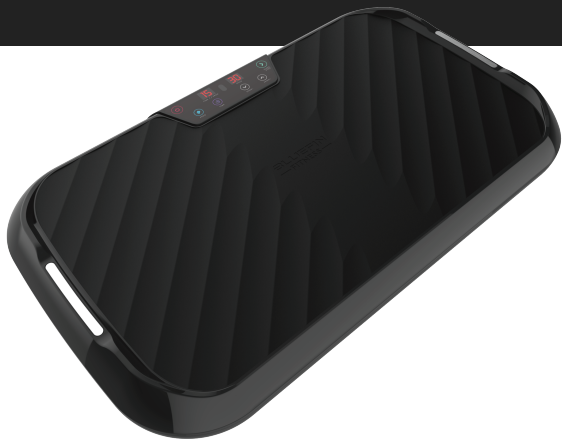


**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# INSTRUCTION MANUAL



For use with **BLUEFIN FITNESS** Ultra Lite Vibration Plate

**FCC Caution: Any changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate this equipment.**

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference
- (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20cm between the radiator and your body.

NOTE:

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules.

These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications.

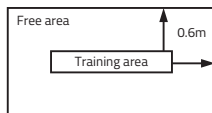
However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
  - Increase the separation between the equipment and receiver.
  - Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
  - Consult the manufacturer or an experienced radio/TV technician for help.
-



# SAFETY

- Please read this user guide before first using your Ultra Lite.
- It is important to keep these instructions for future reference.
- Keep the appliance away from children under the age of 8 years. If you have a known medical condition that may impact your ability to use this product, we strongly recommend you consult with your doctor or physician before using to avoid any risk of injury.
- Children shall not play with the appliance.
- Children and pets should be supervised at all times.
- Power cord is damaged, it must be replaced by the manufacturer, its service agent or similarly qualified persons in order to avoid a hazard.
- Only use accessory items recommended by the manufacturer.
- CAUTION the instructions must be followed carefully in the assembly, use and maintenance of the equipment.
- Keep hair, fingers and loose clothing away from moving parts to avoid serious injury.
- Always consult your GP before undertaking any exercise programme.
- This product is not suitable for therapeutic purposes.
- This product is intended for home use only.
- Do not use the product in humid or dusty environments to avoid any risk of electric shock.
- Do not use the product if temperature exceeds 40°C/104°F.
- Ensure the product is on a flat and dry surface before use.
- Recommend to use with anti slip mat.
- Product size(max after assembly) 580 x 334 x 132 mm
- Footplate area dims 507 x 292 mm
- For consumer use only



## Before using the Ultra Lite:

- Wait an appropriate time after eating before using the appliance.
  - Ensure children under the age of 8 years and pets are kept away from the machine.
  - Make sure no fingers or foreign bodies are near the gap between the cover and the base of the unit whilst in operation.
  - The maximum user weight is 120KG.
  - Only one person may be on the platform at a time.
-



# SAFETY

**Do not use the Ultra Lite if any of the following applies to you:**

People who are undergoing medical treatment or have any medical concerns please consult your doctor prior to use.

Pregnancy

People with heart disease.

People with pacemakers or any other medical electronic instrument implanted.

People with artificial limbs.

People who are sensitive to vibration or strenuous exercise.

**Danger:** To reduce the risk of electric shock:

Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning.

**Warning:**

To reduce the risk of burns, fire, electric shock, or injury to persons:

An appliance should never be left unattended when plugged in. Unplug from outlet when not in use, and before putting on or taking off parts.

Do not operate under blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury to persons.

Close supervision is necessary when this appliance is used by, on, or near children, or disabled persons.

Use this appliance only for its intended use as described in this manual. Do not use attachments not recommended by the manufacturer.

Never operate this appliance if it has a damaged cord or plug, if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return the appliance to a service center for examination and repair.

Do not carry this appliance by supply cord or use cord as a handle.

Keep the cord away from heated surfaces.

Never operate the appliance with the air openings blocked. Keep the air openings free of lint, hair, and the like.

Never drop or insert any object into any opening.

Do not use outdoors.

Do not operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.

To disconnect, turn all controls to the off position, then remove plug from outlet.

**Stop using the Ultra Lite immediately if:**

- Water comes into contact with the unit or the controller
- Any foreign bodies have been lodged inside the machine
- There is a power failure.
- There is an electrical storm.
- You feel unwell whilst using the unit.
- The power cord has any damage.

---

**WARNING:** This product can expose you to chemical including [lead], which is known to the State of California to cause cancer, and [Bisphenol A], which is known to the State of California to cause birth defects or other reproductive harm. For more information go to

[www.P65Warnings.ca.gov](http://www.P65Warnings.ca.gov).



# WHAT'S IN THE BOX?

- 1 x Bluefin Ultra Lite Vibration Plate**
- 1 x UK Power Cable**
- 1 x EU Power Cable**
- 1 x Instruction Manual**
- 1 x Exercise Chart**
- 2 x Workout Cables**
- 1 x Remote Control**
- 1 x Set of Resistance Bands**

## Using Accessories:

Your vibration plate comes with 2 bungee cables for use in upper body exercises in conjunction with the plate. Attach the silver clips on the bungees to the corresponding silver ring on either side of the bottom of the plate. Please do not attempt to attach or detach accessories from the plate while in use.

---










# GETTING STARTED

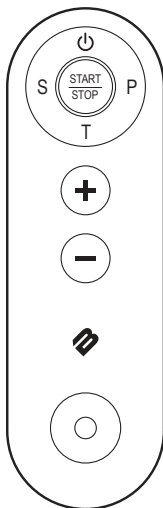
- 1 • Unbox your Bluefin vibration plate and place it on a flat, hard surface. If the surface is slightly uneven, adjust the feet under the plate. If you live in a flat or an apartment building we recommend placing a yoga mat or rug beneath the plate to absorb any noise. Bluefin fitness plates are very quiet but all vibration plates make at least some noise.
  - 2 • Insert 1 x CR2032 battery into the remote control.
  - 3 • Insert the power cable into the back of the plate and plug the other end into the electrical outlet. Make sure the plate is close enough to the electrical outlet that the cord is not stretched. Ensure that the power switch next to the plug is turned on. If the switch is illuminated, the machine is on. When not in use, switch the machine off and ensure that this button is not illuminated.
  - 4 • Familiarise yourself with the screen and remote before stepping onto the plate. Place your feet on either side of the plate for more intensity and better balance. Please be sure to step on the plate slowly and carefully before starting any workout setting. We recommended beginning with P1.
-



# CONTROLS

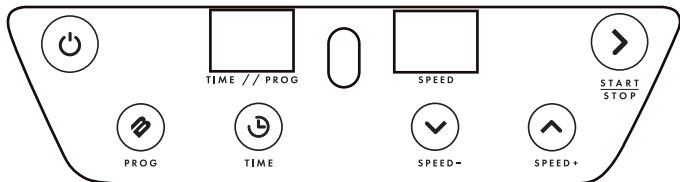
-  Power On / Off
-  Fast speed button  
Select from 30, 60, 90 levels
-  Program button
-  Time button
-  Increase or decrease time setting from 15:00  
**NB/ Only available for Manual Program prior to workout.**
-  Increase or decrease speed level from 1 to 99.  
**NB/ Only available for Manual Program during workout.**
-  Quick start / stop  
**NB/ Only available for Manual Program during workout.**

**START/  
STOP**





# CONTROLS



## Modes of Use

The vibration machine gives you two modes of use: manual mode and automatic mode. In both modes, you can use the resistance Bands.

## Manual Mode

Using manual mode, you can set the time and the speed of the exercise. To use manual mode:

1. Connect the Power Cord of the device in the outlet. Use the Power Switch to turn on the device.
2. Press the Power button on the Remote Control or the Control Panel.
3. Use the Increase Time and Decrease Time Buttons on the Control Panel or Remote Control to set an exercise time (range: 1–15 minutes; interval: 1 minute). The current exercise time is displayed on the Time/Program Display on the Control Panel.
4. Press the Start/Stop Button on the Control Panel or the Remote Control to begin the exercise.
5. Use the Increase Speed and Decrease Speed Buttons on the Control Panel or Remote Control to adjust the vibration speed (range: 1–99; interval: 1).
6. Press the Start/Stop Button on the Control Panel or the Remote Control to stop the exercise at any time.
7. When you are done with the exercise, press the Power Button on the Control Panel or the Remote Control to turn off the device.

NOTE: To stop the device prior to the set time expiring, press the Start/Stop Button on the Remote Control or step off the device and press the Start/Stop Button on the Control Panel.

---





# WORKOUT SETTINGS

## Automatic Mode

When using Automatic Mode, the device will follow your selected preset exercise program. To use Automatic Mode:

1. Connect the Power Cord of the device to the outlet. Use the Power Switch to turn on the device.
2. Press the Power Button on the Control Panel or the Remote Control.
3. Press the Program Selection Button to cycle between the nine available preset program (P1,P2, ... and P9). Refer to the table on the below for detailed information about the preset programs.
4. When you have selected your desired program, press the Start/Stop Button on the Control Panel or the Remote Control to begin the exercise. Step onto the device.
5. Press the Start/Stop Button on the Control Panel or the Remote Control to stop the exercise at any time.
6. When you are done with the the exercise, step off the device and press the Power Button on the Remote Control or the Power button on the Control Panel.

## Additional Information

- When using the P1-P9 program settings, the time is automatically set to 10 minutes. The device will count up to the required speed at the start of the program. The speed varies by the minute (see the "Program Speed" chart). With around 40 seconds remaining, the speed will reduce to a slower speed. The speed varies based on the selected program. At 10 seconds remaining, the device will begin to count down to 0. The device should be at 0 speed when time is at zero.
  - If using the manual setting, the time and speed are controlled by the user. The time has a maximum of 10 minutes per routine. Once the time expires on the routine, the device can be used again. There is no downtime needed.
  - When you press the Stop Button on the Remote Control or on the device, the speed will count down to zero.
-



# TECH SPECS

|                        |                                |
|------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTOR</b>           | Single Motor                   |
| <b>FUNCTIONS</b>       | Vibration                      |
| <b>POWER REQUIRED</b>  | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>LEVELS</b>          | 1-99 levels                    |
| <b>PROGRAMS</b>        | 9 built in programs            |
| <b>MANUAL FUNCTION</b> | 1 Workouts                     |
| <b>USER WEIGHT</b>     | Maximum: 120kg                 |
| <b>UNIT WEIGHT</b>     | 8 kg                           |
| <b>WARRANTY</b>        | Lifetime Motor Warranty        |

---



# TECHNICAL CHARACTERISTICS

## Ultra Lite (EU)

**Model Number:** Ultra Lite

**Voltage:** 220-240V~

**Frequency:** 50/60Hz

**Power:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Model Number:** Ultra Lite

**Voltage:** 120V

**Frequency:** 60Hz

**Power:** 200W





# WARRANTY

The Bluefin warranty covers any technical faults with your item. If you need to make a warranty claim contact us via email at [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## Your warranty does not cover the following:

- General wear and marks from use.
- Water damage.
- Damage due to improper use.
- Chassis damage and scratching due to improper use or dropping.
- Electronic damage due to improper use or dropping.

**Your warranty** begins on receipt of delivery, technical faults are covered for 12 months and the motor is covered for life!

If you have any questions regarding your warranty please email us at: [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



# EU-Declaration of Conformity

For the latest & up-to-date EU declaration of conformity for this product, please visit:  
[www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

## EU AUTHORISED REPRESENTATIVE ADDRESS:

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

## UK IMPORTER ADDRESS:

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

## USA IMPORTER ADDRESS:

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

### Correct disposal of this product

This marking indicates that this product should not be disposed with other household wastes throughout the EU. To prevent possible harm to the environment to human health from uncontrolled waste disposal, recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources. To your use device, please use the return and collection systems or contact the retailer where the product was purchased. They can take this product for environmental safe recycling.



[www.bluefinfitness.com](http://www.bluefinfitness.com)

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# **BEDIENUNG** **SHANDBUCH**

Für den Gebrauch der **BLUEFIN FITNESS**  
Ultra Lite Vibrationsplatte

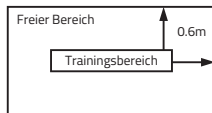
**DE**





# SICHERHEIT

- Bitte lies diese Bedienungsanleitung, bevor du dein Ultra Lite zum ersten Mal benutzt.
- Es ist wichtig, diese Anleitung zum späteren Nachschlagen aufzubewahren.
- Halte das Gerät von Kindern unter 8 Jahren fern. Halte das Gerät von Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnden Kenntnissen fern, wenn sie beaufsichtigt oder in die sichere Benutzung des Geräts eingewiesen wurden und die damit verbundenen Gefahren verstanden haben.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Kinder und Haustiere sollten immer beaufsichtigt werden.
- Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muss es vom Hersteller, seinem Kundendienst oder ähnlich qualifizierten Personen ausgetauscht werden, um eine Gefährdung zu vermeiden.
- Verwende nur Zubehörteile, die vom Hersteller empfohlen werden.
- **ACHTUNG** Die Anweisungen müssen bei der Montage, Verwendung und Wartung des Geräts sorgfältig befolgt werden.
- Halte Haare, Finger und lose Kleidung von den beweglichen Teilen fern, um schwere Verletzungen zu vermeiden.
- Konsultiere immer deinen Arzt, bevor du ein Trainingsprogramm beginnst.
- Dieses Produkt ist nicht für therapeutische Zwecke geeignet.
- Dieses Produkt ist nur für den Heimgebrauch bestimmt.
- Verwende das Produkt nicht in feuchten oder staubigen Umgebungen, um das Risiko eines Stromschlags zu vermeiden.
- Verwende das Produkt nicht, wenn die Temperatur 40°C/104°F übersteigt.
- Stelle sicher, dass das Produkt auf einer ebenen und trockenen Oberfläche steht, bevor du es benutzt.
- Wir empfehlen die Verwendung einer Antirutschmatte.
- Produktgröße (max. nach Montage) 580 x 334 x 132 mm
- Fußplattenbereich beträgt 580 x 334 x 132 mm
- Nur für den Verbrauchergebrauch



## Bevor du das Ultra Lite benutzt:

Warte nach dem Essen eine angemessene Zeit, bevor du das Gerät benutzt.

Achte darauf, dass Kinder unter 8 Jahren und Haustiere von dem Gerät ferngehalten werden.

Achte darauf, dass sich während des Betriebs keine Finger oder Fremdkörper in der Nähe des Spalts zwischen der Abdeckung und der Basis des Geräts befinden.

Das maximale Benutzergewicht beträgt 120 kg.

Es darf sich immer nur eine Person auf der Plattform befinden.





