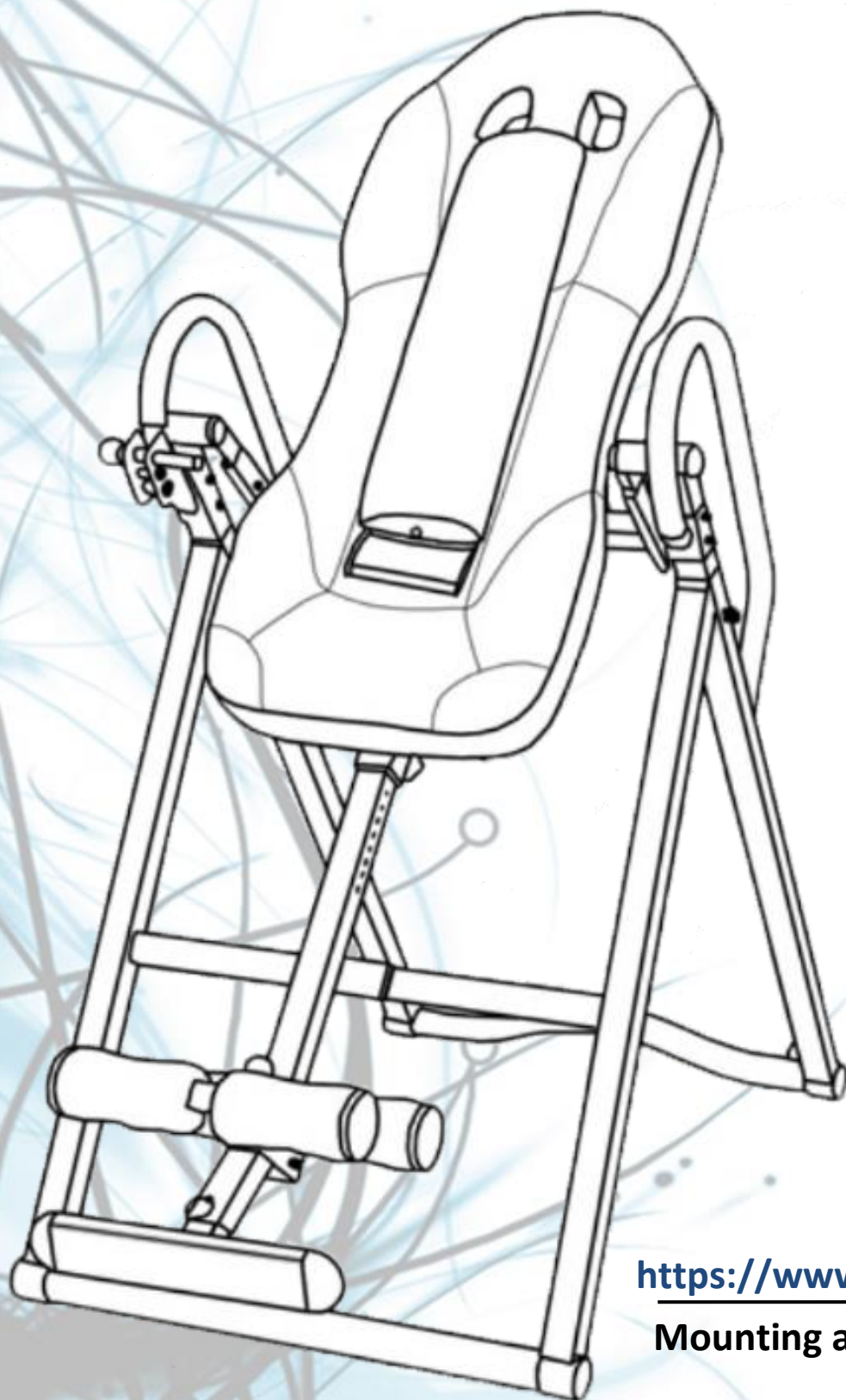


Yatek Deluxe

Folding Inversion Table Yatek Deluxe
with Massager



<https://www.electropolis.es>

Mounting and User's Guide

Index

Castellano

Partes de la tabla de inversión	4 y 5
Guía de montaje	del 6 al 14
Instrucciones del mando.....	15
Guía de uso	16

English

Inversion table parts	19 and 20
Assembly instructions	from 21 to 29
Controller instructions.....	30
Usage guidelines	31

Français

Pièces de la table d'inversion.....	34 et 35
Instructions de montage	de 36 à 44
Instructions du contrôleur	45
Directives d'utilisation	46

Deutsch

Inversionstischteile.....	49 und 50
Montageanleitung.....	von 51 bis 59
Regleranweisungen	60
Gebrauchsanweisung.....	61

Italiano

Parti della panca ad inversione.....	64 e 65
Istruzioni di montaggio	da 66 a 74
Istruzioni per il controllore.....	75
Indicazioni per l'uso	76

Avisos de uso seguro

Gracias por comprar el producto de nuestra empresa, el uso adecuado de este aparato es la garantía de su seguridad y salud, antes de utilizar este aparato, por favor lea cuidadosamente los siguientes apartados:

- 1) Es muy importante que lea completamente el manual de usuario antes de la instalación y el uso, el mantenimiento y el uso normal de este aparato permiten que el ejercicio sea seguro y válido.
- 2) Antes de empezar un plan de ejercicio, consulte primero a su médico para confirmar su estado físico actual y verificar si le causará daño a su salud utilizar este aparato para el ejercicio. Si está realizando algunos tratamientos sobre la frecuencia cardíaca, la presión arterial y el colesterol, los consejos del médico serán muy necesarios.
- 3) Tenga en cuenta las señales en su cuerpo. El deporte incorrecto y excesivo puede dañar su salud. Si siente alguno de los siguientes síntomas: dolor, opresión en el pecho, palpitaciones, respiración con dificultad, aturdimiento, mareo y náusea, por favor deje de realizar el ejercicio inmediatamente.
- 4) Asegúrese de que los niños y mascotas se mantengan alejados de este aparato, este aparato está diseñado especialmente para adultos.
- 5) Almohadille un material sólido y plano en el fondo del aparato para proteger su suelo y alfombra. Para la seguridad, asegúrese de mantener un espacio de actividad libre mínimo de 0,5m en los alrededores del aparato.
- 6) Antes del uso, asegúrese de que los tornillos y tuercas estén apretados. Por favor utilice este aparato con cuidado. Si descubre cualquier defecto al instalar o utilizar el aparato, o si oye cualquier sonido anormal, por favor detenga el ejercicio inmediatamente. No continúe el uso antes de resolver el problema.
- 7) Durante el deporte, lleve la ropa de todo el cuerpo sujeta para evitar que la ropa floja sea atrapada por el aparato o el movimiento sea limitado. El ejercicio incorrecto o excesivo puede causar daño al cuerpo.
- 8) Este aparato sólo es aplicable para el interior y el uso doméstico. La capacidad máxima de carga es **150KG**.
- 9) Tenga cuidado al transportar este aparato para evitar daños innecesarios.
- 10) Por favor guarde adecuadamente este manual y las herramientas de instalación.

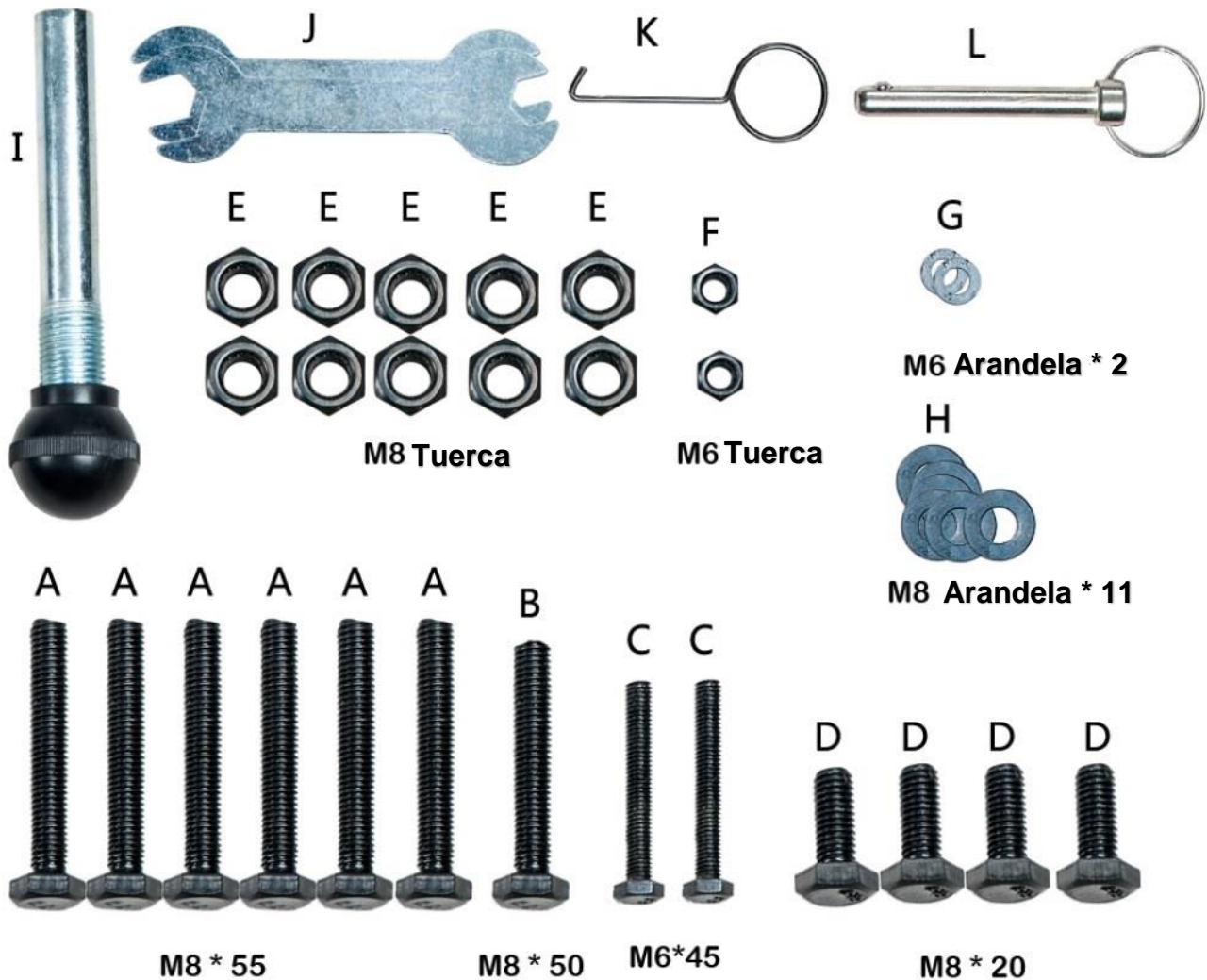
Partes de la tabla de inversión

Antes de empezar compruebe que ha recibido todos los componentes que hay a continuación, si le faltase alguno no dude en ponerse en contacto con su vendedor, si lo ha comprado a través de Amazon, vaya a su cuenta, posteriormente busque el pedido y dele al botón de contactar con el vendedor. El vendedor le facilitará las piezas que le faltan sin problema alguno



Partes de la tabla de inversión

Lista de tornillos y arandelas, si le faltase alguna no duda en contactar con su vendedor



