIONES

Información general

- Diseñado y fabricado en el Reino Unido
- Fuente de alimentación asistida (instalación plug and play)
- Consola estándar con pantalla táctil de 4,3
- Ofrece opciones manuales y programadas
- Grupos musculares objetivo (variable por unidad)

Especificaciones eléctricas

- Voltaje: 220V/240V (110V-USA)
- Amperios: 3 amperios por máquina/mesa
- Longitud del cable del enchufe: 1,5 metros

Tapicería y tapizados

- Paneles laterales: plástico ABS altamente resistente a los impactos
- Cubiertas - Vinilo ignífugo
- Resistente a las bacterias y a la humedad (conforme a EN 1021-1&2)

Dimensiones y peso

Máquinas para usuarios sentados

Jersey AB (ABPO)

- Dimensiones: An 95 cm x Pr 170 cm x Al 130 cm
- Peso: 84,8 kg

Inclinación de tríceps y flexión de piernas (TDLC)

- Dimensiones: An 95 cm x Pr 120 cm x Al 132 cm
- Peso: 88,4 kg

Ciclo transversal (CCYC)

- Dimensiones: A70cm x D140cm x A130cm
- Peso: 102,4 kg

Barriga Crujiente (TC)

- Dimensiones: A105cm x P102cm x A124cm
- Peso: 83,8 kg

Torso giratorio (RT)

- Dimensiones: A116cm x P118cm x Alt119cm
- Peso: 85,2 kg

Stepper de flexión lateral (SBS)

- Dimensiones: Largo 114 cm x Ancho 125 cm x Alto 147 cm
- Peso: 100,6 kg

Tórax y piernas (CNL)

- Dimensiones: Largo 108 cm x Ancho 130 cm x Alto 153 cm
- Peso: 90 kg

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

Escalador sentado (SC)

- Dimensiones: L111cm x A125cm x A172cm
- Peso: 114,8 kg

Moscas y muslos (FNT)

- Dimensiones: L130cm x L119cm x 153cm
- Peso: 125,4 kg

Relajante (RLXR)

- Dimensiones: Largo 94 cm x Ancho 173 cm x Alto 95 cm
- Peso: 51,6 kg

Máquinas para usuarios reclinados

Flexor lateral (SF)

- Dimensiones: An 150 cm x Pr 192 cm x Al 70 cm
- Peso: 129,4 kg

Hipster (H)

- Dimensiones: A88cm x P195cm x A130cm
- Peso: 95,2 kg

Acceso a las máquinas de los usuarios

Acceso al tríceps (ATD)

- Dimensiones: An. 75 cm x Pr. 125 cm x Al. 64 cm
- Peso: 80 kg

Torso de acceso giratorio (ART)

- Dimensiones: L77cm x A161cm x A122cm
- Peso: 82,04 kg

MANUAL DE OPERACIONES (ES)

7. GARANTÍA

Para las reclamaciones de garantía, facilite:

- Número de modelo.
- Número de serie.
- Justificante de compra.

Garantía y solicitudes de servicio:

Todos los modelos incluyen una garantía limitada que cubre:

- Armazón y estructura: 1 año.
- Componentes eléctricos: 1 año.
- Piezas de desgaste (pomos, asientos, cables): 6 meses.

Las solicitudes de ayuda deben enviarse a través de:

Cualquier informe y solicitud de servicio, mantenimiento o avería debe realizarse a través de nuestra página web: **<https://www.innerva.com/service-and-maintenance>** en el Reino Unido o mediante el procedimiento de su distribuidor regional.

Para obtener información de contacto, consulte la lista de distribuidores de la página 2.