

Visit Our Website



SCAN ME

PyleUSA.com



HURTLE



HURVBTR36

Standing Vibration Fitness Machine

Vibrating Platform Exercise
& Workout Trainer
with Handle and Caster Wheels

USER MANUAL





Before using this unit for the first time, please read through all sections of this User Manual carefully, paying special attention to the Safety Instructions.

**Please retain this manual for future reference.*

CONTENTS

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS	1
PART NAMES	3
CONTROL PANEL AND REMOTE CONTROL	4
OPERATION	4
SETUP	6
WORKOUT RECOMMENDATIONS	7
CLEANING AND MAINTENANCE	8
FEATURES AND TECHNICAL SPECS	9



IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS

Read all instructions before using the unit. When using an electric apparatus, basic precautions should always be followed, including the following:

DANGER: To reduce the risk of electric shock

- Always remove the power plug from the electrical outlet immediately after use.
- Always remove the power plug from the electrical outlet before cleaning.

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

- To reduce the risk of short-circuit and fire, always insert the power plug completely into the outlet.
- Before turning ON the unit, check to make sure that electrical current in your power outlet matches the voltage indicated on the unit's power adapter.

1. Before Use

- Do not operate this unit during thunderstorms and lightning strikes.
- If you have experienced previous illness, or are concerned about your current level, please consult your doctor before using this unit. Persons with the following conditions should check with a doctor before using this unit:

- Epilepsy
- Severe diabetes
- Heart and vascular diseases
- Skin disease
- Asthma or other respiratory disorders
- Hypertension
- Spinal disc herniation or other spinal abnormalities
- Knee or hip implants
- Pacemaker
- Bone fractures or joint problems
- Recently inserted IUD or metal pins
- Blood clots
- Tumors

- Recent infections
 - Pregnancy
 - Women during their menstrual cycle
 - Severe migraines
 - Patients recovering from surgery
- Close supervision is necessary when the unit is used by, on, or near children.
 - This unit is NOT intended for use by persons with reduced physical, sensory, or mental capacities, invalids, or disabled persons, unless supervised closely by a person responsible for their safety

IMPORTANT SAFETY PRECAUTIONS

- Do not allow pets to use this unit.
- Do not load heavy objects onto the unit.
- Only operate this unit according to its intended usage, as described in this manual.
- Use caution when moving the unit from one location to another. Dragging it over certain surfaces, such as wood or tile, may result in damage.
- Do not work out on the unit within 30 minutes before and after meals.
- Do not operate this unit for any purposes other than exercise.
- Do not put your fingers into any opening on the platform.
- Drink plenty of water both before and after use.
- Do not wrap the power cord around the unit's footplate.
- Do not drop or insert any object into any opening on the unit.
- Do not strike the unit, especially with any hard objects.
- Keep children and pets away from the unit at all times.

2. During Use

This unit was built to be used by ONE person at a time. Injury or damage may result if two or more people step on the plate at the same time.

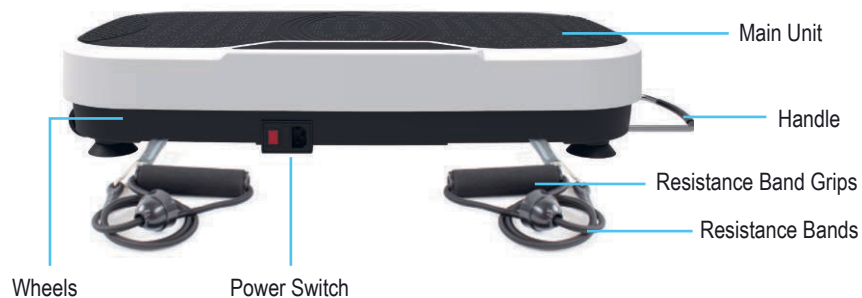
- Do not jog or hop up and down on the footplate.
- Do not kneel on the footplate. Vibration is not intended to the knees.

- Always balance your weight on the footplate. Do not load all of your body weight on one side or the other.
- Do not touch or operate this unit with wet or humid hands. Electric shock or malfunction may result.
- Be careful with the remote control. Damage may result if it falls onto the ground or the footplate.
- Stop using the unit if you experience any discomfort. Consult a doctor immediately.
- Do not strike or apply excessive force on the unit. Injury and I or malfunction may result.
- While working out on the unit, do not remain in the same pose for over 10 minutes. Muscle cramping may result.
- Do not work out on this unit more than four times a day.

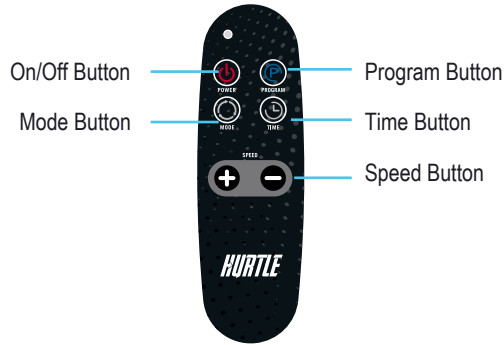
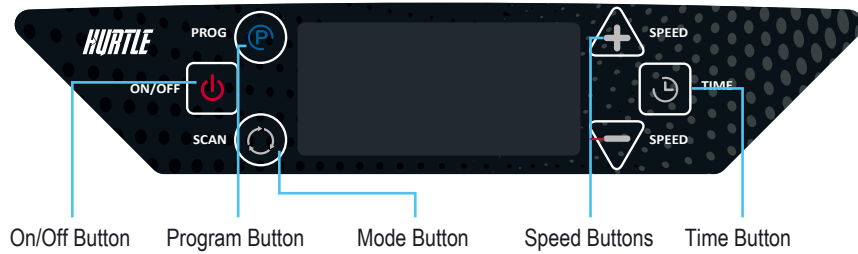
3. After Use

- After each session, turn off the power and disconnect the power plug from the wall outlet. (Running electricity may cause fire or electric shock).
- Remember to drink plenty of water both before and after use.
- If the unit needs cleaning, use only a dry cloth to do so. Keep any moisture away from the unit.