Instrucciones de montaje

- **Paso 1:**

Despliegue el marco y asegúrelo con el pin (L) de seguridad en su parte derecha

Nota: El marco trasero viene con ruedas



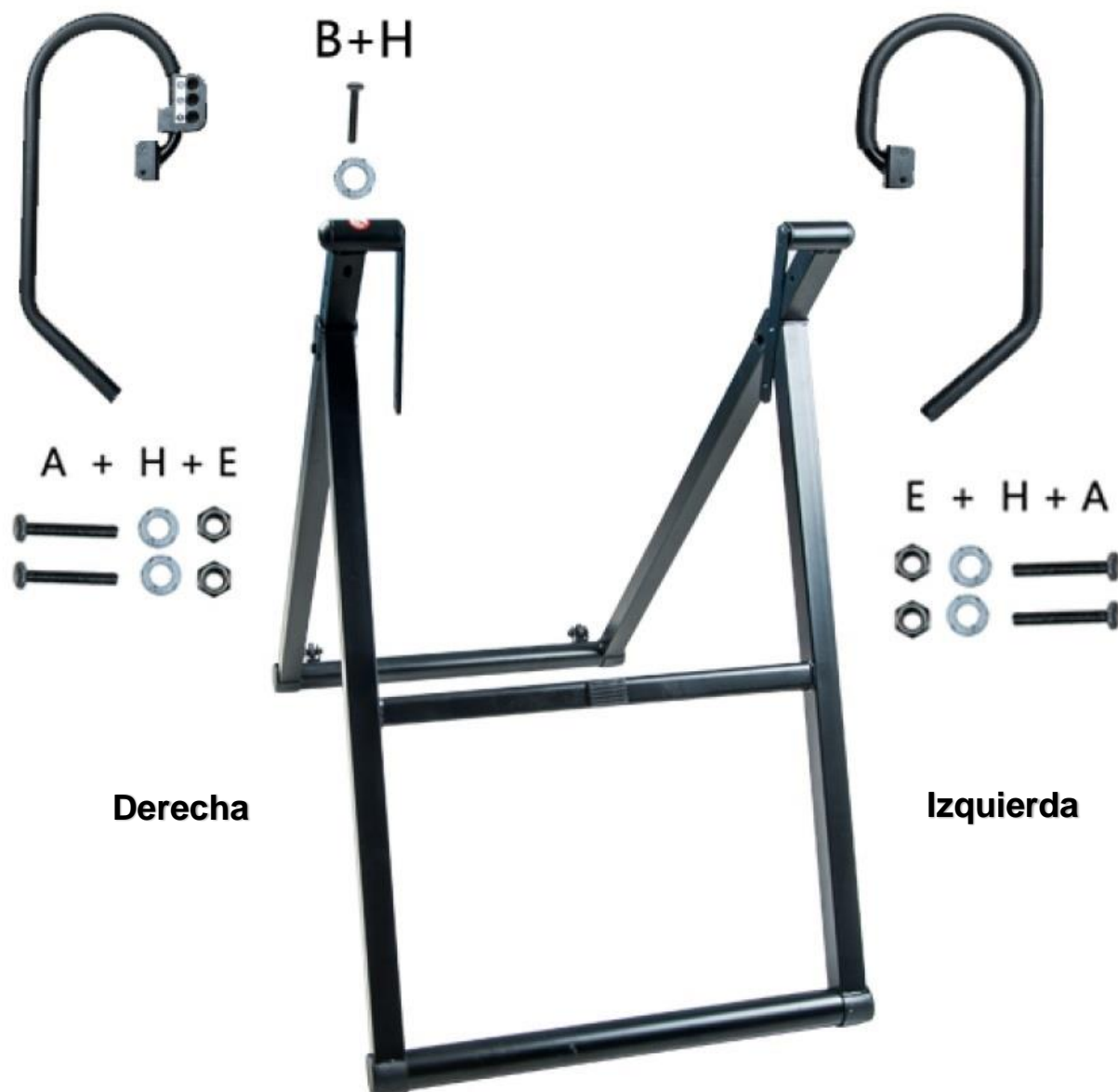
Instrucciones de montaje

• Paso 2:

Adhiera la barra de mano derecha al marco derecho usando 2 tornillos (A), 2 arandelas (B) y 2 tuercas (E), Use el tornillo (B) y la arandela (H) para sujetar firmemente la barra de mano derecha.

Adhiera la barra de mano izquierda al marco izquierdo usando 2 tornillos (A), 2 arandelas (B) y 2 tuercas (E).

Nota: La barra de mano derecha tiene un soporte incorporado



Instrucciones de montaje

Vista completa después de montar la base



• Paso 3:

Coloque el respaldo (R) tal y como se muestra en la siguiente página, asegúrese de que los soportes laterales giratorios miren hacia abajo, hacia el suelo.

Levante el respaldo (R) entero y colóquelo en los soportes laterales con 4 tornillos (D), 4 arandelas (H) y 4 tuercas (E)

Instrucciones de montaje



- **Paso 4:**

Inserte el tubo de sujeción de la pata (N) a través del tubo de ajuste de altura (M) y asegúrelo con 1 tornillo (C), 1 arandela (G) y una tuerca (F)



Instrucciones de montaje

Inserte el soporte del talón (O) a través del tubo de ajuste de altura (M)



Use el tirador de muelles (K) para tirar del muelle fuera del soporte del talón (O), sujete el tornillo (C), páselo a través del muelle, y asegure el tornillo con la arandela (G) y la tuerca (F)



Instrucciones de montaje



Inserte la tapa y termine de montar el soporte de talón (O)



Instrucciones de montaje

- **Paso 5:**

Inserte el soporte reposapiés (P) en el tubo (M) con 2 tornillos (A), 2 arandelas (H) y 2 tuercas (E)



Deslice el tubo de esponja (Q) sobre los tubos (N y O) e inserte las cubiertas de color plata



Instrucciones de montaje

• Paso 6:

Inserte el tubo completado de ajuste de estatura en el respaldo (R) y bloquéelo con el regulador de ajuste de altura



Instrucciones de montaje

- **Paso 7:**

Coloque el cojín masajeador (S) en el respaldo (R) usando las correas a través de los agujeros superiores e inferiores



En este punto ya ha montado por completo su tabla de inversión plegable, recuerde que para plegar la tabla tendrá que quitar el pin de seguridad (L) que colocó al principio al montar los soportes.

Instrucciones del mando



Advertencia

- No lo use cerca del agua
- No permita que sea humedecido
- No lo usa si los cables están al descubierto
- No permita a los niños que usen o jueguen con un aparato eléctrico

Botón de Power-Heat

- Presione este botón para activar el cojín lumbar, este es un modo automático que dura 10 minutos, después de 10 minutos el aparato se apagará solo.
- Efectúa el modo de masaje - 1 y el nivel de intensidad - 1
- Para desactivar el cojín lumbar, por favor presione y sostenga el botón de Power-Heat durante 2 segundos

Botón Mode

- Presiónelo para elegir uno de los 2 modos de masaje

Botón Intensity

- Presiónelo para elegir uno de los 3 niveles de intensidad disponibles

Botón Time

- Cada sesión dura 10 minutos, presione el botón Time para ajustar el tiempo de masaje (5 o 10 minutos)

Guía de uso

Usando la tabla de inversión

- 1.- Comience por acostarse completamente en la cama con sus manos a los lados o descansando sobre los muslos
- 2.- Manteniendo las manos cerca de su cuerpo, empiece a levantar los brazos lentamente para permitir a la tabla que empiece a rotar hacia atrás. Pare o baje sus brazos para controlar la rotación de la tabla.
- 3.- Levante los brazos de forma que queden por encima de la cabeza. En este punto, la tabla de inversión habrá llegado a lo más lejos que puede llegar
- 4.- A medida que se sienta más cómodo, meza la tabla lentamente moviendo los brazos hacia arriba y abajo lentamente
- 5.- Se recomienda que use la tabla de inversión durante 5 y 10 minutos cada mañana repetidamente
- 6.- Vuelva a la posición erguida moviendo lentamente las manos hacia abajo hasta tus muslos
- 7.- Asegúrese de que ha ajustado la altura para que coincida exactamente con tu tipo de cuerpo ajustando el selector hacia arriba o abajo para obtener el equilibrio adecuado, cada cuerpo de cada persona es diferente y necesitará encontrar el balance correcto para tu tipo de cuerpo específico

Garantía



¡ADVERTENCIA!

- 1. El periodo de garantía es de 2 años desde que usted recibe la tabla de inversión Yatek Deluxe.**
- 2. Para ejecutar la garantía, póngase en contacto con su vendedor**

El fabricante garantiza la más alta calidad y asume los gastos derivados de mejoras al cambiar las piezas defectuosas en el caso de defectos del material o de fabricación que surjan después del día de adquisición del aparato, durante el período de garantía. Tenga en cuenta que en algunos países rigen condiciones de garantía específicas.

La garantía del fabricante no será válida para daños en los siguientes casos:

- No se haga caso de las indicaciones dadas en el manual de instrucciones.
- No se realicen los trabajos de mantenimiento y limpieza necesarios.
- Daños ocasionados por caídas, golpes o impactos.
- Se ocasione un desgaste derivado del uso normal del aparato.
- Se utilicen herramientas de trabajo no autorizadas.
- Se haga uso de la fuerza, manipulación inadecuada, uso para fines inadecuados o accidente.
- Se ocasionen daños provocados por el recalentamiento debido a la suciedad acumulada y humedad en los tornillos, soportes y piezas metálicas.
- Intervengan personas no expertas o se realicen intentos de reparación inadecuados.
- Se utilicen piezas de recambio no adecuadas o no originales, siempre que éstas hayan provocado los desperfectos.
- Se ocasionen daños debidos a condiciones de uso en ambientes no adecuados.



Importado por B02500619

Safety Instructions

Thank you for purchasing a product from our company, the proper use of this equipment is the warranty for your safety and health, please read the following safety instructions before using this equipment:

1. It is very important to read the owner's manual before assembling and using this equipment, its maintenance and normal use allow the exercise to be safe and acceptable.
2. Before beginning an exercise plan, consult your physician to check your current physical condition and confirm if the use of this equipment may be damaging to your health. If you are undergoing any treatment for your heart rate, blood pressure and/or cholesterol, your physician's advice will be very necessary.
3. Pay attention to the signals in your body. The incorrect or excessive practice of a sport may be harmful to your health. If you feel any of the following symptoms: pain, chest tightness, palpitations, wheezing, light-headedness or nausea, please stop the exercise immediately. If you need to continue your exercise plan, first consult your physician.
4. Make sure children and pets stay away from this equipment, this product is specially designed for adults.
5. Use a pad of solid and flat material as cushion to protect your floor and carpet. For safety reasons, make sure there is enough room around the equipment, at least 0.5m.
6. Before using the equipment, make sure every bolt and nut are tightened. Please use this equipment carefully. If you find any defect while assembling or using the equipment, or if you hear any abnormal sound, please stop exercising immediately. Do not continue using the equipment before solving the problem.
7. While exercising, do not wear loose clothing, it may get snagged in the equipment or restrict movement. Exercising in an incorrect or excessive way may be harmful to your body.
8. This equipment is for indoor and house use only. Maximum weight capacity is **150 kg**.
9. To avoid damage be careful when moving this equipment.
10. Please keep this manual and the assembling tools in a safe place.

