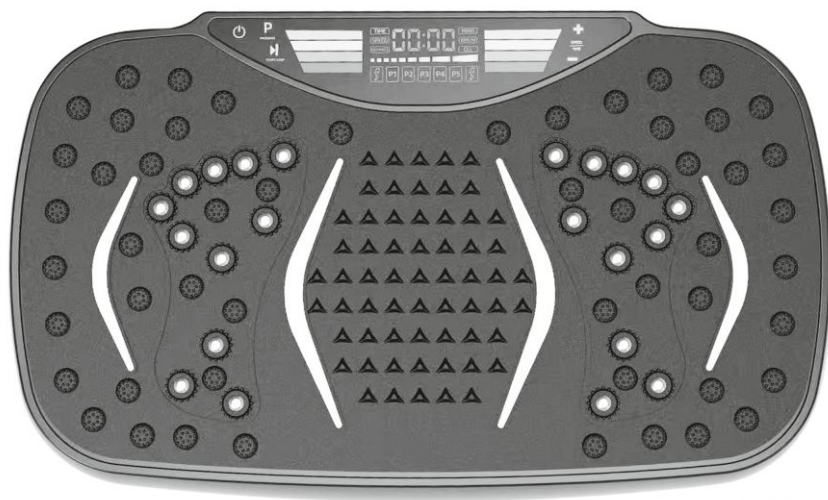


boste

Fitcore V1 Multifunctional Vibration Plate with Remote Black-gold

User Manual
Instrukcja obsługi
Bedienungsanleitung



Thank you for choosing Boste.

INTRODUCTION

Thank you for purchasing this fitness vibration machine. Please read the user manual carefully to ensure safe and proper use. Be sure to read and fully understand the safety precautions before use.

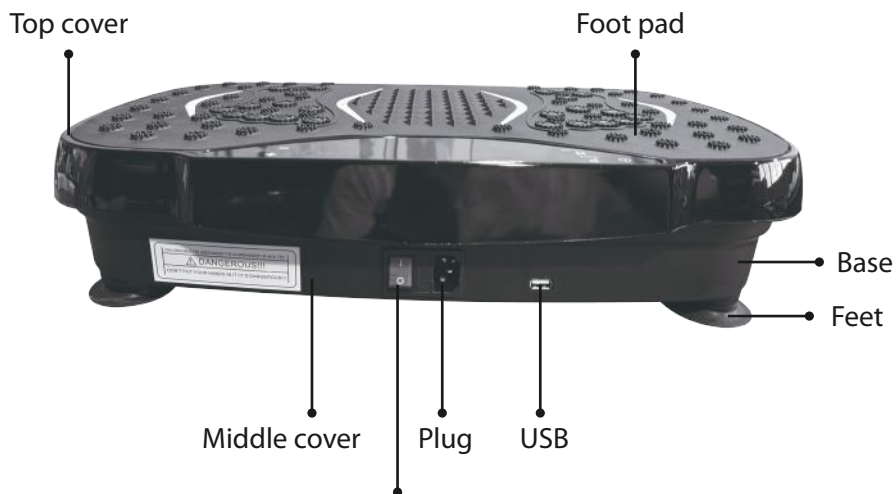
TABLE OF CONTENTS

Safety Precautions	1
Product Structure Overview	2
Remote Control	3
Operating Instruction	4
Technical Specification	5
Exercise Posture Reference	6
Product Features	12
Cleaning and Maintenance	12
Troubleshooting	13
Storage and Transportation	13
Package List	14

