



# LifePlate EVO3

Vibration plate



# Index

Index	2
Sicherheitshinweise	3
Geräteübersicht	4
Montage	5-7
Inbetriebnahme / Touch Screen Bildschirm	8
Login / Anwender anlegen	9
BMI Berechnung (Body Mass Index)	9
Cockpit	11-17
Allgemeine Informationen	18
Technische Details / Entsorgung	19
Explosionszeichnung	20
Teileliste	21
Notizen	22 - 23
Gewährleistung	24
Garantiebedingungen	25
Registrierung	26
Schadensmeldung / Reparaturauftrag	27

# Sicherheitshinweise

Bevor Sie mit dem Training beginnen, machen Sie sich bitte unbedingt mit der gesamten Bedienungsanleitung, insbesondere den Sicherheitsinformationen, den Wartungs- & Reinigungsinformationen und den Trainingsinformationen vertraut. Sorgen Sie auch dafür, dass jeder der dieses Trainingsgerät nutzt, ebenfalls mit diesen Informationen vertraut ist und diese beachtet.

Halten Sie unbedingt die Wartungs- und Sicherheitsanweisungen dieser Anleitung exakt ein.

Dieses Trainingsgerät darf ausschließlich für seinen bestimmten Einsatz genutzt werden. Eine zweckentfremdete Nutzung kann ein Risiko für mögliche Unfälle, Schäden der Gesundheit oder die Beschädigungen des Trainingsgerätes bewirken, für die seitens des Vertreibers keine Haftung übernommen wird.

## Stromanschluss

- Es wird eine Netzspannung von 220-230V für den Trainingsbetrieb des Gerätes benötigt.
- Das Trainingsgerät darf nur mit dem im Lieferumfang enthaltenen Netzkabel an eine geerdete, mit 16 A einzeln abgesicherte und vom Fachmann installierte Steckdose angeschlossen werden.
- Trennen Sie den Netzstecker immer von der Steckdose wenn Sie den Standort des Trainingsgerätes verändern wollen.
- Vor der Durchführung von Reinigungs-, Wartungs- oder sonstigen Arbeiten trennen Sie den Netzstecker immer von der Steckdose.
- Verzichten Sie bei der Verbindung des Netzsteckers mit einer Steckdose auf Steckdosenleisten und Kabelrollen.
- Bei der Verwendung einer Kabelverlängerung, achten Sie unbedingt darauf, dass diese den Richtlinien und Bestimmungen des VDE entspricht.
- Verlegen Sie das Netzkabel immer so, das es weder beschädigt werden kann, noch eine Stolperfalle darstellt.
- Elektrische Geräte, wie z. B. Handy, PC, Fernseher (LCD, Plasma, Röhre, etc.), Spielkonsolen, etc. senden während deren Betrieb und im Stand-by-Modus elektromagnetische Strahlung aus. Halten Sie diese Geräte von Ihrem Trainingsgerät fern, da es zu Fehlfunktionen, Störungen und Falschangaben kommen kann.

## Trainingsumgebung

- Wählen Sie eine Stellfläche, die Ihnen auf allen Seiten des Trainingsgerätes optimalen Freiraum und größtmögliche Sicherheit bietet. Hierbei sollte die Sicherheitsfläche hinter dem Trainingsgerät mindestens 150 cm, seitlich zum Trainingsgerät mindestens 150 cm und vor dem Trainingsgerät 50 cm betragen.
- Achten Sie auf eine gute Belüftung und optimale Sauerstoffversorgung während des Trainings. Zugluft ist hierbei zu vermeiden.
- Ihr Trainingsgerät ist nicht für eine Nutzung im Freien geeignet, deshalb ist die Lagerung und das Training mit Ihrem Gerät nur innerhalb temperierter, trockener und sauberer Räume möglich.
- Der Betrieb und die Lagerung Ihres Trainingsgerätes in Nassbereichen, wie z. B. Schwimmbädern, Saunen, etc. ist nicht möglich.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Trainingsgerät während des Betriebes und im Ruhezustand immer auf einem befestigten, ebenen und sauberen Untergrund steht. Unebenheiten im Untergrund müssen entfernt bzw. ausgeglichen werden.
- Um empfindliche Böden, wie Holz, Laminat, Fliesen, etc. zu schonen und vor Beschädigungen wie Kratzern zu schützen, empfiehlt es sich eine **MAXXUS® Bodenschutzmatte** dauerhaft unter das Gerät zu legen. Achten Sie darauf, dass die Unterlage gegen ein mögliches Verrutschen gesichert ist.
- Stellen Sie das Trainingsgerät nicht auf helle oder weiße Teppichböden oder Teppiche, da die Standfüße des Gerätes abfärben können.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Trainingsgerät inklusive des Netzkabels nicht mit heißen Gegenständen in Kontakt kommt und ein ausreichender Sicherheitsabstand zu sämtlichen Wärmequelle, wie z. B. Heizung, Öfen, offene Kamine, etc. eingehalten wird.