PART NAMES



CONTROL PANEL AND REMOTE CONTROL



OPERATION

1. Insert the Fitness Machine's power plug into a standard electrical outlet.
2. Flip the power switch to the "ON" position. The unit will enter "Standby" mode, indicated by a couple of beeps and four horizontal dashes on the control panel.

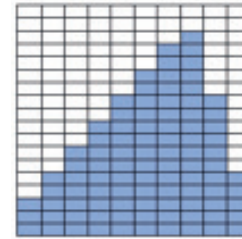
Steps below can be conducted using either the keys on the control panel or on the remote control:

3. Press to begin operation. Vibrating action begins in Manual mode P1, initially set at Speed 1, running for 10 minutes.

- a. In Manual Mode (P1), the timer can be set between 1 and 20 minutes. Press to add time in increments of 1 minute.
 - b. In Manual Mode (P1), vibration speed can be adjusted in increments between 1 and 40 using or .
4. To use one of the automatic programs, press . Each press cycles through one of the Program Modes: P2, P3, and P4 are pre-set programs. Each auto program is 10 minutes long, and features vibration speeds that vary in intensity through out. (Returning to P1 will return you to Manual Mode.)

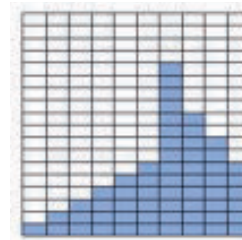
AUTOMATIC PROGRAMS

Note: Program 1 (P1) is considered "manual mode." It will start at speed level 1 and will run for 10 minutes. Follow instructions to manually adjust the speed and duration settings for P1.



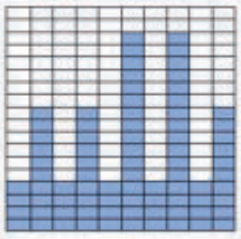
Program 2 (P2):

Quick climb and cool down. P2 will start at speed 2 and increase 5 speed levels per minute until it reaches speed 30. In the final 3 minutes, speed will be gradually reduced.



Program 3 (P3):



Gentle climb. P3 will start at speed 4 and will gently raise to a maximum speed of 36.



Program 4 (P4):

Interval training. P4 will follow a slow/fast pattern, switching each minute, with a maximum speed of 30.

Note: While any Automatic mode is in operation, massage speed and time selections are disabled.

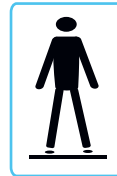
5. During any massage program, press  to scroll through display of calories burned, vibration speed, and time elapsed.
6. To end your massage at any point, press 

SETUP

1. Locate the handle underneath one edge of the platform. Tilt this entire platform upward to form a 45° angle with the floor beneath. With the weight of the platform now on its wheels, pull to draw the handle out to its full length. Grasp the handle to move the entire unit to your desired placement location.
2. Set the platform onto a smooth, level surface. To prevent possible injury, leave atleast 3 feet of space on either side.
3. Unwind the power cord and insert the plug into an electrical outlet.
4. Insert 2 AAA batteries into the battery compartment of the remote control.
 - Batteries should be recycled or disposed of as per state and local guidelines.
 - Install only new batteries of the same type in your product.
 - Failure to insert batteries in the correct polarity, as indicated in the battery compartment, may shorten the life of the batteries or cause batteries to leak.
 - Do not mix Alkaline, Standard (Carbon-Zinc) or Rechargeable (Nickel Cadmium) or (Nickel Metal Hydride) batteries.
 - Do not dispose of batteries in fire.

5. To attach the optional resistance bands, locate the two metal connectors on the underside of the unit, one on either side of the control panel. Rotate these connectors until they extend outward, becoming visible even after you set the platform back down onto the floor.
6. Use the clasp at one end of each resistance band to attach them to the metal connectors on either side of platform's control panel.

WORKOUT RECCOMENDATIONS



STANDING POSITION (5 minutes)

Stand on the platform with your feet shoulder-width apart, gripping the handles securely with both hands. This position works muscles in the back, waist, glutes, chest, and stomach.



STANDING POSITION (2 minutes)

Stand on the platform with your feet a bit wider apart than shoulder -width. Bend your knees to lower height about 6 inches. This position works muscles in the glutes, thighs, and along the vertebrae.



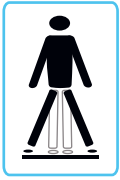
TIP TOE POSITION (2 minutes)

Stand on the platform with your feet a bit wider apart than shoulder -width. Bend your knees to lower your body height about 6 inches. Lift your heels off of the platform, shifting your weight onto your toes. This position works muscles in the feel, glutes, thighs, and along the vertebrae.



STARTING BLOCK POSITION (2 minutes)

Lower your self onto the floor next to the unit, and place your palms onto the platform. Lean your upper body forward, keeping both legs slightly bent, your front leg at a sharper angle than your back leg. This position works muscles in the shoulders, back, and arms.



CENTRAL PIVOTING POSITION (2 minutes)

The HURVBTR36 uses a central pivoting system, meaning that the further away you are from the center, the higher the intensity. Change your stance to vary workout intensity.

RESISTANCE BAND WORKOUT

Pair an upper-body workout with any usage position! Simply attach hooks at the front end of the unifs platform.

CLEANING AND MAINTENANCE

⚠ DANGER

To reduce the risk of electric shock:

Avoid spraying water on the unit. Avoid immersing the unit or any of its parts in water or any other type of liquid.

1. Wipe all surfaces of the unit with a soft, damp cloth on a regular basis to remove excessive accumulation of dust, dirt, sweat, and other substances, especially after each workout.
Do not treat with abrasive solvents.
2. When this unit is not being used, store it in a dry location.
Do not store near intense heat or an open flame.
3. Do not leave the unit under direct sunlight for prolonged periods of time.
4. Keep the unit out of the reach of pets and young children.
5. We recommend placing the unit back into its original packaging for storage.

