

MEYRA®

iMOVE

stay active!



Remote control with
Bluetooth (optional)



Free iOS and Android
app available



BEDIENUNGSANLEITUNG



USER MANUAL



MODE D'EMPLOI



MANUAL DEL USUARIO

*The MEYRA iMove is part of the AMG concept,
the new MEYRA series for independent living
within your own four walls.*



www.meyra.de/amg

LANGUAGES



DEUTSCH
5 – 15



ENGLISH
17 – 27



FRANÇAIS
29 – 39



ESPAÑOL
41 – 51



MEYRA®

iMOVE

stay active!

DIE AKTIVE FUßSTÜTZE FÜR MEHR BEWEGUNG IM SITZEN

EFFEKTIV. KANN DIE DURCHBLUTUNG UND DEN STOFFWECHSEL FÖRDERN, LOCKERT UND ENTSPANNT

MÜHELOS. MOBILISIERT NAHEZU DEN GANZEN KÖRPER EINFACH NEBENBEI OHNE ANSTRENGUNG

FLEXIBEL. KOMPAKT UND LEICHT ZU TRANSPORTIEREN, SCHNELL EINSATZBEREIT

EINFACH. KINDERLEICH UND INTUITIV ZU BEDIENEN

DEUTSCH



INHALT

1 ZUR SICHERHEIT DES ANWENDERS	6
2 SICHERHEITSVORSCHRIFTEN	7
2.1 Gefahren durch elektrische Energie	7
2.2 Bauliche Veränderungen	7
2.3 Urheberrecht	7
3 LIEFERUMFANG	7
4 INBETRIEBNAHME	8
4.1 Aufstellen und Anschließen	8
4.2 Bedienungsmöglichkeiten	8
4.2.1 Bedienung direkt am Gerät	8
4.2.2 Bedienung über die App	9
4.2.3 Wechseln zwischen Modus „Smartphone“ und „Fernbedienung“	10
4.2.4 Installation der Fernbedienung	10
4.2.5 Bedienung mit der Fernbedienung	10
5 ANWENDUNGSEMPFEHLUNGEN	11
5.1 Erste Schritte	11
5.2 Übungsvorschläge	11 - 12
6 TECHNISCHE DATEN	13
6.1 Abmessungen und Gewicht	13
6.2 Elektrische Daten	13
6.3 Kennzeichnung	13
6.4 Material	13
7 PFLEGE DES iMOVE	14
8 GARANTIEBESTIMMUNGEN	14
9 STÖRUNGEN UND IHRE BESEITIGUNG	15
10 WARTUNG UND KUNDENDIENST	15
11 ENTSORGUNG DES iMOVE	15



1 ZUR SICHERHEIT DES ANWENDERS

Lesen Sie die Bedienungsanleitung aufmerksam durch bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen. Die Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen über den Gebrauch Ihres iMOVE. Die MEYRA GmbH haftet nicht, wenn Sie die Hinweise und Warnungen missachten. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung sorgfältig auf. Bei Erhalt überprüfen Sie das Gerät auf Schäden. Nehmen Sie den iMOVE bei Schäden nicht in Betrieb! Wenden Sie sich im Zweifelsfall an die MEYRA GmbH.

STROMANSCHLUSS

Überprüfen Sie, ob die Werte auf dem Typenschild des iMOVE mit dem Stromnetz des Aufstellungsortes übereinstimmen.

ALLGEMEINES

- Bitte benutzen Sie den iMOVE erst nach gründlichem Lesen der Bedienungsanleitung.
- Bei Funktionsstörungen schalten Sie das Gerät bitte sofort aus und benachrichtigen Sie den Kundendienst der MEYRA GmbH.
- Der iMOVE ist nicht für den Betrieb in explosionsgefährdeten Bereichen bestimmt.
- Der iMOVE ist nicht gegen Wasser geschützt und darf nicht mit Wasser bespritzt werden.
- Der iMOVE darf aufgrund der Belüftung während der Betriebsphase nicht abgedeckt werden.
- Der iMOVE darf nur im Innenbereich betrieben werden.

GEWÄHRLEISTUNG UND HAFTUNG

Grundsätzlich gelten unsere „Allgemeinen Geschäftsbedingungen“. Gewährleistungs- und Haftungsansprüche bei Personen- und Sachschäden sind ausgeschlossen, wenn sie auf eine oder mehrere der folgenden Ursachen zurückzuführen sind:

- nicht bestimmungsgemäße Verwendung
- Öffnen oder unsachgemäße Inbetriebnahme und Bedienung
- eigenmächtige bauliche Veränderungen
- unsachgemäß durchgeführte Reparaturen
- Katastrophenfälle durch Fremdkörpereinwirkung und höhere Gewalt

2 SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

2.1 GEFAHREN DURCH ELEKTRISCHE ENERGIE

Im technisch einwandfreien Zustand des Gerätes besteht keine Gefahr durch elektrische Energie.



GEFAHR

Sollte das Kabel defekt sein, ist dieses sofort zu ersetzen. Es besteht bei Berührung ansonsten die Gefahr eines elektrischen Schlags.

2.2 BAULICHE VERÄNDERUNGEN

Ohne Genehmigung des Herstellers dürfen keine Veränderungen, An- oder Umbauten am Gerät vorgenommen werden. Alle Umbaumaßnahmen bedürfen einer schriftlichen Bestätigung durch die MEYRA GmbH. Reparaturen dürfen nur durch von der MEYRA GmbH lizenzierte Betriebe durchgeführt werden.

2.3 URHEBERRECHT

Das Urheberrecht an dieser Bedienungsanleitung verbleibt bei der MotoSana GmbH. Diese Bedienungsanleitung ist nur für den Anwender bestimmt. Sie enthält Vorschriften und Hinweise, die weder vollständig noch teilweise vervielfältigt, verbreitet oder anderweitig mitgeteilt werden dürfen.

3 LIEFERUMFANG

- Basiseinheit iMOVE
- Netzteil und Gerätestecker
- Fernbedienung (optional)
- Bedienungsanleitung





4

INBETRIEBNAHME

4.1 AUFSTELLEN UND ANSCHLIESSEN

Wichtig für die problemlose Funktion des iMOVE ist ein ebener und schwingungssarmer Untergrund. Die Aufstellung des iMOVE ist nur im Innenbereich gestattet. Nachdem der iMOVE sachgemäß aufgestellt worden ist, stecken Sie den Netzstecker in die Steckdose. Das Gerät ist nach dem Aufstellen und Anschließen sofort betriebsbereit.

ACHTUNG!

Das Gerät darf nicht in Feuchträumen betrieben werden. Temperaturbereich zwischen 0 bis +30 Grad Celsius. Das Gerät schaltet sich ca. 4 Stunden nach dem letzten Befehl automatisch ab.