# SICHERHEIT

## Benutze das Ultra Lite nicht, wenn einer der folgenden Punkte auf dich zutrifft:

Personen, die sich in medizinischer Behandlung befinden oder medizinische Bedenken haben, konsultieren bitte vor der Benutzung ihren Arzt.

Schwangere

Menschen mit einer Herzerkrankung.

Menschen mit implantierten Herzschrittmachern oder anderen medizinischen elektronischen Geräten.

Menschen mit künstlichen Gliedmaßen.

Menschen, die empfindlich auf Vibrationen oder anstrengende Übungen reagieren.

## Gefahr: Um das Risiko eines Stromschlags zu verringern:

Ziehe immer sofort nach dem Gebrauch und vor der Reinigung den Stecker aus der Steckdose.

## Warnung:

Um das Risiko von Verbrennungen, Feuer, Stromschlägen oder Verletzungen zu verringern:

Ein Gerät sollte nie unbeaufsichtigt gelassen werden, wenn es eingesteckt ist. Ziehe den Stecker aus der Steckdose

Ziehe den Stecker aus der Steckdose, wenn du das Gerät nicht benutzt und bevor du Teile anbringst oder abnimmst.

Nicht unter einer Decke oder einem Kopfkissen betreiben. Es kann zu einer übermäßigen Erhitzung kommen und einen Brand verursachen bzw. zu einem Stromschlag oder zu Verletzungen von Personen führen.

Wenn dieses Gerät von, auf oder in der Nähe von Kindern oder behinderten Personen verwendet wird, muss es streng überwacht werden.

Verwende das Gerät nur für den in dieser Anleitung beschriebenen Zweck. Verwende keine Zusatzgeräte, die nicht vom Hersteller empfohlen werden.

Nimm das Gerät nicht in Betrieb, wenn das Kabel oder der Stecker beschädigt ist, wenn es nicht richtig funktioniert, wenn es fallen gelassen oder beschädigt wurde oder wenn es ins Wasser gefallen ist. Bringe das Gerät zur Überprüfung und Reparatur zu einem Servicecenter.

Trage das Gerät nicht am Netzkabel und benutze das Kabel nicht als Griff.

Halte das Kabel von heißen Oberflächen fern.

Betriebe das Gerät nie, wenn die Lüftöffnungen blockiert sind. Halte die Lüftöffnungen frei von Fusseln, Haaren und Ähnlichem.

Lass niemals einen Gegenstand in eine Öffnung fallen bzw. stecke niemals einen Gegenstand hinein.

Nicht im Freien verwenden.

Betriebe das Gerät nicht dort, wo Aerosolprodukte (Sprays) verwendet werden oder wo Sauerstoff verabreicht wird.

Um das Gerät vom Netz zu trennen, schalte alle Regler aus und ziehe den Stecker aus der Steckdose.

## Stelle die Verwendung des Ultra Lite sofort ein, wenn:

- Wasser in Kontakt mit dem Gerät oder dem Controller kommt

- Sich Fremdkörper in der Maschine festgesetzt haben

- Es einen Stromausfall gibt.

- Ein Gewitter auftritt.

- Wenn du dich unwohl fühlst, während du das Gerät benutzt.

- Das Netzkabel einen Schaden hat.

**WARNUNG:** Dieses Produkt kann dich Chemikalien aussetzen, darunter [Blei], das im Bundesstaat Kalifornien als krebserregend bekannt ist, und [Bisphenol A], das im Bundesstaat Kalifornien als Ursache für Geburtsfehler oder andere Fortpflanzungsschäden bekannt ist.

Weitere Informationen findest du unter



# WAS IST IN DER BOX?

- 1 x Bluefin Ultra Lite Vibrations-Platte**
- 1 x Stromkabel UK**
- 1 x Stromkabel EU**
- 1 x Bedienungsanleitung**
- 1 x Übungsübersicht**
- 2 x Trainingsbänder**
- 1 x Fernsteuerung**
- 1 x Satz Widerstandsbänder**

## Verwenden des Zubehörs:

Deine Vibrationsplatte enthält 2 Trainings-Bänder für das Oberkörper-Training in Kombination mit der Vibrations-Platte. Befestige die silbernen Clips an den Trainingsbändern an den entsprechenden Silberringen, die sich auf beiden Seiten an der Unterseite des Geräts befinden. Bitte versuche nicht, während des Gebrauchs der Vibrations-Platte Zubehör an dem Gerät anzubringen oder zu entfernen.










# ERSTE SCHRITTE

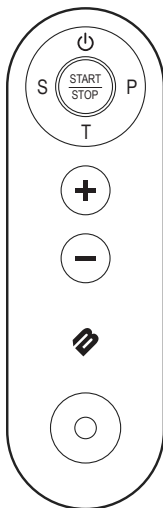
- 1 • Packe deine Bluefin Vibrations-Platte aus und platziere sie auf einer flachen, harten Oberfläche. Wenn die Oberfläche leicht uneben ist, stelle die Füße unter dem Gerät entsprechend ein. Wenn du in einer Wohnung oder einem Wohnhaus wohnst, empfehlen wir dir, eine Yogamatte oder einen Teppich unter das Gerät zu legen, um Geräusche zu absorbieren. Bluefin Fitness-Geräte sind zwar sehr leise, jedoch machen Vibrationsplatten zumindest einige Geräusche.
  - 2 • Lege 1 x CR2032 Batterie in die Fernsteuerung ein.
  - 3 • Stecke das Netzkabel in die Rückseite des Geräts und das andere Ende in die Steckdose. Stelle sicher, dass sich das Gerät nahe genug an der Steckdose befindet, sodass das Kabel nicht gespannt wird. Stelle zudem sicher, dass der Netzschalter neben dem Stecker eingeschaltet ist. Wenn der Schalter leuchtet, ist das Gerät eingeschaltet. Schalte das Gerät bei Nichtgebrauch aus und achte darauf, dass diese Taste nicht leuchtet.
  - 4 • Mache dich mit dem Bildschirm und der Fernbedienung vertraut, bevor du dich auf die Vibrations-Platte stellst. Platziere beide Füße mittig auf dem Gerät, um eine höhere Intensität und ein besseres Gleichgewicht zu erreichen. Bitte achte darauf, dass du langsam und vorsichtig auf das Gerät trittst, bevor du mit dem Training beginnst. Wir empfehlen, mit P1 zu beginnen.
-



# BEDIENELEMENTE

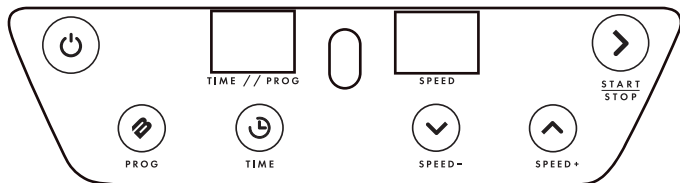
-  Einschalten/Ausschalten
-  Taste für schnelle Geschwindigkeit  
Wähle zwischen 30, 60 und 90 Stufen
-  Programmtaste
-  Zeit-Taste
-  Erhöht oder verringert die Zeiteinstellung von 15:00  
**NB/ Nur verfügbar für das manuelle Programm vor dem Training.**
-  Erhöhen oder Verringern der Geschwindigkeitsstufe von 1 bis 99.  
**NB/ Nur verfügbar für das Manuelle Programm während des Trainings.**
-  Schnellstart/-stopp  
**NB/ Nur für das Manuelle Programm während des Trainings verfügbar.**

**START/  
STOP**





# BEDIENELEMENTE



## Nutzungsmodi

Die Vibrationsmaschine bietet dir zwei Nutzungsmodi: den manuellen Modus und den automatischen Modus. In beiden Modi kannst du die Widerstandsbänder verwenden.

## Manueller Modus

Im manuellen Modus kannst du die Zeit und die Geschwindigkeit der Übung einstellen. So verwendest du den manuellen Modus:

1. Stecke das Netzkabel des Geräts in die Steckdose. Benutze den Netzschalter, um das Gerät einzuschalten.
2. Drücke die Power-Taste auf der Fernbedienung oder dem Bedienfeld.
3. Benutze die Tasten Zeit erhöhen und Zeit verringern auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um eine Trainingszeit einzustellen (Bereich: 1-15 Minuten; Intervall: 1 Minute). Die aktuelle Trainingszeit wird in der Zeit/Programm-Anzeige auf dem Bedienfeld angezeigt.
4. Drücke die Start-/Stoptaste auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um das Training zu beginnen.
5. Benutze die Tasten Geschwindigkeit erhöhen und Geschwindigkeit verringern auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um die Vibrationsgeschwindigkeit einzustellen (Bereich: 1-99; Intervall: 1).
6. Drücke die Start/Stop-Taste auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um das Training jederzeit zu beenden.
7. Wenn du mit dem Training fertig bist, drückst du die Power-Taste auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um das Gerät auszuschalten.

HINWEIS: Um das Gerät vor Ablauf der eingestellten Zeit zu stoppen, drückst du die Start/Stop-Taste auf der Fernbedienung oder gehst vom Gerät weg und drückst die Start/Stop-Taste auf dem Bedienfeld."



# WORKOUT- EINSTELLUNGEN

## Automatischer Modus

Im automatischen Modus folgt das Gerät dem von dir gewählten Übungsprogramm. So verwendest du den automatischen Modus:

1. Verbinde das Netzkabel des Geräts mit der Steckdose. Schalte das Gerät mit dem Netzschalter das Gerät ein.
2. Drücke die Power-Taste auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung.
3. Drücke die Programmwahltaste, um zwischen den neun verfügbaren voreingestellten Programmen (P1, P2, ... und P9) zu wechseln. Ausführliche Informationen zu den voreingestellten Programmen findest du in der Tabelle unten.
4. Wenn du das gewünschte Programm ausgewählt hast, drückst du die Start/Stopp-Taste auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um mit der Übung zu beginnen. Steig auf das Gerät.
5. Drücke die Start-/Stopptaste auf dem Bedienfeld oder der Fernbedienung, um das Training jederzeit zu beenden.
6. Wenn du mit der Übung fertig bist, steigst du vom Gerät ab und drückst die Power-Taste auf der Fernbedienung oder die Power-Taste auf dem Bedienfeld.

## Zusätzliche Informationen

- Wenn du die Programmeinstellungen P1-P9 verwendest, wird die Zeit automatisch auf 10 Minuten eingestellt. Das Gerät zählt bei Programmbeginn bis zur gewünschten Geschwindigkeit. Die Geschwindigkeit variiert minütlich (siehe Tabelle "\*\*\*\*\*Programmgeschwindigkeit\*\*\*\*\*"). Nach etwa 40 Sekunden wird die Geschwindigkeit auf eine langsamere Geschwindigkeit gesenkt. Die Geschwindigkeit variiert je nach ausgewähltem Programm. Wenn noch 10 Sekunden verbleiben, beginnt das Gerät, auf 0 herunterzuzählen. Das Gerät sollte auf 0 Geschwindigkeit stehen, wenn die Zeit bei Null ist.
  - Bei der manuellen Einstellung werden die Zeit und die Geschwindigkeit vom Benutzer gesteuert. Die Zeit ist auf maximal 10 Minuten pro Übung begrenzt. Sobald die Zeit für die Routine abgelaufen ist, kann das Gerät wieder benutzt werden. Es ist keine Pause erforderlich.
  - Wenn du die Stopptaste auf der Fernbedienung oder am Gerät drückst, wird die Geschwindigkeit auf Null heruntergezählt.
-



# TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

|                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTOR</b>                 | Einzelmotor                    |
| <b>FUNKTIONEN</b>            | Vibration                      |
| <b>BENÖTIGTE STROMQUELLE</b> | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>STUFEN</b>                | 1-99 Stufen                    |
| <b>PROGRAMME</b>             | 9 eingebaute Programme         |
| <b>MANUELLE FUNKTION</b>     | 1 Trainingseinheit             |
| <b>NUTZERGEWICHT</b>         | Maximum: 120kg                 |
| <b>GEWICHT DES GERÄTES</b>   | 8 kg                           |
| <b>GARANTIE</b>              | Lebenslange Motorgarantie      |

---



# EIGENSCHAFTEN TECHNISCHE

## Ultra Lite (EU)

**Modellnummer:** Ultra Lite  
**Stromspannung:** 220-240V~  
**Frequenz:** 50/60Hz  
**Kraft:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Modellnummer:** Ultra Lite  
**Stromspannung:** 120V  
**Frequenz:** 60Hz  
**Kraft:** 200W







# GARANTIE

Die Bluefin Garantie deckt alle technischen Fehler deines Gerätes ab. Wenn du einen Garantieanspruch geltend machen möchtest, kontaktiere uns per E-Mail unter [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## Deine Garantie umfasst die folgenden Aspekte nicht:

- Allgemeine Gebrauchsspuren und Abnutzungsspuren.
- Wasserschaden.
- Schäden durch unsachgemäßen Gebrauch.
- Gehäuseschäden und Kratzer durch unsachgemäßen Gebrauch oder Herunterfallen.
- Elektronischer Schaden durch unsachgemäßen Gebrauch oder Herunterfallen.

**Deine Garantie** beginnt mit dem Erhalt der Lieferung, technische Fehler sind 12 Monate lang versichert und der Motor ist lebenslang versichert!

Wenn du Fragen zu deiner Garantie hast, sende uns bitte eine E-Mail an: [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



LEBENSLANGE MOTOR GARANTIE

Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



# EU-Konformitätserklärung

Die neueste und aktuelle EU-Konformitätserklärung für dieses Produkt finden Sie unter: [www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

## **ADRESSE DES BEVOLLMÄCHTIGTEN VERTRETERS DER EU:**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

## **UK IMPORTEUR ADRESSE:**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

## **USA IMPORTEUR ADRESSE:**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# MANUAL DE INSTRUCCIONES

Para usar con la Plataforma Vibradora  
Ultra Lite de Bluefin Fitness **BLUEFIN**  
**FITNESS**

**ES**





# SEGURIDAD

Por favor, lee esta guía del usuario antes de probar tu Ultra Lite.

Es importante guardar estas instrucciones para referencia futura.

Mantén el aparato fuera del alcance de los niños menores de 8 años. Si tienes algún problema médico que pueda afectar a tu habilidad para usar este producto, te recomendamos encarecidamente que lo consultes con tu médico antes de usarlo para evitar cualquier riesgo de lesión.

Los niños no deben jugar con este aparato.

Se debe vigilar a los niños y mascotas en todo momento.

Si el cable de alimentación está dañado, debe ser sustituido por el fabricante, su distribuidor o una persona cualificada para evitar riesgos.

Utiliza sólo accesorios recomendados por el fabricante.