FEATURES AND TECHNICAL SPECS

Features:

- Revolutionary Design for Fitness that's Fun
- Vibration Assisted Exercise for Full Body Training
- Excellent Toning for Abs, Thighs & Buttocks
- 3 Presets Program for Maximum Workout
- Next Generation Dynamic Oscillating Motion Technology
- High-Powered Vibrations do the Hard Work

- Accelerated Fat Burning & Weight Loss
- Incorporates Upper Body, Lower Body & Core Workouts
- Lab Tested to Improve Muscle Strength, Flexibility & Circulation
- Detachable Handheld Resistance Bands for More Versatile Routines
- Reduce Appearance of Cellulite, Improves Metabolic Rates
- Simple Operation: Stand On & Power On
- Ideal for All Body Types & Age Groups
- (40) Level Adjustable Speeds
- Digital Touch Button Controls
- Rubber Grip 'Anti-Slip' Surface Pad
- Compact and Portable with Carrying Handle and Wheels
- Perfect for Sports Training, Weight Loss, Burning Fat
- Includes Remote Control

What's in the Box:

- Vibration Machine
- Remote Control, (2) 'AAA' Included
- Power Cord
- User Manual
- (2) Resistance Band

Technical Specs:

- High Power Output: 300 Watt
- RPM (Revolutions Per Minute): 3300+ RPM
- Construction Material: Engineered ABS
- Maximum Session Time Setting: 20 Minutes
- Maximum Load Capacity: 265 lbs. (120.2 kg)
- Battery Operated Remote Control, Requires (2) x 'AAA' Batteries, Included
- Power Cord Length: 1.8m (70.8 inches) (180 cm)
- Power Output: 120V
- Dimensions (L x W x H):
26.77" x 14.96" x 4.72" -inches (68 x 38 x 12 cm)



Dimensions



Anti-Slip Surface Pad



Digital LCD Display



Convenient Carrying Handle

4.72" inches (12 cm)

26.77" inches (68 cm)

14.96" inches (38 cm)



HURTLE

TOTAL BODY WORKOUT



Burning 4000 Calories



Swimming 30 Mins



Jogging 1 Hour



Cycling 1 Hour



Yoga 30 Mins



200 Sit-ups





For user guides in multiple languages,
SCAN THE QR CODE
and enter your model number

User Manuals available in
Italian | German | Polish | Turkish

HURTLE



Questions or Comments
We are here to help!
Phone: 1.718.535.1800
[PyleUSA.com/ContactUs](https://www.pyleusa.com/ContactUs)



Visite nuestro
sitio web



ESCANÉAME
PyleUSA.com



HURTLÉ



HURVBTR36

Máquina de fitness de vibración de pie

Entrenador de ejercicios con
plataforma vibratoria, asa y
ruedas giratorias

MANUAL DEL USUARIO





Antes de utilizar esta unidad por primera vez, lea atentamente todas las secciones de este Manual del usuario, prestando especial atención a las Instrucciones de seguridad.

**Conserve este manual para futuras consultas.*

CONTENIDO

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES	1
NOMBRES DE LAS PIEZAS	3
PANEL DE CONTROL Y MANDO A DISTANCIA	4
OPERACIÓN	4
CONFIGURACIÓN	6
RECOMENDACIONES DE ENTRENAMIENTO	7
LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO	8
CARACTERÍSTICAS Y ESPECIFICACIONES TÉCNICAS	9



PRECAUCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

Lea todas las instrucciones antes de usar la unidad. Al usar un aparato eléctrico, siempre se deben seguir las precauciones básicas, incluidas las siguientes:

PELIGRO: Para reducir el riesgo de descarga eléctrica

- Siempre retire el enchufe de la toma de corriente inmediatamente después de su uso.
- Siempre retire el enchufe de alimentación de la toma de corriente antes de limpiarlo.

ADVERTENCIA: Para reducir el riesgo de quemaduras, incendios, descargas eléctricas o lesiones a las personas: persons

- Para reducir el riesgo de cortocircuito e incendio, inserte siempre el enchufe de alimentación completamente en el tomacorriente
- Antes de encender la unidad, asegúrese de que la corriente eléctrica en su toma de corriente coincida con el voltaje indicado en el adaptador de

1. Antes de usar

- No opere esta unidad durante tormentas eléctricas y rayos.
- Si ha experimentado una enfermedad previa o está preocupado por su salud, consulte a su médico antes de utilizar esta unidad. Las personas con las siguientes afecciones deben consultar con un médico antes de usar esta unidad:

- Epilepsia
- Diabetes severa
- Enfermedades cardíacas y vasculares
- Enfermedades de la piel
- Asma u otros trastornos respiratorios
- Hipertensión
- Hernia de disco espinal u otras anomalías de la columna vertebral
- Implantes de rodilla o cadera
- Marcapasos
- Fracturas óseas o problemas articulares
- Inyectado recientemente el DIU o clavos metálicos
- Coágulos de sangre
- Tumores

- Infecciones recientes
- Embarazo
- Mujeres durante su ciclo menstrual
- Migrañas severas
- Pacientes que se recuperan de una
- Es necesaria una estrecha supervisión cuando la unidad es utilizada por, sobre o cerca de niños.
- Esta unidad NO está diseñada para ser utilizada por personas con discapacidades físicas, sensoriales o mentales, inválidos o personas discapacitadas, a menos que estén supervisados de cerca por una persona responsable de su seguridad.

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD IMPORTANTES

- No permita que las mascotas se suban a esta unidad.
- No cargue objetos pesados sobre la unidad.
- Utilice esta unidad únicamente de acuerdo con el uso para el que fue diseñada, tal como se describe en este manual.
- Tenga cuidado al mover la unidad de un lugar a otro. Arrastrarlo sobre ciertas superficies, como madera o baldosas, puede provocar daños.
- No haga ejercicio en la unidad dentro de los 30 minutos antes y después de las comidas.
- No opere esta unidad para ningún otro propósito que no sea el ejercicio. con los dedos en cualquier abertura de la plataforma.
- Beba mucha agua antes y después de su uso.
- No enrolle el cable de alimentación alrededor del reposapiés de la unidad.
- No deje caer ni inserte ningún objeto en ninguna abertura de la unidad.
- No golpee la unidad, especialmente con objetos duros.
- Mantenga a los niños y las mascotas alejados de la unidad en todo momento.