4.2 BEDIENUNGSMÖGLICHKEITEN

Sie können den iMOVE direkt am Gerät, über eine Fernbedienung und über die kostenlose iMOVE App über Ihr Smartphone oder Tablet bedienen.

4.2.1 BEDIENUNG DIREKT AM GERÄT

Auf der linken Seite des iMOVE befinden sich drei Schalter, mit denen Sie den iMOVE bedienen können.

1 STARTEN UND BEENDEN

Mit starten und beenden Sie den iMOVE.

Mit Druck auf startet der iMOVE automatisch mit einer Frequenz von 2 Hertz.

Mit erneutem Druck auf schalten Sie den iMOVE aus. Die Beleuchtung der und der Tasten erlischt.

2 EINSTELLUNG DER FREQUENZ

Mit können Sie während des Bewegungsprogramms die Frequenz erhöhen.

Mit können Sie während des Bewegungsprogramms die Frequenz verringern.



4.2.2 BEDIENUNG ÜBER DIE APP

Die iMOVE App steht für iOS und Android zur Verfügung. Laden Sie sich diese kostenlos über den App Store (iOS) oder den Google Play Store (Android) auf Ihr Smartphone oder Ihr Tablet. Zunächst müssen Sie Ihr Smartphone oder Ihr Tablet per Bluetooth mit dem iMOVE koppeln. Prüfen Sie dazu, in welchem Modus sich der iMOVE befindet. Ob sich der iMOVE in dem Modus „Smartphone“ befindet, erkennen Sie an der blau leuchtenden Taste. Sollte die Taste weiß leuchten, befindet sich der iMOVE im Modus „Fernbedienung“. (Wechsel zwischen „Smartphone“- und „Fernbedienungsmodi“ siehe 4.2.3.) Leuchtet die Taste blau bedeutet das, dass der iMOVE zum Koppeln mit Ihrem Smartphone bereit ist. Starten Sie nun die iMOVE-App auf Ihrem Smartphone oder Tablet und öffnen Sie die Bluetooth Einstellungen in der iMOVE-App oben rechts. Wählen Sie Ihren iMOVE aus um das Gerät zu koppeln.

1 STARTEN UND BEENDEN

Mit dem Drücken des START-Feldes startet Ihr Bewegungsprogramm automatisch mit einer Frequenz von 2 Hertz. Über PAUSE können Sie während der Anwendung die Übung anhalten und zu einem späteren Zeitpunkt fortführen. Über STOP wird die Übung beendet.

2 EINSTELLUNG DER FREQUENZ

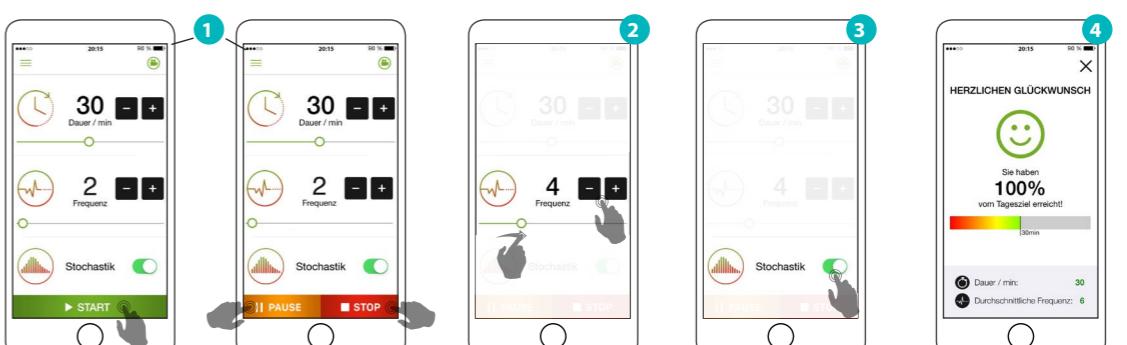
Die Frequenz können Sie entweder vor dem Starten des Bewegungsprogramms oder während der Übung anpassen. Benutzen Sie den Schieber (Slider) bzw. die Plus- und Minustaste um die Frequenz zu erhöhen bzw. zu verringern.

3 EINSTELLUNG DER STOCHASTIK

Mit dem Stochastik-Regler können Sie die Stochastik ein- und ausschalten. Stochastik bedeutet, dass sich die Frequenz im Bereich von -2 bis +2 Einheiten um die gewählte Frequenz zufällig ändert.

4 AUSWERTUNG

Nach Beendigung der Übung wird eine kurze Auswertung Ihrer Übungseinheit angezeigt.





4.2.3 WECHSEL ZWISCHEN MODUS „SMARTPHONE“ UND „FERNBEDIENUNG“

In welchem Modus sich der iMOVE gerade befindet können Sie an der farblichen LED-Beleuchtung der Taste erkennen. Leuchtet die Taste weiß, befindet sich der iMOVE im Modus „Fernbedienung“. Leuchtet die Taste blau, befindet sich der iMOVE im Modus „Smartphone“.

Um zwischen „Fernbedienung- und Smartphone-Modus“ zu wechseln, gehen Sie wie folgt vor:

Schalten Sie den iMOVE aus. Drücken Sie nun die Taste und die Taste gleichzeitig und halten Sie die beiden Tasten für ca. 3 Sekunden gedrückt. Die Taste wechselt nun die Hintergrundbeleuchtung und der iMOVE befindet sich in dem jeweiligen Modus. Sie können je nach Bedarf zwischen den beiden Bedienungsmodi umschalten.

4.2.4 INSTALLATION DER FERNBEDIENUNG (OPTIONAL GEGEN AUFPREIS ERHÄLTLICH)

Wenn Sie Ihren iMOVE mit Fernbedienung (optional) bestellt haben, ist diese bereits mit dem Gerät gekoppelt. Um die Fernbedienung nachträglich mit dem iMOVE zu koppeln gehen Sie wie folgt vor:

- 1 Prüfen Sie in welchem Modus sich Ihr Gerät befindet. Der iMOVE muss sich im Modus „Fernbedienung“ befinden.
Siehe Punkt 4.2.3
- 2 Drücken Sie nun die Taste am Gerät und halten Sie diese für ca. 5 Sekunden gedrückt, bis sie blau zu blinken beginnt.
- 3 Jetzt halten Sie an der Fernbedienung die Taste für ca. 5 Sekunden gedrückt, bis ein grünes Licht kurz aufleuchtet.
Die Fernbedienung ist nun mit Ihrem Gerät verbunden.



4.2.5 BEDIENUNG MIT DER FERNBEDIENUNG (OPTIONAL GEGEN AUFPREIS ERHÄLTLICH)

1 STARTEN UND BEENDEN

- Mit starten und beenden Sie den iMOVE.
- Mit Druck auf startet der iMOVE automatisch mit einer Frequenz von 2 Hertz.
- Mit erneutem Druck auf die Taste schalten Sie den iMOVE aus.