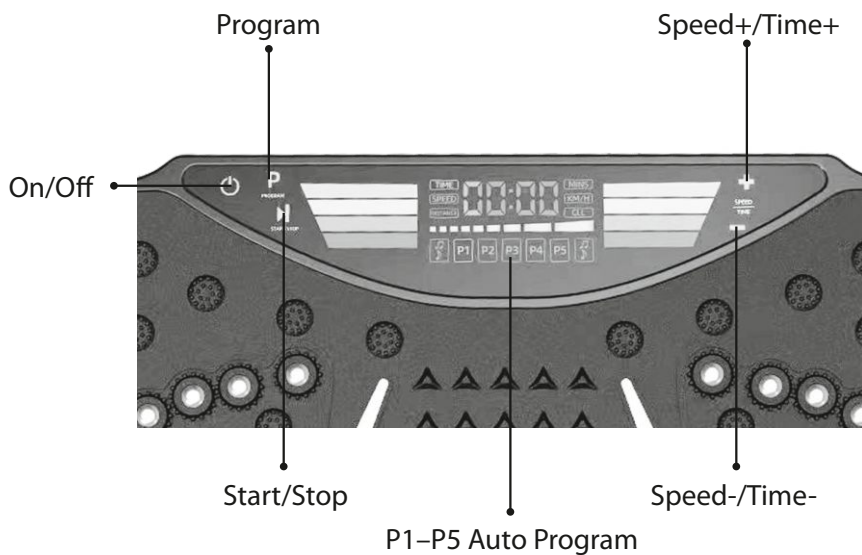
SAFETY PRECAUTIONS

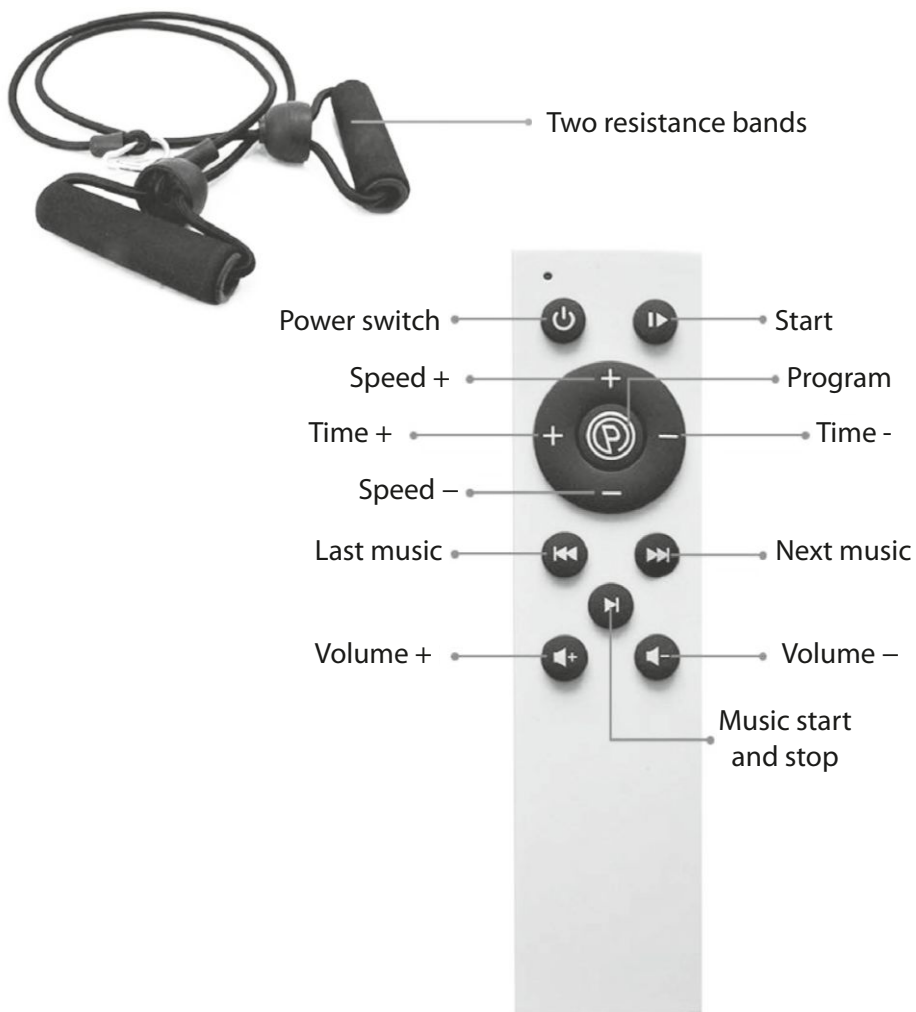
Attention

- Recommended usage time: 10–20 minutes per session.
- If you have joint issues, high blood pressure, bronchitis, heart problems, skin conditions, diabetes, are pregnant, severely overweight, have ear infections, weak bones, osteoporosis, stomach issues, a pacemaker, or other medical conditions – please consult your doctor before using this vibration trainer.
- Make sure you understand how to use the machine properly to avoid injury or malfunction.
- Keep children away from this device.
- Feeling slightly dizzy at first is normal. It should go away after a few uses.
- Do not stomp or jump on the pad – it can cause injury or damage.
- Do not kneel on the pad – it may lead to injury.
- Do not place all your body weight on one side.
- Do not use the device with wet hands.
- Only one person may use the device at a time.
- This machine is for exercise only. Any other use is prohibited.



Note: Press this button to turn on the power after plugging in the power cord.





Vibration types:

Left-right Oscillation: Amplitude: 0–12 mm, Frequency: 0–30 Hz

Operating Instruction

- Power switch: Press to turn the machine on or off
- ON/OFF: Press to start the device
- Automatic program:

1. Press "P" once → auto-program P1
2. Press "P" twice → auto-program P2
3. Press "P" three times → auto-program P3
4. Press "P" four times → auto-program P4
5. Press "P" five times → auto-program P5

Note: You can't adjust time or speed in automatic programs.

- Speed+ button: Increases speed (manual mode only)
- Speed- button: Decreases speed (manual mode only)

Speed levels: 1–99

- Time+ button & Time- button: Adjust workout time (manual mode only)

- When using speaker:

Last music & Next music: Choose track

Volume+ / Volume–: Adjust music volume

● Music start & stop: Start or stop music

Note: Remote control range is 2.5 meters. The remote's infrared light must face the sensor on the machine.

Technical Specification

Rated voltage: 110V / 220V 50Hz / 60Hz

Power: 200W

Max loading: 150 kg

Product weight: 7.7 kg / 8.5 kg

Speed range: 0 to 99 levels

Amplitude: 0–15 mm

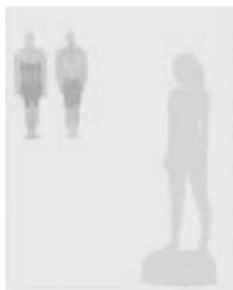
Product dimensions: 54 × 32 × 13 cm

Automatic Program Specification

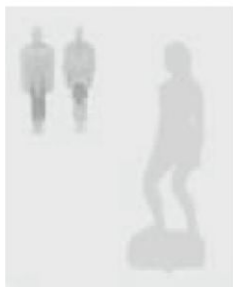
5 programs, 10 minutes, 99 speed levels

Program	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

Exercise Posture Reference I



- 1. Standing stance:**
Stand on the pad,
feet shoulder-width apart.



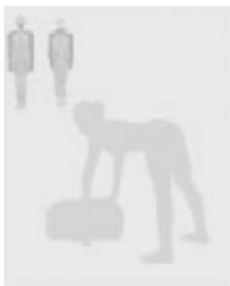
- 2. Squatting stance:**
Stand on the pad,
feet shoulder-width apart,
while squatting.