2. Durante el uso

Esta unidad fue construida para ser utilizada por UNA persona a la vez. Pueden producirse lesiones o daños si dos o más personas pisan el plato al mismo tiempo.

- No trote ni salte arriba y abajo sobre el reposapiés.
- No se arrodille sobre el reposapiés. La vibración no está destinada para las rodillas.

- Siempre equilibre su peso sobre el reposapiés. No cargue todo el peso de su cuerpo en un lado o en el otro.
- No toque ni opere esta unidad con las manos mojadas o húmedas. Puede producirse una descarga eléctrica o un mal funcionamiento.
- Tenga cuidado con el mando a distancia. Puede producirse un daño si cae al suelo o al reposapiés.
- Deje de usar la unidad si experimenta alguna molestia. Consulte a un médico Inmediatamente.
- No golpee ni aplique fuerza excesiva sobre la unidad. Puede resultar en lesiones o mal funcionamiento.
- Mientras hace ejercicio en la unidad, no permanezca en la misma postura durante más de 10 minutos. Pueden producirse calambres musculares.
- No haga ejercicio en esta unidad más de cuatro veces al día.

3. Después del uso

- Después de cada sesión, apague la alimentación y desconecte el enchufe del tomacorriente de pared. (El funcionamiento de la electricidad puede provocar un incendio o una descarga eléctrica).
- Recuerde beber mucha agua antes y después de su uso.
- Si la unidad necesita limpieza, use solo un paño seco para hacerlo. Mantenga la humedad lejos de la unidad.

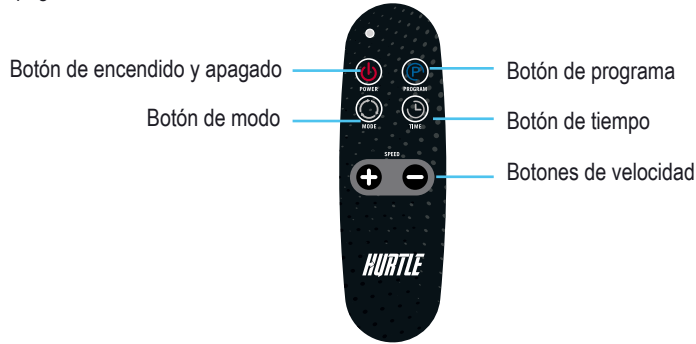
NOMBRES DE LAS PIEZAS



PANEL DE CONTROL Y MANDO A DISTANCIA



Botón de encendido y apagado Botón de programa Botón de modo Botones de velocidad Botón de tiempo





Botón de encendido y apagado Botón de programa
Botón de modo Botón de tiempo
Botones de velocidad



OPERACIÓN


1. Inserte el enchufe de alimentación de la máquina de acondicionamiento físico en un tomacorriente estándar.
2. Gire el interruptor de encendido a la posición "ON". La unidad entrará en modo "Standby", indicado por un par de pitidos y cuatro guiones horizontales en el panel de control.

Los pasos a continuación se pueden realizar utilizando las teclas del panel de control o del mando a distancia:

3. Presione  para comenzar la operación. La acción vibratoria comienza en el modo Manual P1, inicialmente ajustado a la velocidad 1, y se ejecuta durante 10 minutos.

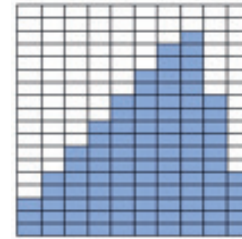
En el modo manual (P1), el temporizador se puede ajustar entre 1 y 20 minutos.  Presione para agregar tiempo en incrementos de 1 minuto.

En el modo manual (P1), la velocidad de vibración se puede ajustar en incrementos entre 1 y 40 usando  o 

4. Para utilizar uno de los programas automáticos, pulse  Cada prensa pasa por un ciclo uno de los modos de programa: P2, P3 y P4 son programas preestablecidos. Cada programa automático tiene una duración de 10 minutos y cuenta con velocidades de vibración que varían en intensidad a lo largo de todo el programa. (Si regresa a P1, volverá al modo manual).

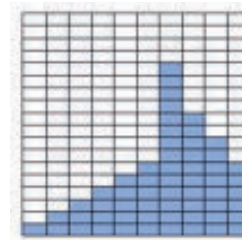
PROGRAMAS AUTOMÁTICOS

Nota: El programa 1 (P1) se considera "modo manual". Comenzará en el nivel de velocidad 1 y funcionará durante 10 minutos. Siga las instrucciones para ajustar manualmente la configuración de velocidad y duración para P1.



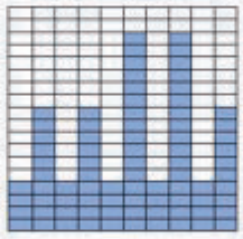
Programa 2 (P2):

Subida rápida y enfriamiento. P2 comenzará a la velocidad 2 y aumentará 5 niveles de velocidad por minuto hasta que alcance la velocidad 30. En los últimos 3 minutos, la velocidad se reducirá gradualmente.



Programa 3 (P3):



Subida suave. P3 comenzará a la velocidad 4 y se elevará suavemente hasta una velocidad máxima de 36.



Proggm 4 (P4):

Entrenamiento por intervalos. P4 seguirá un patrón lento/rápido, cambiando cada minuto, con una velocidad máxima de 30.

Nota: Mientras cualquier modo automático está en funcionamiento, las selecciones de velocidad y tiempo de masaje están desactivadas.

5. Durante cualquier programa de masaje, presione  para desplazarse por la pantalla de las calorías quemadas, la velocidad de vibración y el tiempo transcurrido.
6. Para finalizar el masaje en cualquier momento, pulse .