## Persönliche Sicherheitshinweise für das Training

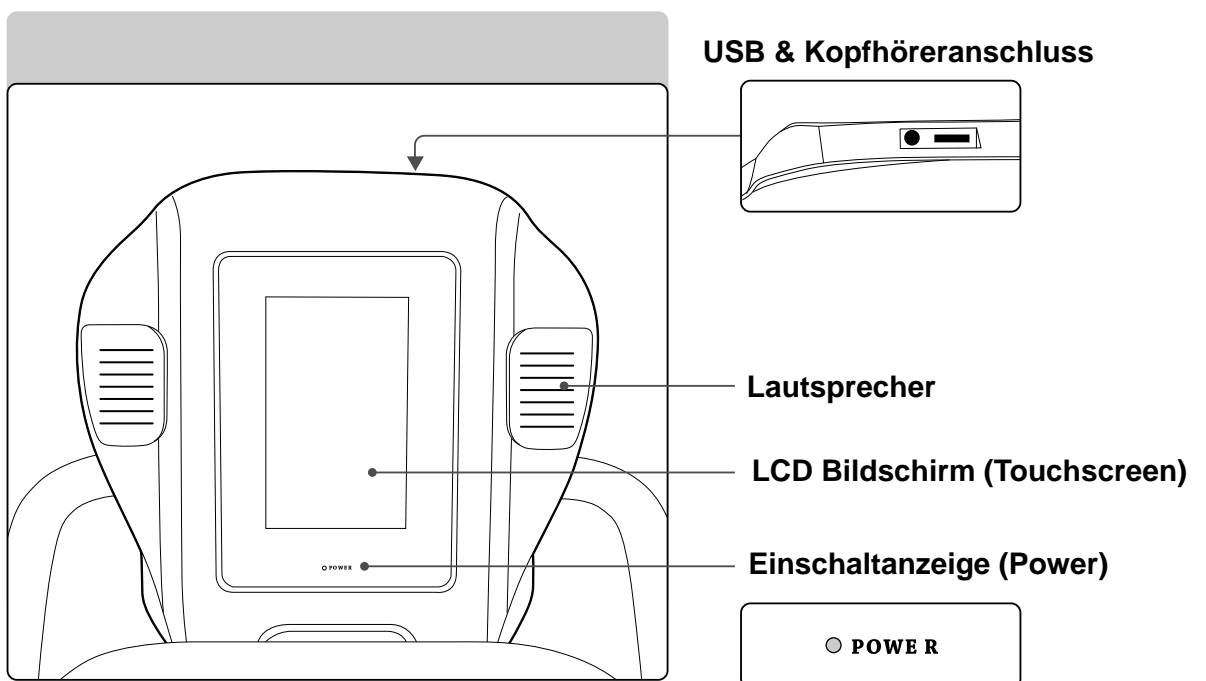
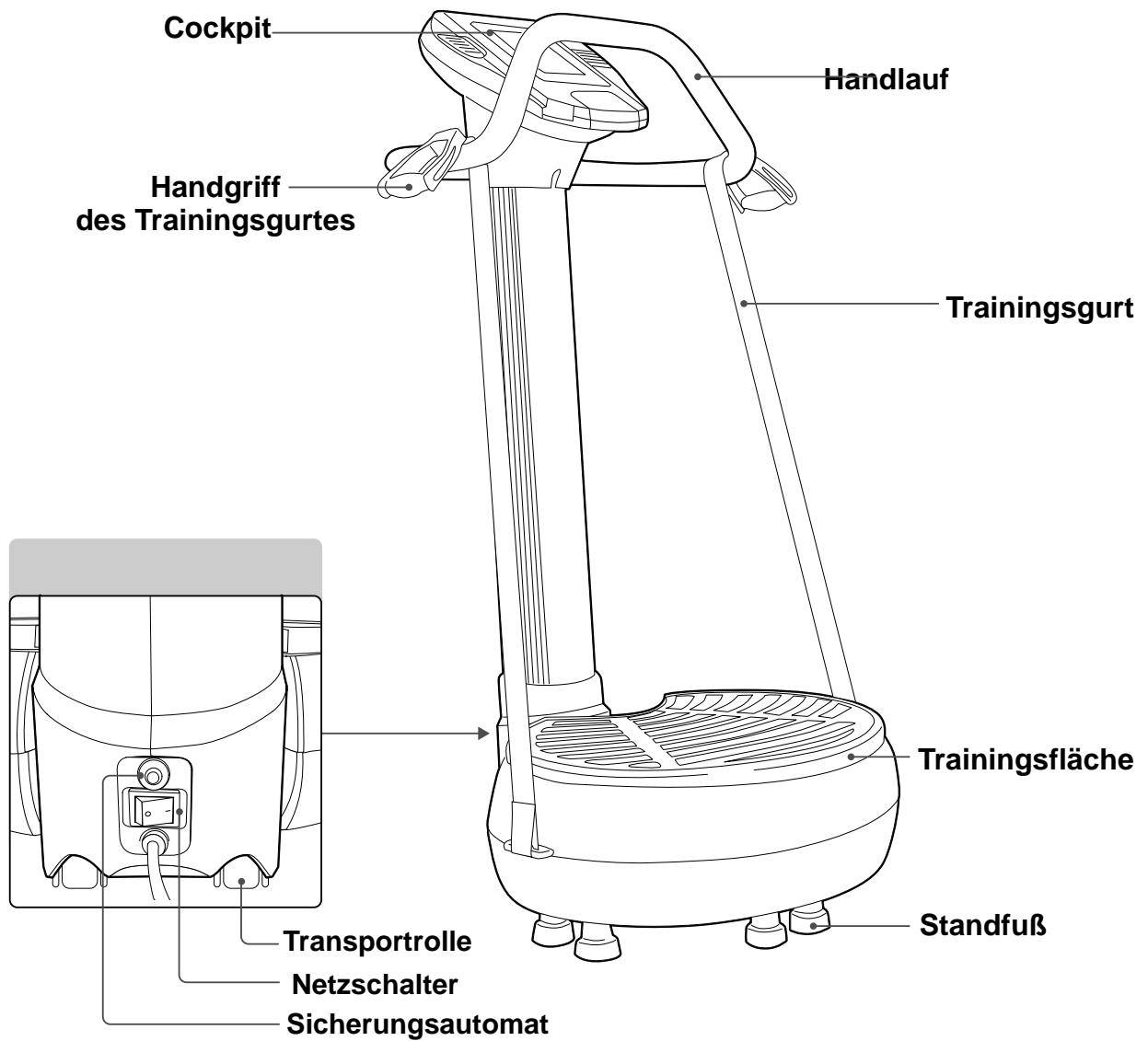
- Bei Nichtbenutzung des Trainingsgerät entfernen Sie das Netzkabel um so eine unsachgemäße bzw. unkontrollierte Nutzung von Dritten, wie z. B. Kindern zu verhindern.
- Sie sollten vor Beginn Ihres Trainings einen Gesundheitscheck bei Ihrem Arzt durchführen.
- Bei körperlichem Unwohlsein bzw. Atemproblemen beenden Sie das Training sofort.
- Beginnen Sie Ihre Trainingseinheiten immer mit einer niedrigen Belastung und steigern Sie diese im Verlauf Ihres Trainings gleichmäßig und schonend. Reduzieren Sie gegen Ende Ihrer Trainingseinheit die Belastung wieder.
- Achten Sie darauf, dass Sie während des Trainings geeignete Sportbekleidung und Sportschuhe tragen. Beachten Sie, dass weite Kleidungsstücke sich während des Trainings in beweglichen Teilen verfangen kann.
- Ihr Trainingsgerät kann ausschließlich nur von einer Person gleichzeitig benutzt werden.
- Prüfen Sie vor jedem Training, ob sich Ihr Gerät in einem einwandfreien Zustand befindet. Benutzen Sie Ihr Trainingsgerät niemals, wenn es Fehler oder Defekte aufweist.
- Selbständige Reparaturarbeiten können nur nach Absprache und Genehmigung durch die LifePlate® Serviceabteilung ausgeführt werden. Hierbei dürfen nur Original-Ersatzteile verwendet werden.
- Ihr Trainingsgerät muss nach jeder Nutzung gereinigt werden. Entfernen Sie insbesondere sämtliche Verunreinigungen, die durch Körperschweiß oder andere Flüssigkeiten hervorgerufen wurden.
- Achten Sie immer darauf, dass Flüssigkeiten (Getränke, Körperschweiß, etc.) in keinem Fall in das Gehäuse bzw. in das Cockpit eindringen kann, da dies zu Korrosionen und Beschädigung der mechanischen und elektronischen Bauteile führen kann.
- Ihr Trainingsgerät ist für die Nutzung durch Kinder nicht geeignet.
- Während des Trainings müssen Dritte - insbesondere Kinder und Tiere - einen ausreichenden Sicherheitsabstand einhalten.
- Prüfen Sie vor jedem Training ob sich Gegenstände unter Ihrem Trainingsgerät befinden und entfernen Sie diese in jedem Fall. Trainieren Sie niemals mit Ihrem Trainingsgerät, wenn sich Gegenstände darunter befinden.
- Achten Sie immer darauf, dass Ihr Trainingsgerät nicht von Kindern als Spielzeug oder Klettergerät zweckentfremdet wird.
- Achten Sie darauf, dass Sie und Dritte niemals Körperteile in die Nähe von beweglichen Mechanismen bringen.

Die Konstruktion dieses Trainingsgerätes beruht auf dem aktuellsten technischen und sicherheitstechnischen Stand.

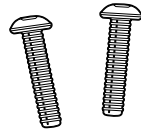
Dieses Trainingsgerät sollte ausschließlich von erwachsenen Personen genutzt werden!

Extremes, falsches und/oder ungeplantes Training kann zu Gesundheitsschäden führen!

# Geräteübersicht



## Schraubensatz



2x Inbusschraube M8x45mm



1x Inbusschlüssel



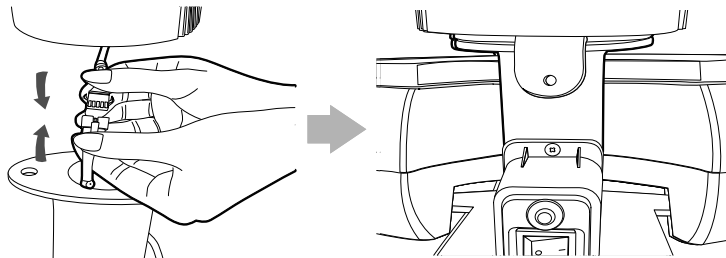
3x Inbusschraube M8x15mm



6x Inbusschraube M4x12mm

## Schritt 1

Verbinden Sie das Sensorkabel aus dem Holm mit dem Kabel aus dem Antriebsgehäuse, wie im Bild beschrieben. Achten Sie auf einen festen Sitz der Steckverbindung. Lassen Sie sich von einer zweiten Person helfen, damit keine Kabel gequetscht werden können!

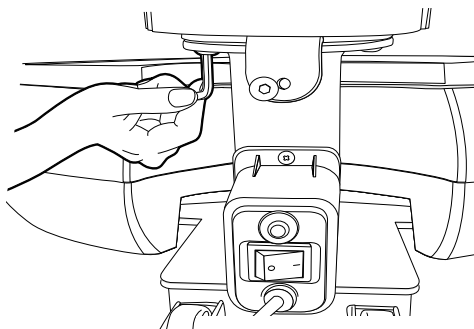
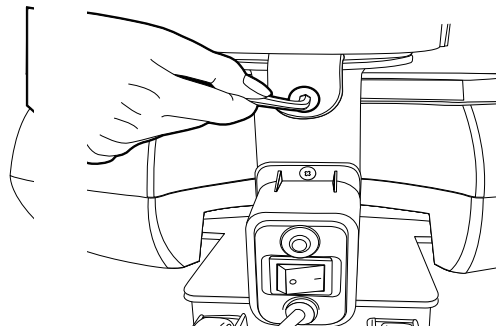


Stecken Sie die überhängenden Kabel in den Holm hinein

## Schritt 2

Verschrauben Sie den Holm mit dem Antriebsgehäuse. Verwenden Sie hierzu 3 Inbusschrauben mit der Größe M8x15mm. Drehen Sie alle drei Schrauben leicht an und danach richtig fest, damit sich die Verbindung nicht durch Vibrationen lösen kann.

**Achten Sie darauf, dass keine Kabel bei der Montage gequetscht werden!**



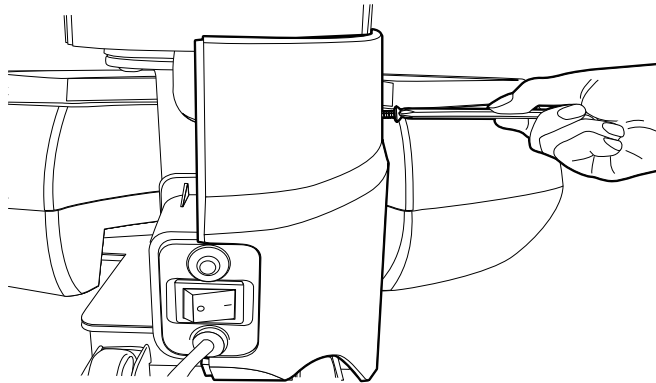
Überprüfen Sie diese Verschraubung regelmäßig!