- 3. Upper body workout:**
Place your hands shoulder-width
apart on the pad while on your knees.



- 4. Lower leg workout:**
Rest your lower legs on the pad,
hands on the ground
behind you for support.



5. Arm workout:

Feet shoulder-width apart, bend forward and place arms straight on the pad.



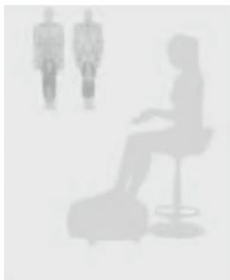
6. Single-foot stance:

Place one foot on the pad and stand relaxed and straight.



7. Sitting stance I:

Sit cross-legged on the pad.



8. Sitting stance II:

Sit on a stool and place your legs on the pad.

Exercise Posture Reference II



1. Push-up

Starting position:

Place your legs on the vibration plate. Keep arms straight and body aligned.

Exercise:

Lower your upper body and push back up.



2. Sit-ups

Starting position:

Place your legs on the vibration plate, knees bent, hands behind your head.

Exercise:

Lift your upper body slightly and return to the floor.



3. Triceps Dip

Starting position:

Turn away from the device, place hands on the plate and support your weight.

Exercise:

Bend elbows slightly, lower and raise your upper body. Keep shoulders stable. Optionally, extend your legs.



4. Bridge on one leg

Starting position:

Lie on your back, feet on the plate.

Exercise:

Lift one leg, hold for a few seconds, switch.

Keep hips level throughout the movement.

5. Lunge with bands

Starting position:

Place one foot in the middle of the platform. Extend the other leg back. Hold one band.

Exercise:

Keep your back straight. Push down with the front leg. Pull the band up and back with your arm.



6. Biceps Curls

Starting position:

Stand on the platform, holding both bands.

Exercise:

Keep your back and wrists straight. Pull the bands up by bending your arms.



7. Lunge

Starting position:

Place one foot in the center of the plate.

Extend the other leg backward.

Exercise:

Keep your back straight. Push the front foot down, flex leg muscles, and cross your arms in front of you.



8. Squat

Starting position:

Stand on the plate with feet shoulder-width apart.

Exercise:

Keep your back, knees, and torso slightly bent.

Flex your legs and gently move up and down.



Product Features

- Adjustable speed range with strong massage vibration.
- Built-in USB speaker for music during workouts.
- Supports muscle toning, building, fat loss & cellulite reduction.
- Includes yoga straps for upper body & arm workouts.
- Compact and easy to store, with large LCD display for clear control.
- Comes with remote, arm cords, resistance bands & manual.

Cleaning and Maintenance

Attention

- Always switch off the machine before cleaning.
- Clean with a warm, damp cloth and mild detergent.
- Let the device dry completely before using again.
- Do not use benzene, thinner, alcohol, or gasoline – may damage parts and paint.
- If unused for a long time, cover it to protect from dust.

Maintenance

1. After each use, switch off and unplug the device.
2. Store in a dry, dust-free place away from sunlight.
3. Regularly check for safety issues or visible wear.

Troubleshooting

1. Lights are off

Check power supply → Plug in again

Power switch off → Turn off and on

Blown fuse → Replace fuse

2. Noise

Foot screw uneven → Adjust foot screw

3. Remote control doesn't work

Battery low or empty → Replace battery

Too far from machine → Stay within 2.5 meters

4. Machine stops during use

Overheating → Let it rest for 10 minutes

5. Not working properly

Too many commands → Turn off and restart

Still not working? Contact support for help.

Storage and Transportation

1. Transportation

Can be moved using standard transport.

Avoid shock, rain, or strong vibrations.

2. Storage

Keep in a dry, ventilated place with no corrosive gas.

Ideal conditions:

– Temperature: -10C to +50C (14F to 122F)

– Humidity: <93% (non-condensing)

– Pressure: 50–106 kPa

Package List



No	Name	Qts.	Unit	Remarks
1	Fitness vibration platform machine	1	pcs	
2	Resistance bands	2	pcs	
3	Power cord	1	pcs	
4	User manual	1	pcs	

Dziękujemy za wybór marki Boste.

WPROWADZENIE

Dziękujemy za zakup platformy wibracyjnej do ćwiczeń. Przeczytaj dokładnie instrukcję obsługi, aby zapewnić bezpieczne i prawidłowe użytkowanie urządzenia. Zapoznaj się uważnie z zasadami bezpieczeństwa przed rozpoczęciem korzystania z produktu.

SPIS TREŚCI

Środki ostrożności	1
Budowa urządzenia	2
Pilot zdalnego sterowania	3
Instrukcja obsługi	4
Dane techniczne	5
Pozycje ćwiczeń	6
Cechy produktu	12
Czyszczenie i konserwacja	12
Rozwiązywanie problemów	13
Przechowywanie i transport	13
Zawartość opakowania	14

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

Uwaga

- Zalecany czas użycia: 10–20 minut na jedną sesję.
- Jeśli masz problemy ze stawami, nadciśnienie, zapalenie oskrzeli, problemy z sercem, choroby skóry, cukrzycę, jesteś w ciąży, masz dużą nadwagę, infekcje uszu, słabe kości, osteoporozę, problemy żołądkowe, rozrusznik serca lub inne schorzenia – skonsultuj się z lekarzem przed użyciem tego urządzenia wibracyjnego.
- Przeczytaj instrukcję i naucz się poprawnie obsługiwać urządzenie, by uniknąć urazu lub uszkodzenia.
- Trzymaj dzieci z dala od tego urządzenia.
- Lekkie zawroty głowy przy pierwszym użyciu są normalne. Powinny ustąpić po kilku sesjach.
- Nie skacz ani nie tup na platformie – grozi to kontuzją lub uszkodzeniem urządzenia.
- Nie klękaj na platformie – może to prowadzić do urazu.
- Nie opieraj całego ciężaru ciała po jednej stronie.
- Nie dotykaj urządzenia mokrymi rękami.
- Urządzenie może być używane tylko przez jedną osobę naraz.
- To urządzenie służy wyłącznie do ćwiczeń. Inne zastosowania są zabronione.