ARMADO

1. Ubique la manija debajo de un borde de la plataforma. Incline toda la plataforma hacia arriba para formar un ángulo de 45° con el suelo debajo. Con el peso de la plataforma ahora sobre sus ruedas, tire para sacar el mango en toda su longitud. Sujete la manija para mover toda la unidad a la ubicación de colocación deseada.
2. Coloque la plataforma sobre una superficie lisa y nivelada. Para evitar posibles lesiones, deje al menos 3 pies de espacio a cada lado.
3. Desenrolle el cable de alimentación e inserte el enchufe en una toma de corriente.
4. Inserte 2 pilas AAA en el compartimiento de pilas del mando a distancia.
 - Las baterías deben reciclarse o desecharse según las pautas estatales y locales.
 - Instale solo pilas nuevas del mismo tipo en el producto.
 - Si no se insertan las baterías en la polaridad correcta, como se indica en el compartimiento de las baterías, se puede acortar la vida útil de las baterías o causar fugas en las baterías.
 - No mezcle pilas de tipo alcalino, estándar (carbono-zinc) o recargable (níquel, cadmio) o (hidruro metálico de níquel).
 - No arroje las pilas al fuego.

5. Para colocar las bandas de resistencia opcionales, ubique los dos conectores metálicos en la parte inferior de la unidad, uno a cada lado del panel de control. Gire estos conectores hasta que se extiendan hacia afuera, haciéndose visibles incluso después de volver a colocar la plataforma en el piso.
6. Use el broche en un extremo de cada banda de resistencia para unirlos a los conectores metálicos a cada lado del panel de control de la plataforma.

RECOMENDACIONES DE ENTRENAMIENTO



POSICIÓN DE PIE (5 minutos)

Párese en la plataforma con los pies separados a la altura de los hombros, agarrando las manijas de forma segura con ambas manos. Esta posición trabaja los músculos de la espalda, la cintura, los glúteos, el pecho y el estómago.



POSICIÓN DE PIE (2 minutos)

Párese en la plataforma con los pies un poco más separados que el ancho de los hombros. Dobla las rodillas a una altura más baja de aproximadamente 6 pulgadas. Esta posición trabaja los músculos de los glúteos, los muslos y a lo largo de las vértebras.



POSICIÓN DE PUNTA DEL PIE (2 minutos)

Párese en la plataforma con los pies un poco más separados que el ancho de los hombros. Doble las rodillas para bajar la altura de su cuerpo unas 6 pulgadas. Levante los talones de la plataforma, desplazando su peso sobre los dedos de los pies. Esta posición trabaja los músculos del tacto, los glúteos, los muslos y a lo largo de las vértebras.



POSICIÓN INICIAL DEL BLOQUE (2 minutos)

Bájese al piso al lado de la unidad y coloque las palmas de las manos en la plataforma. Incline la parte superior del cuerpo hacia adelante, manteniendo ambas piernas ligeramente flexionadas, la pierna delantera en un ángulo más agudo que la pierna trasera. Esta posición trabaja los músculos de los hombros, la espalda y los brazos.



POSICIÓN DE PIVOTE CENTRAL (2 minutos)

El HURVBTR36 utiliza un sistema de pivote central, lo que significa que cuanto más lejos estés del centro, mayor será la intensidad. Cambia tu postura para variar la intensidad del entrenamiento

ENTRENAMIENTO CON BANDAS DE RESISTENCIA

¡Combina un entrenamiento de la parte superior del cuerpo con cualquier posición de uso! Basta con colocar ganchos en la parte delantera de la plataforma unifs.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

⚠ PELIGRO

Para reducir el riesgo de descarga eléctrica:

Evite rociar agua sobre la unidad. Evite sumergir la unidad o cualquiera de sus partes en agua o cualquier otro tipo de líquido.

1. Limpie todas las superficies de la unidad con un paño suave y húmedo de forma regular para eliminar la acumulación excesiva de polvo, suciedad, sudor y otras sustancias, especialmente en cada entrenamiento.

No tratar con disolventes abrasivos.

2. Cuando no se esté utilizando esta unidad, guárdela en un lugar seco.

No lo almacene cerca de un calor intenso o una llama abierta.

3. Do deje la unidad bajo la luz solar directa durante períodos prolongados

4. Mantenga la unidad fuera del alcance de las mascotas y los niños pequeños.

5. Recomendamos volver a colocar la unidad en su embalaje original para su almacenamiento.storage.

CARACTERÍSTICAS Y ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Funciones:

- Diseño revolucionario para un fitness divertido
- Ejercicio asistido por vibración para entrenamiento de cuerpo completo
- Excelente tonificación para abdominales, muslos y glúteos
- 3 programas preestablecidos para un entrenamiento máximo
- Tecnología de movimiento oscilante dinámico de próxima generación
- Las vibraciones de alta potencia hacen el trabajo duro

- Quema de grasa acelerada y pérdida de peso
- Incorpora entrenamientos para la parte superior del cuerpo, la parte inferior del cuerpo y el tronco
- Probado en laboratorio para mejorar la fuerza muscular, la flexibilidad y la circulación
- Bandas de resistencia de mano desmontables para rutinas más versátiles
- Reduce la apariencia de la celulitis, mejora las tasas metabólicas
- Operación simple: Stand On y Power On
- Ideal para todo tipo de cuerpos y grupos de edad
- (40) Velocidades ajustables de nivel
- Controles de botón táctil digital
- Almohadilla de superficie 'antideslizante' con agarre de goma
- Compacto y portátil con asa de transporte y ruedas
- Perfecto para entrenamiento deportivo, pérdida de peso, quema de grasa
- Incluye mando a distancia

Contenido de la caja:

- Máquina de vibración
- Control remoto, (2) 'AAA' incluido
- Cable de alimentación
- Manual de usuario
- (2) Banda de resistencia

Especificaciones técnicas:

- Alta potencia de salida: 300 vatios
- RPM (revoluciones por minuto): 3300+ RPM
- Material de construcción: ABS de ingeniería
- Ajuste del tiempo máximo de sesión: 20 minutos
- Capacidad máxima de carga: 265 lbs.
- Control remoto que funciona con baterías, requiere (2) pilas 'AAA', incluidas
- Longitud del cable de alimentación: 1,8 m
- Potencia de salida: 120 V
- Dimensiones (largo x ancho x alto):
26.77" x 14.96" x 4.72" -pulgadas (68 x 38 x 12 cm)