**CUIDADO.** Se deben seguir las instrucciones con atención durante el montaje, el uso y el mantenimiento del aparato.

Mantén el pelo, dedos y ropa floja lejos de las partes móviles para evitar lesiones graves.

Consulta siempre a tu médico antes de empezar cualquier programa de ejercicios.

Este producto no es adecuado para uso terapéutico

Este producto está hecho para su uso en el hogar sólo.

No uses este producto en lugares húmedos o sucios para evitar cualquier riesgo de electrocución.

No uses este producto si la temperatura supera los 40°C

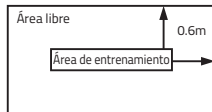
Asegúrate de que este producto está sobre una superficie lisa y seca antes de usarlo.

Se recomienda usar una alfombrilla antideslizante.

Tamaño del producto (máximo después del montaje) 6580 x 334 x 132 mm

Superficie del reposapiés de 580 x 334 x 132 mm

Solo para uso del consumidor



## Antes de usar la Ultra Lite :

Espera un tiempo apropiado después de comer para usar este aparato.

Asegúrate de que los niños menores de 8 años y las mascotas están alejadas del aparato.

Asegúrate de no poner los dedos y de que no haya cuerpos extraños cerca de la ranura que hay entre la cubierta y la base del aparato mientras está en funcionamiento.

Admite un peso máximo de 120Kg.

Sólo una persona puede usar la plataforma cada vez.



# SEGURIDAD

## **No uses la Ultra Lite si estás en uno de los siguientes casos:**

- Gente en tratamiento médico o que tiene algún problema de salud. Por favor, consulta a tu médico antes de usarla.
- Mujeres embarazadas.
- Gente con enfermedades cardíacas.
- Gente con marcapasos o cualquier otro implante electrónico.
- Gente con prótesis de piernas y brazos.
- Gente sensible a las vibraciones o al ejercicio extenuante.

## **Peligro:** Para reducir el riesgo de electrocución:

Siempre desenchufa este aparato después de usarlo y antes de limpiarlo.

## **Advertencia:**

Para reducir el riesgo de quemaduras, fuego, electrocución o lesiones a personas:

Un aparato eléctrico nunca debe dejarse desatendido cuando está enchufado. Desenchúfalo cuando no lo uses y antes de colocar o sacar alguna pieza.

No lo uses bajo una manta o almohada. El exceso de calor puede producir y causar un fuego, electrocución o lesiones a personas.

Se debe mantener una supervisión estricta cuando este aparato está siendo utilizado por o cerca de niños o personas discapacitadas.

Usa este aparato solo para el propósito para el que ha sido fabricado, como se describe en este manual.

No utilices accesorios no recomendados por el fabricante.

No pongas en funcionamiento este aparato si tiene el cable o el enchufe dañado, si no funciona bien, si se ha caído o tiene algún daño o si se ha mojado. Envía el aparato a un servicio técnico para que lo examinen y reparen.

No muevas este aparato tirando del cable o usando el cable como asa de transporte.

Mantén el cable alejado de superficies calientes.

Nunca pongas en funcionamiento este aparato con las tomas de aire bloqueadas. Mantén las tomas de aire limpias de suciedad, pelos, etc.

Nunca dejes caer o introduzcas ningún objeto en ninguna apertura.

No lo uses al aire libre.

No lo pongas en funcionamiento donde se estén usando aerosoles o donde se esté administrando oxígeno.

Para desconectarlo, coloca primero todos los controles en la posición OFF, después desenchúfalo.

## **Deja de usar la Ultra Lite inmediatamente si:**

- Se moja la máquina o el control.
- Cualquier cuerpo extraño se aloja dentro de la máquina.
- Hay un corte de electricidad.
- Hay una tormenta eléctrica.
- No te sientes bien mientras usas la máquina.
- El cable de alimentación está dañado.

---

**AVISO:** Este producto puede exponerte a productos químicos, por ejemplo [plomo], que en el estado de California se considera que produce cáncer, y [Bisphenol A], que en el estado de California se considera que produce defectos de nacimiento u otros problemas reproductivos. Si quieres más información, dirígete a:



# ¿QUÉ HAY EN EL PACK?

- 1 x Plataforma Vibradora Ultra Lite de Bluefin Fitness**
- 1 x Cable de Alimentación para UK**
- 1 x Cable de Alimentación para UE**
- 1 x Manual de Instrucciones**
- 1 x Cuadro de Ejercicios**
- 2 x Cables para Entrenamiento**
- 1 x Mando a Distancia**
- 1 x Colocación de las Gomas de Resistencia**

## Accesorios de uso:

La plataforma vibradora viene con dos cables elásticos para hacer ejercicios de la parte alta del cuerpo en combinación con la plataforma. Fija los enganches plateados de los elásticos a las correspondientes anillas plateadas situadas a cada lado del fondo de la plataforma. Por favor, no intentes enganchar o desenganchar los accesorios de la plataforma mientras la estás usando.

---









# COMO EMPEZAR

- 1** • Desempaqueta la plataforma vibradora de Bluefin y colócala sobre una superficie lisa y dura. Si la superficie es ligeramente irregular, ajusta los pies de la plataforma. Si vives en un bloque de apartamentos o pisos, te recomendamos que coloques una esterilla de yoga o una alfombra bajo la plataforma para absorber cualquier ruido. Las plataformas de Bluefin son muy silenciosas pero todas las plataformas vibratorias hacen algo de ruido.
  - 2** • Introduce 1 x pila CR2032 en el mando a distancia.
  - 3** • Introduce el cable eléctrico en la parte trasera de la plataforma y enchufa el otro extremo en el enchufe de la pared. Asegúrate de que la plataforma está bastante cerca del enchufe de la pared de tal forma que el cable no quede tirante. Asegúrate de que el interruptor situado al lado del enchufe se haya encendido. Si el interruptor está encendido, entonces la máquina está encendida. Cuando no la estés usando, apaga la máquina y asegúrate de que este botón no está iluminado.
  - 4** • Familiarízate con la pantalla y el mando antes de subirte a la plataforma. Coloca los pies sobre ambos lados de la plataforma para conseguir una mayor intensidad y un mejor equilibrio. Por favor, asegúrate de subirte a la plataforma lentamente y con cuidado antes de empezar cualquier tipo de entrenamiento. Recomendamos empezar por P1.
-




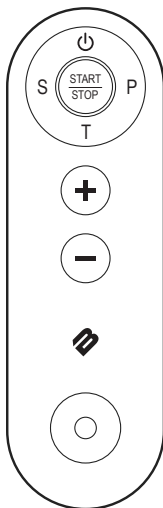


# CONTROLES

-  Encendido On/Off.
-  Botón de Alta Velocidad.  
 Seleccionar Nivel 30, 60, 90.
-  Botón de Programas.
-  Botón de Tiempo.
-  Aumentar o disminuir la configuración de tiempo desde 15:00  
**Nota/ Solo disponible para el Programa Manual antes del ejercicio.**
-  Aumentar o disminuir el nivel de velocidad desde 1 hasta 99.  
**Nota/ Solo disponible para el Programa Manual durante el ejercicio.**

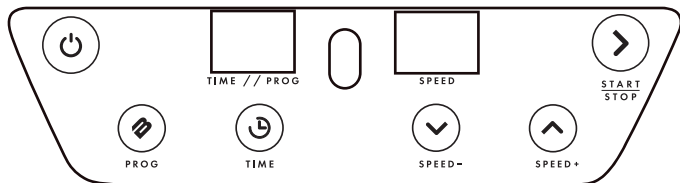
**START/  
STOP**

-  Start [comienzo]/ Stop [parada] rápidos.  
**Nota/ Solo disponible para el Programa Manual durante el ejercicio.**





# CONTROLES



## Modos de Uso.

La plataforma vibradora tiene dos modos de uso: modo manual y modo automático. En ambos modos puedes utilizar las gomas de resistencia.

## Modo Manual.

Usando el modo manual, puedes seleccionar el tiempo y la velocidad del ejercicio.

Para usar el modo manual:

1. Enchufa el Cable Eléctrico del aparato. Usa el Interruptor para encender el aparato.
2. Presiona el botón Power en el Mando a Distancia o en el Panel de Control.
3. Usa los botones de Aumentar Tiempo o Disminuir tiempo del Panel de Control o del Mando a Distancia para seleccionar la duración de un ejercicio (de 1 - 15 minutos; intervalo:1 minuto). La duración del ejercicio se muestra en la Pantalla de Time/Program del Panel de Control.
4. Presiona el Botón Start/Stop del Panel de Control o del Mando a Distancia para empezar el ejercicio.
5. Usa los botones Aumentar Velocidad y Disminuir Velocidad del Panel de Control o del Mando a Distancia para ajustar la velocidad de vibración (desde 1 - 99, intervalo: 1).
6. Presiona el Botón Start/Stop en el Panel de Control o del Mando a Distancia para parar el ejercicio en cualquier momento.
7. Cuando hayas terminado el ejercicio, presiona el Botón Power del panel de Control o del Mando a distancia para apagar el aparato.

NOTA: Para parar el aparato antes de que haya terminado el tiempo fijado, presiona el Botón Start/Stop del Mando a Distancia o bájate del aparato y presiona el botón Start/Stop del Panel de Control.



# CONFIGURACION DE EJERCICIOS

## Modo Automático.

Cuando usas el Modo Automático, el aparato seguirá tu programa de ejercicios seleccionado. Para usar el Modo Automático:

1. Enchufa el Cable Eléctrico del aparato. Usa el Interruptor para encender el aparato.
2. Presiona el Botón Power del Panel de Control o del Mando a Distancia.
3. Presiona el Botón de Selección de Programa para ver los nueve programas preconfigurados disponibles (P1, P2, .. y P9). Consulta la tabla de más abajo para obtener más información sobre los programas preconfigurados.
4. Cuando hayas seleccionado el programa que deseas, presiona el Botón Start/Stop del Panel de Control o del Mando a Distancia para empezar el ejercicio. Súbete al aparato.
5. Presiona el Botón Start/Stop del Panel de Control o del Mando a Distancia para parar el ejercicio en cualquier momento.
6. Cuando hayas acabado con el ejercicio, bájate del aparato y presiona el Botón Power del Mando a Distancia o del Panel de Control.

## Información Adicional.

- Cuando se usa la configuración de programas P1-P9, el tiempo se sitúa automáticamente en 10 minutos. El aparato contará de forma ascendente hasta la velocidad requerida cuando empiece el programa. La velocidad varía cada minuto (mira el cuadro "Velocidad del Programa"). Cuando queden unos 40 segundos, la velocidad se reducirá a una velocidad más baja. La velocidad varía según el programa elegido. Cuando quedan 10 segundos, el aparato empezará a contar de forma descendente hasta 0. El aparato debería marcar velocidad 0 cuando el tiempo marca 0.
  - Si usas la configuración manual, el tiempo y la velocidad son controlados por el usuario. El tiempo cuenta con 10 minutos como máximo por cada rutina. Cuando el tiempo se acaba, se puede usar el aparato de nuevo. No es necesaria la cuenta atrás.
  - Cuando presionas el Botón Stop del Mando a Distancia o del Panel de Control, la velocidad contará hacia atrás hasta cero.
-

ES



# ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

|                         |                                |
|-------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTOR</b>            | Motor simple                   |
| <b>FUNCIONES</b>        | Vibración                      |
| <b>ELECTRICIDAD</b>     | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>NIVELES</b>          | 1-99 niveles                   |
| <b>PROGRAMAS</b>        | 9 Programas incorporados       |
| <b>FUNCIÓN MANUAL</b>   | 1 Entrenamiento                |
| <b>PESO DEL USUARIO</b> | Maximum: 120kg                 |
| <b>PESO DEL APARATO</b> | 8 kg                           |
| <b>GARANTÍA</b>         | Garantía del Motor de por vida |

---



# TECNICAS CARACTERÍSTICAS

## Ultra Lite (EU)

**Múmero de Modelo:** Ultra Lite

**Voltaje:** 220-240V~

**Frecuencia:** 50/60Hz

**Potencia:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Múmero de Modelo:** Ultra Lite

**Voltaje:** 120V

**Frecuencia:** 60Hz

**Potencia:** 200W





# GARANTIA

La garantía de Bluefin cubre cualquier fallo técnico de su artículo. Si necesita hacer una reclamación, póngase en contacto con nosotros en [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## Tu garantía no cubre lo siguiente:

- Uso general y marcas de uso.
- Daño por agua.
- Daño debido a un uso inapropiado.
- Daños o arañazos en el chasis debido a un uso inapropiado o caída.
- Daño electrónico debido a uso inapropiado o caída.

**Tu garantía comienza al recibir el pedido, los fallos técnicos se cubren durante 12 meses y el motor está cubierto de por vida.**

Si tienes alguna duda con respecto a su garantía, por favor, mándanos un email a: [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



**GARANTÍA DEL MOTOR DE POR VIDA**

Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



ES

# UE - Declaración de Conformidad

Para obtener la declaración de conformidad de la UE más reciente y actualizada para este producto, visite: [www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

## **DIRECCIÓN DEL REPRESENTANTE AUTORIZADO DE LA UE:**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

## **UK DIRECCIÓN DEL IMPORTADOR:**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

## **USA DIRECCIÓN DEL IMPORTADOR:**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

[www.bluefinfitness.com](http://www.bluefinfitness.com)

---

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# MANUEL D'INSTRUCTION

À utiliser avec la plateforme vibrante  
Ultra Lite de **BLUEFIN FITNESS**

FR

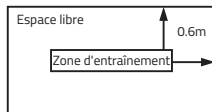






# SECURITE

- Veuillez lire ce manuel avant d'utiliser votre Ultra Lite pour la première fois.
- Il est important de conserver ces instructions pour référence future.
- Gardez l'appareil hors de portée des enfants de moins de 8 ans. Si vous avez une condition médicale connue qui peut affecter votre capacité à utiliser ce produit, nous vous recommandons fortement de consulter votre médecin avant de l'utiliser pour éviter tout risque de blessure.
- Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil.
- Les enfants et les animaux domestiques doivent être surveillés en tout temps autour de l'appareil.
- Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par le fabricant, son agent de service ou des personnes de qualification similaire afin d'éviter tout danger.
- Utilisez uniquement les accessoires recommandés par le fabricant
- ATTENTION les instructions doivent être suivies attentivement lors du montage, de l'utilisation et de l'entretien de l'équipement.
- Gardez les cheveux, les doigts et les vêtements amples éloignés des pièces mobiles pour éviter des blessures graves.
- Consultez toujours votre médecin avant d'entreprendre tout programme d'exercice.
- Cet appareil ne convient pas à des fins thérapeutiques.
- Cet appareil est destiné à un usage domestique uniquement.
- N'utilisez pas l'appareil dans des environnements humides ou poussiéreux pour éviter tout risque de choc électrique.
- N'utilisez pas l'appareil si la température dépasse 40°C/104°F.
- Assurez-vous que l'appareil est sur une surface plane et sèche avant utilisation.
- Utilisation avec un tapis antidérapant recommandée
- Taille du produit (max après assemblage) 580 x 334 x 132 mm
- La zone du repose-pieds s'assombrit 580 x 334 x 132 mm
- Réservé à l'usage du consommateur



## Avant d'utiliser l'Ultra Lite :

Attendez un temps approprié après avoir mangé avant d'utiliser l'appareil.