2 EINSTELLUNG DER FREQUENZ

- Mit können Sie während des Bewegungsprogramms die Frequenz erhöhen.
- Mit können Sie während des Bewegungsprogramms die Frequenz verringern.

Insgesamt können Sie Ihren iMOVE mit vier Geräten (Smartphone, Tablet, Fernbedienung) koppeln. Mit der fünften Koppelung wird die bis dato älteste Kopplung wieder gelöscht. Drücken Sie die Taste und die Taste gleichzeitig und halten Sie diese für ca. 10 Sekunden gedrückt. Ein kurzes Blinken aller drei Tasten signalisiert, dass alle Koppelungen gelöscht sind.

5

ANWENDUNGSEMPFEHLUNGEN

5.1 ERSTE SCHRITTE

Beginnen Sie mit niedrigen Frequenzen. Setzen Sie sich auf einen Stuhl und stellen Sie die Füße auf die Pedale des iMOVE. Schalten Sie den iMOVE ein. Variieren Sie die Geschwindigkeit und bekommen Sie so ein Gefühl für Ihren iMOVE. Finden Sie die Intensität, die sich wohltuend auf Ihren Körper auswirkt. Probieren Sie verschiedene Fußpositionen aus. Je nach Fußstellung verändert sich der Trainingseffekt. Variieren Sie auch den Gegendruck, den Sie ausüben und verändern Sie Ihre Körperposition. Durch Abstützen der Unterarme auf den Knien können Sie Ihre Schultern bzw. den Oberkörper mit in das Training einbeziehen.

5.2 ÜBUNGSVORSCHLÄGE

Flexibel, kompakt und leise ist der iMOVE, die perfekte Fußstütze für Zuhause, im Büro oder für unterwegs im Urlaub und auf Reisen. Das unkomplizierte Bewegungstraining ist für nahezu jeden geeignet. Erfahrungsberichte zeigen: Training mit dem iMOVE aktiviert die Muskeln, regt den Stoffwechsel an, verbessert die Durchblutung, lockert und entspannt die Muskulatur. Der iMOVE bringt Sie äußerst gelenkschonend in Schwung. Ältere Personen sowie Menschen mit körperlichen Einschränkungen profitieren genauso wie Kinder und Sportler vom Training mit dem iMOVE. Sie können nebenbei, z.B. beim Lesen, Fernsehen oder Arbeiten, den iMOVE verwenden.

WICHTIG!

Falls Beschwerden auftreten, beenden Sie bitte das Training und fragen Ihren Arzt.



**GEGEN MÜDE UND SCHWERE BEINE**

Stellen Sie beide Füße auf den iMOVE und lehnen Sie sich zurück.
Wählen Sie Ihre Wohlfühlgeschwindigkeit und entspannen Sie sich.

**ENTSPANNUNG PUR – ALS EINSCHLAFHILFE**

Legen Sie sich vor Ihren iMOVE und legen die Fersen locker darauf ab. Wählen Sie eine langsame Geschwindigkeit.

**ZUR LOCKERUNG VON SCHULTER UND NACKEN**

Platzieren Sie Ihre Füße etwas weiter vorne auf dem iMOVE. Über die auf den Knien sanft abgestützten Ellbogen leiten Sie die Schwingungen in Ihren Schulter- und Rückenbereich.

**ZUR LOCKERUNG VON SCHULTER UND NACKEN**

Begeben Sie sich in den Vierfüßerstand vor Ihren iMOVE. Legen Sie Ihre Hände auf den iMOVE (jede Hand auf ein Pedal) und wählen Sie eine mittlere Geschwindigkeit.

**FÜR EINE VERBESSERTE DURCHBLUTUNG**

Stellen Sie beide Füße auf den iMOVE und wippen Sie von der Ferse auf den Ballen und zurück.
Wählen Sie eine für Sie moderate Geschwindigkeit.

**FÜR EINE VERBESSERTE DURCHBLUTUNG**

Stellen Sie beide Füße auf den iMOVE und kippen Sie mit den Füßen von der Außenkante auf die Innenkante des Fußes und wieder zurück.

6**TECHNISCHE DATEN****6.1 ABMESSUNGEN UND GEWICHT**

Typenbezeichnung	MEYRA iMove
Seriennummer	siehe Typenschild
Gewicht	ca. 5 kg
Max. Belastbarkeit	25 kg
Gesamtaße (L x B x H)	320 x 340 x 90 mm
Frequenz	ca. 1 – 12 Hz
Max. Amplitude	ca. +/- 4 mm
Hub	ca. 8 mm

6.2 ELEKTRISCHE DATEN

Netzteil	MW Modell Nr. GST60A24-P1J
Input	100 - 240 Volt AC, 50/60 Hz, 1,4 A
Output	24 Volt, Gleichspannung 2,5 A
Leistungsaufnahme	max. 60 Watt

6.3 KENNZEICHNUNG

Zertifikat	CE
------------	----

6.4 MATERIAL

Das Gehäuse aus Aluminium hat eine robuste schlagfeste Pulverbeschichtung.
Die Fernbedienung ist aus Aluminium eloxiert.





7 PFLEGE DES iMOVE

Bevor Sie die Reinigung beginnen, unterbrechen Sie die Stromversorgung, indem Sie den Netzstecker ziehen. Den iMOVE mit einem leicht feuchten Tuch reinigen und anschließend mit einem Trockentuch nachwischen. Es darf keine Flüssigkeit in den iMOVE gelangen, dadurch könnte die Elektronik beschädigt werden.

**WICHTIG!**

Es dürfen keine lösenden, ätzenden oder schleifenden Reinigungsmittel verwendet werden!

8 GARANTIEBESTIMMUNGEN

Die MotoSana GmbH schätzt Sie als Kunde und ist immer bemüht, Ihnen den bestmöglichen Service zu bieten. Jeder iMOVE verlässt das Werk in einwandfreiem Zustand. Sollten sich während der normalen Benutzung des Gerätes Fabrikations- und/oder Materialfehler herausstellen, so garantieren wir eine Instandsetzung in den ersten 2 Jahren nach Kaufdatum, bei kostenlosem Material- und Lohnersatz. Der Kauf des Produktes muss bei einem autorisierten iMOVE-Geschäftspartner erfolgt sein. Das Erbringen der Garantieleistung setzt den Transport des defekten Gerätes vom Kunden zum Hersteller voraus.