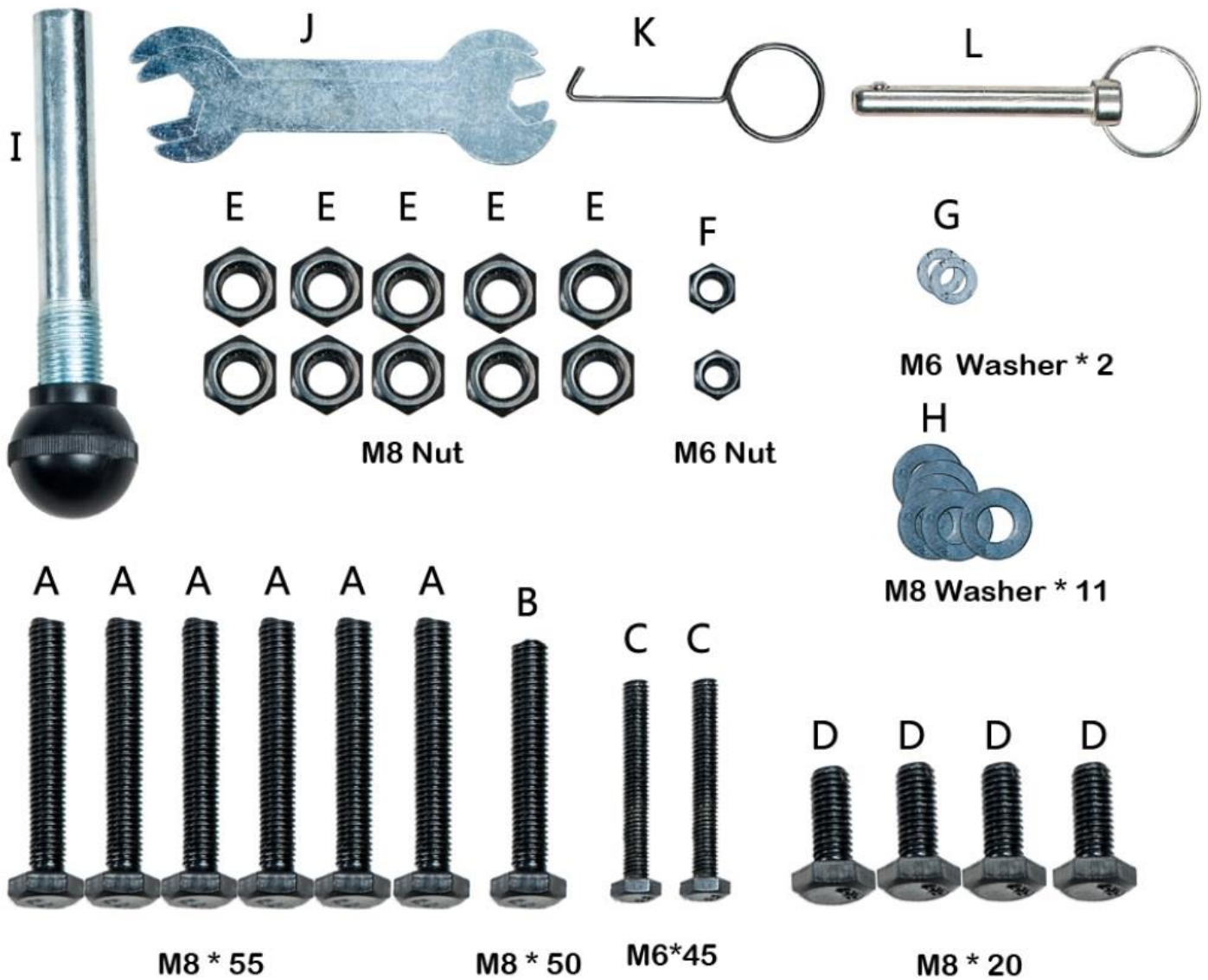
Parts of the Inversion table

Before you start check that you have received all the components below, if you are missing any of them do not hesitate to contact your seller, if you have purchased through Amazon, go to your account, then search for the order and click on the button to contact the seller. The seller will provide you with the missing parts without any problem.



Parts of the Inversion table.

List of screws and washers, if you are missing, do not hesitate to contact your seller

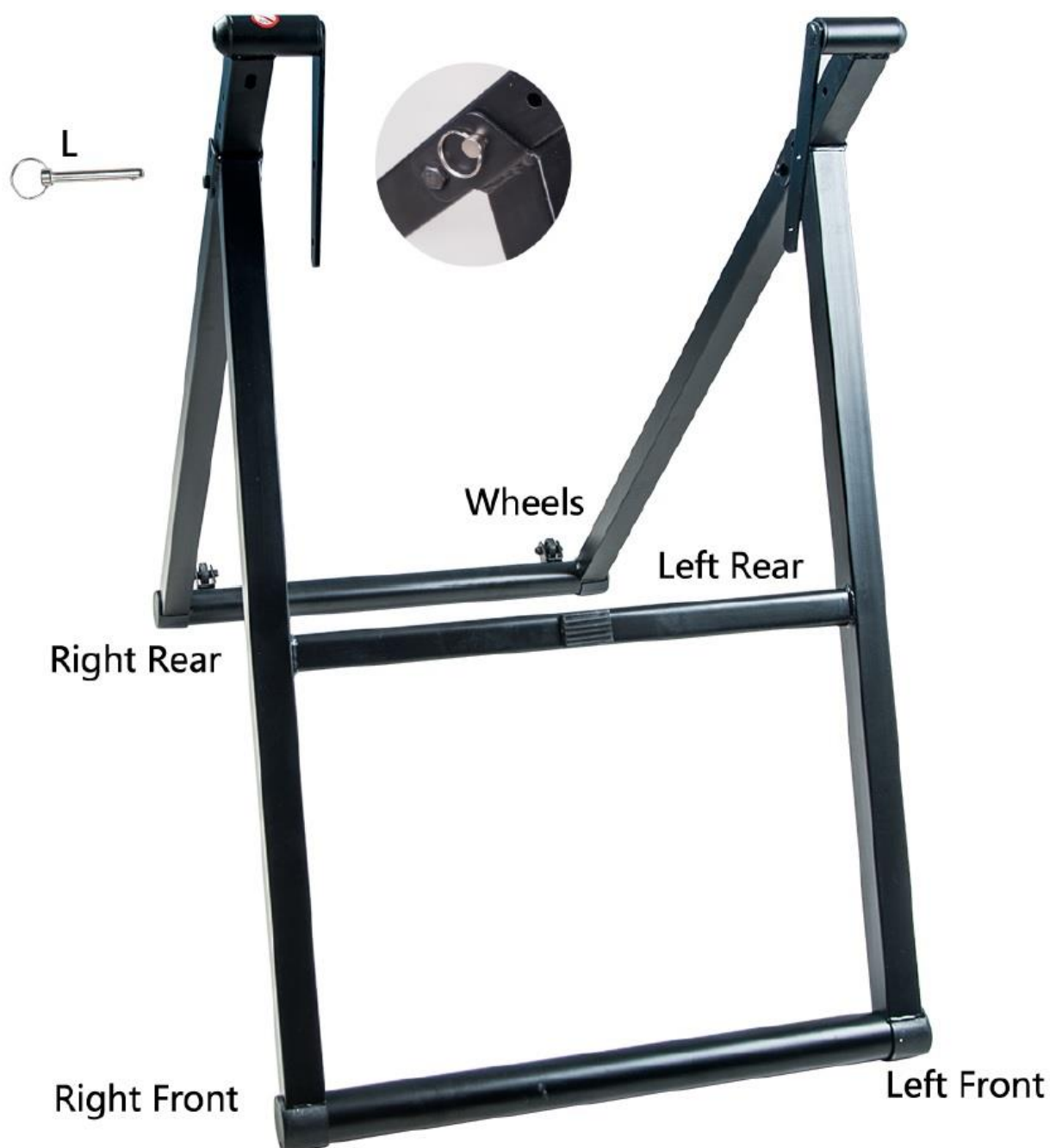


Assembly instructions

- **Step 1:**

Unfold the frame and lock it with safety pin (L) on the right side.

Note: Rear frame comes with wheels



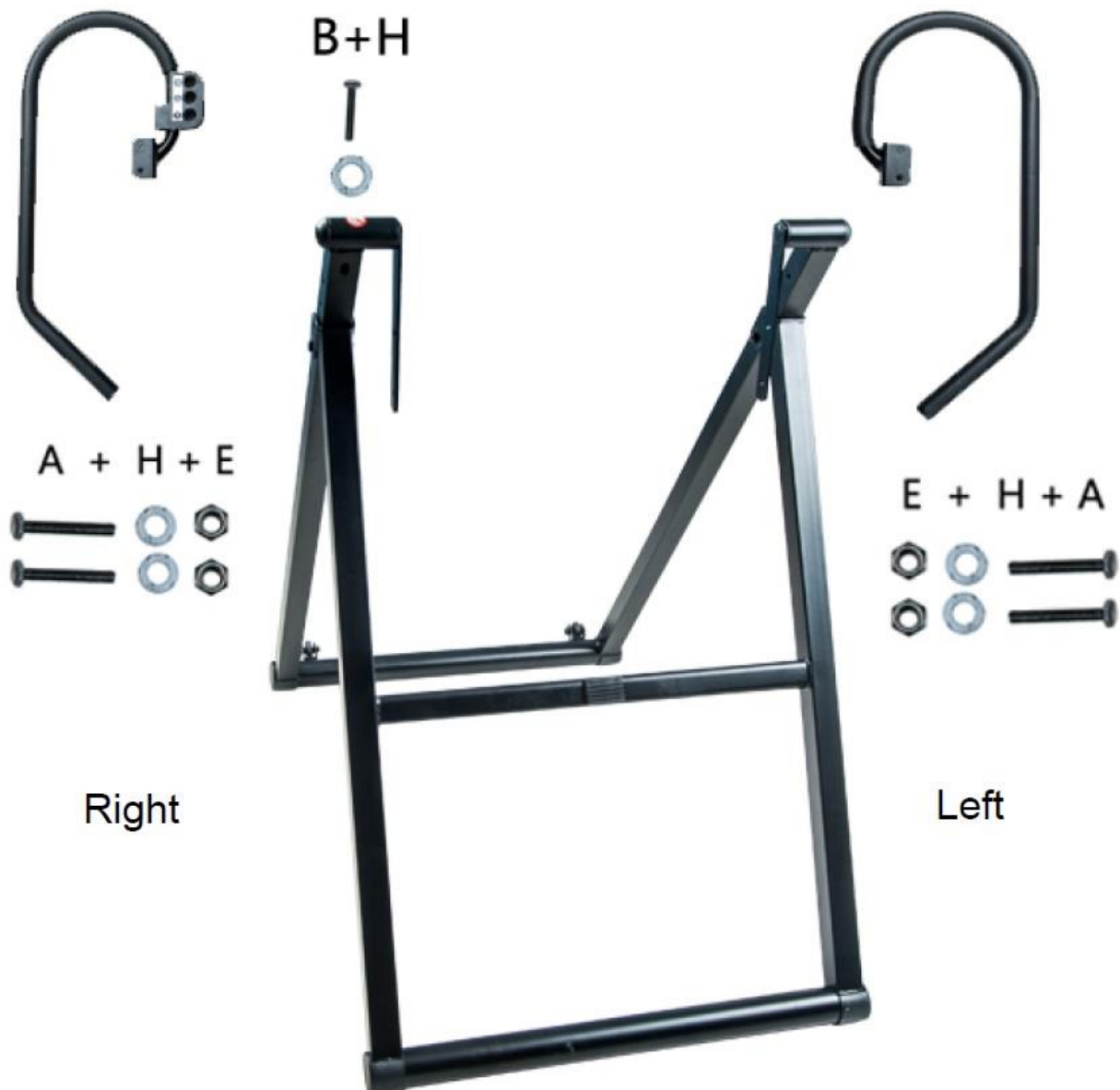
Assembly instructions

• Step 2:

Attach the right handlebar to the right frame using 2 Bolts (A), 2 Washers (B), and 2 Nuts (E). Use Bolt (B) and Washer (H) to reinforce right handlebar

Attach the left handlebar to the left frame using 2 Bolts (A), 2 Washers (B), and 2 Nuts (E)

Note: The right handlebar has built in bracket



Assembly instructions

Complete view



- **Step 3:**

Place the Backboard (R) as shown below, make sure the rotational side brackets face down toward the floor.