Assurez-vous que les enfants de moins de 8 ans et les animaux domestiques sont tenus à l'écart de la machine.

Assurez-vous qu'aucun doigt ou corps étranger ne se trouve à proximité de la base de l'appareil pendant le fonctionnement.

Le poids maximum de l'utilisateur est de 120 kg.

Une seule personne peut être sur la plateforme à la fois.



# SECURITE

## **N'utilisez pas l'Ultra Lite si l'une des situations**

suivantes s'applique à vous :

Les personnes qui suivent un traitement médical ou qui ont des problèmes médicaux, veuillez consulter votre médecin avant utilisation.

Grossesse

Les personnes atteintes de maladies cardiaques.

Les personnes portant un stimulateur cardiaque ou tout autre instrument électronique médical implanté.

Les personnes avec des membres artificiels.

Les personnes sensibles aux vibrations ou aux exercices intenses.

**Danger :** pour réduire le risque d'électrocution, débranchez toujours cet appareil de la prise électrique immédiatement après l'avoir utilisé et avant de le nettoyer.

## **Avertissement :**

Pour réduire le risque de brûlures, d'incendie, de choc électrique ou de blessures :

Un appareil ne doit jamais être laissé sans surveillance lorsqu'il est branché. Débranchez de la prise lorsqu'il n'est pas utilisé et avant de mettre ou de retirer des pièces.

Ne pas utiliser sous une couverture ou un oreiller. Un échauffement excessif peut se produire et provoquer un incendie, une décharge électrique ou des blessures corporelles.

Une surveillance étroite est nécessaire lorsque cet appareil est utilisé par, sur ou à proximité d'enfants ou de personnes handicapées.

Utilisez cet appareil uniquement pour l'usage auquel il est destiné, tel que décrit dans ce manuel. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par le fabricant.

N'utilisez jamais cet appareil s'il a un cordon ou une fiche endommagés, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé ou endommagé, ou s'il est tombé dans l'eau. Retournez l'appareil à un centre de service pour examen et réparation.

Ne transportez pas cet appareil par le cordon d'alimentation et n'utilisez pas le cordon comme poignée.

Gardez le cordon éloigné des surfaces chauffées.

Ne faites jamais fonctionner l'appareil avec les ouvertures d'aération obstruées. Gardez les ouvertures d'aération exemptes de peluches, de cheveux, etc.

Ne laissez jamais tomber ou n'insérez aucun objet dans une ouverture.

Ne pas utiliser à l'extérieur.

Ne pas utiliser là où des produits aérosols (spray) sont utilisés ou là où de l'oxygène est administré.

Pour débrancher, mettez toutes les commandes en position d'arrêt, puis retirez la fiche de la prise.

## **Arrêtez d'utiliser l'Ultra Lite immédiatement si :**

- L'eau entre en contact avec l'appareil.
- Tout corps étranger s'est logé à l'intérieur d'appareil..
- Il y a une panne de courant.
- Il y a un orage avec du tonnerre.
- Vous ne vous sentez pas bien pendant l'utilisation de l'appareil.
- Le cordon d'alimentation est endommagé.

---

**AVERTISSEMENT :** Ce produit peut vous exposer à des produits chimiques, dont le [plomb], qui est connu dans l'État de Californie pour causer le cancer, et le [Bisphénol A], qui est connu dans l'État de Californie pour causer des malformations congénitales ou d'autres troubles de la reproduction. Pour plus d'informations, rendez-vous sur



# QU'EST-CE QU'IL Y A DANS LA BOÎTE ?

- 1 x Plateforme Vibrante Ultra Lite de Bluefin**
- 1 x Câble d'alimentation UK**
- 1 x Câble d'alimentation EU**
- 1 x Manuel d'instruction**
- 1 x Diagramme d'Entraînement**
- 2 x Câbles d'Entraînement**
- 1 x Télécommande**
- 1 x Ensemble de bandes de résistance**

## Utiliser ses accessoires:

Votre plateforme vibrante est livré avec deux câbles élastiques afin de les utiliser pour la partie supérieure de votre corps avec la plateforme. Attachez les clips argentés sur les câbles élastiques aux anneaux argentés correspondant sur chaque côté du dessous de la plateforme. Veuillez ne pas essayer d'attacher ou de détacher les accessoires de la plateforme pendant que vous l'utilisez.










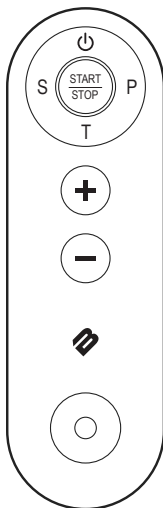
# DÉBUTER

- 1 • Déballez votre plateforme vibrante Bluefin et mettez-la sur une surface plate et dure. Si la surface est un peu inégale, ajustez les pieds sous la plateforme. Si vous vivez dans un appartement ou un immeuble, nous recommandons de placer un tapis de yoga sous la plateforme afin d'absorber le bruit. Les plateformes Bluefin Fitness sont très silencieuses mais toute plateforme vibrante fait forcément un peu de bruit.
  - 2 • Insérez 1 x pile CR2032 dans la télécommande.
  - 3 • Insérez le câble d'alimentation à l'arrière de la plateforme et branchez l'autre côté à une prise électrique. Vérifiez que la plateforme soit assez proche de la prise électrique pour que le câble d'alimentation ne soit pas trop tendu. Assurez-vous que le bouton d'alimentation à côté de la prise soit sur 'on'. Si le bouton est allumé, c'est que la machine est en marche. Lorsque vous ne l'utilisez pas, éteignez la machine de manière à ce que le bouton ne soit pas allumé.
  - 4 • Familiarisez vous à l'écran et à la télécommande avant de monter sur la plateforme. Placez vos pieds sur chaque côté de la plateforme pour plus d'intensité et plus d'équilibre. Assurez-vous de monter doucement sur la plateforme avant de commencer n'importe quel entraînement. Nous vous recommandons de commencer par P1.
-



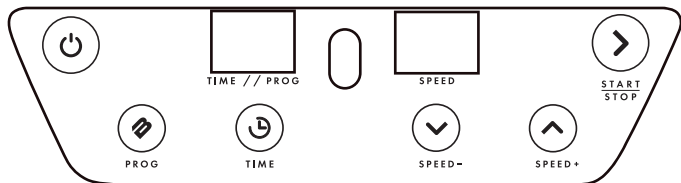
# PROGRAMMES

-  Marche / Arrêt
-  Bouton de vitesse rapide  
Choisissez parmi 30, 60,90 niveaux
-  Bouton programme
-  Bouton Temps
-  Augmenter ou diminuer le réglage de la durée à partir de 15:00  
**NB/ Uniquement disponible pour le programme manuel avant l'entraînement.**
-  Augmenter ou diminuer le niveau de vitesse de 1 à 99.  
**NB/ Uniquement disponible pour le programme manuel pendant l'entraînement.**
-  Démarrage/arrêt rapide  
**NB/ Uniquement disponible pour le programme manuel pendant l'entraînement.**





# PROGRAMMES



## Modes d'utilisation

La plaque vibrante vous offre deux modes d'utilisation : le mode manuel et le mode automatique. Dans les deux modes, vous pouvez utiliser les bandes de résistance.

## Mode manuel

En mode manuel, vous pouvez régler la durée et la vitesse de l'exercice. Pour utiliser le mode manuel :

1. Branchez le cordon d'alimentation de l'appareil dans la prise. Utilisez l'interrupteur d'alimentation pour allumer l'appareil.
2. Appuyez sur le bouton d'alimentation de la télécommande ou du panneau de commande.
3. Utilisez les boutons Augmenter la durée et Diminuer la durée du panneau de commande ou de la télécommande pour définir une durée d'exercice (plage : 1 à 15 minutes ; intervalle : 1 minute). Le temps d'exercice actuel apparaît sur l'affichage temps programme sur le panneau de commande.
4. Appuyez sur le bouton Marche/Arrêt du panneau de commande ou de la télécommande pour commencer l'exercice.
5. Utilisez les boutons Augmenter la vitesse et Diminuer la vitesse du panneau de commande ou de la télécommande pour régler la vitesse de vibration (plage : 1-99 ; intervalle : 1).
6. Appuyez sur le bouton Start/Stop du panneau de commande ou de la télécommande pour arrêter l'exercice à tout moment.
7. Lorsque vous avez terminé l'exercice, appuyez sur le bouton d'alimentation du panneau de commande ou de la télécommande pour éteindre la plaque.

REMARQUE : Pour arrêter l'appareil avant l'expiration du temps défini, appuyez sur le bouton Marche/Arrêt de la télécommande ou descendez de la plaque et appuyez sur le bouton Marche/Arrêt du panneau de commande.



# RÉGLAGES D'ENTRAÎNEMENT

## Mode automatique

Lorsque vous utilisez le mode automatique, l'appareil suivra votre programme d'exercice prédéfini sélectionné. Pour utiliser le mode automatique :

1. Connectez le cordon d'alimentation de l'appareil à la prise. Utilisez l'interrupteur d'alimentation pour allumer la plaque vibrante.
2. Appuyez sur le bouton d'alimentation du panneau de commande ou de la télécommande.
3. Appuyez sur le bouton de sélection de programme pour parcourir les neuf programmes prédéfinis disponibles (P1, P2, ... et P9). Reportez-vous au tableau ci-dessous pour des informations détaillées sur les programmes prééglés.
4. Lorsque vous avez sélectionné le programme souhaité, appuyez sur le bouton Marche/Arrêt du panneau de commande ou de la télécommande pour commencer l'exercice. Montez sur la plaque.
5. Appuyez sur le bouton Start/Stop du panneau de commande ou de la télécommande pour arrêter l'exercice à tout moment.
6. Lorsque vous avez terminé l'exercice, descendez de l'appareil et appuyez sur le bouton d'alimentation de la télécommande ou sur le bouton d'alimentation du panneau de commande.

## Informations complémentaires

- Lorsque vous utilisez les programmes P1-P9, la durée est automatiquement réglée sur 10 minutes. L'appareil aura à la vitesse requise au début du programme. La vitesse varie par minute (voir la section "Vitesse du programme"). Lorsqu'il reste environ 40 secondes, la vitesse ralentit. La vitesse varie en fonction du programme sélectionné. Lorsqu'il reste 10 secondes, l'appareil commence à décompter jusqu'à 0. L'appareil devrait être à la vitesse 0 quand la durée est à zéro.
  - En mode de réglage manuel, le temps et la vitesse sont contrôlés par l'utilisateur. La durée est d'un maximum de 10 minutes par routine. Une fois la durée expirée sur la routine, l'appareil peut être utilisé à nouveau. Aucun temps d'arrêt n'est nécessaire.
  - Lorsque vous appuyez sur le bouton Stop de la télécommande ou de l'appareil, la vitesse ralentira jusqu'à zéro.
-





# CHARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

|                          |                                |
|--------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTEUR</b>            | Moteur Simple                  |
| <b>FONCTIONS</b>         | Vibration                      |
| <b>PUISSANCE REQUISE</b> | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>NIVEAUX</b>           | 1-99 Niveaux                   |
| <b>PROGRAMMES</b>        | 9 programmes intégrés          |
| <b>FONCTION MANUELLE</b> | 1 Entraînement                 |
| <b>POIDS UTILISATEUR</b> | Maximum: 120kg                 |
| <b>UNITÉ DE POIDS</b>    | 8 kg                           |
| <b>GARANTIE</b>          | Garantie Moteur à Vie          |

---



FR

# CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

## Ultra Lite (EU)

**Numéro de Modèle :** Ultra Lite

**Voltage :** 220-240V~

**La Fréquence :** 50/60Hz

**Pouvoir :** 200W

## Ultra Lite (US)

**Numéro de Modèle :** Ultra Lite

**Voltage :** 120V

**La Fréquence :** 60Hz

**Pouvoir :** 200W



CE



FC

---



# GARANTIE

La garantie Bluefin couvre tous les défauts techniques de votre objet. Si vous devez faire une réclamation de garantie, contactez-nous par email à [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## Votre garantie ne couvre pas les cas suivants:

- Usure générale et marques d'usure.
- Dégâts des eaux.
- Dégâts dûs à une utilisation inadéquate.
- Dégâts au châssis et éraflures dûs à une utilisation inadéquate ou à une chute.
- Dégâts électroniques dûs à une utilisation inadéquate ou à une chute.

**Votre garantie commence à la réception, les défauts techniques sont garantis pendant 12 mois et le moteur est garanti à vie !**

Si vous avez une question concernant la garantie, veuillez nous envoyer un email à [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



**GARANTIE MOTEUR A VIE**

Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



FR

# Déclaration de Conformité-UE

Pour la déclaration de conformité UE la plus récente et à jour pour ce produit, veuillez visiter: [www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

**ADRESSE DU REPRÉSENTANT AUTORISÉ DE L'UE :**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

**UK ADRESSE DE L'IMPORTATEUR :**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

**USA ADRESSE DE L'IMPORTATEUR :**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

[www.bluefinfitness.com](http://www.bluefinfitness.com)

---

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# MANUALE DI ISTRUZIONI

Da utilizzare con la Pedana Vibrante  
BLUEFIN FITNESS Ultra Lite







# AVVERTENZE

Ti preghiamo di leggere attentamente questo manuale prima di usare la Pedana Vibrante Ultra Lite.

È importante conservare queste istruzioni per consultazioni future.

Tenere l'apparecchio lontano dalla portata dei bambini di età inferiore agli 8 anni. Se si ha una condizione medica nota che potrebbe influire sulla capacità di utilizzo di questo prodotto, si consiglia vivamente di consultare il proprio medico prima dell'uso per evitare qualsiasi rischio di lesione o malore.

I bambini non devono giocare con l'apparecchio.

Bambini e animali nelle vicinanze dell'apparecchio devono essere sempre sorvegliati.

Se il cavo di alimentazione è danneggiato deve essere sostituito dal produttore, da un suo agente autorizzato o da persone similmente qualificate per evitare rischi.