Górna pokrywa

Mata na stopy



Podstawa

Nóżki

USB

Dolna pokrywa

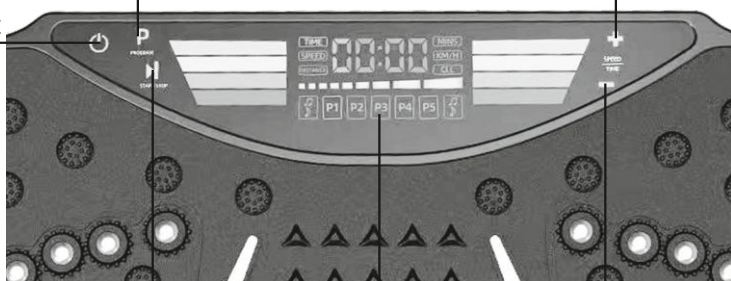
Wtyczka zasilania

Uwaga: Naciśnij ten przycisk, aby włączyć urządzenie po podłączeniu zasilania.

Program

Prędkość+/Czas+

Włącz/Wyłącz



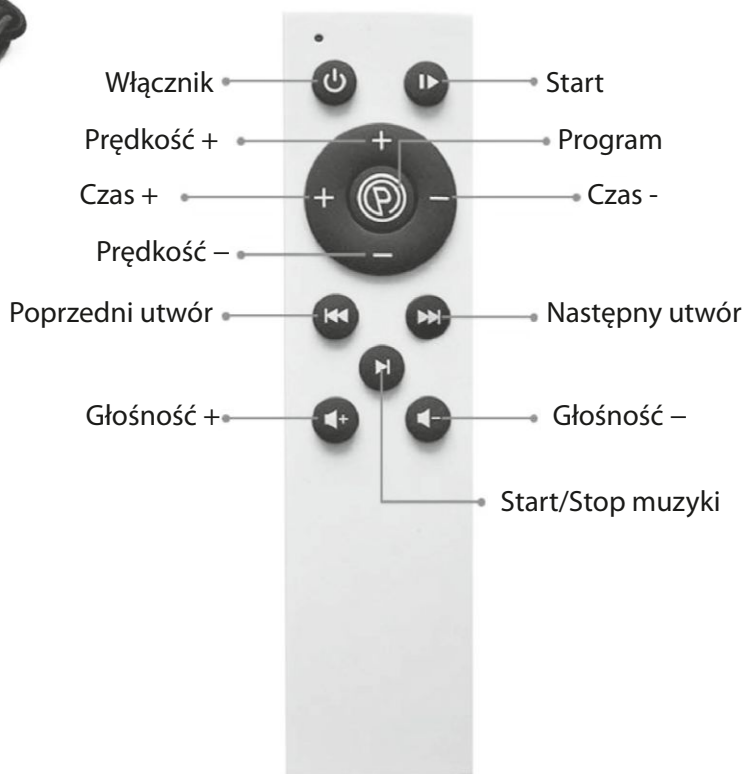
Start/Stop

Prędkość-/Czas-

Programy auto P1-P5



Dwie gumy oporowe



Rodzaje wibracji:

Oscylacja lewo-prawo: Amplituda: 0–12 mm, Częstotliwość: 0–30 Hz

Instrukcja Obsługi

● Przycisk zasilania: Włącza lub wyłącza urządzenie

● WŁ./WYŁ.: Uruchamia urządzenie

● Program automatyczny:

1. Naciśnij "P" raz → program P1

2. Naciśnij "P" dwa razy → program P2

3. Naciśnij "P" trzy razy → program P3

4. Naciśnij "P" cztery razy → program P4

5. Naciśnij "P" pięć razy → program P5

Uwaga: W trybie automatycznym nie można zmieniać czasu ani prędkości.

● Prędkość +: Zwiększa prędkość (tylko tryb ręczny)

● Prędkość -: Zmniejsza prędkość (tylko tryb ręczny)

Zakres prędkości: 1–99

● Czas + / Czas -: Ustawienie czasu (tylko tryb ręczny)

● Przy użyciu głośnika:

Poprzedni / Następny utwór: Wybór muzyki

- Głośność + / Głośność –: Regulacja głośności
- Start/Stop muzyki: Włącz lub zatrzymaj muzykę

Uwaga: Zasięg pilota wynosi 2,5 metra. Pilot musi być skierowany w stronę czujnika podczerwieni na urządzeniu.

Dane Techniczne

Napięcie: 110V / 220V 50Hz / 60Hz

Moc: 200W

Maksymalne obciążenie: 150 kg

Waga urządzenia: 7,7 kg / 8,5 kg

Zakres prędkości: od 0 do 99 poziomów

Amplituda: 0–15 mm

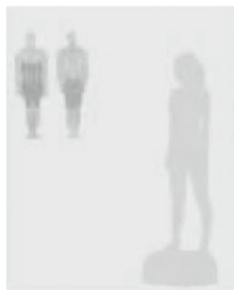
Wymiary: 54 × 32 × 13 cm

Parametry Programów Automatycznych

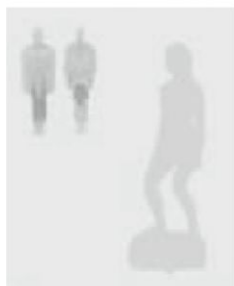
5 programów, 10 minut, 99 poziomów prędkości

Program	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

Pozycje Ćwiczeń I



- 1. Pozycja stojąca:**
Stań na platformie,
stopy na szerokość barków.