Dimensions



Almohadilla de superficie antideslizante



Pantalla LCD digital



asa para facilidad de transporte

4.72" pulgadas (12 cm)

26.77" pulgadas (68 cm)

14.96" pulgadas (38 cm)



Entrenamiento de cuerpo completo



Quemando 4000 calorías



Natación 30 min



Trotar 1 hora



Ciclismo 1 hora



Yoga 30 min



200 sentadillas



HURTLE



For user guides in multiple languages,
SCAN THE QR CODE
and enter your model number

User Manuals available in
Italian | German | Polish | Turkish



¿Preguntas o comentarios?
¡Estamos aquí para ayudar!
Phone: 1.718.535.1800
[PyleUSA.com/ContactUs](https://www.pyleusa.com/ContactUs)



Visitez notre site
Internet



SCANNE MOI
PyleUSA.com



HURTLÉ



HURVBTR36

Appareil de fitness vibrant sur pied

Plate-forme vibrante d'exercice
et d'entraînement avec poignée
et roues pivotantes

GUIDE D'UTILISATION





Avant d'utiliser cet appareil pour la première fois, veuillez lire attentivement toutes les sections de ce manuel d'utilisation, en accordant une attention particulière aux instructions de sécurité.

**Veuillez conserver ce manuel pour toute référence ultérieure.*

SOMMAIRE

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES	1
NOMS DES PIÈCES	3
PANNEAU DE CONTRÔLE ET TÉLÉCOMMANDE	4
FONCTIONNEMENT	4
CONFIGURATION	6
RECOMMANDATIONS POUR L'ENTRAÎNEMENT	7
NETTOYAGE ET ENTRETIEN	8
CARACTÉRISTIQUES ET SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES	9



MESURES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

Lisez toutes les instructions avant d'utiliser l'appareil. Lors de l'utilisation d'un appareil électrique, des précautions de base doivent toujours être

DANGER: Pour réduire le risque d'électrocution

- Débranchez toujours la fiche d'alimentation de la prise électrique immédiatement après utilisation.
- Débranchez toujours la fiche de la prise électrique avant de nettoyer l'appareil.

AVERTISSEMENT: Pour réduire les risques de brûlures, de foudre, d'électrocution ou de blessuresperson

- Pour réduire les risques de court-circuit et d'incendie, insérez toujours la fiche d'alimentation à fond dans la prise.
- Avant d'allumer l'appareil, vérifiez que le courant électrique de votre prise correspond à la tension indiquée sur l'adaptateur d'alimentation de l'appareil.

1. Avant d'utiliser l'appareil

- N'utilisez pas cet appareil en cas d'orage ou de foudre.
- Si vous avez déjà souffert d'une maladie ou si vous êtes préoccupé par votre état actuel, veuillez consulter votre médecin avant d'utiliser cet appareil. Les personnes souffrant des affections suivantes doivent consulter un médecin avant d'utiliser cet appareil:
 - épilepsie
 - Diabète sévère
 - Maladies cardiaques et vasculaires
 - Maladie de la peau
 - Asthme ou autres troubles respiratoires
 - Hypertension artérielle
 - Hernie discale ou autres anomalies de la colonne vertébrale
 - Implants du genou ou de la hanche
 - Pacemaker
 - Fractures osseuses ou problèmes articulaires
 - Stérilet récemment posé ou broches métalliques
 - Caillots de sang
 - Tumeurs

- Infections récentes
- Grossesse
- Femmes pendant leur cycle menstruel
- Migraines sévères
- Patients en convalescence après une intervention chirurgicale
- Une surveillance étroite est nécessaire lorsque l'appareil est utilisé par, sur ou à proximité d'enfants.
- Cet appareil n'est PAS destiné à être utilisé par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, des invalides ou des personnes handicapées, à moins qu'elles ne soient surveillées de près par une personne responsable de leur sécurité.

MESURES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES

- Ne laissez pas les animaux domestiques utiliser cet appareil.
- Ne pas charger d'objets lourds sur l'appareil.
- N'utilisez cet appareil que pour l'usage auquel il est destiné, tel qu'il est décrit dans ce manuel.
- Soyez prudent lorsque vous déplacez l'appareil d'un endroit à un autre. Le fait de le traîner sur des surfaces en terre cuite, telles que le bois ou le carrelage, risque de l'endommager.
- Ne travaillez pas sur l'appareil dans les 30 minutes qui précèdent et qui suivent les repas.
- N'utilisez pas l'appareil à d'autres fins que celle d'exercer vos doigts dans l'une des ouvertures de la plate-forme.
- Buvez beaucoup d'eau avant et après l'utilisation de l'appareil.
- N'enroulez pas le cordon d'alimentation autour de la plate-forme de l'appareil.
- Ne laissez pas tomber ou n'insérez pas d'objet dans l'une des ouvertures de l'appareil.
- Ne frappez pas l'appareil, en particulier avec des objets durs.
- Tenez les enfants et les animaux domestiques éloignés de l'appareil à tout moment.

2. Pendant l'utilisation

Cet appareil a été conçu pour être utilisé par UNE personne à la fois. Si deux personnes ou plus montent sur la plaque en même temps, elles risquent de se blesser ou d'endommager l'appareil.

- Ne faites pas de jogging et ne sautez pas de haut en bas sur le repose-pieds.
- Ne vous mettez pas à genoux sur la plaque. Les vibrations ne sont pas destinées aux genoux.

- Veillez à toujours équilibrer votre poids sur le faux-plateau. Ne mettez pas tout le poids de votre corps d'un côté ou de l'autre.
- Ne touchez pas et ne faites pas fonctionner cet appareil avec des mains mouillées ou humides. Un choc électrique ou un dysfonctionnement pourrait en résulter.
- Faites attention à la télécommande. Elle risque d'être endommagée si elle tombe sur le sol ou sur le repose-pieds.
- Cessez d'utiliser l'appareil si vous ressentez une quelconque gêne. Consultez immédiatement un médecin.
- Ne frappez pas l'appareil et n'y appliquez pas une force excessive. Vous risqueriez de vous blesser et de provoquer un dysfonctionnement.
- Lorsque vous vous entraînez sur l'appareil, ne restez pas dans la même position pendant plus de 10 minutes. Des crampes musculaires peuvent en résulter.
- Ne vous entraînez pas sur cet appareil plus de quatre fois par jour.