Utilizza solo accessori raccomandati dal produttore

**ATTENZIONE:** le istruzioni devono essere seguite scrupolosamente durante il montaggio, l'uso e la manutenzione dell'apparecchiatura.

Tieni i capelli, le dita e gli indumenti larghi lontani dalle parti in movimento per evitare lesioni gravi.

Consulta sempre il tuo medico di base prima di intraprendere qualsiasi programma di esercizi.

Questo prodotto non è adatto a scopi terapeutici.

Questo prodotto è solo per uso domestico

Non utilizzare il prodotto in ambienti umidi o polverosi per evitare qualsiasi rischio di scossa elettrica.

Non usare il prodotto se la temperatura supera i 40°C/104°F

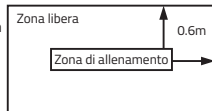
Prima dell'uso assicurarsi che il prodotto sia in piano e su una superficie asciutta.

Si consiglia di utilizzare il prodotto con un tappetino antiscivolo.

Dimensioni del prodotto (max dopo il montaggio) 580 x 334 x 132 mm

L'area della pedana misura 580 x 334 x 132 mm

Solo per uso del consumatore



## Prima di usare Ultra Lite:

Attendere un tempo adeguato dopo aver mangiato prima di utilizzare l'apparecchio.

Assicurarsi che i bambini di età inferiore agli 8 anni e gli animali domestici siano lontani dalla macchina.

Assicurarsi di non infilare dita o altri corpi estranei nello spazio tra il coperchio e la base dell'unità durante il funzionamento.

Non utilizzare se si ha un peso corporeo superiore ai 120 KG.

La pedana può essere utilizzata da una sola persona alla volta.



# AVVERTENZE

## Non utilizzare Ultra Lite in uno dei seguenti casi:

Se si è sottoposti a cure mediche o si hanno problemi di salute si preghi di consultare il medico prima dell'uso.

In gravidanza

Se si hanno problemi di cuore

Se si hanno pacemaker o altri presidi medici elettronici impiantati

Se si hanno protesi artificiali

Se si è sensibili alle vibrazioni e/o all'esercizio fisico intenso.

## **Pericolo!** Per ridurre il rischio di scosse elettriche:

scollegare sempre l'apparecchio dalla presa elettrica subito dopo l'uso e prima della pulizia.

## **Attenzione:**

Per ridurre il rischio di ustioni, incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone:

L'apparecchio non deve mai essere lasciato incustodito quando è collegato. Scollegare dalla presa

quando non in uso e prima di aggiungere o rimuovere parti/accessori.

Non usare sotto coperte o cuscini. Può verificarsi un riscaldamento eccessivo e causare incendi, scosse elettriche o lesioni alle persone.

È necessaria un'attenta supervisione quando l'apparecchio viene utilizzato da, su o vicino a bambini o persone disabili.

Utilizzare questo apparecchio solo per l'uso previsto, come descritto in questo manuale. Non utilizzare accessori non consigliati dal produttore.

Non utilizzare mai questo apparecchio se ha un cavo o una spina danneggiati, se non funziona correttamente, se è caduto o è stato danneggiato o si è bagnato. Inviare l'apparecchio a un centro di assistenza per l'esame e la riparazione.

Non trasportare questo apparecchio tenendolo dal cavo di alimentazione né utilizzare il cavo come maniglia.

Tenere il cavo lontano da superfici riscaldate.

Non utilizzare mai l'apparecchio con le prese d'aria bloccate. Mantenere le prese d'aria libere da pelucchi, capelli e simili.

Non far cadere né inserire oggetti in alcuna apertura.

Non utilizzare all'aperto.

Non utilizzare dove vengono spruzzati prodotti aerosol (spray) o dove viene somministrato ossigeno.

Per disconnettere, girare tutti i comandi in posizione off, quindi rimuovere la spina dalla presa.

## **Smettere immediatamente di usare Ultra Lite se:**

- Dell'acqua entra in contatto con l'unità o il telecomando.
- Corpi estranei entrano nella macchina.
- C'è un corto circuito.
- C'è una tempesta elettrica.
- Non ti senti bene durante l'utilizzo della macchina.
- Il cavo di alimentazione è danneggiato.

**ATTENZIONE:** questo prodotto può esporre l'utente a sostanze chimiche tra cui [piombo], noto nello Stato della California come causa di cancro, e [bisfenolo A], noto nello Stato della California come causa di difetti nei neonati o per danni al sistema riproduttivo. Per maggiori informazioni





# COSA CONTIENE LA SCATOLA?

- 1 x Pedana Vibrante Ultra Lite Bluefin**
- 1 x Cavo di Alimentazione UK**
- 1 x Cavo di Alimentazione EU**
- 1 x Manuale di Istruzioni**
- 1 x Tabella degli Esercizi**
- 2 x Corde Elastiche da Allenamento**
- 1 x Telecomando**
- 1 x Set di bande elastiche di resistenza**

## Utilizzo degli Accessori:

La Pedana Vibrante viene consegnata insieme a 2 corde elastiche da utilizzare negli esercizi per la parte superiore del corpo, in combinazione con la pedana. Fissare le clip argentate delle corde elastiche al corrispondente anello d'argento su entrambi i lati della parte inferiore della pedana. Non tentare di fissare o staccare gli accessori dalla pedana durante l'uso.




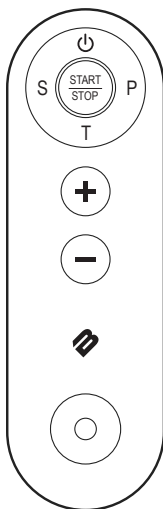
# PER INIZIARE

- 1** Tirare fuori la pedana vibrante Bluefin dall'imballaggio e posizionarla su una superficie piatta e dura. Se la superficie è leggermente irregolare, regolare i piedini della pedana. Se vivete in un appartamento o in un condominio, vi consigliamo di posizionare un tappetino da yoga o un tappeto sotto la piastra, in modo tale da assorbire il rumore. Le pedane Bluefin Fitness sono molto silenziose ma tutte le pedane vibranti producono un minimo di rumore.
  - 2** Inserire 1 x batteria CR2032 nel telecomando.
  - 3** Connettere il cavo di alimentazione alla parte posteriore della pedana e collegare l'altra estremità alla presa elettrica. Accertarsi che la pedana sia abbastanza vicina alla presa elettrica in modo da non tirare eccessivamente il cavo. Accertarsi che l'interruttore di alimentazione accanto alla spina sia acceso. Se l'interruttore è illuminato, la macchina è accesa. Quando non viene utilizzata, spegnete la macchina e assicuratevi che questo pulsante non sia illuminato.
  - 4** Acquisire familiarità con lo schermo e con il telecomando prima di salire sulla pedana. Posizionate i piedi su entrambi i lati della pedana per ottenere una maggiore intensità e un migliore equilibrio. Fate attenzione a salire lentamente sulla pedana, prima di avviare qualsiasi impostazione di allenamento. Raccomandiamo di iniziare da P1.
-



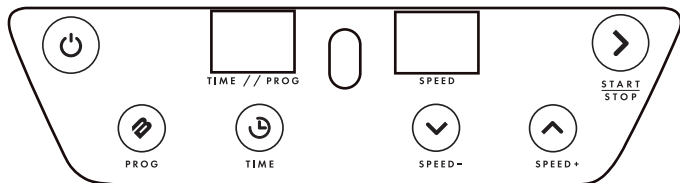
# CONTROLLI

-  Accensione On / Off
- **S** Bottone per l'alta velocità  
Seleziona tra 30,60,90 livelli
- **P** Bottone Programmi
- **T** Bottone Tempo
- **+** Aumentare o diminuire l'impostazione dell'ora  
dalle 15:00  
**NB: Disponibile solo con il Programma Manuale  
prima dell'allenamento.**
- **-** Aumentare o diminuire il livello di velocità da 1 a 99  
**NB: Disponibile solo con il Programma  
Manuale durante l'allenamento.**
- **START/  
STOP** Start / Stop veloce  
**NB: Disponibile solo con il Programma Manuale  
durante l'allenamento.**





# CONTROLS



## Modo di utilizzo

La pedana vibrante offre due modalità di utilizzo: modalità manuale e modalità automatica. In entrambe le modalità, puoi utilizzare le bande di resistenza.

## Modalità Manuale

Utilizzando la modalità manuale è possibile impostare il tempo e la velocità dell'esercizio. Per utilizzare la modalità manuale:

1. Collegare il cavo di alimentazione del dispositivo alla presa. Utilizzare l'interruttore di alimentazione per accendere il dispositivo.
2. Premere il pulsante di accensione sul telecomando o sul pannello di controllo.
3. Utilizzare i pulsanti Aumenta e Diminuisci tempo sul pannello di controllo o sul telecomando per impostare un tempo di allenamento (intervallo: 1-15 minuti; intervallo: 1 minuto). Il tempo di allenamento corrente viene visualizzato sul display Tempo/Programma sul pannello di controllo.
4. Premere il pulsante Start/Stop sul pannello di controllo o sul telecomando per iniziare l'esercizio.
5. Utilizzare i pulsanti Aumenta e Riduci velocità sul pannello di controllo o sul telecomando per regolare la velocità di vibrazione (intervallo: 1-99; intervallo: 1).
6. Premere il pulsante Start/Stop sul pannello di controllo o sul telecomando per interrompere l'esercizio in qualsiasi momento.
7. Al termine dell'esercizio, premere il pulsante di accensione sul pannello di controllo o sul telecomando per spegnere il dispositivo.

NOTA: per arrestare il dispositivo prima della scadenza del tempo impostato, premere il pulsante Start/Stop sul telecomando o scendere dal dispositivo e premere il pulsante Start/Stop sul pannello di controllo.



# IMPOSTAZIONE ALLENAMENTO

## Modalità automatica

Quando si utilizza la modalità automatica, il dispositivo seguirà il programma di allenamento preimpostato selezionato. Per utilizzare la modalità automatica:

1. Collegare il cavo di alimentazione del dispositivo alla presa di corrente. Utilizzare l'interruttore On/Off per attivare il dispositivo.
2. Premere il pulsante di alimentazione sul pannello di controllo o sul telecomando.
3. Premere il pulsante di selezione del programma per scorrere tra i nove programmi preimpostati disponibili (P1, P2, fino a P9). Fare riferimento alla tabella in basso per informazioni dettagliate sui programmi preimpostati.
4. Dopo aver selezionato il programma desiderato, premere il pulsante Start/Stop sul pannello di controllo o sul telecomando per iniziare l'esercizio. Sali sul dispositivo.
5. Premere il pulsante Start/Stop sul pannello di controllo o sul telecomando per interrompere l'esercizio in qualsiasi momento.
6. Al termine dell'esercizio, scendere dal dispositivo e premere il pulsante di accensione sul telecomando o il pulsante di accensione sul pannello di controllo.

## Informazioni Aggiuntive

- Quando si utilizzano le impostazioni dei programmi P1 -P9, il tempo viene impostato automaticamente su 10 minuti. Il dispositivo conterà fino alla velocità richiesta all'inizio del programma. La velocità varia di minuto in minuto (vedere la tabella ""Velocità del programma"" ). A circa 40 secondi rimanenti, la velocità si ridurrà. La velocità varia in base al programma selezionato. Trascorsi 10 secondi, il dispositivo inizierà il conto alla rovescia fino a 0. Il dispositivo dovrebbe essere a velocità 0 quando il tempo è a zero.
  - Se si utilizza l'impostazione manuale, il tempo e la velocità sono controllati dall'utente. Il tempo ha un massimo di 10 minuti per routine. Una volta scaduto il tempo della routine, il dispositivo può essere riutilizzato. Non sono necessari tempi di inattività.
  - Quando si preme il pulsante Stop sul telecomando o sul dispositivo, la velocità inizierà il conto alla rovescia fino a zero.
-



# SPECIFICHE TECNICHE

|                          |                                |
|--------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTORE</b>            | Motore Singolo                 |
| <b>FUNZIONI</b>          | Vibrazione                     |
| <b>POTENZA RICHIESTA</b> | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>LIVELLI</b>           | 1-99 livelli                   |
| <b>PROGRAMMI</b>         | 9 programmi integrati          |
| <b>FUNZIONE MANUALE</b>  | 1 Allenamento                  |
| <b>PESO UTENTE</b>       | Maximum: 120kg                 |
| <b>PESO DEL PRODOTTO</b> | 8 kg                           |
| <b>GARANZIA</b>          | Garanzia a Vita sul Motore     |

---



# CARATTERISTICHE TECNICHE

## Ultra Lite (EU)

**Numero di Modello:** Ultra Lite

**Voltaggio:** 220-240V~

**Frequenza:** 50/60Hz

**Potenza:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Numero di Modello:** Ultra Lite

**Voltaggio:** 120V

**Frequenza:** 60Hz

**Potenza:** 200W





# GARANZIA

La garanzia Bluefin copre qualsiasi difetto tecnico relativo al vostro articolo. Se avete bisogno di presentare una richiesta di garanzia, contattaci via e-mail all'indirizzo [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## La vostra garanzia non copre i seguenti:

- Usura generale e segni dovuti all'utilizzo.
- Danno dovuto all'acqua.
- Danni dovuti all'uso improprio.
- Danni al telaio e graffi dovuti all'uso improprio o a cadute.
- Danni elettronici causati dall'uso improprio o da cadute.

**La garanzia si attiva al momento del ricevimento della consegna, i problemi tecnici sono coperti per 12 mesi e il motore è coperto a vita!**

In caso di domande sulla garanzia, inviateci un'e-mail a:  
[support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



**GARANZIA MOTORE A VITA**

Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —





# Dichiarazione di Conformità CE

Per la più recente e aggiornata dichiarazione di conformità UE per questo prodotto,  
visitare: [www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

**INDIRIZZO DEL RAPPRESENTANTE AUTORIZZATO DELL'UE:**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

**UK INDIRIZZO DELL'IMPORTATORE:**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

**USA INDIRIZZO DELL'IMPORTATORE:**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# HANDLEIDING

Voor gebruik met de **BLUEFIN FITNESS**  
Ultra Lite Trilplaat







# VEILIGHEID

- Lees de gebruikershandleiding voordat je de Ultra Lite voor het eerst gebruikt.
- Het is belangrijk om deze instructies te bewaren voor toekomstig gebruik.
- Hou het toestel uit de buurt van kinderen onder de 8 jaar. Als je een medische aandoening hebt die een invloed kan hebben op het gebruik van dit product, raden we je ten zeerste aan om, voor gebruik, je arts te raadplegen om zo elk risico op letsel te voorkomen.
- Laat kinderen niet met het toestel spelen.
- Hou kinderen en huisdieren uit de buurt van het toestel.
- Als het netsnoer beschadigd is, moet het worden vervangen door de fabrikant, zijn vertegenwoordiger of een daartoe gekwalificeerd persoon, om gevaar te voorkomen.
- Gebruik alleen accessoires die worden aanbevolen door de fabrikant
- OPGELET de instructies voor montage, gebruik en onderhoud van het toestel moeten zorgvuldig worden opgevolgd.
- Houd haar, vingers en losse kleding uit de buurt van bewegende onderdelen om ernstig letsel te voorkomen.
- Raadpleeg altijd je dokter voordat je aan een trainingsprogramma begint.
- Dit product is niet geschikt voor therapeutische doeleinden.
- Dit product is uitsluitend bedoeld voor thuisgebruik.
- Gebruik het product niet in vochtige of stoffige omgevingen om risico op elektrische schokken te voorkomen.
- Gebruik het product niet als de temperatuur hoger is dan 40°C/104°F.
- Zorg ervoor dat het product voor gebruik op een vlakke en droge ondergrond staat.
- We raden je aan om een anti-slip mat te gebruiken in combinatie met het toestel.
- Productafmetingen (max. na montage) 580 x 334 x 132 mm
- Voetplaat gebied afmetingen 580 x 334 x 132 mm
- Alleen voor consumentengebruik



- **Neem de volgende regels in acht voordat je de Ultra Lite gebruikt:**

Gebruik het toestel niet onmiddellijk na het eten.