EINSCHRÄNKUNGEN BEI DER ERBRINGUNG VON GARANTIELEISTUNGEN

Der exklusive Anspruch des Kunden im Falle eines defekten iMOVE ist auf eine Reparatur oder einen Umtausch des defekten Teils beschränkt. Es liegt einzig im Ermessen der MotoSana GmbH, welche Garantieleistung oder welche Kombination von Garantieleistungen im konkreten Fall erbracht wird. Nachdem die MotoSana GmbH festgestellt hat, dass ein defektes Produkt vorliegt, hat die MotoSana GmbH Anspruch auf einen angemessenen Zeitraum zur Durchführung einer Reparatur oder eines Umtausches. Das dem Kunden im Rahmen der eingeschränkten Garantie übersandte Umtauschprodukt wird aus neuen und aus funktionsfähigen gebrauchten Komponenten gefertigt. Für reparierte oder umgetauschte Produkte gilt entweder die Restlaufzeit der ursprünglichen Produktgarantie oder eine Garantiezeit von neunzig Tagen, je nachdem, welche der beiden Möglichkeiten zu einer länger verbleibenden Garantiezeit führt. Die Garantie erlischt, wenn eine Reparatur nicht von der MotoSana GmbH, sondern von einer Person oder Werkstatt ausgeführt wurde, die nicht von der MotoSana GmbH zugelassen ist.

9 STÖRUNGEN UND IHRE BESEITIGUNG



- 1 Die Taste am iMOVE leuchtet rot.
Trennen Sie den iMOVE für 5 Minuten von der Stromversorgung.
Leuchtet das Licht weiterhin, wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst
- 2 Die Taste an der Fernbedienung leuchtet rot.
Tauschen Sie die Batterie Ihrer Fernbedienung (**Batterie: Knopfzelle CR2032**)



SERVICETELEFON
+49 (0)5733 922 - 0

10 WARTUNG UND KUNDENDIENST

KUNDENDIENST

Durch die Verwendung besserer, hochwertiger Industrieware ist keine Wartung notwendig. Wenn doch eine Störung auftreten sollte, überprüfen Sie bitte gemäß oben beschriebener Fehlerbeschreibung. Ansonsten wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst und halten folgende Daten bereit:

- Die Seriennummer Ihres Gerätes (siehe Unterseite des iMOVE)
- Ihren Namen
- Ihre vollständige Anschrift
- Ihre Telefonnummer

**WICHTIG!**

Versuchen Sie auf keinen Fall, das Gehäuse eigenhändig zu öffnen, sonst erlischt die Garantie! Es dürfen keine Änderungen oder Reparaturen durch nicht autorisierte Personen durchgeführt werden.

11 ENTSORGUNG DES iMOVE

Das Gerät muss nach landesspezifischen Vorschriften entsorgt werden.
Es sind keine umweltbelastenden Gefahrstoffe zu berücksichtigen.



iMOVE

stay active!

THE ACTIVE FOOTREST FOR MORE MOVEMENT WHILE SEATED

EFFECTIVE. CAN BOOST CIRCULATION AND METABOLISM, LOOSENS AND RELAXES

EFFORTLESS. MOBILISES VIRTUALLY THE ENTIRE BODY WITHOUT ANY EFFORT AS A SIDE EFFECT

FLEXIBLE. COMPACT AND EASY TO TRANSPORT, QUICKLY READY FOR USE

SIMPLE. INTUITIVE AND VERY EASY TO USE

ENGLISH



CONTENT

1 USER SAFETY	18
2 SAFETY PROVISIONS	19
2.1 Hazards posed by electrical power	19
2.2 Structural modifications	19
2.3 Copyright	19
3 SCOPE OF DELIVERY	19
4 INITIAL SETUP	20
4.1 Positioning and connection	20
4.2 Operating modes	20
4.2.1 Operation directly on the device	20
4.2.2 Operation using the app	21
4.2.3 Switching between "smartphone" and "remote control" mode	22
4.2.4 Installing the remote control	22
4.2.5 Remote-controlled operation	22
5 RECOMMENDATIONS FOR USE	23
5.1 First steps	23
5.2 Suggested exercises	23 - 24
6 SPECIFICATIONS	24
6.1 Dimensions and weight	25
6.2 Electrical data	25
6.3 Marking	25
6.4 Material	25
7 CARING FOR YOUR iMOVE	26
8 GUARANTEE POLICY	26
9 PROBLEMS AND HOW TO FIX THEM	27
10 MAINTENANCE AND CUSTOMER SERVICE	27
11 DISPOSING OF YOUR iMOVE	27





1 USER SAFETY

Please read the user manual through carefully before you start using the device. The user manual contains important information on how to use your iMOVE. MEYRA GmbH shall not be liable in the event of the user failing to observe instructions and warnings. Keep this user manual in a safe place for future reference. Check the device for damage on receipt. In the event of damage, do not start using the iMOVE! If in doubt, please contact MEYRA GmbH.

POWER CONNECTION

Check whether the values indicated on the nameplate of the iMOVE correspond with the power supply of the location where the device is being placed.

GENERAL

- Please read the user manual thoroughly before using the iMOVE.
- Should any problems arise while using the device, please switch it off immediately and contact the MEYRA GmbH customer service centre.
- The iMOVE is not intended for use in potentially explosive locations.
- The iMOVE is not water-resistant and must not come into contact with water.
- In order to ensure ventilation, the iMOVE must not be covered whilst in operation.
- The iMOVE is for indoor use only.

GUARANTEE AND LIABILITY

Our "General terms and conditions" shall apply in all cases. In the event of physical injury or damage to property, no claims in respect of guarantee or liability can be accepted if such injury or damage can be attributed to one or more of the following causes:

- misuse
- opening of the device or improper initial setup and operation
- unauthorised structural modifications
- improperly executed repairs
- disasters due to external influences and force majeure

2 SAFETY PROVISIONS

2.1 HAZARDS POSED BY ELECTRICAL POWER

No hazards are posed by electrical power when the device is in perfect technical condition.

DANGER

Should the cable be faulty, it must be replaced immediately to avoid the risk of an electric shock during contact.

2.2 STRUCTURAL MODIFICATIONS

No modifications, additions or alterations may be made to the device without the prior consent of the manufacturer. Any such measures require confirmation in writing from MEYRA GmbH. Repairs may only be carried out by companies licensed by MEYRA GmbH.

2.3 COPYRIGHT

MotoSana GmbH retains the copyright to this user manual. This user manual is intended for the user only. It contains provisions and notes which may not be reproduced, distributed or otherwise communicated either in full or in part.

3 SCOPE OF DELIVERY

- Base unit iMOVE
- Power supply unit and connector plug
- Remote control (optional)
- User manual





4

INITIAL SETUP

4.1 POSITIONING AND CONNECTION

A level and low-vibration surface is important to ensure the iMOVE operates smoothly. The iMOVE is only authorised for indoor use. Having properly positioned the iMOVE, insert the connector plug into the socket. Once positioned and connected, the device is immediately ready for use.