Lift the entire Backboard (R) up into side brackets and secure with 4 Bolts (D), 4 Washers (H) and 4 Nuts (E)

Assembly instructions



- **Step 4:**

Insert Leg Hold Tube (N) through Height Adjustment Tube (M) and secure with 1 Bolt (C), 1 Washer (G) and 1 Nut (F).



Assembly instructions

Insert Heel Holder (O) through Height Adjustment Tube (M)



Use Spring Puller (K) to pull the spring out from Heel Holder (O), hang the spring to Bolt (C) and secure Bolt (C) with washer (G), Nut (F)



Assembly instructions



Insert the End Cap and finish assembling the Heel Holder (O)



Assembly instructions

- **Step 5:**

Insert Foot Rest Plate (P) onto Tube (M) with 2 Bolts (A), 2 Washers (H) and 2 Nuts (E).



Slide Tube Foam (Q) over the tube (N & O) and insert Silver End Caps



Assembly instructions

- **Step 6:**

Insert completed Height Adjustment Tube into Backboard (R) and lock it with Height Adjust Knob



Assembly instructions

- **Step 7:**

Attach the Massage Pad (S) to Backboard(R) using straps through the upper and lower holes



At this point you have already fully assembled your folding inversion table, remember that to fold the table you will need to remove the safety pin (L) that you originally placed when mounting the brackets.

Controller instruction



Warning

DO NOT USE NEAR WATER
DO NOT LET UNIT GET WET
DO NOT USE IF WIRES ARE EXPOSED
DO NOT LET CHILDREN USE OR PLAY
WITH ANY ELECTRICAL DEVICE

Power-Heat Button

- Press it to activate the power to the lumbar pad, This is an automatic mode lasting 10 minutes, After 10 minutes, the unit will automatically shut off.
- It features massage mode-1 and intensity level-1.
- In order to deactivate the Lumbar pad, please press and hold the power heat button for at least 2 seconds.

Mode Button

- Press it to choose one of the 2 available massage modes. With every press of the Mode button, the display will consecutively show the numbers A1, A2

Intensity Button

- Press it to choose one of the 3 available massage intensity levels. With every press of the Intensity button, the display will consecutively show the numbers 1-3

Time Button

- Every session lasts a maximum of 10 minutes, Press the Time button to adjust the massaging time (5 or 10 minutes)
- Switching the device on and off frequently is not advised.

Usage Guidelines

Using the inversion table

- 1.- Start by lying completely on the bed with your hands at your side or resting on your thighs.
- 2.- Keeping your hands close to your body, start raising your arms slowly to let the table to start rotating backwards. Stop or lower your arms to control the downward rotation of the table.
- 3.- Raise your arms so that they are above your head. At this point, the inversion table will be as far back as it can go.
- 4.- As you feel more comfortable, rock the table slowly by moving your arms up and down slowly.
- 5.- It is recommended that you use the inversion table for 5-10 minutes each morning repeatedly.
- 6.- Return to the upright position by slowly moving your hands down to your thighs.
- 7.- Make sure you have adjusted the height to exactly match your body type by adjusting the selector up or down to get the right balance, each person's body is different and you will need to find the right balance for your specific body type.

Warranty



WARNING!

1. **The warranty period is 2 years from the date you receive the Yatek Deluxe inversion table.**
2. **Please contact your provider to implement the warranty**

The manufacturer guarantees the highest quality and accepts the charges arising from the improvements made when changing defective parts in the case of defects in the material or manufacture after the day the equipment was purchased, during the warranty period. Note that in some countries specific warranty conditions may rule.

The manufacturer's warranty shall not apply for damages in the following cases:

- The instructions in the owner's manual are not followed.
- The required maintenance and cleaning procedures are not performed.
- Damages caused by drops, blows or impacts.
- Wear arising from the normal use of the equipment.
- Use of unauthorized tools.
- Use of force, inappropriate handling, use for unsuitable purposes or accident.
- Damages caused by overheating due to accumulated dirt and moisture in bolts, frames and metal parts.
- When non-experts intervene or improper repairs are performed.
- Use of unsuitable or non-original spare parts, provided these have caused the damages.
- Damages caused by use of the equipment in unsuitable environments.



Imported by B02500619

Consignes de sécurité

Nous vous remercions d'avoir acheté un produit de notre compagnie, l'utilisation correcte de cet équipement est la garantie de votre sécurité et de votre santé, s'il vous plaît lire les consignes de sécurité suivantes avant d'utiliser cet équipement:

- 1) Il est très important de lire le manuel du propriétaire avant d'assembler et d'utiliser cet équipement, son entretien et son utilisation normale permettent à votre séance d'exercices d'être sécuritaire et acceptable.
- 2) Avant de commencer un programme d'exercice, consultez votre médecin pour vérifier votre condition physique actuelle et confirmer si l'utilisation de cet équipement peut nuire à votre santé. Si vous devez subir un traitement pour votre fréquence cardiaque, pression artérielle et / ou le cholestérol, les conseils de votre médecin seront précieux.
- 3) Faites attention aux signaux de votre corps. La pratique incorrecte ou excessive d'un sport peut être dangereuse pour votre santé. Si vous ressentez l'un des symptômes suivants: de la douleur, une oppression thoracique, des palpitations, une respiration sifflante, des étourdissements ou des nausées, s'il vous plaît arrêter immédiatement l'exercice.
- 4) Assurez-vous que les enfants et les animaux de compagnie restent loin de cet équipement, ce produit est spécialement conçu pour les adultes.
- 5) Utiliser un tampon de matière solide et plat comme un coussin pour protéger votre sol et tapis. Pour des raisons de sécurité, assurez-vous qu'il y a assez de place autour de l'équipement, au moins 0,5m.
- 6) Avant d'utiliser l'équipement, assurez-vous que tous les boulons et écrous sont serrés. S'il vous plaît utiliser cet appareil avec soin. Si vous trouvez un défaut lors de l'assemblage ou l'utilisation de l'équipement, ou si vous entendez des bruits anormaux, s'il vous plaît arrêtez immédiatement l'exercice. Ne pas continuer à utiliser l'équipement avant de résoudre le problème.
- 7) Durant votre session d'exercice, ne pas porter de vêtements amples, ils pourraient s'accrocher dans l'équipement ou restreindre le mouvement. L'exercice d'une manière incorrecte ou excessive peut être nocif pour votre corps.
- 8) Cet équipement est destiné à une utilisation en intérieur et dans la maison seulement. La capacité de poids maximale est de **150 kg**.
- 9) Pour éviter de l'endommager, soyez prudent lorsque vous déplacez cet appareil.
- 10) S'il vous plaît garder ce manuel et les outils d'assemblage dans un endroit sûr.

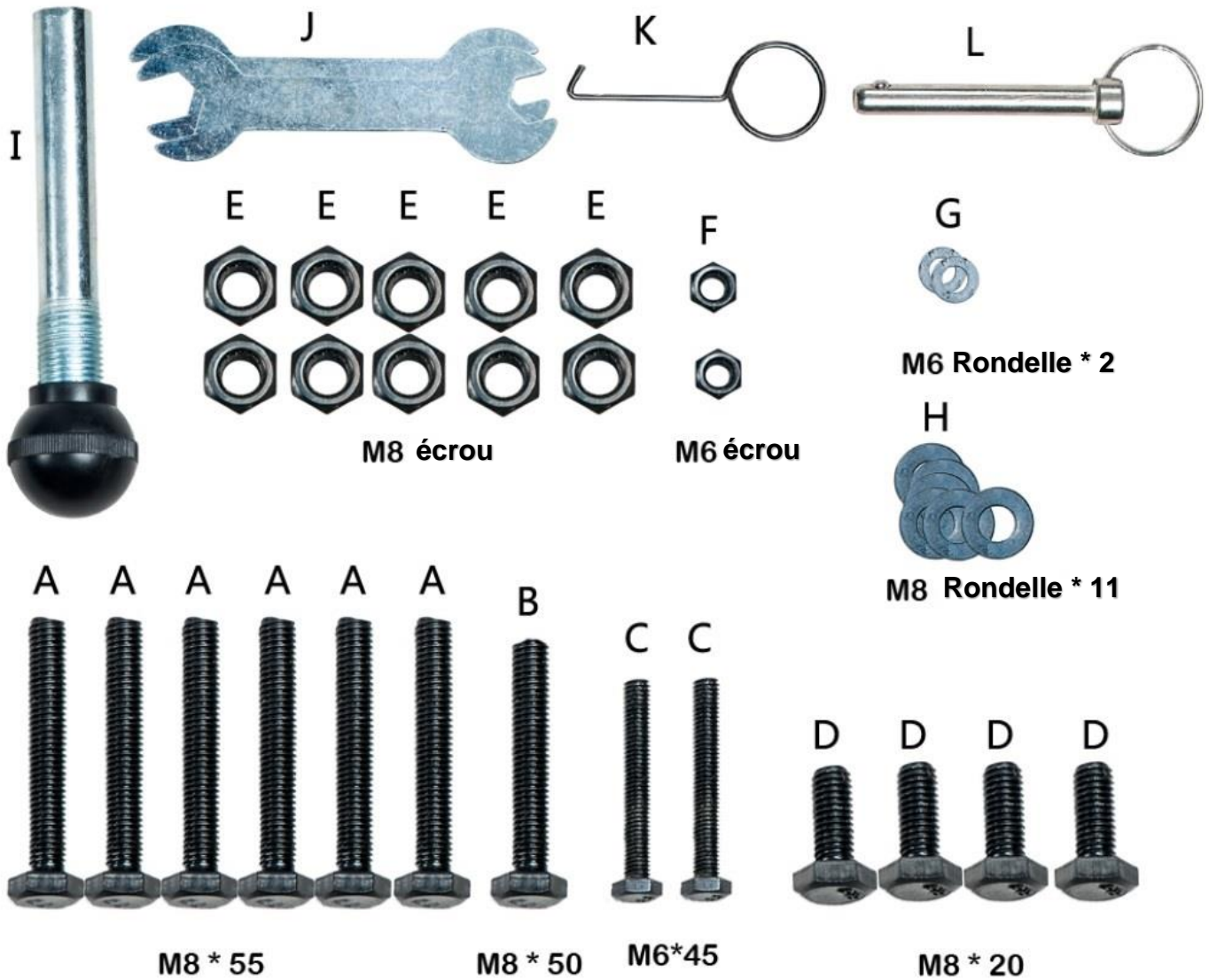
Pièces de la table d'inversion

Avant de commencer à vérifier que vous avez reçu tous les composants ci-dessous, si l'un d'entre eux vous manque, n'hésitez pas à contacter votre vendeur, si vous avez acheté via Amazon, allez sur votre compte, puis recherchez la commande et cliquez sur le bouton pour contacter le vendeur. Le vendeur vous fournira les pièces manquantes sans aucun problème.



Pièces de la table d'inversion

Liste des vis et rondelles, s'il vous manque, n'hésitez pas à contacter votre vendeur.



Instructions de montage

- **Étape 1:**

Déplier le cadre et le verrouiller avec la goupille de sécurité (L) sur le côté droit.

Note: Le cadre arrière est livré avec des roues.