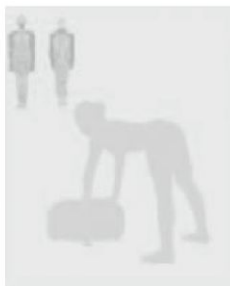
- 2. Pozycja w przysiadzie:**
Stań na platformie w przysiadzie,
stopy na szerokość barków.



- 3. Ćwiczenie górnych partii ciała:**
Oprzyj dłonie na platformie na
szerokość barków, będąc na kolanach.



- 4. Ćwiczenie dolnych partii nóg:**
Połóż podudzia na platformie,
ręce oprzyj za sobą na podłodze.



5. Ćwiczenie ramion:

Stań w lekkim pochyleniu,
stopy na szerokość barków, oprzyj
wyprostowane ręce na platformie.



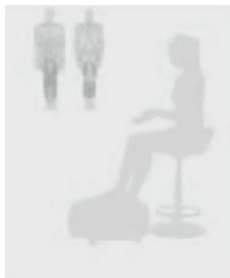
6. Pozycja na jednej nodze:

Postaw jedną nogę na platformie i stań
prosto, swobodnie.



7. Pozycja siedząca I:

Usiądź po turecku na platformie.



8. Pozycja siedząca II:

Usiądź na stołku,
a nogi oprzyj na platformie.

Pozycje Ćwiczeń II



1. Pompki

Pozycja startowa:

Oprzyj nogi na platformie wibracyjnej.

Ręce proste, ciało w linii.

Ćwiczenie:

Opuszczaj i podnoś górną część ciała.



2. Brzuszki

Pozycja startowa:

Nogi na platformie, kolana zgięte, ręce za głową.

Ćwiczenie:

Podnieś lekko górną część ciała i wróć do pozycji wyjściowej.



3. Pompki na triceps

Pozycja startowa:

Odwróć się tyłem do urządzenia, oprzyj dłonie na platformie i podeprzyj się.

Ćwiczenie:

Ugnij łokcie, opuszczaj i unosz górną część ciała.

Trzymaj barki stabilnie. Można też wyprostować nogi.



4. Mostek na jednej nodze

Pozycja startowa:

Położ się na plecach, stopy na platformie.

Ćwiczenie:

Unosząc jedną nogę, zmieniaj co 3–5 sekund.

Miednica powinna pozostać prosto.



5. Wykrok z gumą

Pozycja startowa:

Jedna noga na środku platformy, druga wyprostowana do tyłu. Trzymaj gumę.

Ćwiczenie:

Plecy proste, naciskaj przednią nogą na platformę.

Ręką ciągnij gumę w górę i do tyłu.



6. Uginanie ramion

Pozycja startowa:

Stań na platformie, trzymaj obie gumy.

Ćwiczenie:

Plecy i nadgarstki proste. Zginaj ramiona i unosz gumy w górę.



7. Wykrok

Pozycja startowa:

Jedna noga na środku platformy, druga wyprostowana do tyłu.

Ćwiczenie:

Plecy proste, naciskaj przednią nogą, napnij mięśnie nóg, skrzyżuj ręce przed sobą.



8. Przysiad

Pozycja startowa:

Stań na platformie, stopy na szerokość barków.

Ćwiczenie:

Plecy i kolana lekko ugięte, napnij nogi. Delikatnie unosź i opuszczaj ciało.

Funkcje Urządzenia

- Regulowany zakres prędkości i silne wibracje masujące.
- Wbudowany głośnik USB – możesz ćwiczyć przy muzyce.
- Pomaga w rzeźbieniu sylwetki, spalaniu tłuszczu i redukcji cellulitu.
- Zawiera pasy do ćwiczeń górnych partii ciała.
- Kompaktowy rozmiar, łatwy w przechowywaniu. Duży wyświetlacz LCD.
- W zestawie: pilot, pasy, gumy oporowe, instrukcja.

Czyszczenie i Konserwacja

Uwaga

- Zawsze wyłącz urządzenie przed czyszczeniem.
- Czyść ciepłą, wilgotną ściereczką z odrobiną detergentu.
- Przed ponownym użyciem urządzenie musi być całkowicie suche.
- Nie używaj benzyny, rozpuszczalników, alkoholu itp.
– mogą uszkodzić urządzenie.
- Jeśli nie używasz długo, przykryj sprzęt, by nie osiadał kurz.

Konserwacja

1. Po każdym użyciu wyłącz urządzenie i odłącz od prądu.
2. Przechowuj w suchym, przewiewnym miejscu, z dala od słońca.
3. Regularnie sprawdzaj, czy nie występują zagrożenia bezpieczeństwa.

Rozwiązywanie problemów

1. Brak świateł

Sprawdź zasilanie → Podłącz ponownie

Wyłącznik w pozycji OFF → Wyłącz i włącz

Spalony bezpiecznik → Wymień bezpiecznik

2. Hałas

Krzywo ustawiona nóżka → Wyreguluj nóżki

3. Pilot nie działa

Bateria rozładowana → Wymień baterię

Za daleko od urządzenia → Trzymaj się w zasięgu 2,5 m

4. Urządzenie się zatrzymuje

Przegrzanie → Odczekaj 10 minut

5. Działa nieprawidłowo

Zbyt wiele komend → Wyłącz i włącz ponownie

Nadal nie działa? Skontaktuj się z pomocą techniczną.