## Schritt 3

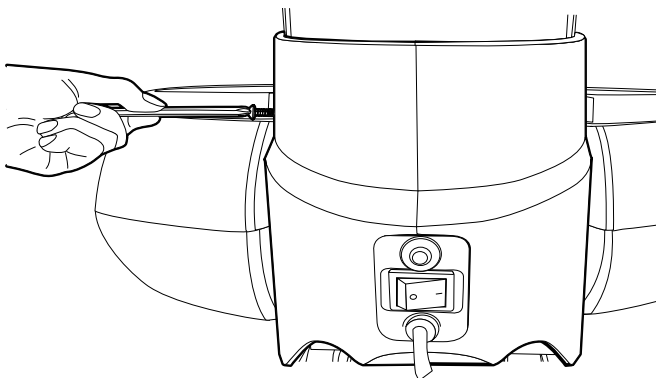
Schrauben Sie das rechte und das linke Verkleidungsteil mit den 4 Schrauben der Größe M4x12mm an den Holm. Achten Sie darauf, dass die beiden Verkleidungsschalen sauber ineinander gefügt werden, so dass kein allzu großer Spalt entsteht.

Ziehen Sie die Schrauben soweit an, bis das jeweilige Verkleidungsteil fest sitzt. Zu fest angezogene Schrauben können das Verkleidungsteil beschädigen.

a)



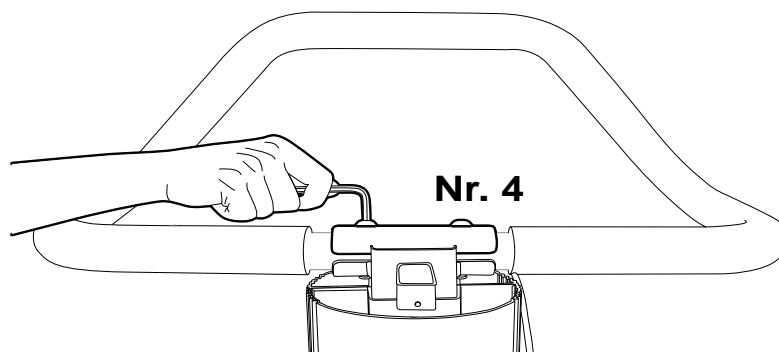
b)



## Schritt 4

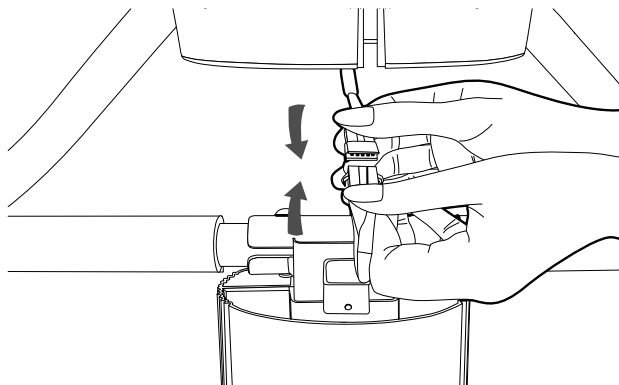
Montieren Sie den Handgriff mit den beiden Inbusschrauben der Größe M8x45mm und der Schelle (Nr. 4 in der Explosionszeichnung) an den Holm.

Ziehen Sie die Schrauben fest an, damit sie sich durch die Vibrationen nicht von selbst lösen können.



## Schritt 5

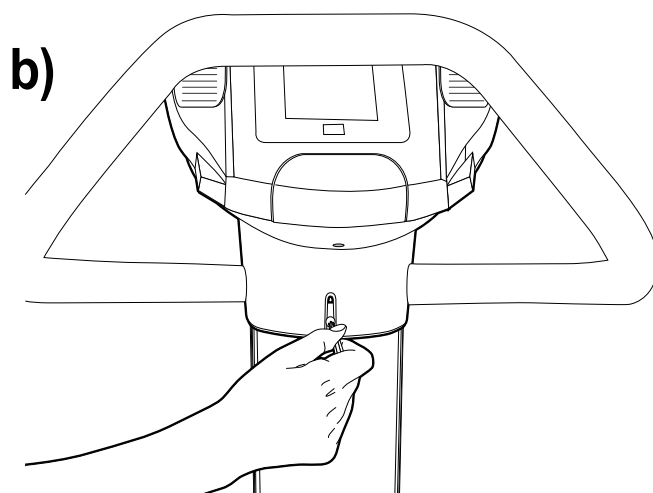
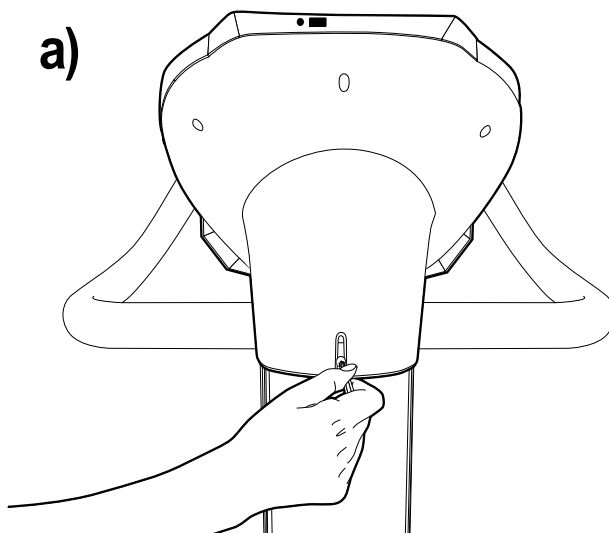
Verbinden Sie das Kabel vom Cockpit mit dem Kabel aus dem Holm.  
Achten Sie hierbei auf einen festen Sitz und daß keine Kabel gequetscht werden.



## Schritt 6

Schrauben Sie das Cockpit mit den beiden Inbusschrauben der Größe 4mmx12mm am Holm fest.

**Quetschen Sie hierbei keine Kabel!**

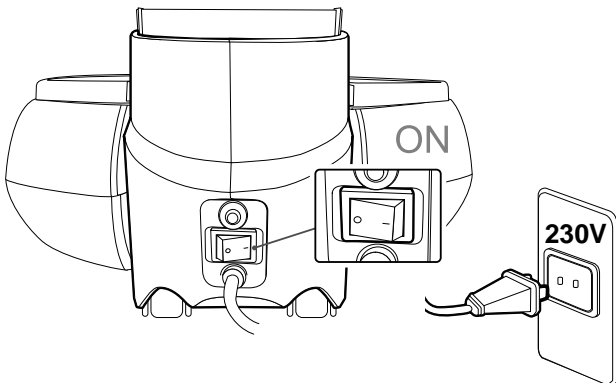


Die Montage ist nun beendet und Sie können das Gerät in Betrieb nehmen!

## Stromanschluss

Verwenden Sie zum Stromanschluss eine geerdete 230V Steckdose, welche mit einer 16A Sicherung abgesichert ist.

Schalten Sie das Gerät am Netzschalter auf „ON“.

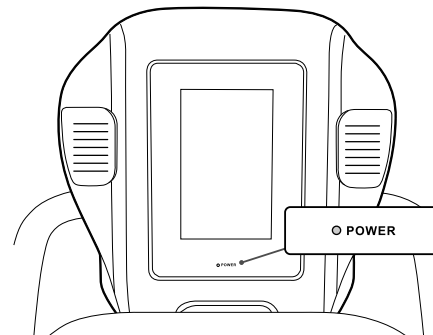


Wird das Gerät nicht genutzt, schalten Sie es bitte immer am Netzschalter aus. Dies verringert den Stromverbrauch.

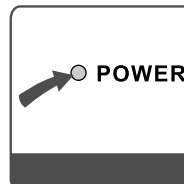
## Bootvorgang des Cockpits

Das Cockpit der Vibrationsplatte **EVO3** besitzt einen Computer, der nach dem Einschalten des Gerätes sein Betriebssystem bootet.

Solange das Gerät bootet, bleibt der Bildschirm ggf. dunkel. Die POWER Anzeige am unteren Rand des Bildschirms leuchtet und zeigt



Der Sicherungsautomat wird bei einer Überspannung im Stromnetz ausgelöst. Durch Drücken des Knopfes wird der Sicherungsautomat in den Normalzustand zurückversetzt. Der Knopf ist im Normalzustand leicht zu drücken.



- Leuchtet rot: EIN
- Leuchtet nicht: AUS

## DER TOUCHSCREEN-BILDSCHIRM

Der Bildschirm ermöglicht die Eingabe persönlicher Daten und die Steuerung des Gerätes. Drücken Sie vorsichtig mit der Fingerkuppe auf die Icons der Benutzerführung.