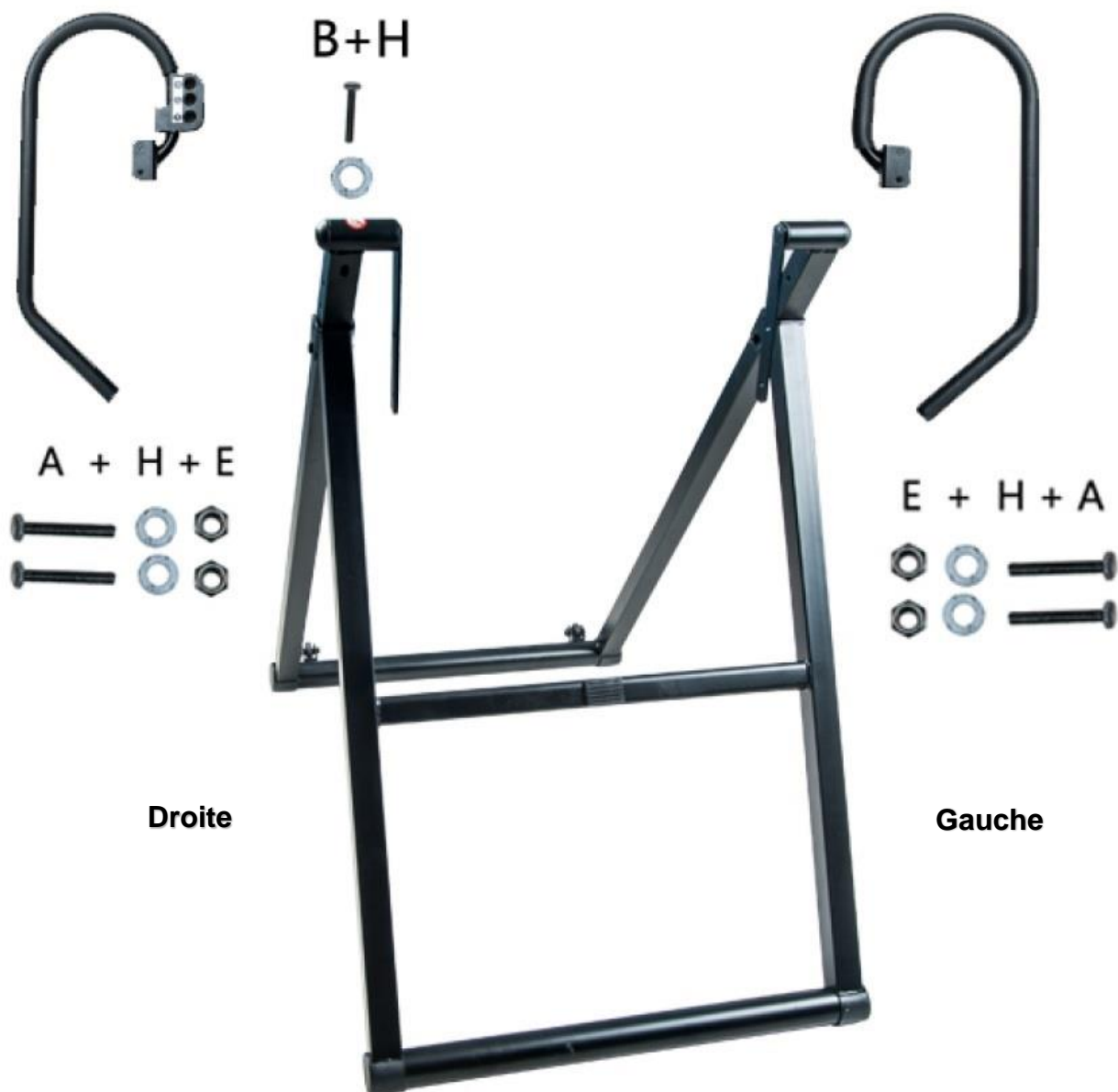
Instructions de montage

• Étape 2:

Fixez le guidon droit au cadre droit à l'aide de 2 boulons (A), 2 rondelles (B) et 2 écrous (E). Utilisez le boulon (B) et la rondelle (H) pour renforcer le guidon droit.

Fixez le guidon gauche au cadre gauche à l'aide de 2 boulons (A), 2 rondelles (B) et 2 écrous (E).

Note: Le guidon droit a un support intégré.



Instructions de montage

Vue complète



- **Étape 3:**

Placez le panneau arrière (R) comme indiqué ci-dessous, assurez-vous que les supports latéraux rotatifs sont orientés vers le bas vers le sol.

Soulevez l'ensemble du panneau arrière (R) et fixez-le avec 4 boulons (D), 4 rondelles (H) et 4 écrous (E).

Instructions de montage



• Étape 4:

Insérez le tube de maintien de jambe (N) dans le tube de réglage en hauteur (M) et fixez-le avec 1 boulon (C), 1 rondelle (G) et 1 écrou (F).



Instructions de montage

Insérer le support de talon (O) dans le tube de réglage en hauteur (M).



Utilisez l'extracteur à ressort (K) pour retirer le ressort du support de talon (O), accrochez le ressort au boulon (C) et fixez le boulon (C) avec la rondelle (G), l'écrou (F).



Instructions de montage



Insérer l'embout et terminer l'assemblage du support de talon (O).



Instructions de montage

- **Étape 5:**

Insérer la plaque de repose-pied (P) sur le tube (M) avec 2 boulons (A), 2 rondelles (H) et 2 écrous (E).



Glisser la mousse du tube (Q) sur le tube (N & O) et insérer les bouchons d'extrémité en argent.



Instructions de montage

- **Étape 6:**

Insérez le tube de réglage de la hauteur dans le panneau arrière (R) et verrouillez-le avec le bouton de réglage de la hauteur.



Instructions de montage

- **Étape 7:**

Fixez le coussin de massage (S) au panneau arrière (R) à l'aide de sangles à travers les trous supérieurs et inférieurs.



A ce stade, vous avez déjà complètement assemblé votre table d'inversion pliante, n'oubliez pas que pour plier la table, vous devrez retirer la goupille de sécurité (L) que vous avez placée à l'origine lors du montage des supports.

Instruction du contrôleur



Avertissement

NE PAS UTILISER PRÈS DE L'EAU
NE PAS LAISSER L'APPAREIL SE MOUILLER
NE PAS UTILISER SI LES FILS SONT
EXPOSÉS
NE PAS LAISSER LES ENFANTS UTILISER
OU JOUER AVEC UN APPAREIL
ÉLECTRIQUE

Bouton Power-Heat

- Il s'agit d'un mode automatique d'une durée de 10 minutes. Après 10 minutes, l'appareil s'éteint automatiquement.
- Il se caractérise par le mode de massage - 1 et le niveau d'intensité - 1.
- Pour désactiver le coussin lombaire, appuyez et maintenez le bouton Power-Heat pendant au moins 2 secondes.

Bouton Mode

- Appuyez dessus pour choisir l'un des 2 modes de massage disponibles. A chaque pression de la bouton Mode, l'écran affichera successivement les chiffres A1, A2.

Bouton Intensity

- Appuyez sur cette touche pour choisir l'un des 3 niveaux d'intensité de massage disponibles. A chaque pression de la bouton Intensity, l'écran affichera successivement les chiffres 1-3

Bouton Time

- Chaque séance dure au maximum 10 minutes, appuyez sur la bouton Time pour régler le temps de massage (5 ou 10 minutes).
- Il est déconseillé d'allumer et d'éteindre l'appareil fréquemment.

Directives d'utilisation

Utilisation de la table d'inversion

1 - Commencez par vous allonger complètement sur le lit, les mains sur le côté ou sur les cuisses.

2 - En gardant vos mains près de votre corps, commencez à lever les bras lentement pour permettre à la table de commencer à tourner vers l'arrière. Arrêter ou baisser les bras pour contrôler la rotation vers le bas de la table.

3 - Levez vos bras pour qu'ils soient au-dessus de votre tête. A ce stade, la table d'inversion sera aussi loin que possible en arrière.

4 - Au fur et à mesure que vous vous sentez plus à l'aise, balancez lentement la table en bougeant les bras vers le haut et vers le bas.

5 - Il est recommandé d'utiliser la table d'inversion pendant 5-10 minutes chaque matin de façon répétée.

6 - Revenez à la position verticale en déplaçant lentement vos mains vers le bas jusqu'aux cuisses.

7 - Assurez-vous que vous avez ajusté la hauteur pour correspondre exactement à votre type de corps en ajustant le sélecteur vers le haut ou vers le bas pour obtenir le bon équilibre, le corps de chaque personne est différent et vous aurez besoin de trouver le bon équilibre pour votre type de corps spécifique.

Garantie



WARNING!

1. **La période de garantie est de 2 ans à compter de la date de réception de la table d'inversion Yatek Deluxe.**
2. **S'il vous plaît contactez votre fournisseur pour mettre en marche la garantie**

Le fabricant garantit la plus haute qualité et accepte les charges découlant des améliorations apportées lors du changement des pièces défectueuses dans le cas de défauts dans le matériau ou la fabrication après la date où l'équipement a été acheté, au cours de la période de garantie. Notez que dans certains pays, des conditions de garantie spécifiques peuvent régner.

La garantie du fabricant n'est pas applicable pour les dommages dans les cas suivants:

- Les instructions contenues dans le manuel du propriétaire ne sont pas suivies.
- Les procédures d'entretien et de nettoyage nécessaires ne sont pas effectuées.
- Les dommages causés par les chutes, les coups ou impacts.
- Usure résultant de l'utilisation normale de l'équipement.
- L'utilisation d'outils non autorisés.
- L'utilisation de la force, une mauvaise manipulation, l'utilisation à des fins inappropriées ou accident.
- Les dommages causés par une surchauffe due à la saleté accumulée et l'humidité dans les boulons, les cadres et les pièces métalliques.
- Lorsque des non-experts interviennent ou des réparations inappropriées sont effectuées.
- L'utilisation de pièces de rechange inadaptées ou non d'origine, à condition que celles-ci aient causé les dommages.
- Les dommages causés par l'utilisation de l'équipement dans des environnements inappropriés.