3. Après l'utilisation

- Après chaque séance, éteignez l'appareil et débranchez la fiche d'alimentation de la prise murale. (Le courant électrique peut provoquer un incendie ou une électrocution).
- N'oubliez pas de boire beaucoup d'eau avant et après l'utilisation.
- Si l'appareil doit être nettoyé, utilisez uniquement un chiffon sec. Ne laissez pas l'humidité s'infiltrer dans l'appareil.

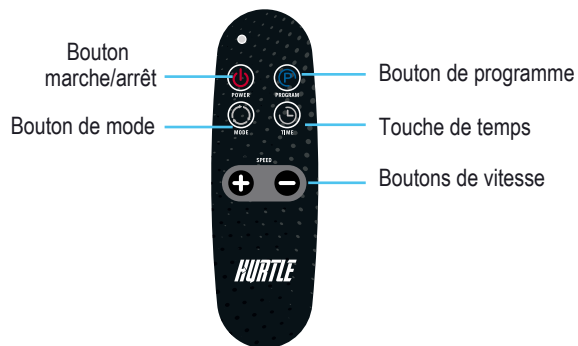
PART NAMES



PANNEAU DE CONTRÔLE ET TÉLÉCOMMANDE



Bouton marche/arrêt Bouton de programme Bouton de mode Boutons de vitesse Touche de temps








Bouton marche/arrêt Bouton de programme
Bouton de mode Touche de temps
Boutons de vitesse

FONCTIONNEMENT

1. Insérez la fiche d'alimentation du Fitness Machine dans une prise électrique standard
2. Placez l'interrupteur d'alimentation en position "ON". L'appareil passe en mode "Standby", indiqué par deux bips et quatre tirets horizontaux sur le panneau de commande.

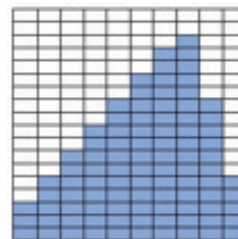
Les étapes ci-dessous peuvent être effectuées à l'aide des touches du panneau de commande ou de la télécommande:

3. Appuyez  sur pour commencer l'opération. L'action vibrante commence en mode manuel P1, initialement réglé à la vitesse 1, pendant 10 minutes.

- a. En mode manuel (P1), la minuterie peut être réglée entre 1 et 20 minutes. Appuyez  sur pour ajouter du temps par incréments de 1 minute.
 - b. En mode manuel (P1), la vitesse de vibration peut être réglée par incréments de 1 à 40 en utilisant  ou 
4. Pour utiliser l'un des programmes automatiques, appuyez sur . Chaque pression fait défiler l'un des modes de programme : P2, P3 et P4 sont des programmes pré-réglés. Chaque programme automatique dure 10 minutes et comporte des vitesses de vibration dont l'intensité varie au fur et à mesure. (Le fait de revenir à P1 vous ramène au mode manuel).

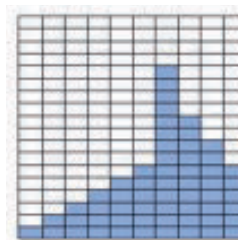
PROGRAMMES AUTOMATIQUES

Remarque: le programme 1 (P1) est considéré comme un "mode manuel". Il démarre à la vitesse 1 et dure 10 minutes. Suivez les instructions pour régler manuellement la vitesse et la durée du programme P1.



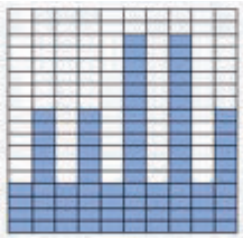
Programme 2 (P2):

Montée et descente rapides. Le programme P2 démarre à la vitesse 2 et augmente de 5 niveaux de vitesse par minute jusqu'à ce qu'il atteigne la vitesse 30.



Programme 3 (P3):



Montée en douceur. P3 démarre à la vitesse 4 et monte doucement jusqu'à la vitesse maximale de 36.



Programme 4 (P4):

Entraînement par intervalles. P4 suivra un schéma lent/rapide, en passant d'une minute à l'autre, avec une vitesse maximale de 30.

Remarque: Lorsqu'un mode automatique est en cours, les sélections de vitesse et de durée du massage sont désactivées.

- Pendant un programme de massage, appuyez sur  pour faire défiler l'affichage des calories brûlées, de la vitesse de vibration et du temps écoulé.
- Pour mettre fin au massage à n'importe quel moment, appuyez sur .

SETUP

- Placez la poignée sous l'un des bords de la plate-forme. Inclinez l'ensemble de la plate-forme vers le haut pour former un angle de 45° avec le sol. Le poids de la plate-forme reposant désormais sur ses roues, tirez sur la poignée pour la faire sortir au maximum. Saisissez la poignée pour déplacer l'ensemble de l'unité jusqu'à l'emplacement souhaité.
- Placez la plate-forme sur une surface lisse et plane. Pour éviter tout risque de blessure, laissez un espace d'au moins 3 pieds de chaque côté.
- Déroutez le cordon d'alimentation et insérez la fiche dans une prise électrique.
- Insérez 2 piles AAA dans le compartiment à piles de la télécommande.
 - Les piles doivent être recyclées ou éliminées conformément aux directives locales et nationales.
 - N'installez que des piles neuves du même type dans votre produit.
 - Si vous n'insérez pas les piles en respectant la polarité indiquée dans le compartiment, vous risquez de réduire la durée de vie des piles ou de provoquer des fuites.
 - Ne mélangez pas des piles alcalines, standard (carbone-zinc) ou rechargeables (nickel-cadmium) ou (nickel-cadmium).
 - Ne jetez pas les piles au feu.