Hou kinderen onder de 8 jaar en huisdieren uit de buurt van het toestel.

Zorg ervoor dat er zich geen vingers of vreemde voorwerpen tussen de kap en de basis van het toestel bevinden.

Het maximale gebruikersgewicht is 120KG.

Het toestel mag slechts door één persoon tegelijkertijd gebruikt worden.



# VEILIGHEID

## Gebruik de Ultra Lite niet in de volgende omstandigheden:

Mensen die een medische behandeling ondergaan of medische problemen hebben, dienen voor gebruik hun arts te raadplegen.

Zwangerschap

Mensen met een hartaandoening.

Mensen met een pacemaker of een ander ingeplant medisch elektronisch toestel

Mensen met kunstledematen.

Mensen die gevoelig zijn voor trillingen of zware lichamelijke inspanningen.

**Gevaar:** Haal de stekker uit het stopcontact na gebruik of voor het schoonmaken van je toestel, om elektrocutie te vermijden.

## Waarschuwing:

Om het risico op brandwonden, brand, elektrocutie of verwondingen te vermijden, raden we je aan om:

Het toestel nooit onbeheerd achter te laten met de stekker in het stopcontact. Haal de stekker uit het stopcontact wanneer je het toestel niet gebruikt, of voordat je eventuele onderdelen vervangt of verwijdt.

Het toestel niet te gebruiken onder een deken of kussen, om oververhitting, brand, elektrocutie of verwondingen te vermijden.

Nauwlettend toezicht te houden wanneer het toestel wordt gebruikt door kinderen of personen met een handicap.

Het toestel enkel te gebruiken voor het beoogde doel, zoals beschreven in de handleiding.

Gebruik enkel hulpstukken die door de fabrikant worden aanbevolen of erkend.

Het toestel niet te gebruiken als het snoer of de stekker beschadigd is, als het niet goed werkt, als het toestel gevallen of beschadigd is, of in het water terechtgekomen is. Breng het toestel naar een onderhoudsdienst voor controle en reparatie.

Het snoer niet te gebruiken als handvat.

Het snoer uit de buurt van warme oppervlakken en warmtebronnen te houden.

Het toestel niet te gebruiken als de luchtgaten geblokkeerd zijn. Houd de openingen vrij van pluïsjes, haren of gruis.

Geen voorwerpen in het toestel te steken.

Het toestel niet buiten te gebruiken.

Het toestel niet te gebruiken op een plaats waar aerosolproducten (sprays) worden gebruikt of waar zuurstof wordt toegediend.

Om de verbinding te verbreken, schakel je het toestel uit en haal je de stekker uit het stopcontact.

## Stop onmiddellijk met het gebruik van de Ultra Lite als:

- Het toestel of de afstelling in contact komen met water
- Er vreemde voorwerpen in het toestel zijn terechtgekomen
- In geval van een stroomonderbreking
- In geval van onweer
- Als je je onwel voelt tijdens het gebruik
- Als de stroomkabel beschadigd is

---

**WAARSCHUWING:** Dit product kan je blootstellen aan chemicaliën, waaronder [lood], waarvan in de staat Californië bekend is dat het kanker veroorzaakt, en [Bisfenol A], waarvan in Californië bekend is dat het geboortefwijkingen of andere reproductieve schade veroorzaakt. Ga voor verdere informatie naar



# WAT ZIT ER IN DE DOOS?

- 1 x Bluefin Ultra Lite Trilplaat**
- 1 x VK Stekker**
- 1 x EU Stekker**
- 1 x Handleiding**
- 1 x Oefeningentabel**
- 2 x Trainingskabels**
- 1 x Afstandsbediening**
- 1 x Weerstandskoorden**

## **Accessoiregebruik:**

De trilplaat komt met 2 kabels voor bovenlichaamsoefeningen in combinatie met de trilplaat. Bevestig de zilveren clips van de kabels met de corresponderende zilveren ring aan beide kanten van de onderkant van de plaat. Verbind en verwijder geen accessoires tijdens het gebruik.

---



# AAN DE SLAG

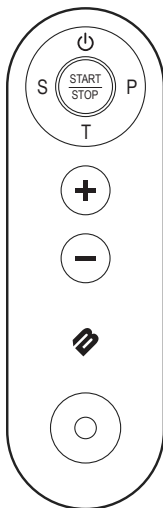
- 1** Pak je Bluefin trilplaat uit en plaats hem op een plat, hard oppervlak. Als het oppervlak oneven is, pas dan de voeten onder de plaat aan. Als je in een flat of appartementengebouw woont raden wij een yogamat aan onder de plaat om geluidsoverlast te voorkomen. Bluefin fitnessplaten zijn erg stil, maar elke trilplaat maakt wel wat geluid.
  - 2** Stop 1 x CR2032 batterij in de afstandsbediening.
  - 3** Verbind de stekker via de achterkant van de trilplaat met een stopcontact. Garandeer dat de trilplaat dicht genoeg bij het stopcontact is zodat de stekker niet uitgestrekt hoeft te worden. Zorg dat de aan/uit-knop aanstaat. Als de knop licht geeft, dan staat de machine aan. Zet de machine buiten gebruik uit, en zorg dat de knop geen licht meer geeft.
  - 4** Word bekend met het scherm en de afstandsbediening voordat je op de plaat stapt. Plaats je voeten op beide uiteinden van de plaat voor meer intensiteit en een betere balans. Garandeer dat je rustig en voorzichtig op de plaat stap voordat je begint aan een trainingsprogramma. We raden aan om met P1 te beginnen.
-



# CONTROLS

- 
 • Inschakelen / Uitschakelen
- 
 • Hoge Snelheid- knop  
Kies niveau 30-60-90
- 
 • Programma-knop
- 
 • Tijd-knop
- 
 • Verhoog of verlaag de tijd vanaf 15:00  
**Opmerking: Enkel beschikbaar bij Manuele Instelling en voor het begin van de work-out.**
- 
 • Verhoog of verlaag de snelheid van 1 tot 99.  
**Opmerking: Enkel beschikbaar bij Manuele Instelling en tijdens de work-out.**
- 
 • Snel starten/stoppen  
**Opmerking: Enkel beschikbaar bij Manuele Instelling en tijdens de work-out.**

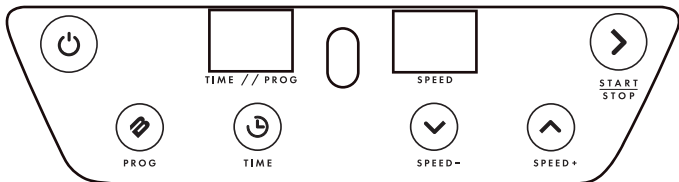
**START/  
STOP**







# CONTROLS



## Instellingen

De trilplaat heeft twee verschillende instellingen: manueel en automatisch. Je kunt de weerstandskoorde gebruiken voor beide instellingen.

### Manuele Instelling

Met de manuele instelling kun je de tijd en snelheid van je work-out zelf instellen. Om de manuele instelling te gebruiken:

1. Sluit het netsnoer van het toestel aan op het stopcontact. Gebruik de Aan/Uit-schakelaar om het toestel te activeren.
2. Druk op de Aan/Uit-knop op de afstandsbediening of het dashboard.
3. Gebruik de knoppen Tijd Verhogen en Tijd Verlagen op het dashboard of de afstandsbediening om de tijd in te stellen (reeks: 1–15 minuten; interval: 1 minuut). De tijd wordt weergegeven op het tijd-/programmadisplay op het dashboard.
4. Druk op de Start/Stop-knop op het dashboard of de afstandsbediening om de training te starten.
5. Gebruik de knoppen Snelheid Verhogen en Snelheid Verlagen op het dashboard of de afstandsbediening om de trilsnelheid aan te passen (reeks: 1-99; interval: 1).
6. Druk op de Start/Stop-knop op het dashboard of de afstandsbediening om de training op gelijk welk moment te stoppen.
7. Druk, wanneer je klaar bent, op de Aan/Uit- knop op het dashboard of de afstandsbediening om het toestel uit te schakelen.

**OPMERKING:** Als je wilt stoppen voordat de ingestelde tijd is verstreken, druk je op de Start/Stop-knop op de afstandsbediening of stapt je van het toestel af en druk je op de Start/Stop-knop op het dashboard.



# WORK-OUT CONFIGURATIE

## Automatische Instelling

Bij de automatische instelling, volgt het toestel het door jou geselecteerde trainingsprogramma. De automatische instelling gebruiken:

1. Sluit het netsnoer van het toestel aan op het stopcontact. Gebruik de Aan/Uit-schakelaar om het toestel te activeren.
2. Druk op de Aan/Uit-knop op het dashboard of de afstandsbediening.
3. Druk op de programma-knop om te schakelen tussen de negen vooraf ingestelde programma's (P1, P2, ... en P9). Raadpleeg de onderstaande tabel voor verdere informatie over de vooraf ingestelde programma's.
4. Wanneer je het gewenste programma hebt geselecteerd, druk je op de Start/Stop-knop op het dashboard of de afstandsbediening om de work-out te starten. Stap op het toestel.
5. Druk op de Start/Stop-knop op het dashboard of de afstandsbediening om de training op gelijk welk moment te stoppen.
6. Wanneer je klaar bent, stap je van het toestel af en druk je op de Aan/Uit-knop op de afstandsbediening of op de Aan/Uit-knop op het dashboard.

## Extra Informatie

- Wanneer je de programma's P1-P9 gebruikt, wordt de tijd automatisch ingesteld op 10 minuten. De snelheid varieert per minuut (zie de tabel "Programma-snelheid"). Met nog ongeveer 40 seconden te gaan, wordt de snelheid verlaagd. De snelheid is afhankelijk van het geselecteerde programma. Met nog 10 seconden te gaan, begint het toestel af te tellen naar 0. De snelheid moet op 0 staan als de tijd op nul staat.
  - Bij de manuele instelling worden de tijd en snelheid door de gebruiker zelf bepaald. Elke serie duurt maximum 10 minuten. Zodra de tijd is verstreken, kan het toestel opnieuw worden gebruikt. Er is geen downtime nodig.
  - Wanneer je op de Stop-knop op de afstandsbediening of op het toestel drukt, telt de snelheid af tot nul.
-



# TECHNISCHE SPECIFICATIES

|                           |                                |
|---------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTOR</b>              | Enkele Motor                   |
| <b>FUNCTIE'S</b>          | Vibratie                       |
| <b>STROOM VEREIST</b>     | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>NIVEAU'S</b>           | 1-99 niveau's                  |
| <b>PROGRAMMA'S</b>        | 9 ingebouwde programma's       |
| <b>HANDMATIGE FUNCTIE</b> | 1 Work-out                     |
| <b>GEBRUIKERSGEWICHT</b>  | Maximaal: 120kg                |
| <b>EENHEIDSGEWICHT</b>    | 8 kg                           |
| <b>GARANTIE</b>           | Levenslange motorgarantie      |

---



# TECHNICAL CHARACTERISTICS

## Ultra Lite (EU)

**Model:** Ultra Lite

**Nominale spanning:** 220-240V~

**Frequentie:** 50/60Hz

**Nominaal vermogen:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Model:** Ultra Lite

**Nominale spanning:** 120V

**Frequentie:** 60Hz

**Nominaal vermogen:** 200W





# GARANTTIE

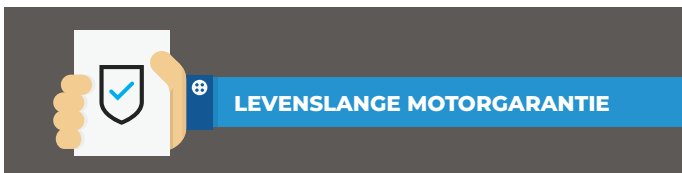
De Bluefin garantie geldt voor alle technische misstanden met je apparaat. Als je een garantieclaim wilt doen kunt je ons bereiken via [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## De garantie geldt niet voor de volgende situaties:

- Krassen en andere gebruiksschade.
- Waterschade.
- Schade door onjuist gebruik.
- Chassisschade en krassen door onjuist gebruik of laten vallen.
- Electronische schade door onjuist gebruik of laten vallen.

**Je garantie begint bij bewijs van ontvangst, technische fouten zijn 12 maanden verzekerd en de motor is levenslang verzekerd.**

Als je vragen hebt omtrent garantie e-mail ons dan via [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



NL

# EU-Conformiteitsverklaring

Ga voor de meest recente en actuele EU-conformiteitsverklaring voor dit product naar: [www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

**ADRES VAN DE DOOR DE EU GEMACHTIGDE VERTEGENWOORDIGER:**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

**UK IMPORTEUR ADRES:**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

**USA IMPORTEUR ADRES:**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

[www.bluefinfitness.com](http://www.bluefinfitness.com)

---

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# BRUKSANVISNING

För användning med  
**BLUEFIN FITNESS**  
Ultra Lite Vibration Plate

SE







# SÄKERHET

Läs igenom den här bruksanvisningen innan du använder din Ultra Lite första gången.

Det är viktigt att behålla dessa instruktioner för framtida referens.

Förvara utrustningen utom räckhåll för barn under 8 år. Om du har en konstaterad medicinsk åkomma som kan påverka din förmåga att använda den här produkten rekommenderar vi starkt att du rådgör med din läkare eller sjukgymnast innan du använder produkten för att inte riskera att skadas.