Importé par B02500619

Sicherheitsanweisungen

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Produkt aus unserem Unternehmen entschieden haben. Die ordnungsgemäße Verwendung dieses Geräts ist die Garantie für Ihre Sicherheit und Gesundheit, lesen Sie daher bitte die folgenden Sicherheitshinweise, bevor Sie dieses Gerät benutzen:

- 1) Es ist sehr wichtig diese Bedienungsanleitung zu lesen, bevor Sie mit dem Zusammenbau und der Benutzung dieses Geräts beginnen, dessen Instandhaltung und normale Benutzung die Übung sicher und akzeptabel gestalten.
- 2) Bevor Sie mit Ihrem Trainingsplan beginnen, konsultieren Sie Ihren Arzt, um Ihren aktuellen Gesundheitszustand überprüfen zu lassen und zu klären, ob die Verwendung dieses Geräts für Ihre Gesundheit schädlich sein kann. Wenn Sie eine Behandlung bezüglich Ihrer Herzfrequenz, Blutdruck und / oder Cholesterin durchlaufen, ist das Einholen einer ärztlichen Meinung sehr notwendig.
- 3) Achten Sie auf die Signale Ihres Körpers. Eine unsachgemäße oder übermäßige Ausübung einer Sportart kann Gesundheitsschäden hervorrufen. Wenn Sie eines der folgenden Symptome bemerken: Schmerzen, Beklemmung in der Brust, Herzklopfen, Atemnot, Benommen oder Übelkeit, brechen Sie das Training bitte sofort ab. Wenn Sie Ihr Trainingsplan fortsetzen müssen, konsultieren Sie zuerst Ihren Arzt.
- 4) Stellen Sie sicher, dass Kinder und Haustiere von diesem Gerät fernbleiben. Dieses Produkt ist speziell für Erwachsene konzipiert.
- 5) Verwenden Sie als Polster ein Kissen aus festem und ebenem Material, um Ihren Boden und Teppich zu schützen. Aus Sicherheitsgründen, stellen Sie sicher, dass ausreichend Platz um das Gerät herum ist, mindestens 0,5 m.
- 6) Bevor Sie das Gerät verwenden, stellen Sie sicher, dass jede Schraube und Mutter fest angezogen ist. Bitte verwenden Sie dieses Gerät sorgfältig. Wenn Sie irgendeinen Defekt während der Montage oder der Verwendung des Geräts entdecken, oder wenn Sie irgendwelche ungewöhnliche Geräusche hören, stoppen Sie bitte sofort das Training. Fahren Sie nicht mit der Verwendung dieses Geräts, bevor Sie das Problem nicht gelöst haben.
- 7) Tragen Sie während des Trainings keine lose Kleidung, sie sich in der Ausrüstung verfangen oder die Bewegungsfreiheit einschränken. Ein unsachgemäßes oder übermäßiges Training kann Ihrem Körper schaden.
- 8) Dieses Gerät ist nur für den Innen- und Hausgebrauch geeignet. Das Maximalgewicht beträgt **150 kg**.
- 9) Um Schäden zu vermeiden, seien Sie während des Transports des Geräts vorsichtig.
- 10) Bitte bewahren Sie dieses Handbuch und die Montagewerkzeuge an einem sicheren Ort auf.

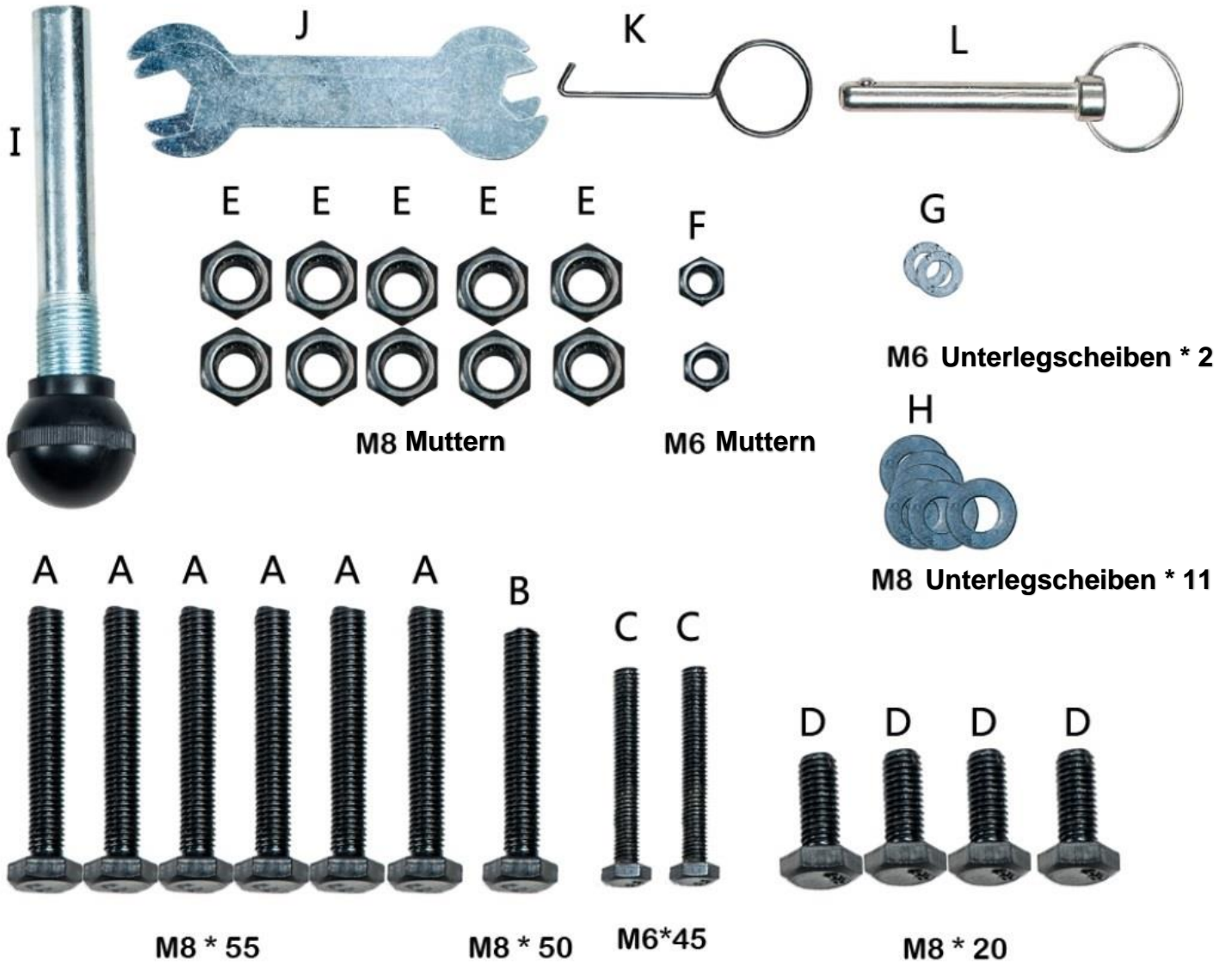
Inversionstischteile

Bevor Sie beginnen, überprüfen Sie, ob Sie alle unten aufgeführten Komponenten erhalten haben. Wenn Sie eine davon vermissen, zögern Sie nicht, Ihren Verkäufer zu kontaktieren, wenn Sie über Amazon gekauft haben, gehen Sie zu Ihrem Konto, suchen Sie dann nach der Bestellung und klicken Sie auf die Schaltfläche, um den Verkäufer zu kontaktieren. Der Verkäufer wird Ihnen die fehlenden Teile problemlos zur Verfügung stellen.



Inversionstischteile

Liste der Schrauben und Unterlegscheiben, falls Sie fehlen, zögern Sie nicht, Ihren Verkäufer zu kontaktieren.



Montageanleitung

- **Schritt 1:**

Klappen Sie den Rahmen aus und verriegeln Sie ihn mit dem Sicherheitsstift (L) auf der rechten Seite.

Hinweis: Der Hinterrahmen wird mit Rädern geliefert.



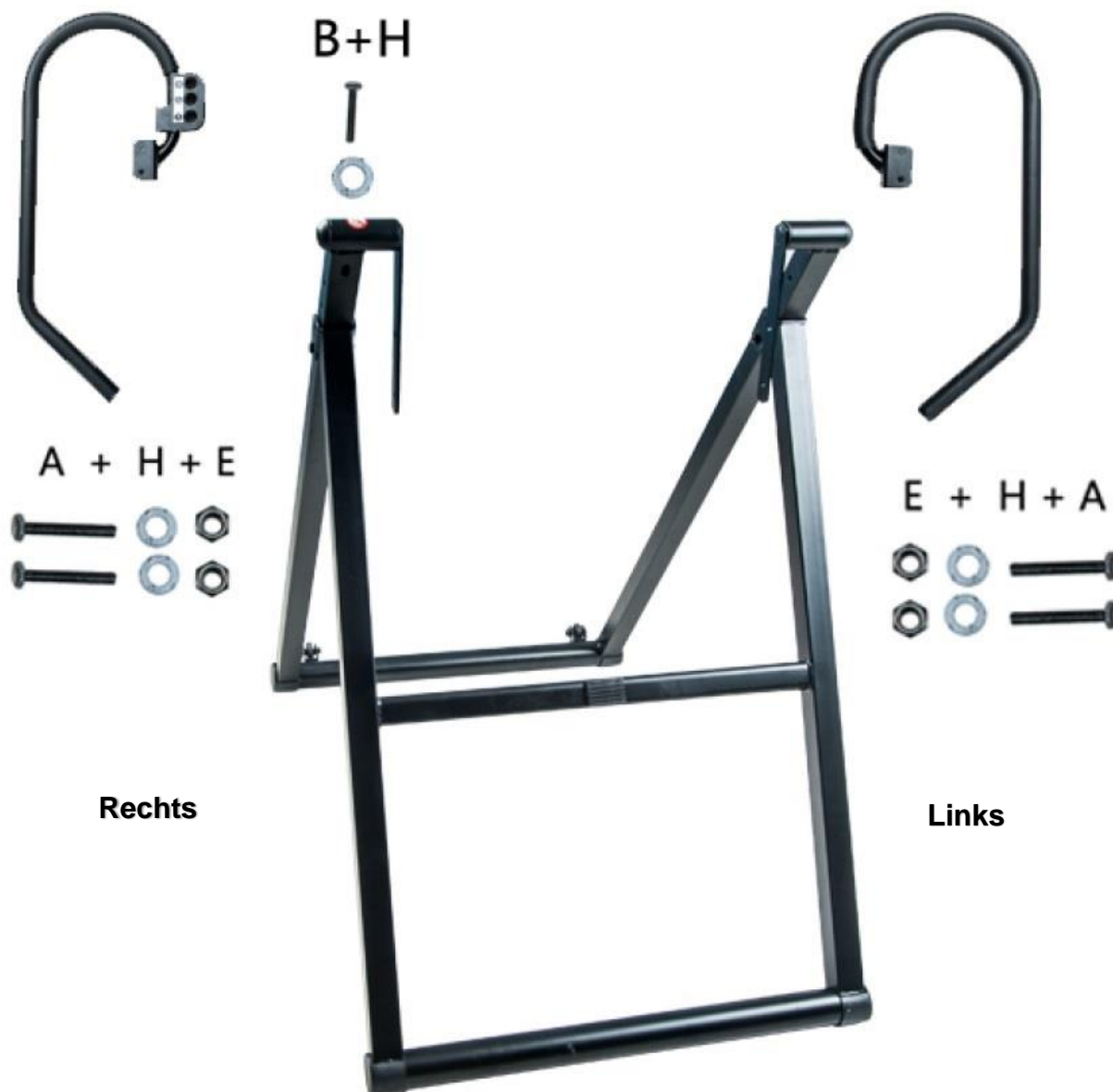
Montageanleitung

• Schritt 2:

Befestigen Sie den rechten Lenker mit 2 Schrauben (A), 2 Unterlegscheiben (B) und 2 Muttern (E) am rechten Rahmen. Schraube (B) und Unterlegscheibe (H) zur Verstärkung des rechten Lenkers verwenden.

Befestigen Sie den linken Lenker mit 2 Schrauben (A), 2 Unterlegscheiben (B) und 2 Muttern (E) am linken Rahmen.

Hinweis: Der rechte Lenker hat einen eingebauten Bügel.



Montageanleitung

Gesamtansicht



• Schritt 3:

Platzieren Sie das Backboard (R) wie unten gezeigt, achten Sie darauf, dass die drehbaren seitlichen Halterungen nach unten zum Boden zeigen.

Das gesamte Backboard (R) in die seitlichen Halterungen heben und mit 4 Schrauben (D), 4 Unterlegscheiben (H) und 4 Muttern (E) sichern.

Montageanleitung



- **Schritt 4:**

Beinhalterrohr (N) durch das Höhenverstellrohr (M) stecken und mit 1 Schraube (C), 1 Unterlegscheibe (G) und 1 Mutter (F) sichern.