- Pour fixer les bandes de résistance optionnelles, repérez les deux connecteurs métalliques situés sous l'appareil, de part et d'autre du panneau de commande. Tournez ces connecteurs jusqu'à ce qu'ils s'étendent vers l'extérieur, devenant ainsi visibles même après avoir reposé la plate-forme sur le sol.
- Utilisez le fermoir à une extrémité de chaque bande de résistance pour les attacher aux connecteurs métalliques de chaque côté du panneau de commande de la plate-forme.

RECOMMANDATIONS POUR L'ENTRAÎNEMENT



POSITION DEBOUT (5 minutes)

Tenez-vous debout sur la plate-forme, les pieds écartés de la largeur des épaules, et saisissez les poignées à deux mains. Cette position fait travailler les muscles du dos, de la taille, des fessiers, de la poitrine et du ventre.



POSITION DEBOUT (2 minutes)

Tenez-vous debout sur la plate-forme, les pieds un peu plus écartés que la largeur des épaules. Pliez les genoux pour abaisser la hauteur d'environ 10 cm. Cette position fait travailler les muscles des glandes, des cuisses et le long des vertèbres.



POSITION DES PIEDS (2 minutes)

Tenez-vous debout sur la plate-forme, les pieds un peu plus écartés que la largeur des épaules. Pliez les genoux pour abaisser la hauteur de votre corps d'environ 15 cm. Soulevez vos talons de la plate-forme, en transférant votre poids sur vos orteils. Cette position fait travailler les muscles des abdominaux, des fessiers, des cuisses et le long des vertèbres.



POSITION DU BLOC DE DÉPART (2 minutes)

Descendez sur le sol à côté de l'appareil et placez vos paumes sur la plate-forme. Penchez le haut du corps vers l'avant, en gardant les deux jambes légèrement fléchies, la jambe avant formant un angle plus prononcé que la jambe arrière. Cette position fait travailler les muscles des épaules, du dos et des bras.



POSITION DE PIVOTAGE CENTRAL (2 minutes)

Le HURVBTR36 utilise un système de pivotement central, ce qui signifie que plus vous êtes éloigné du centre, plus l'intensité est élevée. Changez de position pour varier l'intensité de l'entraînement.

ENTRAÎNEMENT AVEC BANDE DE RÉSISTANCE

Associez un entraînement du haut du corps à n'importe quelle position d'utilisation ! Il suffit de fixer les crochets à l'extrémité avant de la plate-forme unifs.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

⚠ DANGER

Pour réduire le risque d'électrocution:

Évitez de pulvériser de l'eau sur l'appareil. Évitez d'immerger l'appareil ou l'une de ses pièces dans l'eau ou dans tout autre type de liquide.

1. Essuyez régulièrement toutes les surfaces de l'appareil avec un chiffon doux et humide pour éliminer l'accumulation excessive de poussière, de saleté, de sueur et d'autres substances, en particulier après chaque séance d'entraînement.

Ne jamais utiliser de solvants abrasifs.

2. Lorsque cet appareil n'est pas utilisé, rangez-le dans un endroit sec.

Ne le rangez pas à proximité d'une chaleur intense ou d'une flamme nue.

3. Ne pas laisser l'appareil sous la lumière directe du soleil pendant des périodes prolongées.

4. Tenir l'appareil hors de portée des animaux domestiques et des jeunes enfants.

5. Nous recommandons de remettre l'appareil dans son emballage d'origine pour le ranger.

CARACTÉRISTIQUES ET SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

Caractéristiques:

- Conception révolutionnaire pour une remise en forme amusante
- Exercices assistés par vibrations pour un entraînement de tout le corps
- Excellente tonification des abdominaux, des cuisses et des fesses
- 3 programmes prédéfinis pour un entraînement maximal
- Technologie de mouvement oscillant dynamique de nouvelle génération
- Des vibrations puissantes font le travail difficile

- Accélération de la combustion des graisses et de la perte de poids
- Incorpore des exercices pour le haut du corps, le bas du corps et les muscles abdominaux
- Testé en laboratoire pour améliorer la force musculaire, la flexibilité et la circulation sanguine
- Bandes de résistance amovibles pour des exercices plus polyvalents
- Réduit l'apparence de la cellulite et améliore les taux métaboliques
- Fonctionnement simple : Se mettre debout et s'allumer
- Idéal pour tous les types de corps et tous les groupes d'âge
- 40 niveaux de vitesse réglables
- Commandes numériques à touches tactiles
- Surface antidérapante en caoutchouc
- Compact et portable avec poignée de transport et roues
- Parfait pour l'entraînement sportif, la perte de poids et la combustion des graisses
- Télécommande incluse

Contenu de la boîte:

- Machine à vibrations
- Télécommande, (2) 'AAA' inclus
- Cordon d'alimentation
- Manuel de l'utilisateur
- (2) Bande de résistance

Caractéristiques techniques:

- Puissance de sortie élevée : 300 Watt
- RPM (Révolutions par minute) : 3300+ RPM
- Matériau de construction : ABS d'ingénierie
- Durée maximale de la séance : 20 minutes
- Capacité de charge maximale : 265 lbs. (120.2 kg)
- Télécommande à piles, nécessite (2) x piles 'AAA', incluses
- Longueur du cordon d'alimentation : 1,8 m (70.8 pouces) (180 cm)
- Puissance de sortie : 120V
- Dimensions (L x L x H):
26.77" x 14.96" x 4.72" -pouces (68 x 38 x 12 cm)



Dimensions



Surface antidérapante



Écran numérique à cristaux liquides



Poignée de transport pratique


4.72" pouces (12 cm)

26.77" pouces (68 cm)

14.96" pouces (38 cm)



ENTRAÎNEMENT COMPLET DU CORPS

 Brûler 4000 calories

 Natation 30 minutes

 Jogging 1 heure

 Vélo 1 heure

 Yoga 30 minutes

 200 redressements assis



HURTLE



For user guides in multiple languages,
SCAN THE QR CODE
and enter your model number

User Manuals available in
Italian | German | Polish | Turkish



Questions ou commentaires?

Nous sommes ici pour aider!

Phone: 1.718.535.1800

PyleUSA.com/ContactUs



HURTTLE