CAUTION!

The device must not be used in wet rooms. Temperature range from 0 to +30 degrees Celsius. The device switches off automatically around four hours after the last command.

4.2 OPERATING MODES

The iMOVE can be operated directly on the device, by remote control and from your smartphone or tablet with the free iMOVE app.

4.2.1 OPERATION DIRECTLY ON THE DEVICE

There are three buttons on the left-hand side of the iMOVE with which you can operate the device.

1 STARTING AND STOPPING

Press to start and stop the iMOVE.

When is pressed, the iMOVE automatically starts with a frequency of 2 hertz.

Pressing again switches the iMOVE off. The backlights of the and buttons go out.

**2 SETTING THE FREQUENCY**

Press to increase the frequency during the exercise programme.

Press to decrease the frequency during the exercise programme.

4.2.2 OPERATION USING THE APP

The iMOVE app is available for iOS and Android. Download the app free of charge on to your smartphone or tablet from App Store (iOS) or Google Play Store (Android). You first have to pair your smartphone or tablet with the iMOVE via Bluetooth. In order to do so, check which mode the iMOVE is in. If the button is lit up blue, the iMOVE is in "smartphone" mode. If the button is lit up white, the iMOVE is in "remote control" mode. (To switch between "smartphone" and "remote control" mode see 4.2.3.) The button lighting up blue indicates that the iMOVE is ready to pair with your smartphone. Start the iMOVE app on your smartphone or tablet and open the Bluetooth settings at the top right in the iMOVE app. Select your iMOVE to pair the device.

1 STARTING AND STOPPING

Pressing the START button automatically starts the exercise programme with a frequency of 2 hertz.

Press PAUSE to halt the exercise during use and continue it at a later time.

Pressing STOP ends the exercise.

2 SETTING THE FREQUENCY

You can adjust the frequency either prior to starting the exercise programme or during the exercise.

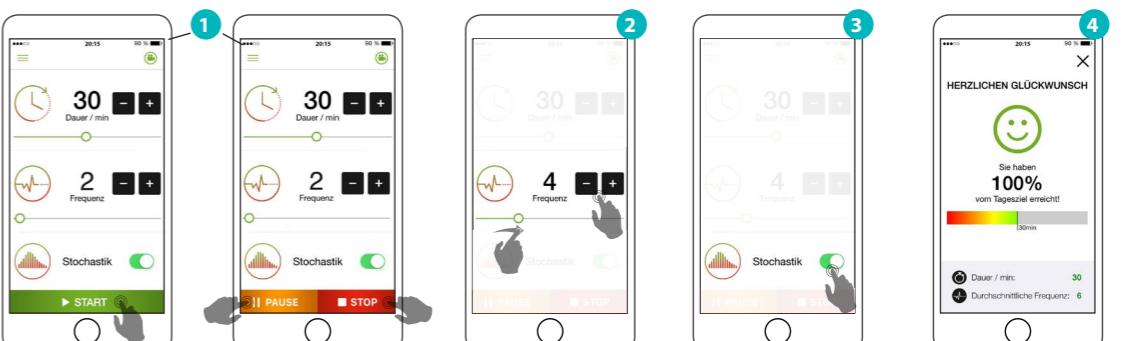
Use the slider or the plus and minus buttons to increase or decrease the frequency.

3 SETTING THE STOCHASTIC

Use the stochastic slide button to switch the stochastic on and off. Stochastic means that the frequency changes at random in a range from -2 to +2 units in relation to the selected frequency.

4 EVALUATION

Having completed the exercise, a brief evaluation of your exercise unit is displayed.





4.2.3 SWITCHING BETWEEN "SMARTPHONE" AND "REMOTE CONTROL" MODE

The colour of the LED backlight of the button indicates the current mode of the iMOVE. If the button is lit up white, the iMOVE is in "remote control" mode. If the button is lit up blue, the iMOVE is in "smartphone" mode.

To switch between "remote control" and "smartphone" mode, proceed as follows:

Switch the iMOVE off. Press the button and the button simultaneously and keep both buttons pressed for approximately three seconds. The backlight of the button changes colour and the iMOVE is now in the corresponding mode. You may switch as required between the two operating modes.

4.2.4 INSTALLING THE REMOTE CONTROL (OPTION AVAILABLE AT A SURCHARGE)

If you ordered your iMOVE with remote control (optional), this is already paired with the device. To subsequently pair the remote control with the iMOVE, proceed as follows:

- 1 Check which mode the device is in. The iMOVE has to be in "remote control" mode.
See point 4.2.3
- 2 Press the button on the device and keep it pressed for around five seconds until it starts blinking blue.
- 3 Now press the button on the remote control for around five seconds until a green light lights up briefly.
The remote control is now connected with your device.



4.2.5 REMOTE-CONTROLLED OPERATION (OPTION AVAILABLE AT A SURCHARGE)

1 STARTING AND STOPPING

- Press to start and stop the iMOVE.
- When is pressed, the iMOVE automatically starts with a frequency of 2 hertz.
- Pressing again switches the iMOVE off.

2 SETTING THE FREQUENCY

- Press to increase the frequency during the exercise programme.
- Press to decrease the frequency during the exercise programme.

You can pair your iMOVE with four devices in total (smartphone, tablet, remote control). In the event of a fifth pairing, the oldest pairing to date is deleted. Press the button and the button simultaneously and keep both pressed for approximately ten seconds. When all three buttons blink briefly, this indicates that all pairings are deleted.

5

RECOMMENDATIONS FOR USE

5.1 FIRST STEPS

Start with low frequencies. Sit on a chair and place your feet on the pedals of the iMOVE. Switch the iMOVE on. Vary the speed to get a feel for the iMOVE. Find the intensity that feels best for you. Try out various foot positions. The exercising effect varies depending on the foot position. Also vary the counter-pressure you are exerting and change the position of your body. By resting your lower arms on your knees you can exercise your shoulders and the upper part of your body at the same time.

5.2 SUGGESTED EXERCISES

The iMOVE is flexible, compact and quiet - the perfect footrest at home, in the office or out and about while on holiday or travelling. It enables uncomplicated exercising and is suitable for virtually everyone. Reports based on experience using the iMOVE show: Exercising with the iMOVE activates the muscles, stimulates metabolism, improves circulation, and loosens and relaxes the muscular system. The iMOVE gets you moving while protecting your joints. Exercising with the iMOVE benefits the elderly and physically impaired as well as children and athletes alike. Use it while occupied with other activities like reading, watching television or working.



IMPORTANT!

Should any physical complaints arise, please stop exercising and consult your doctor.