Montageanleitung

Fersenhalter (O) durch das Höhenverstellrohr (M) einstecken



Mit dem Federzieher (K) die Feder aus dem Fersenhalter (O) herausziehen, die Feder an den Bolzen (C) hängen und den Bolzen (C) mit Scheibe (G), Mutter (F) sichern.



Montageanleitung



Setzen Sie die Endkappe ein und montieren Sie den Fersenhalter (O).



Montageanleitung

- **Schritt 5:**

Fußplatte (P) mit 2 Schrauben (A), 2 Unterlegscheiben (H) und 2 Muttern (E) auf das Rohr (M) stecken.



Rohrschaum (Q) über das Rohr schieben (N & O) und silberne Endkappen einsetzen.



Montageanleitung

- **Schritt 6:**

Das fertige Höhenverstellrohr in das Backboard (R) einsetzen und mit dem Höhenverstellknopf verriegeln.



Montageanleitung

- **Schritt 7:**

Befestigen Sie das Massagepad (S) am Backboard (R) mit Gurten durch die oberen und unteren Löcher.



Denken Sie daran, dass Sie zum Zusammenklappen des Tisches den Sicherheitsstift (L) entfernen müssen, den Sie ursprünglich bei der Montage der Halterungen angebracht haben.

Regleranweisungen



Warnung

NICHT IN DER NÄHE VON WASSER
VERWENDEN
GERÄT NICHT NASS WERDEN LASSEN
NICHT VERWENDEN, WENN DRÄHTE
FREIGELEGT SIND
LASSEN SIE KINDER NICHT MIT EINEM
ELEKTRISCHEN GERÄT SPIELEN

Power-Heat-Taste

- Dies ist ein automatischer Modus, der 10 Minuten dauert. Nach 10 Minuten schaltet sich das Gerät automatisch ab.
- Es verfügt über den Massagemodus 1 und die Intensitätsstufe 1.
- Um das Lendenwirbelkissen zu deaktivieren, halten Sie bitte die Taste "Power Heat" mindestens 2 Sekunden lang gedrückt.

Mode-Taste

- Drücken Sie diese Taste, um einen der 2 verfügbaren Massagemodi zu wählen. Bei jedem Drücken der Mode-Taste werden auf dem Display nacheinander die Zahlen A1, A2

Intensity-Taste

- Drücken Sie diese Taste, um eine der 3 verfügbaren Massageintensitätsstufen zu wählen. Bei jedem Drücken der Intensity-Taste zeigt das Display nacheinander die Ziffern 1-3 an

Time Taste

- Jede Sitzung dauert maximal 10 Minuten. Drücken Sie die Taste Time, um die Massagezeit einzustellen (5 oder 10 Minuten).
- Ein häufiges Ein- und Ausschalten des Gerätes wird nicht empfohlen.

Gebrauchsanweisung

Verwendung der Invertierungstabelle

- 1) Beginnen Sie damit, dass Sie mit den Händen seitlich auf dem Bett liegen oder sich auf den Oberschenkeln ausruhen.
- 2) Halten Sie Ihre Hände nahe am Körper und heben Sie die Arme langsam an, damit sich der Tisch nach hinten drehen kann. Stoppen oder senken Sie Ihre Arme, um die Abwärtsdrehung des Tisches zu kontrollieren.
- 3) Heben Sie Ihre Arme so, dass sie über Ihrem Kopf sind. Zu diesem Zeitpunkt wird die Inversionstabelle so weit zurückliegen, wie sie gehen kann.
- 4) Wenn Sie sich wohler fühlen, schaukeln Sie den Tisch langsam, indem Sie Ihre Arme langsam nach oben und unten bewegen.
- 5) Es wird empfohlen, die Inversionstabelle jeden Morgen 5-10 Minuten lang wiederholt zu verwenden.
- 6) Kehren Sie in die aufrechte Position zurück, indem Sie Ihre Hände langsam nach unten zu Ihren Oberschenkeln bewegen.
- 7) Stellen Sie sicher, dass Sie die Höhe genau auf Ihren Körpertyp eingestellt haben, indem Sie den Wahlschalter nach oben oder unten verstellen, um das richtige Gleichgewicht zu erhalten, der Körper jeder Person ist anders und Sie müssen die richtige Balance für Ihren spezifischen Körpertyp finden.

Gebrauchsanweisung



WARNING!

1. **Die Garantiezeit beträgt 2 Jahre ab dem Datum, an dem Sie den Yatek Deluxe Inversionstisch erhalten haben.**
2. **Bitte kontaktieren Sie Ihren Lieferanten, um die Garantie zu implementieren.**

Der Hersteller garantiert die höchste Qualität und übernimmt die Kosten, die sich aus Verbesserungen ergeben, wenn im Falle von Defekten im Material oder der Herstellung defekte Teile ausgetauscht werden, nach dem Tag an das Gerät gekauft wurde, während der Garantiezeit . Beachten Sie, dass in einigen Ländern spezifische Garantiebedingungen herrschen können.

Die Herstellergarantie gilt nicht für Schäden in folgenden Fällen:

- Die Hinweise in der Bedienungsanleitung werden nicht befolgt.
- Die erforderlichen Wartungs- und Reinigungsarbeiten werden nicht durchgeführt.
- Schäden, die durch Stürze, Schläge oder Stöße herrühren.
- Die Anwendung von Gewalt, unsachgemäße Handhabung, Gebrauch für unsachgemäße Zwecke oder Unfall.
- Schäden, die durch Überhitzung aufgrund von Ansammlung von Schmutz und Feuchtigkeit in Schrauben, Rahmen und Metallteilen auftreten.
- Wenn Nicht-Experten eingreifen oder unsachgemäße Reparaturen durchgeführt werden.
- Durch Verwendung ungeeigneter oder nicht originaler Ersatzteile, sofern diese den Schaden verursacht haben.



Imported by B02500619

Istruzioni de Sicurezza

Grazie per aver acquistato un prodotto della nostra azienda, l'utilizzo appropriato di questo apparecchio è la vostra garanzia di sicurezza e salute, per cortesia leggete le seguenti istruzioni di sicurezza prima di cominciare ad usare questo apparecchio:

1. E' molto importante leggere il manuale del proprietario prima di montare ed usare questo apparecchio, la sua manutenzione ed uso normale consentirà che gli esercizi siano sicuri ed adeguati.
2. Prima di partire col piano di esercizi, consultate il vostro medico per controllare la vostra condizione fisica per avere conferma se questo apparecchio possa essere dannoso alla vostra salute. Se siete sotto trattamento cardiaco, per la pressione del sangue e/o del colesterolo, i consigli del vostro medico saranno davvero molto necessari.
3. Fate attenzione ai segnali provenienti dal vostro corpo. L'uso non corretto o l'eccessiva pratica di uno sport potrebbe essere di danno alla vostra salute. Se sentite anche uno solo dei seguenti sintomi: dolori, strette al petto, palpitazioni, ansimare, leggeri mal di testa o nausea, per cortesia interrompete immediatamente gli esercizi. Se avete bisogno di continuare il vostro piano di esercizi, prima consultate il vostro medico.
4. Assicuratevi che bambini ed animali domestici stiano lontani da questo apparecchio, questo prodotto è specificamente progettato per adulti.
5. Usate un cuscinetto di materiale piano e solido per proteggere pavimento e tappeto. Per motivi di sicurezza, assicuratevi che vi sia abbastanza spazio attorno all'apparecchio, almeno 0.5m.
6. Prima di usare l'apparecchio, assicuratevi che ogni bullone e dado siano stretti. Per cortesia usate questo apparecchio con cura. Se riscontrate qualsiasi difetto quando montate o usate l'apparecchio, o se sentite qualsiasi suono non normale, per cortesia smettete di usarlo subito. Non continuate ad usare l'apparecchio prima che il problema sia stato risolto.
7. Mentre vi esercitate, non indossate dei abiti svolazzanti, potrebbero restare impigliati nell'apparecchio od impedire dei movimenti. Esercitarsi in maniera non corretta od in modo eccessivo potrebbe risultare dannoso al vostro corpo.
8. Questo apparecchio deve essere usato all'interno della casa solamente. La massima portata di peso è **150 kg**.
9. Per evitare dei danni fate attenzione quando spostate questo apparecchio.
10. Per cortesia tenete questo manuale e gli attrezzi usati per il montaggio in un luogo sicuro.

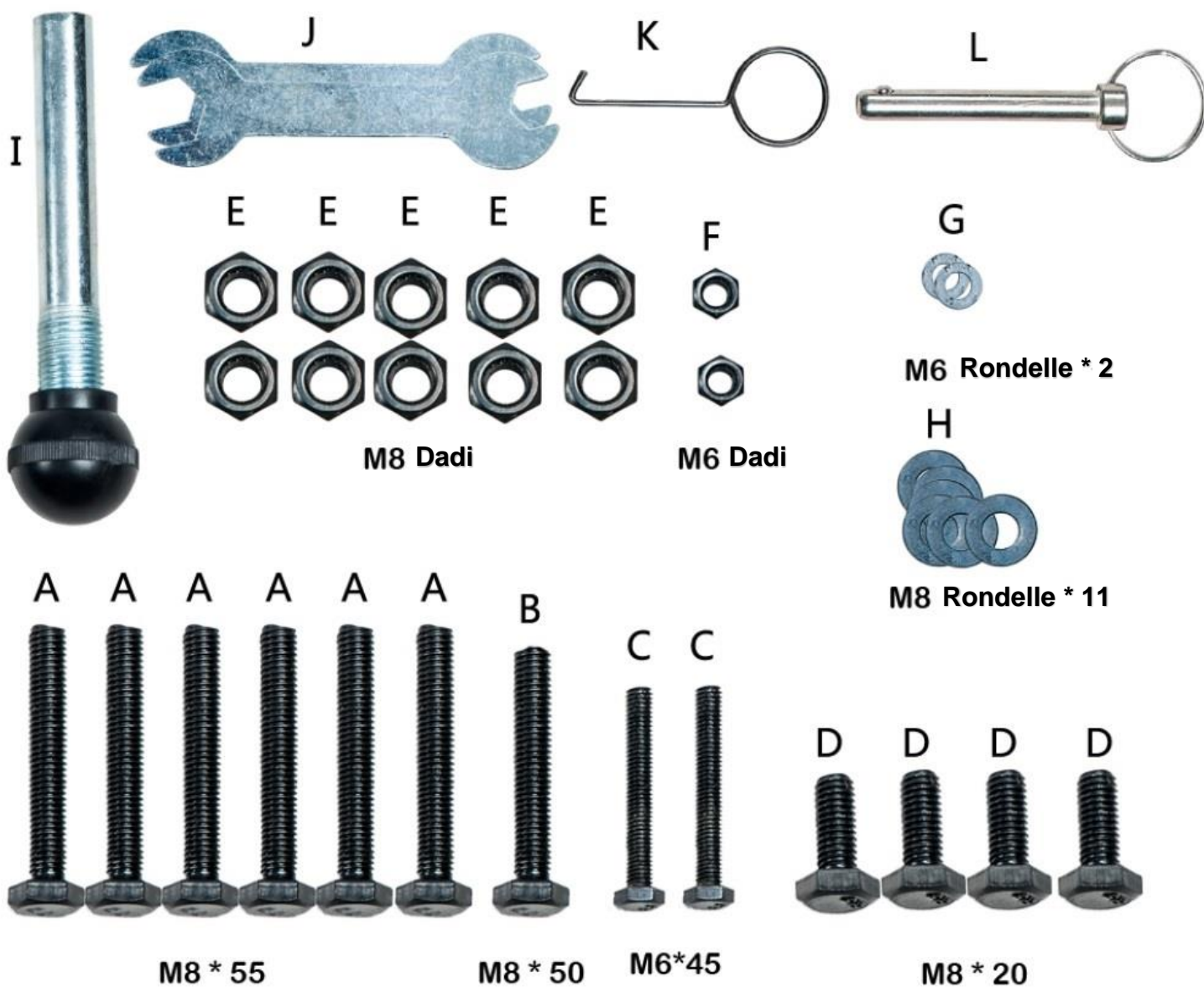
Parti della panca a inversione

Prima di iniziare a controllare di aver ricevuto tutti i componenti qui sotto, se vi manca uno di loro non esitate a contattare il vostro venditore, se avete acquistato attraverso Amazon, andare sul tuo account, quindi cercare l'ordine e fare clic sul pulsante per contattare il venditore. Il venditore vi fornirà le parti mancanti senza alcun problema.