Der Bildschirm darf nur mit den Fingerkuppen berührt werden und nicht mit den Fingernägeln!

Lange Fingernägel können den Bildschirm beschädigen.

Verwenden Sie auch keine Stifte oder andere harte Gegenstände!

Reinigen Sie den Bildschirm niemals mit Wasser oder Reinigungsmitteln. TFT Bildschirmreiniger und ein weiches Tuch sind zur Reinigung geeignet. Beides ist im Fachhandel für Fernsehgeräte und Computerzubehör erhältlich.



## Anwenderdaten eingeben (User Login)

### Login

Bevor Sie das Gerät zum ersten Mal nutzen, speichern Sie Ihre persönlichen Daten.



1 Neuer Anwender

2 Anwenderdaten

3 Auswahlpfeile

Als neuer Anwender wählen Sie das Icon (1 „Neuer Anwender“) aus.

Haben Sie bereits ein Profil mit persönlichen Daten erstellt, wählen Sie dieses aus (2 „Anwenderdaten“).

Mit den Auswahlpfeilen (3) können Sie zwischen den bereits gespeicherten Profilen wählen.



## Neuer Anwender (New User)

Tragen Sie Ihre persönlichen Daten in Ihrem Profil ein. Nach der Auswahl des Profils befinden Sie sich in der Eingabemaske für die persönlichen Daten.

1. Drücken Sie das Icon (1) für die Eingabe Ihres Namens. Eine Tastatur wird zur Eingabe angezeigt.  
Geben Sie Ihren Namen ein und speichern Sie diesen mit „ENTER“.
2. Geben Sie Ihr Alter, das Geschlecht, die Körpergröße und Ihr Gewicht ein.  
Die Pfeiltasten neben den Eingabewerten ermöglichen die Änderung der Werte.
3. Speichern Sie die Eingabe mit „OK“.



1 Name

2 Persönliche Daten

AGE = Alter  
HEIGHT = Körpergröße  
WEIGHT = Körpergewicht



## BMI (Body-Mass-Index) Berechnung



1 Ihr BMI Wert

2 Letzte BMI Berechnung

3 Ihre Werte im Vergleich zum Idealwert

4 Letzter Status

Basierend auf Ihrer Körpergröße und Ihres Gewichtes errechnet das Cockpit der EVO 3 Ihren BMI.  
Folgende Informationen werden angezeigt:

**YOUR BMI** - Anzeige des aktuellen BMI

**LAST BMI** - Anzeige des zuletzt errechneten BMI

**Ideal weight** - Anzeige des für Ihre Körpergröße idealen Körpergewichts

**Current weight** - Vergleich Ihres aktuellen Körpergewichts zum Idealgewicht

**Kcal per day** - Anzeige des Kalorien, die pro Tag benötigt werden um das Idealgewicht zu erreichen

Die Grafik im unteren Bereich der Anzeige gibt Aufschluss darüber, in welchem Gewichtsbereich sich der Nutzer derzeit befindet:

- Overweight** - übergewichtig
- Risk of overweight** - ein Risiko zum Übergewicht besteht
- Healthy weight** - Idealgewicht
- Underweight** - untergewichtig

Bitte beachten Sie, daß der BMI aus den zuvor im Login angegebenen persönlichen Daten berechnet wird. Sind dort falsche Angaben gemacht worden, stimmen die Werte der BMI Berechnung nicht.

Der ideale BMI Wert ist vom Alter abhängig.  
Tabelle dient als Anhaltspunkt für den idealen BMI

Alter	BMI
19-24 Jahre	19-24
25-34 Jahre	20-25
35-44 Jahre	21-26
45-54 Jahre	22-27
55-64 Jahre	23-28
>64 Jahre	24-29

Tabelle zum Über- oder Untergewicht

Klassifikation	m	w
Untergewicht	<20	<19
Normalgewicht	20-25	19-24
Übergewicht	25-30	24-30
Adipositas	30-40	30-40
massive Adipositas	>40	>40

# Cockpit

## Cockpit

Um die Bedienung des Gerätes so einfach wie möglich zu gestalten, sind die Hauptbereiche der Menustruktur in drei Menubereiche unterteilt.

In diesem Menu können Sie zwischen dem Trainingsbereich mit unterschiedlichen Trainingsprogrammen, dem Mediabereich für die Musikwiedergabe und Diashow, sowie dem Userbereich für die Eingabe von persönlichen Daten und Zeiteinstellungen, wählen.

Die Medienwiedergabe von USB Sticks ist möglich. Stecken Sie den USB Stick erst am Cockpit an, wenn das Gerät gebootet hat, also betriebsbereit ist. Andernfalls kann der USB Stick möglicherweise nicht vom Cockpit erkannt werden.



Nach dem Einloggen erscheint das Hauptmenu, welches in drei Bereiche gegliedert ist:



**Exercise:**  
Trainingsprogramme



**Media:**  
Foto- und Musikwiedergabe



**User:**  
Bereich für persönliche Daten  
und Zeiteinstellungen

Im Bereich Exercise finden Sie die Trainingsprogramme für ein allgemeines Training (Basic), für unterschiedliche Fitness-Levels, sowie für einzelne Muskelgruppen.



1. Uhrzeitanzeige (Einstellung im Bereich User)
2. Trainingszeit (Minuten / Sekunden). Einstellbar über die Pfeiltasten
3. Frequenz der Trainingsplatte. Einstellbar über die Pfeiltasten
4. Funktionstasten für den Schnellstart mit vorgegebenen Werten aus Trainingszeit und Frequenz
5. Funktionstasten zur Programmsteuerung



**REPEAT>> Wiederholung der letzten Eingabe**



**START>> Start des Trainingsprogrammes**



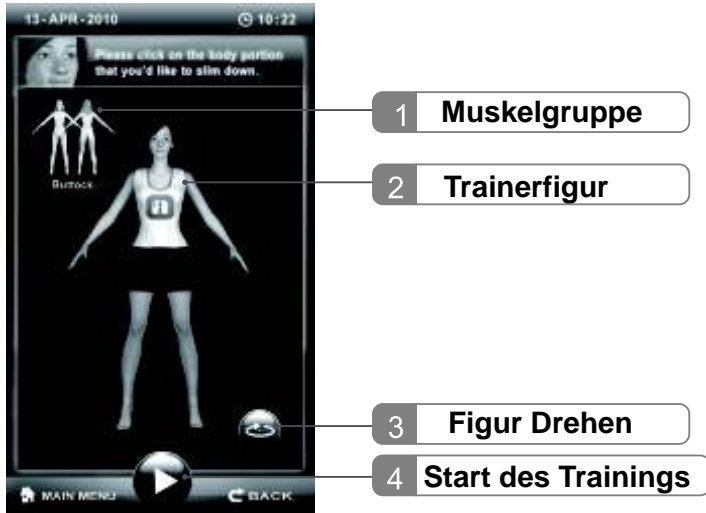
**PAUSE>> Unterbrechung des Trainings**



**STOP>> Beenden des Trainingsprogramms**

## Muskelgruppentraining

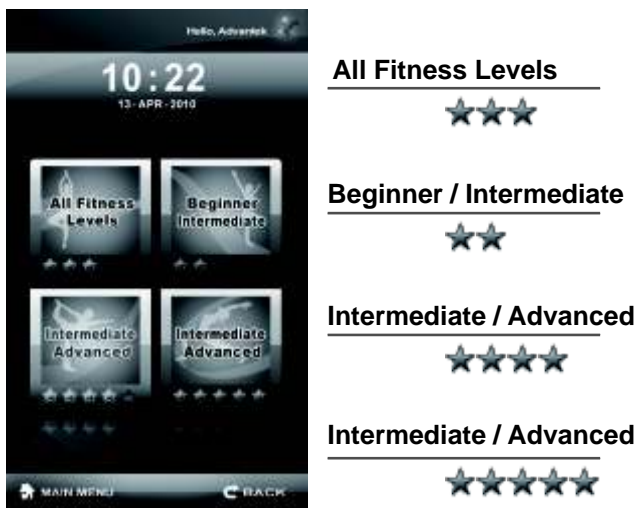
Sie können in diesem Programm einzelne Muskelgruppen trainieren, um Ihr Trainingsziel schneller zu erreichen.



Wählen Sie durch Berühren eines Körperbereiches den gewünschten Muskelbereich aus, den Sie trainieren möchten. Durch Berühren der Taste 3 können Sie die Figur drehen, um auch rückwärtige Körperbereiche auszuwählen. Ihr Training starten Sie durch Berühren der Taste 4.

## Indikationstraining

Das Indikationstraining ermöglicht die Auswahl eines Trainingslevels, der den persönlichen Anforderungen entspricht. Wählen Sie vom leichtesten Level „All Fitness Level“ bis zum schwersten Level „Intermediate Advance“ den für Sie am besten geeigneten Schwierigkeitsgrad aus.