Przechowywanie i transport

1. Transport

Można przewozić standardowymi środkami transportu.

Unikać wstrząsów, deszczu i silnych drgań.

2. Przechowywanie

Trzymać w suchym, wentylowanym miejscu, z dala od gazów żrących.

Zalecane warunki:

– Temperatura: -10C do +50C

– Wilgotność: <93% (bez skraplania)

– Ciśnienie atmosferyczne: 50–106 kPa

Zawartość Opakowania



Nr	Nazwa	Ilość	Jedn.	Uwagi
1	Platforma wibracyjna fitness	1	szt	
2	Gumy oporowe	2	szt	
3	Przewód zasilający	1	szt	
4	Instrukcja obsługi	1	szt	

Danke, dass Sie Boste gewählt haben.

EINLEITUNG

Vielen Dank für den Kauf dieses Vibrationsfitnessgeräts.

Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung sorgfältig durch, um eine sichere und ordnungsgemäße Nutzung zu gewährleisten.

Machen Sie sich vor der ersten Verwendung mit den Sicherheitshinweisen vertraut.

INHALTSVERZEICHNIS

Sicherheitshinweise	1
Produktaufbau	2
Fernbedienung	3
Bedienungsanleitung	4
Technische Daten	5
Trainingspositionen	6
Produktmerkmale	12
Reinigung & Wartung	12
Fehlerbehebung	13
Lagerung & Transport	13
Lieferumfang	14

SICHERHEITSHINWEISE

Aufmerksamkeit

- Empfohlene Nutzungsdauer: 10–20 Minuten pro Anwendung.
- Wenn Sie Gelenkprobleme, Bluthochdruck, Bronchitis, Herzprobleme, Hauterkrankungen, Diabetes haben, schwanger sind, starkes Übergewicht haben, an Ohrenentzündungen, Knochenschwäche, Osteoporose oder Magenbeschwerden leiden, einen Herzschrittmacher tragen oder andere Krankheiten haben – bitte konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie dieses Vibrationsgerät benutzen.
- Lesen Sie die Anleitung sorgfältig und stellen Sie sicher, dass Sie das Gerät korrekt bedienen können, um Verletzungen oder Fehlfunktionen zu vermeiden.
- Halten Sie Kinder vom Gerät fern.
- Leichter Schwindel bei der ersten Anwendung ist normal. Das sollte nach einigen Anwendungen verschwinden.
- Springen oder stampfen Sie nicht auf die Plattform – Verletzungsgefahr!
- Knien Sie nicht auf die Plattform – dies kann zu Verletzungen führen.
- Belasten Sie nicht nur eine Seite mit Ihrem Körpergewicht.
- Berühren Sie das Gerät nicht mit nassen Händen.
- Nur eine Person darf das Gerät gleichzeitig benutzen.
- Dieses Gerät ist nur für Trainingszwecke bestimmt. Andere Verwendungen sind verboten.

Obere Abdeckung

Fußauflage



Basis

Standfüße

USB

Mittlere Abdeckung

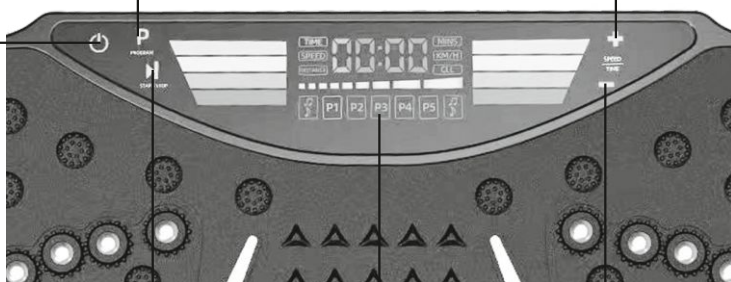
Stromanschluss

Hinweis: Drücken Sie diese Taste, um das Gerät nach dem Anschließen einzuschalten.