**TO SOOTHE TIRED AND HEAVY LEGS**

Place both feet on the iMOVE and lean back. Select the speed that suits you best and relax.

**SHEER RELAXATION – TO HELP YOU GET TO SLEEP**

Lie down in front of the iMOVE and lightly rest your heels on it. Select a slow speed.

**TO LOOSEN SHOULDERS AND NECK**

Place your feet slightly further forward on the iMOVE. Gently rest your elbows on your knees to direct the vibrations into your shoulders and back.

**TO LOOSEN SHOULDERS AND NECK**

Position yourself on all fours in front of the iMOVE. Place your hands on the iMOVE (one hand on each pedal) and select a medium speed.

**TO IMPROVE CIRCULATION**

Place both feet on the iMOVE and roll from your heel to the ball of your foot in a seesaw movement. Select a moderate speed.

**TO IMPROVE CIRCULATION**

Place both feet on the iMOVE and roll your feet from the outer to the inner side of the foot and back.

6**SPECIFICATIONS****6.1 DIMENSIONS AND WEIGHT**

Type	MEYRA iMove
Serial number	see nameplate
Weight	approx. 5 kg
Max. load	25 kg
Overall dimensions (L x W x H)	320 x 340 x 90 mm
Frequency	approx. 1 - 12 Hz
Max. amplitude	approx. +/- 4 mm
Travel	approx. 8 mm

6.2 ELECTRICAL DATA

Power supply unit	MW model no. GST60A24-P1J
Input	100 - 240 Volt AC, 50/60 Hz, 1.4A
Output	24 Volt, direct current 2.5 A
Power consumption	max. 60 watt

6.3 MARKING

Certificate	CE
-------------	----

6.4 MATERIAL

The aluminium casing has a robust, impact-resistant powder coating. The remote control consists of anodised aluminium.



7 CARING FOR YOUR iMOVE

Before you start cleaning the iMOVE, disconnect the power supply by pulling out the mains plug. Clean the iMOVE with a slightly dampened cloth and then wipe with a dry cloth. It is essential that no fluid is allowed to enter the iMOVE as this could damage the electronics.



IMPORTANT!

Never use corrosive, abrasive or solvent-based cleaning agents!

8 GUARANTEE POLICY

MotoSana GmbH highly values you as a customer and always endeavours to offer you the best possible service. Every iMOVE device leaves our premises in perfect condition. Should any manufacturing and/or material defects come to light in the course of normal use of the device, we guarantee repair during the first two years from the date of purchase, free of any charge for material and wage costs. The product must have been purchased from an authorised iMOVE partner. Fulfilment of the guarantee assumes transport of the faulty device from the customer to the manufacturer at the customer's expense.

LIMITATIONS IN FULFILLING THE GUARANTEE

The exclusive claim of the customer in the event of a faulty iMOVE is restricted to repair or replacement of the faulty part. Which guarantee service or which combination of guarantee services shall be provided in each case remains at the sole discretion of MotoSana GmbH. Once MotoSana GmbH has established that the product is faulty, MotoSana is entitled to a reasonable period of time for repair or replacement. The replacement product sent to the customer within the scope of the limited guarantee will be manufactured using new and functioning used components. For repaired or replaced products, either the remaining term of the original product guarantee or a guarantee period of ninety days shall apply, depending on which of the two provides a longer remaining guarantee period. The guarantee shall become invalid in the event of a repair being carried out by a person or repair shop not authorised by MotoSana GmbH instead of by MotoSana GmbH itself.

9 PROBLEMS AND HOW TO FIX THEM



- 1 The button on the iMOVE lights up red.
Disconnect the power supply of the iMOVE for five minutes.
If the light remains on, please contact our customer service centre.
- 2 The button on the remote control lights up red.
Replace the battery in the remote control (**required battery: CR2032 button cell**)



SERVICE TELEPHONE
+49 (0)5733 922 - 0

10 MAINTENANCE AND CUSTOMER SERVICE

CUSTOMER SERVICE

Thanks to the use of the best, high-quality industrial goods, no maintenance is necessary. In the unlikely event that a problem does arise, please check the device in line with the possibilities outlined above. Otherwise please contact our customer service centre and have the following information at hand:

- The serial number of your device (to be found on the bottom of the iMOVE)
- Your name
- Your full address
- Your telephone number



IMPORTANT!

Never attempt to open the casing yourself, otherwise the guarantee will lose its validity! No modifications or repairs may be carried out by unauthorised persons.

11 DISPOSING OF YOUR iMOVE

The device must be disposed of in compliance with the relevant national regulations.
There are no environmentally harmful hazardous substances requiring consideration.


MHEYRA®
iMOVE
stay active!

LE REPOSE-PIEDS ACTIF POUR PLUS DE MOUVEMENT EN POSITION ASSISE

EFFICACE. PEUT STIMULER LA CIRCULATION SANGUINE ET LE MÉTABOLISME, DÉTEND ET DÉCONTRACTE

SANS PEINE. MOBILISE PRATIQUEMENT LE CORPS ENTIER, EN PASSANT ET SANS PEINE

SOUPLE. COMPACT ET LÉGER À TRANSPORTER, RAPIDEMENT OPÉRATIONNEL

SIMPLE. UTILISATION TRÈS SIMPLE ET INTUITIVE

FRANÇAIS



SOMMAIRE

1 POUR LA SÉCURITÉ DE L'UTILISATEUR	30
2 CONSIGNES DE SÉCURITÉ	31
2.1 Dangers dus à l'énergie électrique	31
2.2 Modifications constructives	31
2.3 Droit d'auteur	31
3 FOURNITURE	31
4 MISE EN SERVICE	32
4.1 Installation et raccordement	32
4.2 Possibilités de commande	32
4.2.1 Commande directe sur l'appareil	32
4.2.2 Commande à l'aide de l'appli	33
4.2.3 Basculement entre le mode « Smartphone » et « Télécommande »	34
4.2.4 Installation de la télécommande	34
4.2.5 Commande à l'aide de la télécommande	34
5 RECOMMANDATIONS D'APPLICATION	35
5.1 Premiers pas	35
5.2 Exercices proposés	35 - 36
6 CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES	36
6.1 Dimensions et poids	37
6.2 Caractéristiques électriques	37
6.3 Marquage	37
6.4 Matériau	37
7 ENTRETIEN DE l'iMOVE	38
8 CONDITIONS DE GARANTIE	38
9 DÉRANGEMENTS ET LEUR ÉLIMINATION	39
10 MAINTENANCE ET SERVICE APRÈS-VENTE	39
11 ÉLIMINATION DE l'iMOVE	39



1

POUR LA SÉCURITÉ DE L'UTILISATEUR

Veuillez lire attentivement le mode d'emploi avant de mettre l'appareil en service. Le mode d'emploi contient des informations importantes relatives à l'utilisation de votre iMOVE. La société MEYRA GmbH n'assume aucune responsabilité si vous n'observez pas les instructions et les avertissements. Conservez soigneusement ce mode d'emploi. À la réception, vérifiez si l'appareil présente des dommages. En cas de dommages, ne mettez pas l'appareil en service ! En cas de doutes, veuillez contacter la société MEYRA GmbH.