Je mehr Sterne angezeigt werden, desto schwieriger ist das Training.

Mit der Taste „MAIN MENU“ gelangen Sie zurück ins Hauptmenu. Die Taste „BACK“ ermöglicht den Sprung zurück in die vorherige Eingabemaske.

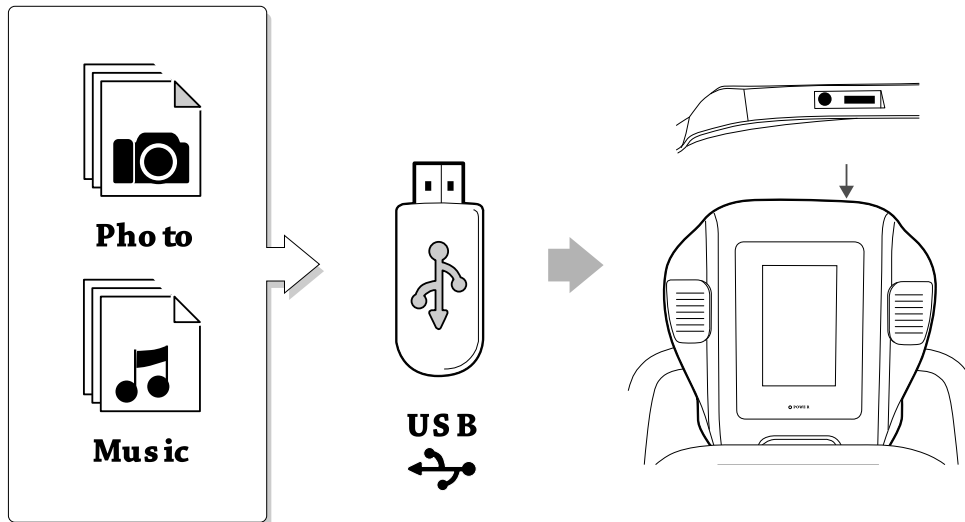
# Cockpit

## Dateiübertragung vom USB Stick

Der eingebaute Multimedia Player ermöglicht die Anzeige von Mp3 Musik und Bildern, welche als JPG, PNG, GIF oder BMP Datei auf dem USB Stick gespeichert sein müssen und eine Bildgröße von 1024x768 Pixeln nicht überschreiten.

Die Formatierung des USB Sticks sollte mit FAT oder FAT32 erfolgen.

Der USB Stick darf **erst** in das Cockpit eingesetzt werden, wenn das Gerät gebootet hat!



## Diashow



### 1 Schließen

Durch Berühren des Symbols X (1) schließen Sie das Bild.

### 2 Dateiname

### 3 Drehen

Möchten Sie das Bild drehen, so berühren Sie die runden Pfeiltasten (3).

Bitte beachten Sie, daß manche Mp3 Dateien außerhalb der Spezifikation sein können und ein einwandfreies Abspielen nicht möglich ist. Durch die vielen unterschiedlichen Formate bei Musik- und Bilddateien kann es zu Störungen beim Abspielen kommen. Sollte der USB Stick nicht funktionieren, formatieren Sie diesen auf das FAT oder FAT32 Format an Ihrem PC und überspielen Sie die Dateien erneut. In seltenen Fällen können manche USB Sticks nicht vom Gerät erkannt werden.

## Media Player

Wählen Sie die gewünschten Musikstücke aus oder markieren Sie alle Musikstücke mit der Taste 5 (Select All). Mit der Taste 3 (Remove All) können alle Musikstücke aus der Liste entfernt werden. Spielen Sie die ausgewählten Musikstücke mit der Taste 4 (Play Pfeil) ab.



Im Abspielmodus zeigt der Mediaplayer die Abspielzeit und den Titel des Musikstückes an. Die Ausgewählten Musikstücke werden als Warteschlange unter der Abspielzeit angezeigt. Zum Wechsel zwischen den Musikstücken sind neben dem PLAY Pfeil Vor- und Rückspultasten vorhanden. Um die Lautstärke anzupassen, drücken Sie auf die Lautsprechersymbole am unteren Bildschirmrand. Die Stop Taste zum Beenden der Wiedergabe finden Sie unten links in der Bildschirmecke.



## Animations Modus

Sie können Ihr bevorzugtes Animationsvideo aus der Liste auswählen und abspielen. Mit der Pfeiltaste (2) gelangen Sie auf die nächste Seite mit weiteren Animationen (falls vorhanden). Zum Beenden der Auswahl drücken Sie auf das Kreuz (1).



Nach dem Countdown startet die Animation und zeigt die Laufzeit im oberen Anzeigebereich an. Die Frequenz, die Trainingszeit, sowie die Restlaufzeit der Animation werden angezeigt.



## User Mode

Zur Eingabe, löschen oder Änderung der persönlichen Daten, kann eine Anpassung im User Mode erfolgen.



Drücken Sie dieses Feld zum Löschen des Benutzers.

Verändern Sie die persönlichen Daten, wie Alter, Körpergröße und Gewicht mit den Pfeiltasten 

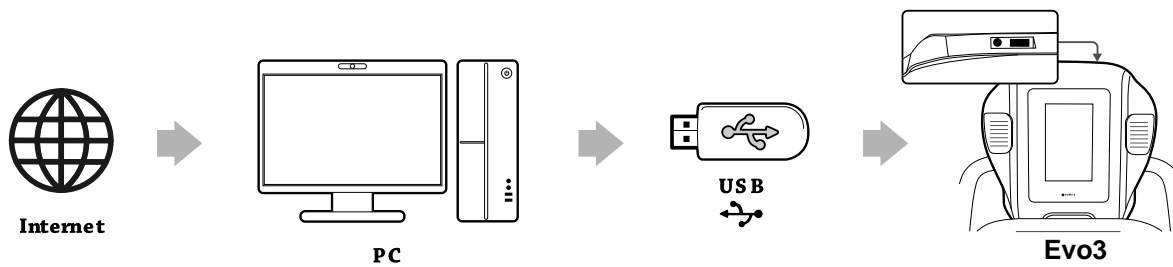
## Zeit und Datum einstellen

Stellen Sie die Zeit im oberen Feld und das Datum im unteren Feld ein. Speichern Sie die Eingabe mit der OK Taste.

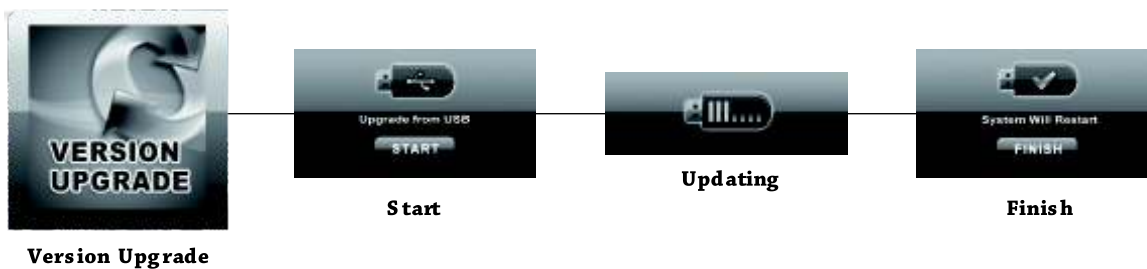
Durch drücken der einzelnen Felder öffnet sich eine Bildschirmtastatur zur Eingabe. Mit der „ENTER“ Taste bestätigen Sie die Eingabe.



## Firmware Update (falls verfügbar)



## Update Prozedur



Ein Firmwareupdate des Trainingscomputers ermöglicht die Anpassung der Software Ihrer Evo3. Wird eine neue Software vom Hersteller angeboten, muß diese auf einen FAT formatierten USB Stick geladen werden, der keine weiteren Daten enthält. Der USB Stick mit der aktuellen Software wird in das Cockpit der Evo3 gesteckt und das Update wird im User Mode ausgewählt.

Auf dem Bildschirm wird ein USB Stick angezeigt. Drücken Sie **START**, um das Update zu beginnen. Nach Beendigung des Updates drücken Sie **FINISH** zum Beenden. Entfernen Sie niemals den USB Stick vor dem Beenden des Updates! Der Trainingscomputer kann hierdurch beschädigt werden.

## Reinigung

Reinigen Sie das Gerät nach jedem Training und entfernen Sie insbesondere Schweißrückstände. Zur einfachen und sicheren Reinigung empfehlen wir Maxxus Schaumreiniger, der neben anderen praktischen Pflegeprodukten unter [www.maxxus.de](http://www.maxxus.de) im Onlineshop erhältlich ist.

Verwenden Sie nur weiche Lappen zur Reinigung, um Kratzer an den Oberflächen zu vermeiden.

Zur Reinigung des TFT LCD Bildschirms verwenden Sie spezielle TFT Bildschirmreiniger, welche Sie im Fachhandel für Computerezubehör und TV Geräte erhalten.