Barn får inte leka med apparaten.

Barn och husdjur ska hållas under ständig uppsikt.

Om nätsladden är skadad måste den bytas ut av tillverkaren, dess servicerepresentant eller liknande kvalificerade personer för att undvika fara.

Använd endast tillbehör som rekommenderas av tillverkaren.

**FÖRSIKTIGHET** Instruktionerna måste följas noggrant vid montering, användning och underhåll av utrustningen.

Håll hår, fingrar och löst sittande kläder borta från rörliga delar för att undvika allvarliga skador.

Rådgör alltid med din SP innan du påbörjar något träningsprogram.

Denna produkt är inte lämplig för terapeutiska ändamål.

Denna produkt är endast avsedd för hemmabruk.

Använd inte produkten i fuktiga eller dammiga miljöer för att undvika risk för elektriska stötar.

Använd inte produkten om temperaturen överstiger 40°C/104°F.

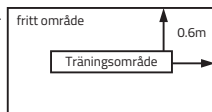
Se till att produkten ligger på en plan och torr yta före användning.

Halkskyddsmatta rekommenderas.

Produktstorlek (max efter montering) 580 x 334 x 132 mm

Fotplattans yta dimensioner 580 x 334 x 132 mm

Endast för konsumentbruk



## Innan du använder Ultra Lite:

Vänta en stund efter att du har ätit innan du använder utrustningen.

Se till att barn under 8 år och husdjur är utom räckhåll för maskinen.

Se till att inga fingrar eller främmande föremål befinner sig i närheten av mellanrummet mellan höljet och enhetens bas under användning.

Användarens vikt får inte överstiga 120 kg.

Endast en person åt gången får stå på plattformen.



# SÄKERHET

## Använd inte Ultra Lite om du tillhör någon av följande grupper:

Personer som genomgår medicinsk behandling eller som har medicinska åkommor – rådfråga läkare före användning.

Gravida.

Personer mer hjärtsjukdomar.

Personer med pacemaker eller andra typer av medicinska elektroniska implantat.

Personer med protes.

Personer som är känsliga för vibrationer eller ansträngande träning.

## Fara: För att minska risken för elstötar:

Koppla alltid ur kontakten från vägguttaget direkt efter användning och före rengöring.

## Varning:

För att minska risken för brännskador, elstötar eller personsador:

Produkten får aldrig lämnas utan uppsikt när kontakten sitter i. Koppla ur kontakten från vägguttaget när produkten inte används och innan du sätter på eller lossar delar.

Använd inte under en filt eller kudde. Överhettning kan inträffa och orsaka brand, elstötar eller personsador.

Noggrann uppsikt krävs när den här produkten används av eller i närheten av barn eller personer med funktionshinder.

Använd bara den här produkten för avsett ändamål i enlighet med den här manualen. Använd endast de tillbehör som rekommenderas av tillverkaren.

Använd aldrig den här produkten om kontakten eller sladden är skadad, om den inte fungerar som den ska, om den har tappats, skadats eller hamnat i vatten. Lämna in produkten på ett servicecenter för kontroll och reparation.

Bär inte produkten i sladden eller använd sladden som handtag.

Håll sladden borta från varma ytor.

Använd aldrig den här produkten om luftöppningarna är blockerade. Håll luftöppningarna fria från damm, hår och liknande.

Inga föremål får tappas eller föras in i någon av öppningarna.

Använd inte utomhus.

Använd inte på platser där aerosol-/sprayprodukter används eller där syrgas hanteras.

För att koppla från strömmen, vrid alla reglage till läge "av" och dra ur kontakten ur vägguttaget.

## Sluta omedelbart att använda Ultra Lite:

om vatten kommer i kontakt med enheten eller fjärrkontrollen.

om ett främmande föremål har fastnat i utrustningen.

vid strömfel.

vid åskväder.

om du känner obehag vid användningen.

om strömkabeln är skadad.

---

**WARNING:** Den här produkten kan utsätta dig för kemikalier inklusive [bly], som i delstaten Kalifornien har konstaterats orsaka cancer, och [bisfenol A], som i delstaten Kalifornien har konstaterats orsaka fosterskador eller andra fortplantningsskador. Mer information finns här:

[www.P65Warnings.ca.gov](http://www.P65Warnings.ca.gov)



# VAD INGÅR?

- 1 x Bluefin Ultra Lite Vibrationsplatta**
- 1 x UK strömkabel**
- 1 x EU-strömkabel**
- 1 x bruksanvisning**
- 1 x Träningsschema**
- 2 x träningskablar**
- 1 x Fjärrkontroll**
- 1 x Set med träningsband**

## **Så använder du tillbehören:**

Din vibrationsplatta levereras med 2 gummiband som du kan använda för att träna överkroppen samtidigt som du står på plattan. Fäst silverspännena på banden i motsvarande silverring på vardera sida av plattans nederdel. Försök inte fästa eller lossa tillbehören från plattan medan du använder den.

---










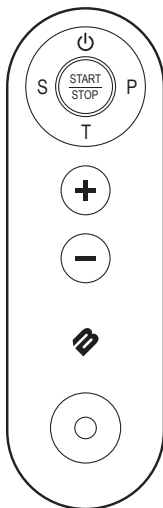
# SA KOMMER DU IGÅNG

- 1** Lyft upp din Bluefin-vibrationsplatta ur kartongen och placera den på en hård, plan yta. Om underlaget är något ojämnt kan du justera fötterna under plattan. Om du bor i lägenhet rekommenderar vi att du lägger en matta under plattan för att dämpa ljudet. Bluefins träningsplattor är mycket tystgående, men alla vibrationsplattor genererar ett visst ljud.
  - 2** Sätt i 1 x CR2032 batteri i fjärrkontrollen.
  - 3** Sätt i strömkabeln på plattans baksida och sätt i kontakten i ett eluttag. Se till att plattan står så pass nära uttaget att sladden inte sträcks. Kontrollera att strömbrytaren bredvid kabeln är på. Om strömbrytaren lyser är maskinen på. När maskinen inte används, stäng av den och kontrollera att knappen inte lyser.
  - 4** Undersök hur skärmen och fjärrkontrollen fungerar innan du ställer dig på plattan. Placera fötterna på vardera sida av plattan för högre intensitet och bättre balans. Ställ dig på plattan långsamt och försiktigt innan du startar ett träningsprogram. Vi rekommenderar att börja med P1.
-



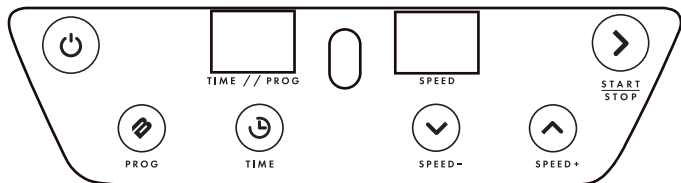
# STYRFUNKTIONER

-  Ström på/av
-  Hastighetsknapp  
Välj mellan 30, 60 eller 90
-  Programknapp
-  Tidsknapp
-  Öka eller minska tiden från 15:00  
**OBS! Fungerar endast före träning med manuellt program.**
-  Öka eller minska hastigheten mellan 1 och 99.  
**OBS! Fungerar endast under träning med manuellt program.**
-  Snabbstart/stopp  
**OBS! Fungerar endast under träning med manuellt program.**





# STYRFUNKTIONER



## Användningslägen

Vibrationsmaskinen har två användningslägen: manuellt läge och automatiskt läge. Du kan använda träningsbanden i båda lägena.

## Manuellt läge

I manuellt läge kan du ställa in tid och hastighet för träningen. För att använda manuellt läge:

1. Sätt i kontakten i ett vägguttag. Slå på maskinen med hjälp av strömbrytaren.
2. Tryck på av/på-knappen på fjärrkontrollen eller kontrollpanelen.
3. Använd knapparna på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att öka och minska träningstiden (intervall: 1–15 minuter; steg: 1 minut). Aktuell träningstid visas i displayen för tid/program på kontrollpanelen.
4. Tryck på start/stopp-knappen på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att starta träningen.
5. Använd knapparna på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att öka och minska hastigheten (intervall: 1–99; steg: 1).
6. Tryck på start/stopp-knappen på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att stoppa träningen när som helst.
7. När du har tränat klart trycker du på av/på-knappen på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att stänga av maskinen.

OBS! Om du vill stoppa maskinen innan tiden har gått ut trycker du på start/stopp-knappen på fjärrkontrollen eller går av maskinen och trycker på start/stopp-knappen på kontrollpanelen.

---



# TRÄNINGSSINSTÄLLNINGAR

## Automatiskt läge

När du använder automatiskt läge kommer maskinen att följa ditt förinställda träningsprogram. För att använda automatiskt läge:

1. Sätt i kontakten i vägguttaget. Slå på maskinen med hjälp av strömbrytaren.
2. Tryck på av/på-knappen på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att starta träningen.
3. Tryck på programknappen för att välja mellan de nio förinställda programmen (P1, P2 osv. upp till P9). Se tabellen nedan för detaljerad information om de förinställda programmen.
4. När du har valt ditt önskade program trycker du på start/stopp-knappen på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att starta träningen. Ställ dig på maskinen.
5. Tryck på start/stopp-knappen på kontrollpanelen eller fjärrkontrollen för att stoppa träningen när som helst.
6. När du har tränat klart går du av maskinen och trycker på av/på-knappen på fjärrkontrollen eller kontrollpanelen.

## Ytterligare information

- När du använder program P1–P9 är tiden automatiskt inställd på 10 minuter. Maskinen ökar successivt till önskad hastighet i början av programmet. Hastigheten varierar varje minut (se tabellen "programhastighet"). När cirka 40 sekunder återstår kommer hastigheten att minska. Hastigheten varierar beroende på valt program. När 10 sekunder återstår kommer maskinen att börja räkna ned till 0. Hastigheten bör vara nere på 0 när tiden upphör.
  - Vid manuell inställning styrs tid och hastighet av användaren. Tiden är max. 10 minuter per träningsrutin. När tiden för träningsrutinen har löpt ut kan maskinen användas igen. Ingen vilotid behövs.
  - När du trycker på stoppknappen på fjärrkontrollen eller på själva maskinen kommer hastigheten successivt att minska ned till 0."
-



# TEKNISKA SPECIFIKATIONER

|                         |                                |
|-------------------------|--------------------------------|
| <b>MOTOR</b>            | En motor                       |
| <b>FUNKTIONER</b>       | Vibration                      |
| <b>STRÖM KRÄVS</b>      | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>NIVÅER</b>           | 1-99 nivåer                    |
| <b>PROGRAM</b>          | 9 inbyggda program             |
| <b>MANUELL FUNKTION</b> | 1 Workouts                     |
| <b>ANVÄNDARENS VIKT</b> | Max: 120 kg                    |
| <b>ENHETENS VIKT</b>    | 8 kg                           |
| <b>GARANTI</b>          | Livstidsgaranti för motorn     |

---





# EU-FÖRSÄKRAN OM ÖVERENSSTÄMMELSE

## Ultra Lite (EU)

**Modell:** Ultra Lite

**Märkspänning:** 220-240V~

**Frekvens:** 50/60Hz

**Nominell effekt:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Modell:** Ultra Lite

**Märkspänning:** 120V

**Frekvens:** 60Hz

**Nominell effekt:** 200W





# GARANTI

Bluefins garanti omfattar eventuella tekniska fel hos produkten. Om du behöver utnyttja garantin, kontakta oss via e-post på [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## Garantin omfattar inte följande:

- Generellt slitage och märken till följd av användning.
- Vattenskador.
- Skador till följd av felaktig användning.
- Chassiskador och repor till följd av felaktig användning eller fall.
- Elektronikskador till följd av felaktig användning eller fall.

Garantitiden börjar vid mottagen leverans och varar i 12 månader vid tekniska fel. Motorn har livstidsgaranti!

Om du har frågor om garantin får du gärna kontakta oss via e-post på: [support @bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



LIVSTID MOTORGARANTI

Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



SE

# EU-FÖRSÄKRAN OM ÖVERENSSTÄMMELSE

Den senaste, uppdaterade EU-försäkrans om överensstämmelse för denna produkt hittar du på:

[www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

## **EU IMPORTÖRENS ADRESS:**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteada,  
9020 105 Funchal, Portugal

## **UK IMPORTÖRENS ADRESS:**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

## **USA IMPORTÖRENS ADRESS:**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901

[www.bluefinfitness.com](http://www.bluefinfitness.com)

---

**BLUEFIN**  
— FITNESS —

# BRUKSANVISNING

Do użycia z  
**BLUEFIN FITNESS**  
Ultra Lite Vibration Plate







# BEZPIECZEŃSTWO

Przeczytaj niniejszą instrukcję obsługi przed pierwszym użyciem Ultra Lite.

Ważne jest, aby zachować te instrukcje na przyszłość.

Trzymaj urządzenie z dala od dzieci w wieku poniżej 8 lat. Jeśli masz znane schorzenie, które może mieć wpływ na zdolność korzystania z tego produktu, zdecydowanie zalecamy skonsultowanie się z lekarzem przed użyciem, aby uniknąć ryzyka obrażeń.

Dzieciom nie wolno bawić się urządzeniem.

Dzieci i zwierzęta domowe należy zawsze nadzorować.

Jeśli przewód zasilający jest uszkodzony, musi zostać wymieniony przez producenta, jego przedstawiciela serwisowego lub podobnie wykwalifikowaną osobę, aby uniknąć niebezpieczeństwa.

Używaj wyłącznie akcesoriów zalecanych przez producenta.

PRZESTROGA Instrukcje muszą być ściśle przestrzegane podczas montażu, użytkowania i konserwacji sprzętu.

Trzymaj włosy, palce i luźne ubrania z dala od ruchomych części, aby uniknąć poważnych obrażeń.

Zawsze skonsultuj się z lekarzem przed podjęciem jakiegokolwiek programu ćwiczeń.

Ten produkt nie nadaje się do celów terapeutycznych.

Ten produkt jest przeznaczony wyłącznie do użytku domowego.

Nie używaj produktu w wilgotnym lub zapylonym otoczeniu, aby uniknąć ryzyka porażenia prądem.

Nie używaj produktu, jeśli temperatura przekracza 40°C/104°F.

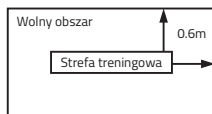
Przed użyciem upewnij się, że produkt znajduje się na płaskiej i suchej powierzchni.

Zalecane jest używanie z matą przeciwpoślizgową.

Wymiary produktu (max po złożeniu) 580 x 334 x 132 mm

Powierzchnia podnóżka ma wymiary 507 x 292 mm

Wyłącznie do użytku konsumenckiego



## Przed użyciem Ultra Lite:

Odczekaj odpowiedni czas po jedzeniu przed użyciem urządzenia.