Programm

Geschwindigkeit+/Zeit+

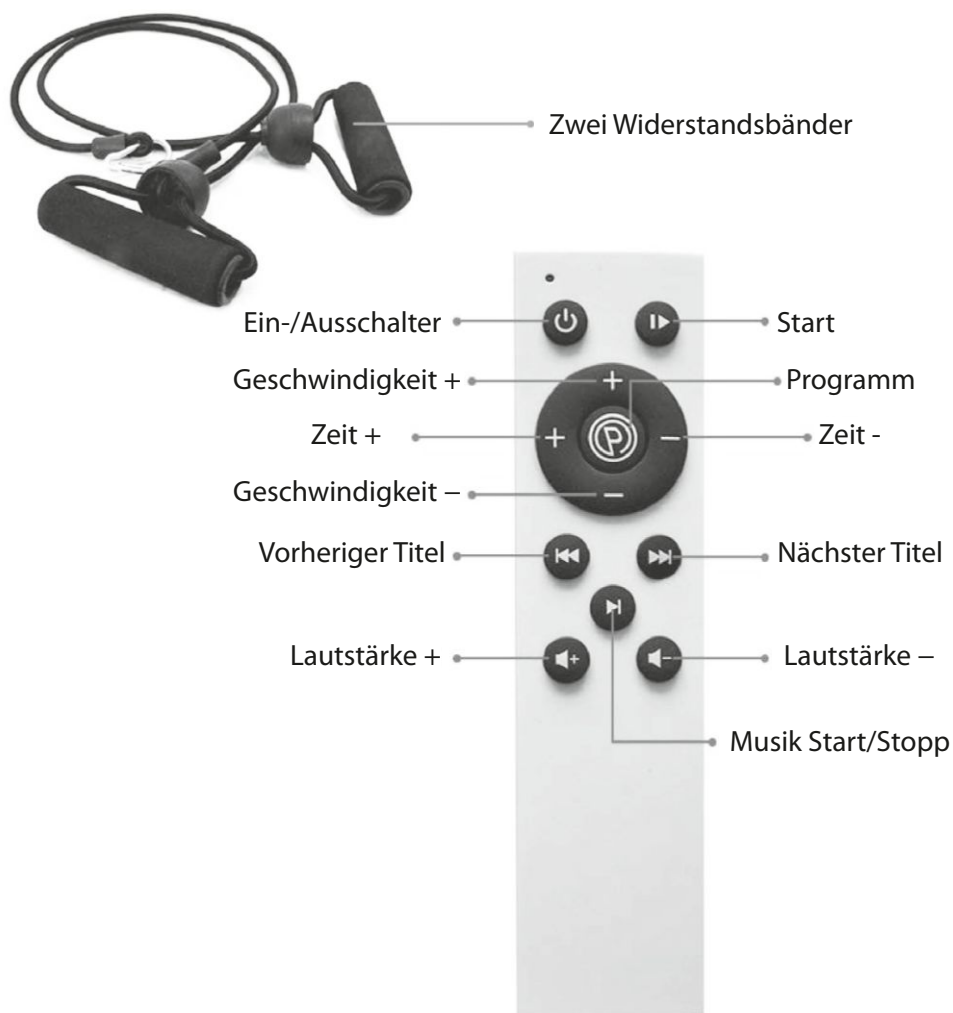
Ein/Aus



Start/Stopp

Geschwindigkeit-/Zeit-

Auto-Programme P1-P5



Vibrationsarten:

Links-Rechts-Oszillation: Amplitude: 0–12 mm, Frequenz: 0–30 Hz

Bedienungsanleitung

- Netzschalter: Gerät ein-/ausschalten

- EIN/AUS: Gerät starten

- Automatisches Programm:

1. „P“ einmal drücken → Programm P1

2. „P“ zweimal drücken → Programm P2

3. „P“ dreimal drücken → Programm P3

4. „P“ viermal drücken → Programm P4

5. „P“ fünfmal drücken → Programm P5

Hinweis: Zeit und Geschwindigkeit können im Automatikmodus nicht geändert werden.

- Geschwindigkeit +: Erhöht die Geschwindigkeit (nur manueller Modus)

- Geschwindigkeit -: Verringert die Geschwindigkeit (nur manueller Modus)

Stufen: 1–99

- Zeit + / Zeit -: Trainingszeit einstellen (nur manueller Modus)

- Bei Verwendung des Lautsprechers:

Vorheriger / Nächster Titel: Musik auswählen

- Lautstärke + / -: Musiklautstärke einstellen
- Musik Start/Stop: Musik starten oder stoppen

Hinweis: Reichweite der Fernbedienung: 2,5 Meter.
Die Infrarot-LED muss auf den Sensor am Gerät gerichtet sein.

Technische Daten

Nennspannung: 110V / 220V 50Hz / 60Hz

Leistung: 200W

Max. Belastung: 150 kg

Produktgewicht: 7,7 kg / 8,5 kg

Geschwindigkeitsbereich: 0 bis 99 Stufen

Amplitude: 0–15 mm

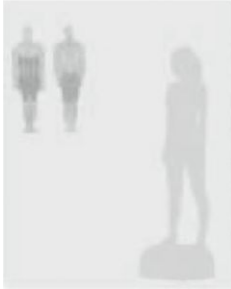
Maße: 54 × 32 × 13 cm

Automatikprogramm

5 Programme, 10 Minuten, 99 Geschwindigkeitsstufen

Programm	S1	S2	S3	S4
P1	10	30	40	50
P2	15	25	20	30
P3	20	40	60	80
P4	25	45	50	85
P5	30	50	70	90

Trainingshaltungen I



1. Stehposition:

Stellen Sie sich mit schulterbreit auseinanderstehenden Füßen auf das Gerät.



2. Hockposition:

Stellen Sie sich in die Hocke auf das Gerät, Füße schulterbreit auseinander.



3. Oberkörpertraining:

Hände schulterbreit auf das Gerät legen, während Sie auf den Knien sind.



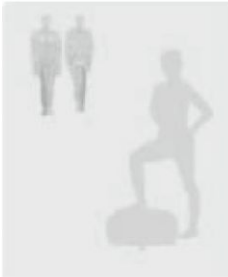
4. Unterkörpertraining:

Unterschenkel auf das Gerät legen, Hände hinter dem Körper auf dem Boden abstützen.



5. Armtraining:

Stellen Sie die Füße schulterbreit auseinander, beugen Sie sich vor und legen Sie die Arme gestreckt auf das Gerät.



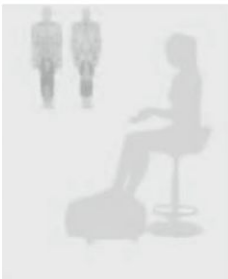
6. Einbeinige Haltung:

Stellen Sie einen Fuß auf das Gerät und stehen Sie entspannt und gerade.



7. Sitzposition I:

Im Schneidersitz sicher auf dem Gerät sitzen.



8. Sitzposition II:

Auf einem Hocker sitzen und die Beine auf das Gerät legen.

Trainingshaltungen II



1. Liegestütze

Ausgangsposition:

Beine auf die Vibrationsplatte legen, Arme gestreckt, Körper gerade.

Übung:

Oberkörper absenken und wieder hochdrücken.



2. Sit-ups

Ausgangsposition:

Beine auf der Platte, Knie gebeugt, Hände hinter dem Kopf.

Übung:

Oberkörper leicht anheben und wieder ablegen.