**Achtung:**

**Trennen Sie in jedem Fall den Netzstecker von der Steckdose, bevor Sie Wartungs, Reparatur und /oder Reinigungsarbeiten durchführen!**

Problem	Mögliche Ursache	Fehlerbehebung
<b>Keine Funktion</b>	Netzschalter steht auf OFF	Schalten Sie den Netzschalter ein
	Sicherungsautomat hat nach Überspannung ausgelöst	Schalten Sie den Netzschalter aus, drücken Sie die Sicherung wieder hinein und schalten dann den Netzschalter wieder ein
	Sicherung auf der Steuerungsplatine ist durchgebrannt	Die Sicherung muss durch einen Techniker ausgetauscht werden.
	Kabelverbindungen haben sich am Holm gelöst	Prüfen Sie alle Kabelverbindungen und drücken diese, falls nötig fest zusammen.
	Steuerungsplatine defekt	Austausch der Steuerungsplatine durch Techniker
	Computerplatine defekt	Austausch der Computerplatine durch Techniker
<b>Cockpit ohne Funktion</b>	Kabelverbindungen am Cockpit haben sich gelöst	Überprüfen Sie die Kabelverbindungen am Cockpit
	Systemabsturz	Schalten Sie das Gerät für ca. 10 Sek. aus und dann wieder ein.
	Keine Anzeige im Display	Austausch des Cockpits
	Gerät lässt sich nicht starten	Austausch der Steuerungsplatine durch Techniker
<b>USB-Funktion gestört</b>	USB-Stick wird nicht erkannt	Formatieren Sie den USB-Stick in Fat / Fat32
	Anzeige „eingefroren“	Schalten Sie das Gerät für ca. 10 Sek. aus und dann wieder ein.
<b>Motor startet nicht</b>	Kabelverbindung am Motor hat sich gelöst	Überprüfen Sie alle Kabelverbindungen vom und zum Motor
	Motor durchgebrannt	Austausch des Motors durch Techniker
	Steuerungsplatine durchgebrannt	Austausch der Steuerungsplatine durch Techniker

**Prüfen Sie bei einer Störung stets den Stromanschluss Ihrer Steckdose!**

Sollte das Gerät nicht einwandfrei funktionieren, prüfen Sie bitte zuerst alle Kabelverbindungen und deren Stecker auf festen Sitz und Beschädigungen. Durch Vibrationen können sich Stecker der Verbindungskabel lösen.

Elektrische Bauteile dürfen nur von Fachpersonal ausgetauscht werden. Sollte ein Defekt auftreten, senden Sie bitte die Schadensmeldung, welche sich am Ende dieser Bedienungsanleitung befindet, an den Kundendienst.

## Allgemeine Informationen

Bei dem Training mit einer Vibrationsplatte handelt es sich um eine sehr umfassende Trainingsmethode, die neben dem Effekt auf die Muskulatur auch auf den restlichen Körper Auswirkungen hat. Zum Beispiel wird die Durchblutung angeregt und der Stoffwechsel verbessert.

Schon seit einigen Jahren greifen Profi- und Spitzensportler auf das Training mit Vibrationsgeräten für intensive und effektive sportliche aber auch therapeutische Zwecke zurück.

Auch in Fitnessstudios sind Vibrationsplatten immer häufiger anzutreffen und erfreuen sich bei immer mehr Nutzern großer Beliebtheit.

Aufgrund des schonenden aber zu gleich auch höchst effektiven Trainings mit Vibrationsplatten, nutzen viele Physiopraxen diese Geräte im Bereich des Muskelaufbaus nach Verletzungen oder für die Rehabilitation. Mit der entsprechenden professionellen Betreuung durch Ihren Therapeuten, können Sie im Bedarfsfall diese therapeutische Nutzung von Vibrationsplatten nun auch zu Hause durchführen. In erster Linie werden Vibrationsplatten im Heimbereich aber für sportliche Zwecke verwendet.

Bitte bedenken Sie bei Ihrer Trainingsplanung, dass das Training mit einer Vibrationsplatte, obwohl sehr schonend für den Körper, dennoch sehr intensive ist. Gönnen Sie daher Ihrem Körper also genug Ruhephasen zwischen den einzelnen Trainings.

Neben einem intensiven und effektiven Training der Muskulatur, hat die Nutzung einer Vibrationsplatte aber auch noch andere, sehr positive Auswirkungen auf den Körper. So hat dieses Training zum Beispiel einen großen Einfluss auf die Knochendichte. Der Stoffwechsel wird durch die Vibrationen optimal angeregt, was sich positiv auf den Fettabbau auswirken kann.

Wenn bei Ihnen nachfolgende Punkte zutreffen, sollten Sie auf das Training mit einer Vibrationsplatte komplett verzichten:

- Herzschrittmacher
- Thrombosen
- Tumore
- Metastasen
- Epilepsie
- Frisch ausgeführte Operationen
- Akute Wunden
- Schwangerschaft
- Frisch eingesetzte Spirale
- Akute Knochenbrüche
- Akute Entzündungen
- Akute Infektionen, wie zum Beispiel ein grippaler Infekt

Nachfolgend finden Sie eine Liste von Punkten, bei denen Sie vorab mit Ihrem Arzt abklären sollten, ob und wie ein Training mit einer Vibrationsplatte sinnvoll ist:

- Implantate auf Metall- oder Kunststoffbasis (auch Zahnimplantate)
- Nieren-, Gallen- und/oder Blasensteine
- Operationen, die vor Kurzem ausgeführt wurden
- Diabetes
- Muskel- und Gelenkkrankheiten
- Bandscheibendegeneration
- Fehlstellung von Knochen und/oder Gelenken
- Herz- und Gefäßkrankheiten

Sollten bei Ihnen Krankheitsbilder, Einschränkungen oder Beschwerden vorliegen, die hier nicht genannt werden, so besprechen Sie vor Beginn des Trainings mit Ihrem behandelnden Arzt oder Therapeut, ob und wie Sie Ihr Training absolvieren sollten.

## Technische Details

Bildschirm	7" TFT LCD Touch Screen
Betriebssystem	Linux 2.6
Prozessor	Embedded 200MHz CPU
Memory RAM	64MB / 4G Flash Disk
USB Interface	USB 2.0 Port
Lausprecher	2 x 5W
Stromanschluss	230V
Medienformate	Mp3, MPEG, JPG, PNG, BMP
Maximales Benutzergewicht	150Kg.
Anwendungsbereich	Private und semiprofessionelle Anwendung
Motorleistung	550W
Aufstellmaße	ca. 94 x 74 x 136cm (L/B/H)
Maße der Trainingsfläche	ca. 64 x 51,5cm
Gewicht	ca. 56,5Kg
Frequenzbereich	6-22Hz
Amplitude	ca. 8mm
Programme	14 Stück
Zertifikate	CE, RoHs
Rahmenmaterial	Stahl
Verkleidungen	Kunststoff ABS

## Entsorgen



### Europäische Entsorgungsrichtlinie 2002/96/EG

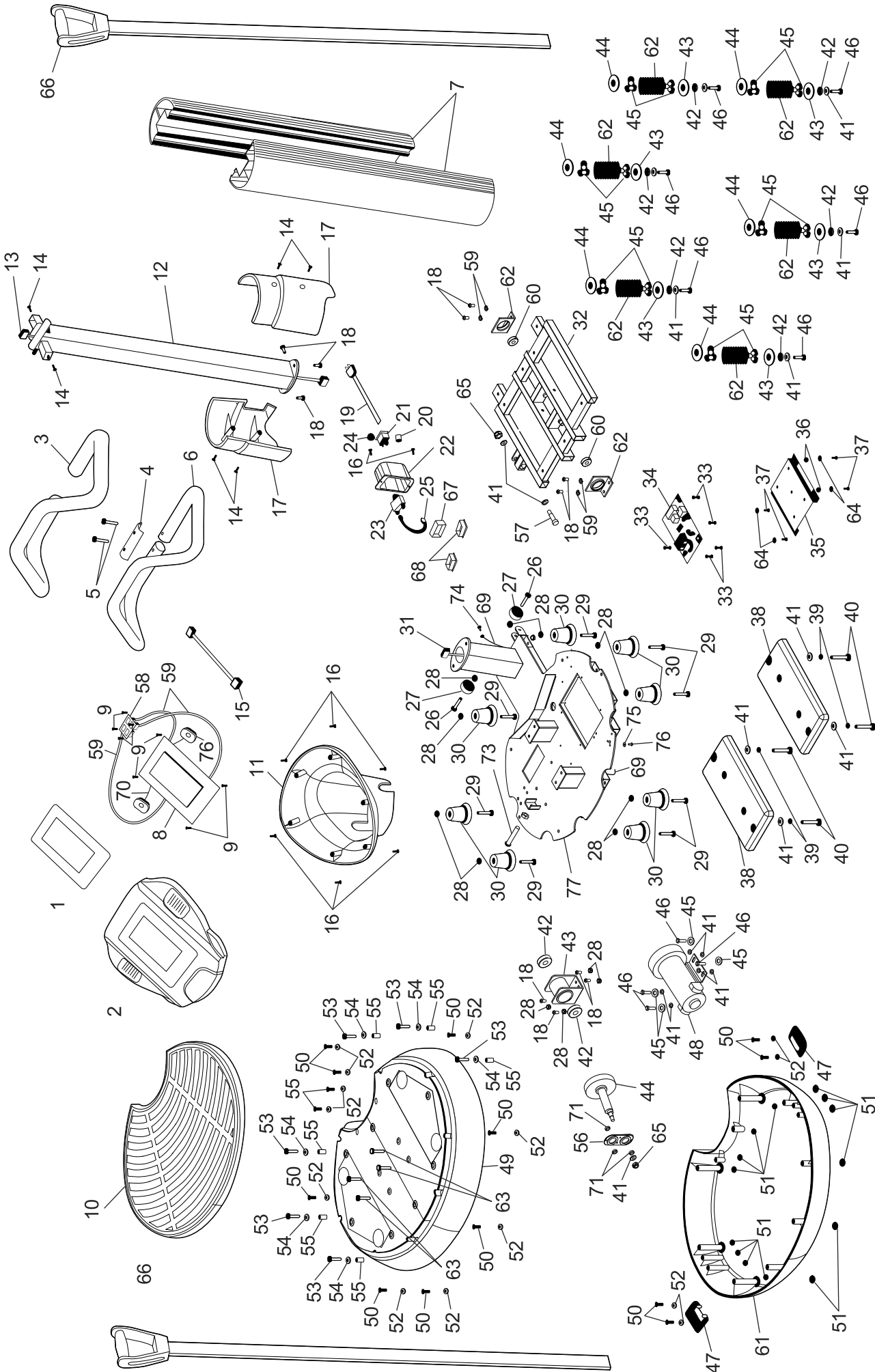
Entsorgen Sie Ihr Trainingsgerät in **keinem** Fall über den normalen Hausmüll.