Parti della panca a inversione

Elenco di viti e rondelle, se siete mancanti, non esitate a contattare il vostro venditore



Istruzioni di montaggio

- **Passo 1:**

Aprire il telaio e bloccarlo con il perno di sicurezza (L) sul lato destro.

Nota: Il telaio posteriore è dotato di ruote



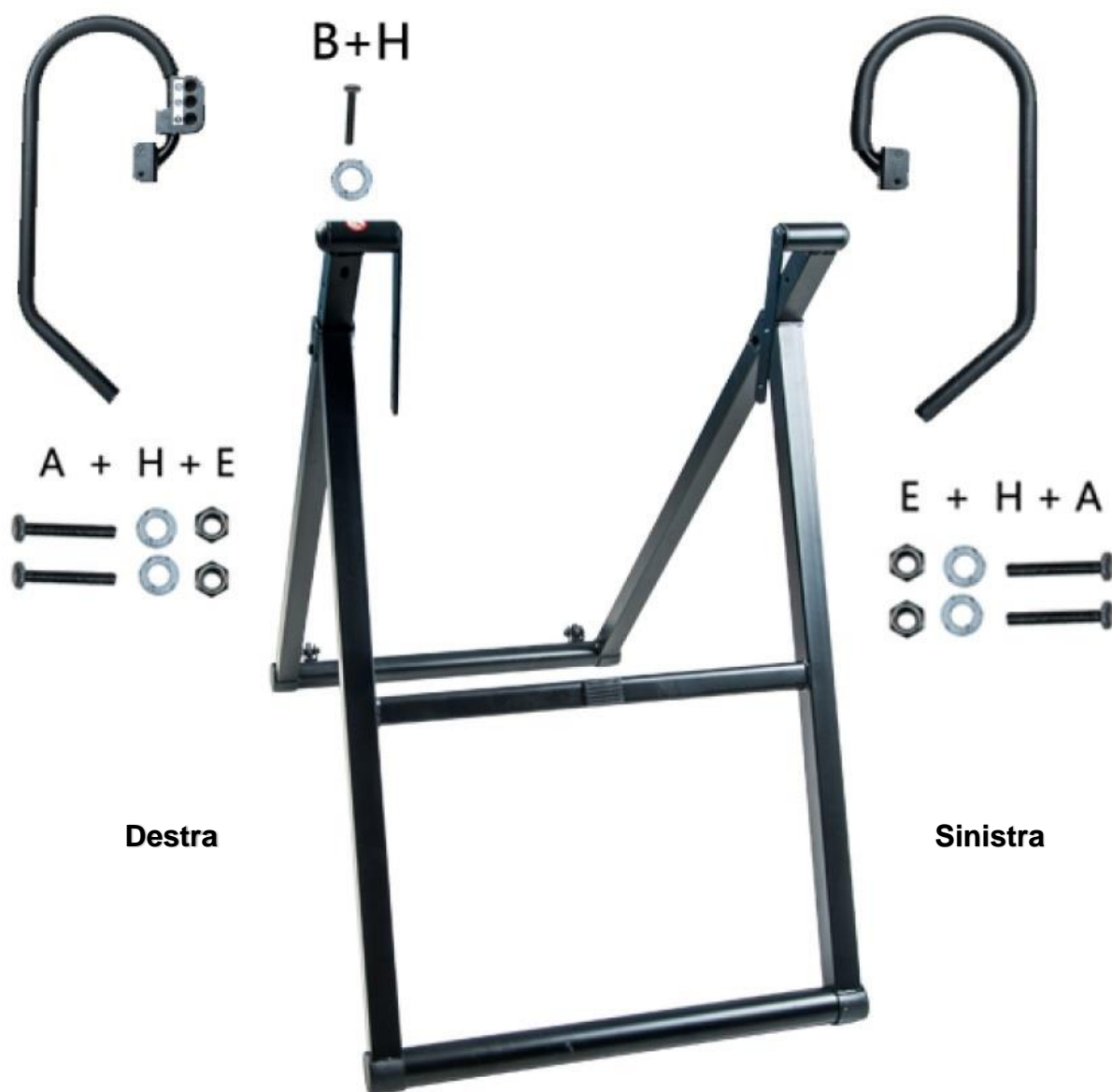
Istruzioni di montaggio

• Passo 2:

Fissare il manubrio destro al telaio destro utilizzando 2 bulloni (A), 2 rondelle (B) e 2 dadi (E). Utilizzare il bullone (B) e la rondella (H) per rinforzare il manubrio destro.

Fissare il manubrio sinistro al telaio sinistro con 2 bulloni (A), 2 rondelle (B) e 2 dadi (E)

Nota: Il manubrio destro è dotato di staffa incorporata



Istruzioni di montaggio

Vista completa



- **Passo 3:**

Posizionare il pannello di fondo (R) come illustrato di seguito, assicurarsi che le staffe laterali rotanti siano rivolte verso il basso, in direzione del pavimento.

Sollevarre l'intero pannello posteriore (R) nelle staffe laterali e fissarlo con 4 bulloni (D), 4 rondelle (H) e 4 dadi (E).

Istruzioni di montaggio



- **Passo 4:**

Inserire il tubo di tenuta della gamba (N) attraverso il tubo di regolazione dell'altezza (M) e fissarlo con 1 bullone (C), 1 rondella (G) e 1 dado (F).



Istruzioni di montaggio

Inserire il supporto tallone (O) attraverso la provetta di regolazione dell'altezza (M)



Utilizzare l'estrattore a molla (K) per estrarre la molla dal supporto per tallone (O), appenderla al bullone (C) e fissare il bullone (C) con la rondella (G), dado (F).



Istruzioni di montaggio



Inserire il cappuccio terminale e terminare il montaggio del supporto tallone (O)



Istruzioni di montaggio

- **Passo 5:**

Inserire il poggiapiedi (P) sul tubo (M) con 2 bulloni (A), 2 rondelle (H) e 2 dadi (E).



Far scorrere la schiuma del tubo (Q) sul tubo (N & O) e inserire i tappi di chiusura argentati.



Istruzioni di montaggio

- **Passo 6:**

Inserire il tubo di regolazione dell'altezza nel pannello posteriore (R) e bloccarlo con la manopola di regolazione dell'altezza.



Istruzioni di montaggio

- **Passo 7:**

Collegare il cuscinetto per massaggi (S) al tabellone posteriore (R) con cinghie attraverso i fori superiore e inferior



A questo punto avete già completamente assemblato la vostra panca a inversione pieghevole, ricordate che per ripiegare la panca è necessario rimuovere il perno di sicurezza (L) che era stato originariamente posizionato durante il montaggio delle staffe.

Istruzioni per il controllore.



Avviso

NON UTILIZZARE VICINO ALL'ACQUA
 NON LASCIARE CHE L'APPARECCHIO SI BAGNI
 NON UTILIZZARE SE I CAVI SONO ESPOSTI
 NON LASCIARE CHE I BAMBINI UTILIZZINO O
 GIOCHINO CON DISPOSITIVI ELETTRICI

Pulsante Power-Heat

- Premerlo per attivare l'alimentazione del cuscinetto lombare, Questa è una modalità automatica che dura 10 minuti, Dopo 10 minuti l'unità si spegne automaticamente.
- È dotato di modalità di massaggio-1 e intensità livello-1.
- Per disattivare il cuscinetto lombare, tenere premuto il pulsante di riscaldamento dell'alimentazione per almeno 2 secondi.

Pulsante Mode

- Premerlo per scegliere una delle 2 modalità di massaggio disponibili. Ad ogni pressione del pulsante Mode, il display mostrerà consecutivamente i numeri A1, A2

Pulsante intensity

- Premerlo per scegliere uno dei 3 livelli di intensità di massaggio disponibili. Ad ogni pressione del pulsante Intensity, il display mostrerà consecutivamente i numeri 1-3

Pulsante Time

- Ogni sessione dura al massimo 10 minuti, premere il pulsante Time per regolare il tempo di massaggio (5 o 10 minuti).
- Si sconsiglia di accendere e spegnere il dispositivo frequentemente.

Indicazioni per l'uso

Utilizzo della panca a inversione

- 1.- Iniziare stendendosi completamente sul letto con le mani al vostro fianco o appoggiandosi sulle cosce.
- 2.- Mantenendo le mani vicine al corpo, alzare lentamente le braccia per far ruotare il tavolo all'indietro. Arrestare o abbassare le braccia per controllare la rotazione verso il basso della piattaforma.
- 3.- Sollevare le braccia in modo che si trovino sopra la testa. A questo punto, la panca a inversione sarà il più indietro possibile.
- 4.- Quando ti senti più a tuo agio, fai oscillare il tavolo lentamente muovendo le braccia su e giù lentamente.
- 5.- Si consiglia di utilizzare ripetutamente la panca a inversione per 5-10 minuti ogni mattina.
- 6.- Ritornare alla posizione verticale muovendo lentamente le mani verso il basso fino alle cosce.
- 7.- Assicurarsi di aver regolato l'altezza per corrispondere esattamente al tipo di corpo regolando il selettore su o giù per ottenere il giusto equilibrio, il corpo di ogni persona è diverso e sarà necessario trovare il giusto equilibrio per il vostro tipo di corpo specifico.

Garanzia



WARNING!

1. **Il periodo di garanzia è di 2 anni dalla data in cui avete ricevuto la tavola ad inversione Yatek Deluxe.**
2. **Per cortesia contattate il vostro fornitore per rendere effettiva la garanzia**

Il fabbricante garantisce la più alta qualità ed accetta qualsiasi addebito derivante dai miglioramenti effettuati quando si sono sostituite delle parti difettose in caso di difetti dovuti ai materiali od alla fabbricazione dopo il giorno in cui l'apparecchio era stato acquistato, durante il periodo di garanzia. Prendete nota che in alcuni paesi possono essere applicate delle norme specifiche riguardo alla garanzia.

La garanzia del fabbricante non sarà valida per danni nei casi seguenti:

- Le istruzioni contenute nel manuale proprietario non sono state seguite.
- La manutenzione richiesta e le procedure di pulizia non sono state effettuate.
- Danni causati da gocciolamenti, colpi o impatti.
- Usura derivate dall'utilizzo normale dell'apparecchio.
- Uso di attrezzi non autorizzati.
- Uso della forza, gestione non adeguata, uso per scopi inadatti od accidente.
- Danni causati dal surriscaldamento causato da calore eccessivo derivato da sporcizia accumulatasi così come condensa nelle viti, nei telai e nelle parti metalliche.
- Se dei non esperti intervengono o vengono effettuate riparazioni improprie.
- Uso di pezzi di ricambio inadeguati o non-originali, se esse hanno causato i danni
- Danni causati dall'utilizzo dell'apparecchio in ambienti inadeguati.



Importato da B02500619