Upewnij się, że dzieci w wieku poniżej 8 lat i zwierzęta domowe są trzymane z dala od urządzenia. Upewnij się, że żadne palce ani ciała obce nie znajdują się w pobliżu szczeliny między pokrywą a podstawą urządzenia podczas pracy.

Maksymalna waga użytkownika to 120 kg.

Jednocześnie na platformie może przebywać tylko jedna osoba.



# BEZPIECZEŃSTWO

## **Nie używaj Ultra Lite, jeśli którykolwiek z poniższych warunków dotyczy Ciebie:**

Osoby, które są w trakcie leczenia lub mają jakiegokolwiek problemy zdrowotne, przed użyciem powinny skonsultować się z lekarzem.

Ciąża

Osoby z chorobami serca.

Osoby z wszczepionymi rozrusznikami serca lub innymi medycznymi instrumentami elektronicznymi.

Osoby ze sztucznymi kończynami.

Osoby wrażliwe na wibracje lub forsowne ćwiczenia.

## **Uwaga:** Aby zminimalizować ryzyko porażenia prądem elektrycznym:

Zawsze odłączaj ten sprzęt od gniazdka elektrycznego natychmiast po użyciu i przed czyszczeniem.

## **Ostrzeżenie:**

Aby zminimalizować ryzyko oparzeń, pożaru, porażenia prądem elektrycznym lub obrażeń:

Urządzenie nie powinno pozostawać bez nadzoru, gdy jest podłączone do gniazdka. Wytącz z gniazdka po użyciu i przed zdjęciem lub założeniem części. Nie używaj pod koftrą ani pod poduszką. Może to prowadzić do nadmiernego nagrzewania i wywołać pożar, porażenie prądem elektrycznym lub obrażenia osobiste.

Korzystanie z urządzenia w obecności dzieci, osób niepełnosprawnych lub na ich osobie wymaga nadzoru.

Używaj tego urządzenia tylko do jego zamierzonego celu, zgodnie z opisem w instrukcji obsługi.

Nie używaj akcesoriów niezalecanych przez producenta.

Nigdy nie używaj tego urządzenia, jeśli ma uszkodzony kabel lub wtyczkę, jeśli nie działa poprawnie, jeśli zostało upuszczone, uszkodzone lub wpadło do wody. Zwróć urządzenie do punktu serwisowego w celu przeglądu i naprawy.

Nie przenoś tego urządzenia za pomocą przewodu zasilającego ani nie używaj przewodu jako uchwytu.

Trzymaj przewód z dala od gorących powierzchni.

Nigdy nie używaj urządzenia, jeśli otwory wentylacyjne są zablokowane. Utrzymuj otwory wentylacyjne wolne od kurzajki, wtosów i innych zanieczyszczeń.

Nigdy nie upuszczaj ani nie wkładaj żadnych przedmiotów do otworów.

Nie używaj na zewnątrz.

Nie używaj w miejscach, gdzie używane są produkty w sprayu (aerozole) ani tam, gdzie podawane jest tlen.

Aby odłączyć, wyłącz wszystkie przyciski regulacyjne, a następnie wyjmij wtyczkę z gniazdka.

## **Natychmiast przestań używać Ultra Lite, jeśli:**

Woda wchodzi w kontakt z urządzeniem lub sterownikiem

Do wnętrza urządzenia dostały się ciała obce

Wystąpiła awaria zasilania.

Jest burza elektryczna.

Złe się czujesz podczas korzystania z urządzenia.

Przewód zasilający nie jest uszkodzony.

**OSTRZEŻENIE:** Ten produkt może narazić Cię na działanie substancji chemicznych, w tym [ołowiu], o którym w stanie Kalifornia wiadomo, że powoduje raka, oraz [Bisfenolu A], o którym w stanie Kalifornia wiadomo, że powoduje wady wrodzone lub inne uszkodzenia rozrodcze. Aby uzyskać więcej informacji, przejdź do [www.P65Warnings.ca.gov](http://www.P65Warnings.ca.gov).



# CO JEST W PUDEŁKU?

- 1 x płytka wibracyjna Bluefin Ultra Lite**
- 1 x kabel zasilający w Wielkiej Brytanii**
- 1 x kabel zasilający ue**
- 1 x instrukcja obsługi**
- 1 x tabela ćwiczeń**
- 2 x kable treningowe**
- 1 x Pilot zdalnego sterowania**
- 1 x Zestaw taśm oporowych**

## Korzystanie z akcesoriów:

Twoja płyta wibracyjna jest dostarczana z 2 linkami bungee do użytku w ćwiczeniach górnych partii ciała w połączeniu z płytą. Przymocuj srebrne klipsy na bungee do odpowiednich srebrnych pierścieni po obu stronach dolnej części płytki. Nie próbuj mocować ani odłączać akcesoriów od płytki podczas jej używania.






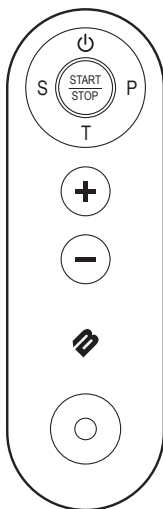
# PIERWSZE KROKI

- 1 Wypakuj swoją płytę wibracyjną Bluefin i umieść ją na płaskiej, twardej powierzchni. Jeśli powierzchnia jest nieco nierówna, dostosuj nóżki pod płytą. Jeśli mieszkasz w mieszkaniu lub budynku mieszkalnym, zalecamy umieszczenie pod płytą maty do jogi lub dywanu, aby wchłonać ewentualny hałas. Płyty fitness Bluefin są bardzo ciche, ale wszystkie płyty wibracyjne wydają przynajmniej trochę dźwięku.
  - 2 Wtóż 1 baterię CR2032 do pilota zdalnego sterowania.
  - 3 Wtóż kabel zasilający do tyłu płyty i włącz drugi koniec do gniazdka elektrycznego. Upewnij się, że płyta jest wystarczająco blisko gniazdka, aby kabel nie był naciągnięty. Upewnij się, że włącznik zasilania obok wtyczki jest włączony. Jeśli włącznik jest podświetlony, oznacza to, że urządzenie jest włączone. Po zakończeniu użytkowania, wyłącz urządzenie i upewnij się, że ten przycisk nie jest podświetlony.
  - 4 Zapoznaj się z ekranem i pilotem przed wejściem na płytę. Umieść swoje stopy po obu stronach płyty dla większej intensywności i lepszej równowagi. Upewnij się, że wchodzisz na płytę powoli i ostrożnie przed rozpoczęciem jakiegokolwiek ustawienia treningowego. Zalecamy rozpoczęcie od ustawienia P1.
-



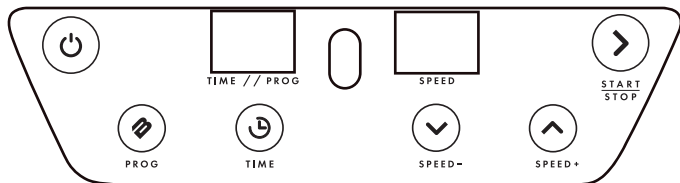
# STEROWNICA

-  Włącz / Wylłącz
- **S** Przycisk szybkiego tempa  
Wybierz poziomy 30, 60, 90
- **P** Przycisk programu
- **T** Przycisk czasu
- **+** Zwiększ lub zmniejsz ustawienie czasu od 15:00  
**NB/ Dostępne tylko w trybie manualnym przed treningiem.**
- **-** Zwiększ lub zmniejsz poziom prędkości od 1 do 99.  
**NB/ Dostępne tylko w trybie manualnym podczas treningu.**
- **START/ STOP** Szybkie uruchamianie / zatrzymywanie  
**NB/ Dostępne tylko w trybie manualnym podczas treningu.**





# STEROWNICA



## Tryby użytkowania

Masażer wibracyjny oferuje dwa tryby użytkowania: tryb manualny i tryb automatyczny. W obu trybach można używać taśm oporowych.

### Tryb manualny

W trybie manualnym można ustawić czas i prędkość ćwiczeń. Aby użyć trybu manualnego: Podłącz przewód zasilający urządzenia do gniazdka. Użyj włącznika zasilania, aby włączyć urządzenie.

Naciśnij przycisk zasilania na pilocie zdalnego sterowania lub panelu sterowania.

Użyj przycisków Zwiększ Czas i Zmniejsz Czas na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby ustawić czas ćwiczeń (zakres: 1-15 minut; interwał: 1 minuta). Aktualny czas ćwiczeń jest wyświetlany na ekranie czasu / programu na panelu sterowania.

Naciśnij przycisk Start / Stop na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby rozpocząć ćwiczenia.

Użyj przycisków Zwiększ Prędkość i Zmniejsz Prędkość na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby dostosować prędkość wibracji (zakres: 1-99; interwał: 1).

Naciśnij przycisk Start / Stop na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby w dowolnym momencie zatrzymać ćwiczenia.

Po zakończeniu ćwiczeń, naciśnij przycisk zasilania na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby wyłączyć urządzenie.

**UWAGA:** Aby zatrzymać urządzenie przed upływem ustawionego czasu, naciśnij przycisk Start / Stop na pilocie zdalnego sterowania lub zsiądź z urządzenia i naciśnij przycisk Start / Stop na panelu sterowania.



# USTAWIENIA TRENINGOWE

## Tryb automatyczny

Podczas korzystania z trybu automatycznego urządzenie będzie podążać za wybranym przez siebie programem ćwiczeń. Aby użyć trybu automatycznego:

1. Podłącz przewód zasilający urządzenia do gniazdko. Użyj włącznika zasilania, aby włączyć urządzenie.
2. Naciśnij przycisk zasilania na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania.
3. Naciśnij przycisk wyboru programu, aby przeglądać między dziewięcioma dostępnymi programami (P1, P2, ... i P9). Szczegółowe informacje o programach presetowanych znajdziesz w tabeli poniżej.
4. Po wybraniużądanego programu, naciśnij przycisk Start / Stop na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby rozpocząć ćwiczenia. Wsiądź na urządzenie.
5. Naciśnij przycisk Start / Stop na panelu sterowania lub pilocie zdalnego sterowania, aby w dowolnym momencie zatrzymać ćwiczenia.
6. Po zakończeniu ćwiczeń, zsiądź z urządzenia i naciśnij przycisk zasilania na pilocie zdalnego sterowania lub przycisk zasilania na panelu sterowania.

## Dodatkowe informacje:

- Podczas korzystania z ustawień programów P1-P9, czas jest automatycznie ustawiany na 10 minut. Urządzenie będzie zwiększać prędkość na początku programu. Prędkość zmienia się co minutę (patrz tabela "Prędkość programu"). Około 40 sekund przed końcem, prędkość zostanie zmniejszona do wolniejszej. Prędkość zależy od wybranego programu. Na 10 sekund przed końcem, urządzenie zacznie odliczać do 0. Prędkość urządzenia powinna być na poziomie 0, gdy czas wynosi zero.
  - Jeśli korzystasz z trybu manualnego, czas i prędkość są kontrolowane przez użytkownika. Czas ćwiczenia ma maksymalnie 10 minut na jedną rutynę. Po upływie czasu w rutynie, urządzenie można ponownie uruchomić. Nie ma przerw potrzebnych.
  - Po naciśnięciu przycisku Stop na pilocie zdalnego sterowania lub na urządzeniu, prędkość będzie odliczać do zera.
-



# TECH SPECS

|                           |                                |
|---------------------------|--------------------------------|
| <b>SILNIK</b>             | Pojedynczy silnik              |
| <b>FUNKCJE</b>            | Wibracja                       |
| <b>WYMAGANA ZASILANIE</b> | AC120V (US), 220-240V (EU, UK) |
| <b>POZIOMY</b>            | 1-99 poziomy                   |
| <b>PROGRAMY</b>           | 9 wbudowanych programów        |
| <b>FUNKCJA RĘCZNA</b>     | 1 Trening                      |
| <b>WAGA UŻYTKOWNIKA</b>   | Maksymalnie: 120 kg            |
| <b>MASA JEDNOSTKI</b>     | 8 kg                           |
| <b>GWARANCJA</b>          | Dożywotnia gwarancja na silnik |

---



# CHARAKTERYSTYKA TECHNICZNA

## Ultra Lite (EU)

**Numer modelu:** Ultra Lite

**Napięcie:** 220-240V~

**Częstotliwość:** 50/60Hz

**Moc:** 200W

## Ultra Lite (US)

**Numer modelu:** Ultra Lite

**Napięcie:** 120V

**Częstotliwość:** 60Hz

**Moc:** 200W





# GWARANCJA

Gwarancja Bluefin obejmuje wszelkie usterki techniczne produktu. Jeśli chcesz zgłosić roszczenie gwarancyjne, skontaktuj się z nami za pośrednictwem poczty elektronicznej pod adresem [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

## Twoja gwarancja nie obejmuje następujących elementów:

- Ogólne ślady użytkowania i ślady użytkowania.
- Ogólne ślady użytkowania i ślady użytkowania.
- Uszkodzenia spowodowane niewłaściwym użytkowaniem.
- Uszkodzenia obudowy i zadrapania spowodowane niewłaściwym użytkowaniem lub upuszczeniem.
- Uszkodzenia elektroniczne spowodowane niewłaściwym użytkowaniem lub upuszczeniem.

**Twoja gwarancja rozpoczyna się w momencie otrzymania dostawy, usterki techniczne są objęte gwarancją przez 12 miesięcy, a silnik objęty jest dożywotnią gwarancją!**

Jeśli masz jakiegokolwiek pytania dotyczące gwarancji, napisz do nas na adres: [support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)



Chief Executive  
William Vaughan

**BLUEFIN**  
— FITNESS —



# Deklaracja zgodności UE

Najnowszą i aktualną deklarację zgodności UE dla tego produktu można znaleźć na stronie:

[www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite\\_DoC.pdf](http://www.bluefinfitness.com/manuals/UltraLite_DoC.pdf)

## **ADRES IMPORTERA UE:**

Comply Express Unipessoal Limitada,  
StartUp Madeira, EV141, Campus da Penteadá,  
9020 105 Funchal, Portugal

## **ADRES IMPORTERA W UK:**

Bluefin Trading Ltd, Keelham Farm,  
Hebden Bridge, UK, HX7 8TG

## **ADRES IMPORTERA W USA:**

Bluefin Trading International LLC  
3500 South DuPont Highway, Suite 300,  
Dover, DE 19901



# **BLUEFIN**

**— FITNESS —**

[support@bluefintrading.co.uk](mailto:support@bluefintrading.co.uk)

[www.bluefinfitness.com](http://www.bluefinfitness.com)