RACCORDEMENT ÉLECTRIQUE

Vérifiez si les valeurs indiquées sur la plaque signalétique de l'iMOVE correspondent à celles du réseau électrique sur le lieu d'installation.

GÉNÉRALITÉS

- Veuillez utiliser l'iMOVE uniquement après avoir lu attentivement le mode d'emploi.
- En cas de dysfonctionnements, veuillez immédiatement éteindre l'appareil et contacter le service après-vente de la société MEYRA GmbH.
- L'iMOVE n'est pas destiné à une utilisation dans un environnement explosif.
- L'iMOVE n'est pas protégé contre l'eau et il est interdit de projeter de l'eau sur l'appareil.
- En raison de la ventilation, il est interdit de recouvrir l'iMOVE pendant la phase de fonctionnement.
- L'iMOVE doit être utilisé uniquement à l'intérieur.

GARANTIE ET RESPONSABILITÉ

Nos « Conditions générales de vente » sont applicables dans tous les cas. Tout droit de garantie et de responsabilité pour des dommages corporels et matériels est exclu s'ils résultent de l'une ou de plusieurs des causes suivantes :

- utilisation conforme
- ouverture ou mise en service et utilisation
- toute modification constructive arbitraire
- réparations non effectuées dans les règles
- catastrophes provoquées par des corps étrangers ou cas de force majeure

2

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

2.1 DANGERS DUS À L'ÉNERGIE ÉLECTRIQUE

Il n'y a aucun danger pouvant émaner de l'énergie électrique si l'appareil est en parfait état technique.

DANGER

Si le câble est défectueux, il faut le remplacer immédiatement. Le cas échéant, en cas de contact, il y a risque d'électrocution.

2.2 MODIFICATIONS CONSTRUCTIVES

Toute modification, ajout ou transformation de l'appareil sans le consentement du fabricant est interdite. Toutes les mesures de transformations requièrent une confirmation écrite de la société MEYRA GmbH. Les réparations ne doivent être réalisées que par des entreprises agréées par la société MEYRA GmbH.

2.3 DROIT D'AUTEUR

Le droit d'auteur sur ce mode d'emploi est réservé et appartient à la société MotoSana GmbH. Ce mode d'emploi s'adresse exclusivement à l'utilisateur. Il contient des consignes et des instructions dont la reproduction, la diffusion ou la communication par un procédé quelconque, partielle ou intégrale, sont interdites.

3

FOURNITURE

- Unité de base iMOVE
- Bloc d'alimentation et fiche de branchement de l'appareil
- Télécommande (en option)
- Mode d'emploi





4

MISE EN SERVICE

4.1 INSTALLATION ET RACCORDEMENT

Un support plat et stable (faibles en oscillations) est important pour garantir le bon fonctionnement de l'iMOVE. L'iMOVE ne doit être installé qu'à l'intérieur. Après l'installation correcte de l'iMOVE, insérez la fiche secteur dans la prise de courant. Une fois installé et raccordé, l'appareil est immédiatement opérationnel.

**ATTENTION !**

Il est interdit d'utiliser l'appareil dans des locaux humides. Plage de température entre 0 et +30 degrés Celsius. L'appareil se déconnecte automatiquement environ 4 heures après la dernière commande.

4.2 POSSIBILITÉS DE COMMANDE

Vous pouvez commander l'iMOVE directement sur l'appareil, à l'aide d'une télécommande et de l'appli gratuite iMOVE par le biais de votre smartphone ou tablette.

4.2.1 COMMANDE DIRECTE SUR L'APPAREIL

Le côté gauche de l'iMOVE comprend trois commutateurs avec lesquels vous pouvez piloter l'iMOVE.

1 DÉMARRER ET DÉSACTIVER

Avec vous démarrez et désactivez l'iMOVE.

En appuyant sur , l'iMOVE démarre automatiquement avec une fréquence de 2 hertz.

En réappuyant sur , vous désactivez l'iMOVE. L'éclairage des touches et s'éteint.

2 RÉGLAGE DE LA FRÉQUENCE

Avec , vous pouvez augmenter la fréquence au cours du programme d'entraînement.

Avec , vous pouvez réduire la fréquence au cours du programme d'entraînement.



4.2.2 COMMANDE À L'AIDE DE L'APPLI

L'appli gratuite est disponible pour iOS et Android. Téléchargez gratuitement l'appli du App Store (iOS) ou du Google Play Store (Android) sur votre smartphone ou votre tablette. Vous devez d'abord connecter votre smartphone ou votre tablette à l'iMOVE via Bluetooth. Pour cela, vérifiez dans quel mode se trouve l'iMOVE. La touche allumée en bleu nous indique que l'iMOVE se trouve en mode « Smartphone ». Si la touche est allumée en blanc, l'iMOVE se trouve alors en mode « Télécommande ». (basculement entre les modes « Smartphone » et « Télécommande », cf. 4.2.3.) Si la touche est allumée en bleu, cela signifie que l'iMOVE est prêt à être connecté à votre smartphone. Activez maintenant l'appli iMOVE sur votre smartphone ou tablette et affichez les réglages Bluetooth dans l'appli iMOVE en haut à droite. Sélectionnez votre iMOVE pour connecter l'appareil.

1 DÉMARRER ET DÉSACTIVER

En appuyant sur le champ START, votre programme d'entraînement démarre automatiquement avec une fréquence de 2 hertz. Avec PAUSE, vous pouvez interrompre l'exercice durant l'application et le poursuivre plus tard. Avec STOP, vous terminez l'exercice.

2 RÉGLAGE DE LA FRÉQUENCE

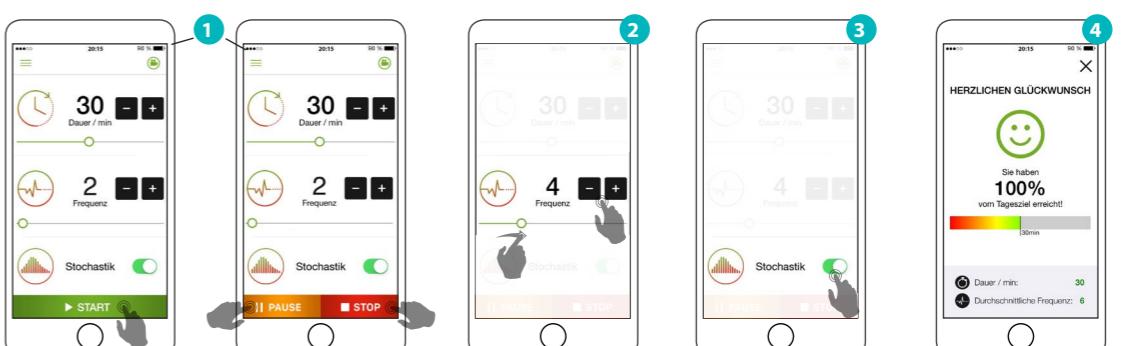
Vous pouvez adapter la fréquence avant de démarrer le programme d'entraînement ou bien durant le cours de l'exercice. Utilisez le curseur (Slider) ou bien la touche plus et moins pour augmenter ou réduire la fréquence.