Entsorgen Sie das Gerät ausschließlich über einen kommunalen oder zugelassenen Entsorgungsbetrieb.

Beachten Sie hierbei die aktuell geltenden Vorschriften.

Erkundigen Sie sich im Zweifelsfall bei Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung nach einer sach- und umweltgerechten Entsorgungsmöglichkeit.

# Explosionszeichnung



# Teilleiste

Position	Bezeichnung	Menge	Position	Bezeichnung / name	Menge
1	Displayfenster	1	42	Kugellager 6005ZZ	2
2	Frontseite Cockpitgehäuse	1	43	Lagergehäuse	1
3	Überzug für Handgriff	1	44	Antriebswelle	6
4	Schelle für Griffbefestigung	1	45	Gummischeibe	8
5	Schrauben 8mmx45mm	2	46	Schraube 8mmx30mm	4
6	Handgriff	1	47	Halter für Trainingsband	2
7	Holmverkleidung	2	48	Motor	1
8	Displayplatine	1	49	Obere Motorverkleidung	1
9	Schrauben 2,6mmx8mm	8	50	Schraube 6mmx18mm	14
10	Trainingsplatte	1	51	Federscheibe 6mm	14
11	Rückseite Cockpitgehäuse	1	52	Unterlegscheibe 1/4"x13x1.0	14
12	Holmrohr	1	53	Schraube 8mmx45mm	6
13	Steuerkabel	1	54	Unterlegscheibe 5/16"x18x1,5	6
14	Schrauben 4mmx12mm	6	55	Buchse 14x8x22mm	6
15	Verbindungskabel	1	56	Lagerbuchse	1
16	Schrauben 4mmx12mm	8	57	Bolzen FKE 12.9	1
17	linkes & rechtes Verkleidungsteil für Holm	2	58	USB Platine	1
18	Schrauben 8mmx15mm	3	59	Signalkabel	2
19	Netzkabel	1	60	Kugellager 6201ZZ	2
20	Hülse 6N-2	1	61	Untere Motorverkleidung	1
21	Netzschalter	1	62	Lagerschale	2
22	Schaltergehäuse	1	63	Schraube 3/8"x1/4"	4
23	Sicherung	5	64	Unterlegscheibe 5x15x1,5	4
24	Sicherungsautomat	1	65	Mutter M10	1
25	Kabel	1	66	Trainingsbänder mit Griff	2
26	Schraube 8mmx40mm	2	67	Endkappe 30x60mm	1
27	Rolle 8mmx50x24T	2	68	Endkappe 25x50mm	2
28	Mutter 8mm	14	69	Massekabel	2
29	Schraube 8mmx55mm	8	70	Lautsprecher	2
30	Gummipuffer	9	71	Buchse	3
31	Verbindungskabel	1	72	Signalkabel	1
32	Rahmen	1	73	Schraube M8x75mm	1
33	Abstandshalter	5	74	Schraube M4x16	1
34	Steuerplatine (Controller)	1	75	Unterlegscheibe M14	1
35	Controller Montagebelch	1	76	Schraube M5x12mm	1
36	Mutter 1/4"	2	77	Hauptrahmen	1
37	Schraube 4mmx16mm	4			
38	Gewichtsplatte	2			
39	Federring 8mm	4			
40	Schraube 8mmx50mm	4			
41	Unterlegscheibe 5/16"x23x1,5	19			

## Zubehör

Dieses Zubehör ist die optimale Ergänzung für Ihr Trainingsgerät. Alle Produkte erhalten Sie in unserem Onlineshop unter [www.maxxus.de](http://www.maxxus.de) oder direkt in unserem Showroom in Groß-Gerau.



### MAXXUS™ Vibration Plate - Bodenschutzmatte

Aufgrund der extrem hohen Dichte des Materials und der Materialstärke von **1,2 cm** dieser Bodenschutzmatte dämpft sie optimal die Schwingungen und Geräusche einer Vibrationsplatte während des Trainings. Zusätzlich schützt sie den Fußboden bzw. den Bodenbelag optimal gegen Beschädigungen, Kratzer und Verunreinigungen durch Körperschweiß.

Maße: 100 x 100 cm





Damit das LifePlate® Serviceteam in der Lage ist Ihnen im Servicefall schnell helfen zu können, benötigen wir einige Daten von Ihrem Fitnessgerät bzw. von Ihnen. Um Ihrem Fitnessgerät die exakten Ersatzteile zuordnen zu können, benötigen wir in jedem Fall die Produktbezeichnung, das Kaufdatum und die Seriennummer. Bitte füllen Sie im Bedarfsfall das Reparaturauftrags/Schadenmeldungs-Formular dieses Benutzerhandbuches vollständig aus und senden dieses per Post oder Fax an uns ein.

## Einsatzbereiche & Gewährleistungszeiten

Die Fitnessgeräte von LifePlate® sind je nach Modell für unterschiedliche Einsatzbereiche geeignet. Die für Ihr Fitnessgerät geltenden Einsatzbereiche entnehmen Sie bitte den "Technischen Daten" dieses Benutzerhandbuches.

### Heimbereich:

Ausschließlich private Nutzung  
Gewährleistungsdauer: **2 Jahre**

### Semiprofessioneller Bereich:

Nutzung unter Anleitung in Hotels, Krankengymnastikpraxen, etc.  
Die Nutzung in einem Fitnessstudio, oder einer ähnlichen Einrichtung ist hierbei ausgeschlossen!  
Gewährleistungsdauer: **1 Jahr**

### Professioneller Bereich:

Nutzung in einem Fitnessstudio oder einer ähnlichen Einrichtung unter Aufsicht von Fachpersonal.  
Gewährleistungsdauer: **1 Jahr**

Bei einer Nutzung Ihres Trainingsgerät in einem, für das Trainingsgerät nicht vorgesehen Bereich erlischt gegebenenfalls ein Garantie- oder Gewährleistungsanspruch!

## Kaufbeleg und Seriennummer

Um Ihren Anspruch auf Serviceleistungen innerhalb der Gewährleistung zu wahren, benötigen wir von Ihnen in jedem Fall einen Kaufnachweis. Bewahren Sie daher bitte Ihren Kauf- bzw Rechnungsbeleg immer auf und senden Sie uns eine Kopie im Gewährleistungsfall als Anhang Ihres Reparaturauftrags/Schadenmeldung unaufgefordert mit ein. Damit gewährleisten Sie eine schnelle Bearbeitung Ihres Servicefalles. Damit wir Ihre Modellversion eindeutig identifizieren können, benötigen wir für eine Serviceleistung die Angabe des Produktnamens, der Seriennummer und des Kaufdatums.

## Gewährleistungsbedingungen

LifePlate® ist eine eingetragene Marke der MAXXUS® Group GmbH & Co. KG. Die Gewährleistungszeit für Ihr Trainingsgerät beginnt ab dem Kaufdatum und gilt ausschließlich für Produkte die direkt bei der MAXXUS® Group GmbH & Co. KG oder einem direkten und autorisierten Vertriebspartner der MAXXUS® Group GmbH & Co. KG erworben wurden.