3. Trizeps-Dips

Ausgangsposition:

Rücken zum Gerät, Hände auf die Platte, Körper abstützen.

Übung:

Ellbogen leicht beugen, Oberkörper senken und heben. Schultern stabil halten. Beine können gestreckt sein.



4. Brücke mit einem Bein

Ausgangsposition:

Auf den Rücken legen, Füße auf die Platte stellen.

Übung:

Ein Bein anheben, 3–5 Sekunden halten, dann wechseln. Becken gerade halten.



5. Ausfallschritt mit Bändern

Ausgangsposition:

Ein Fuß in der Mitte der Platte, das andere Bein nach hinten strecken. Ein Band halten.

Übung:

Rücken gerade halten. Mit dem vorderen Bein drücken. Band mit dem Arm nach oben und hinten ziehen.



6. Bizeps-Curls

Ausgangsposition:

Auf der Platte stehen, beide Bänder halten.

Übung:

Rücken und Handgelenke gerade halten. Arme beugen und die Bänder nach oben ziehen.

7. Ausfallschritt

Ausgangsposition:

Ein Fuß in der Mitte der Platte, das andere Bein nach hinten strecken.

Übung:

Rücken gerade, vorderes Bein drücken, Beinmuskeln anspannen, Arme vor dem Körper kreuzen.



8. Kniebeuge

Ausgangsposition:

Auf der Platte stehen, Füße schulterbreit auseinander.

Übung:

Rücken, Knie und Oberkörper leicht beugen, Beine anspannen, sanft auf und ab bewegen.



Produktmerkmale

- Einstellbare Geschwindigkeit mit starker Vibrationsmassage.
- Integrierter USB-Lautsprecher für Musik beim Training.
- Unterstützt Muskelaufbau, Gewichtsverlust & Cellulite-Reduktion.
- Mit Yoga-Bändern für Oberkörper- und Armtraining.
- Kompakt, leicht zu verstauen. Großes LCD-Display für einfache Bedienung.
- Inklusive Fernbedienung, Gurte, Widerstandsbänder und Anleitung.

Reinigung und Wartung

Achtung

- Gerät vor der Reinigung immer ausschalten.
- Mit einem warmen, feuchten Tuch und mildem Reinigungsmittel säubern.
- Gerät vor erneutem Einschalten vollständig trocknen lassen.
- Keine Lösungsmittel, Alkohol oder Benzin verwenden – Gefahr für Bauteile & Lack.
- Bei längerer Nichtbenutzung abdecken, um Staub zu vermeiden.

Wartung

1. Nach jedem Gebrauch ausschalten und vom Strom trennen.
2. An einem trockenen, staubfreien Ort lagern – vor Sonne schützen.
3. Regelmäßig auf Sicherheitsmängel prüfen.

Fehlerbehebung

1. Kein Licht

Strom prüfen → Stecker einstecken

Schalter aus → Gerät aus- und einschalten

Sicherung durchgebrannt → Sicherung ersetzen

2. Geräusche

Schrauben nicht eben → Schrauben justieren

3. Fernbedienung reagiert nicht

Batterie leer → Batterie ersetzen

Zu weit entfernt → Max. 2,5 Meter Abstand

4. Gerät stoppt

Überhitzung → 10 Minuten abkühlen lassen

5. Funktioniert nicht richtig

Zu viele Befehle → Neustarten

Immer noch Probleme? Kontaktieren Sie den Kundendienst.

Lagerung und Transport

1. Transport

Mit normalen Transportmitteln möglich.

Vor Stößen, Regen und starker Vibration schützen.

2. Lagerung

In trockenen, gut belüfteten Räumen lagern, frei von korrosiven Gasen.

Empfohlene Bedingungen:

– Temperatur: -10°C bis +50°C

– Luftfeuchtigkeit: <93 % (nicht kondensierend)

– Luftdruck: 50–106 kPa

Lieferumfang



Nr	Bezeichnung	Menge	Einh.	Hinweise
1	Vibrationsplatte	1	Stk.	
2	Widerstandsbänder	2	Stk.	
3	Netzkabel	1	Stk.	
4	Bedienungsanleitung	1	Stk.	

Manufacturer/Importer:

Magnum RF Sp. z o.o.
Wojska Polskiego 71
18-300 Zambrów, Poland

Contact: office@boste.eu

Website: www.boste.eu

Manufactured in China

NOTICE

The used device must not be disposed of with regular household waste. Please dispose of the product at an appropriate electronic waste collection point in accordance with local regulations. Proper disposal helps protect the environment and human health.

Producent/Importer:

Magnum RF Sp. z o.o.
Wojska Polskiego 71
18-300 Zambrów, Polska

Kontakt: office@boste.eu

Strona: www.boste.eu

Wyprodukowano w Chinach

UWAGA

Zużytego urządzenia nie wolno wyrzucać do zwykłych odpadów komunalnych. Produkt należy oddać do odpowiedniego punktu zbiórki elektroodpadów, zgodnie z obowiązującymi przepisami. Prawidłowa utylizacja pomaga chronić środowisko i zdrowie ludzi.

Hersteller/Importeur:

Magnum RF Sp. z o.o.
Wojska Polskiego 71
18-300 Zambrów, Polen

Kontakt: office@boste.eu

Website: www.boste.eu

Hergestellt in China

HINWEIS

Das gebrauchte Gerät darf nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden. Bitte entsorgen Sie das Produkt an einer entsprechenden Sammelstelle für Elektroschrott gemäß den geltenden Vorschriften. Eine ordnungsgemäße Entsorgung trägt zum Schutz der Umwelt und der menschlichen Gesundheit bei.