Die Gewährleistung umfasst Mängel, die auf Fertigungs- oder Materialfehler beruhen. Sie gilt nur für in Deutschland erworbene Geräte. Sie gilt nicht für Schäden und Mängel, die durch schuldhaft unsachgemäßen Gebrauch, fahrlässige oder mutwillige Zerstörung, mangelnde oder unterlassene Wartungs- und/oder Reinigungsmaßnahmen, höhere Gewalt, betriebsbedingte und dadurch normale Abnutzung, Schäden die durch das Eindringen von Flüssigkeiten, Reparatur oder Veränderung von Ersatzteilen fremder Herkunft verursacht werden. Die Gewährleistung gilt ebenfalls nicht für eine fehlerhafte Montage bzw. Beschädigungen die durch eine falsche Montage entstehen. Bestimmte Bauteile unterliegen einem gebrauchsbedingten Verschleiß bzw. einer normalen Abnutzung. Zu diesen Bauteilen zählen zum Beispiel:

- Kugellager
- Lagerbuchsen
- Lager
- Antriebsriemen
- Schalter und Tasten
- Laufgurte
- Laufplatten
- Laufrollen

Verschleißerscheinungen an diese Verschleißteilen sind nicht Gegenstand der Gewährleistung.

Sollte das Trainingsgerät aufgrund einer Reparatur bei Ihnen abgeholt werden, so ist die Demontage und Bereitstellung, sowie auch der Empfang und die Wiederaufstellung des Gerätes notwendig. Grundsätzlich fallen diese Leistungen nicht unter die Gewährleistungen. Bei Einzelteilen müssen die defekten Teile an unsere Serviceadresse gut verpackt und nach vorheriger Absprache versendet werden.

## Serviceleistungen außerhalb der Gewährleistung & Ersatzteilbestellung

Das LifePlate® Serviceteam steht Ihnen selbstverständlich auch gerne bei der Problemlösung zur Verfügung, wenn Fälle eines Mangels nach Beendigung der Gewährleistungen, oder Fälle, die nicht durch die Gewährleistungen abgedeckt werden, auftreten. In einem solchen Fall wenden Sie sich bitte direkt per Email an:

**kundendienst@lifeplate.de**

Bestellungen über Ersatz- und/oder Verschleißteile senden Sie bitte unter Angabe des Produktnamens, der Ersatzteilbezeichnungen, der Ersatzteilnummern und der benötigten Bestellmengen an:

**ersatzteile@lifeplate.de**

Bitte beachten Sie, dass zusätzlich benötigtes Befestigungsmaterial, wie Schrauben, Unterlegscheiben, etc. nicht im Lieferumfang der einzelnen Ersatzteilen enthalten ist und separat bestellt werden muss.

\*

# Garantiebedingungen\*

LifePlate® eine eingetragene Marke der MAXXUS® Group GmbH & Co. KG.

Die MAXXUS® Group GmbH & Co. KG gewährt für die **LifePlate Evo3** eine 5-Jahresgarantie zu den nachstehenden Bedingungen. Sonstige Ansprüche und Rechte, die Ihnen nach dem Gesetz oder aufgrund eines Vertrages zustehen, werden durch diese Garantie nicht eingeschränkt. Insbesondere bleiben die Haftung nach dem Produkthaftungsgesetz und gesetzliche Gewährleistungsrechte unberührt. Der Garantiezeitraum beginnt mit dem Kaufdatum, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

## Geräteregistrierung

Das Gerät ist innerhalb von 14 Tagen nach dem Kaufdatum schriftlich zu registrieren. Verwenden Sie hierzu ausschließlich die der Gebrauchsanleitung beigelegte „LifePlate® Registrierungskarte“.

Spätere Registrierungen können leider nicht mehr kostenfrei entgegengenommen werden.

Senden Sie die Registrierungskarte vollständig ausgefüllt und ausreichend frankiert zurück.

## Privater Direkterwerb und Betrieb in Deutschland

Die Garantie wird ausschließlich für in Deutschland erworbene und betriebene Produkte gewährt, die direkt bei der MAXXUS® Group GmbH & Co. KG oder einem direkten und autorisierten Vertriebspartner der MAXXUS® Group GmbH & Co. KG erworben wurden und ausschließlich zum persönlichen Gebrauch verwendet werden. Von der Garantie ausgeschlossen sind insbesondere die gewerbliche Nutzung, etwa durch Verleih, Vermietung oder Studiobetrieb. Bei Veräußerung oder sonstiger Weitergabe des Gerätes sind die Adressdaten des Käufers zur Wahrung der Garantie innerhalb einer Frist von 14 Tagen seit Vertragsschluss schriftlich an MAXXUS® Group GmbH & Co. KG zu übermitteln.

## Wartung

Für die **LifePlate® Evo3** gilt eine Wartungspflicht. Die Wartungsintervalle beginnen mit dem Kaufdatum und betragen für:

☞ LifePlate Produkte      24 Monate

Alle Bauteile sind ungeachtet dessen vom Kunden regelmäßig zu überprüfen und gemäß der Bedienungsanleitung mit geeigneten Schmiermitteln zu behandeln. Ein Wartungsauftrag ist mindestens 4 Wochen vor Ablauf der oben genannten Frist beim LifePlate® Support zur Planung anzumelden. Die Terminabstimmung erfolgt telefonisch oder per Email, Fax oder Postbrief. Im Fall der Garantieeinanspruchnahme ist die Durchführung der Wartung mit Belegen über den Kauf von Pflegeölen und über die Durchführung der Wartungen nachzuweisen.

## Inanspruchnahme

Garantieleistungen werden nur gegen Vorlage eines Kaufbeleges und einer vollständig ausgefüllten Schadensmeldung erbracht. Für die Schadensmeldung ist die Vorlage in dieser Anleitung zu verwenden.

## Ausschluss

Von der Garantieleistung ausgeschlossen sind:

- ☞ Transport- und Fahrtkosten
- ☞ Auf- und Abbaukosten bei notwendigem Transport
- ☞ Notwendige Wartungsarbeiten
- ☞ Behebung von Schäden, welche aufgrund falscher Montage, falscher Nutzung oder mangelnder Reinigung entstanden sind
- ☞ Verschleißteile\*\*

\*\* Von der Garantie ausgeschlossene Verschleißteile sind insbesondere:

- |               |                  |              |                            |
|---------------|------------------|--------------|----------------------------|
| ◆ Laufgurt    | ◆ Antriebsriemen | ◆ Kugellager | ◆ Überzüge an Haltegriffen |
| ◆ Laufbrett   | ◆ Folien         | ◆ Laufrollen | ◆ Zugseile                 |
| ◆ Pedalriemen |                  |              |                            |

Für die Instandsetzung, Wartung und Pflege sind ausschließlich original LifePlate® und/oder MAXXUS® Produkte zu verwenden.



## Registrierungskarte



Um Ihr Trainingsgerät zu registrieren füllen Sie bitte alle Felder dieser Karte vollständig aus.

### Geräte-Daten:

Produktname: **LifePlate EVO3**

Produktgruppe: **Vibration Plate**

Seriennummer: \_\_\_\_\_

Rechnungsnummer: \_\_\_\_\_

Kaufdatum: \_\_\_\_\_

### Nutzungsart:

Private Nutzung

Gewerbliche Nutzung

### Persönliche Daten:

Firma: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Nachname: \_\_\_\_\_

Straße : \_\_\_\_\_

Hausnummer.: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Land: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Tel.-Nr.\*: \_\_\_\_\_

Fax-Nr.\*: \_\_\_\_\_

Handy-Nr.\*: \_\_\_\_\_

\* Bei den mit Stern markierten Feldern handelt es sich um freiwillige Angaben, die restlichen Felder sind Pflichtfelder, die unbedingt ausgefüllt werden müssen.

Die beiliegenden Garantiebedingungen, sowie die gerätespezifischen Betriebs- und Wartungshinweise habe ich gelesen, erkenne diese an und bestätige dies mit meiner Unterschrift. Bedienungsanleitungen, Garantiebedingungen sowie Hinweise zu Wartung und Pflege können jederzeit unter [www.lifeplate.de](http://www.lifeplate.de) eingesehen und herunter geladen werden. Mit der Speicherung meiner Daten zu Garantiezwecken erkläre ich mich einverstanden.

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Ort

\_\_\_\_\_ Unterschrift

Senden Sie die ausgefüllte Registrierkarte per:

Post\*\*: Maxxus Group GmbH & Co KG, Hans-Böckler-Strasse 5, D-64521 Groß Gerau

Fax: +49 (0) 61 52 / 9 27 - 9 77 40 19

E-Mail: [kundendienst@lifeplate.de](mailto:kundendienst@lifeplate.de)

\*Brief bitte ausreichend frankieren - unfrankierte Briefe können leider nicht angenommen werden!







**Maxxus Group GmbH & Co. KG**  
Hans-Böckler-Straße 5 ♦ D-64521 Groß-Gerau  
Germany  
Email: [info@lifeplate.de](mailto:info@lifeplate.de)  
[www.lifeplate.de](http://www.lifeplate.de)