3 RÉGLAGE DU STOCHASTIQUE

Avec le régulateur stochastique, vous pouvez activer et désactiver le stochastique. Stochastique signifie que la fréquence se modifie de façon aléatoire dans la plage de -2 à +2 unités autour de la fréquence sélectionnée.

4 ÉVALUATION

À la fin de l'exercice, l'écran affiche une brève évaluation de votre séance d'entraînement.





4.2.3 BASCULEMENT ENTRE LE MODE « SMARTPHONE » ET « TÉLÉCOMMANDE »

L'éclairage LED en couleur de la touche vous indique dans quel mode se trouve actuellement l'iMOVE. Si la touche est allumée en blanc, l'iMOVE se trouve alors en mode « Télécommande ». Si la touche est allumée en bleu, l'iMOVE se trouve alors en mode « Smartphone ».

Pour basculer entre le « mode télécommande et smartphone », procédez comme suit :

Désactivez l'iMOVE. Appuyez ensuite simultanément sur les touches et et les maintenir enfoncées pendant env. 3 secondes. Maintenant le rétroéclairage de la touche change et l'iMOVE se trouve dans le mode correspondant. Vous pouvez basculer entre les deux modes opératoires selon vos besoins.

4.2.4 INSTALLATION DE LA TÉLÉCOMMANDE (DISPONIBLE EN OPTION CONTRE SUPPLÉMENT)

Si vous avez commandé votre iMOVE avec télécommande (en option), cette dernière est déjà connectée avec l'appareil. Pour connecter ultérieurement la télécommande à l'iMOVE, veuillez procéder comme suit :

- 1 Vérifiez dans quel mode se trouve votre appareil. L'iMOVE doit se trouver en mode « Télécommande ». Cf. point 4.2.3
- 2 Appuyez maintenant sur la touche de l'appareil et la maintenir enfoncée pendant env. 5 secondes jusqu'à ce qu'elle commence à clignoter en bleu.
- 3 Appuyez ensuite sur la touche de la télécommande pendant env. 5 secondes jusqu'à ce qu'un témoin vert s'allume brièvement. La télécommande est maintenant reliée à votre appareil.



4.2.5 COMMANDE À L'AIDE DE LA TÉLÉCOMMANDE (DISPONIBLE EN OPTION CONTRE SUPPLÉMENT)

1 DÉMARRER ET DÉSACTIVER

Avec vous démarrez et désactivez l'iMOVE.

En appuyant sur , l'iMOVE démarre automatiquement avec une fréquence de 2 hertz.

En réappuyant sur la touche , vous désactiver l'iMOVE.

2 RÉGLAGE DE LA FRÉQUENCE

Avec , vous pouvez augmenter la fréquence au cours du programme d'entraînement.

Avec , vous pouvez réduire la fréquence au cours du programme d'entraînement.

Vous pouvez connecter à votre iMOVE au total quatre appareils (smartphone, tablette, télécommande). À la cinquième connexion, la connexion la plus ancienne sera effacée. Appuyez simultanément sur les touches et , et les maintenir enfoncées pendant env. 10 secondes. Un bref clignotement des trois touches signale que toutes les connexions ont été effacées.

5

RECOMMANDATIONS D'APPLICATION

5.1 PREMIERS PAS

Commencez par des fréquences basses. Asseyez-vous sur une chaise et posez vos pieds sur la pédale de l'iMOVE. Activez l'iMOVE. Variez la vitesse et découvrez ainsi comment fonctionne votre iMOVE. Trouvez l'intensité qui agit d'une manière bienfaisante sur votre corps. Essayez différentes positions du pied. L'effet d'entraînement change en fonction de la position du pied. Variez également la contre-pression que vous exercez et modifiez la position de votre corps. En appuyant les avant-bras sur les genoux, vous pouvez intégrer à l'entraînement vos épaules et le buste.

5.2 EXERCICES PROPOSÉS

Souple, compact et silencieux - l'iMOVE est le repose-pieds parfait pour l'entraînement à domicile, au bureau ou en vacances et en voyage. L'entraînement physique simple convient pratiquement à tous. Des témoignages montrent : L'entraînement avec l'iMOVE active les muscles, stimule le métabolisme, améliore la circulation sanguine, détend et décontracte la musculature. L'iMOVE vous donne de l'élan en ménageant particulièrement vos articulations. Des personnes âgées ainsi que des personnes physiquement diminuées profitent aussi bien de l'entraînement avec l'iMOVE que des enfants et des sportifs. Vous pouvez utiliser l'iMOVE et en même temps p. ex. lire, regarder la télévision ou travailler.



IMPORTANT !

En cas de troubles, terminez l'entraînement et consultez votre médecin.





CONTRE DES JAMBES FATIGUÉES ET LOURDES

Posez les deux pieds sur l'iMOVE et mettez-vous à l'aise.
Sélectionnez votre vitesse de bien-être et détendez-vous.



DÉTENTE PURE – COMME AIDE À S'ENDORMIR

Allongez-vous devant votre iMOVE et posez de manière décontractée les talons sur l'appareil.
Sélectionnez une vitesse lente.



POUR LE RELÂCHEMENT DES ÉPAULES ET DE LA NUQUE

Placez vos pieds un peu plus en avant sur l'iMOVE. À travers les coudes en appui sur les genoux, vous transmettez les oscillations à vos épaules et au dos.



POUR LE RELÂCHEMENT DES ÉPAULES ET DE LA NUQUE

Mettez-vous à quatre pattes devant votre iMOVE. Posez vos mains sur l'iMOVE (chaque main sur une pédale) et sélectionnez une vitesse moyenne.



POUR UNE MEILLEURE CIRCULATION SANGUINE

Posez les deux pieds sur l'iMOVE et basculez du talon à la plante du pied et inversement.
Sélectionnez une vitesse modérée qui vous convient.



POUR UNE MEILLEURE CIRCULATION SANGUINE

Posez les deux pieds sur l'iMOVE et inclinez les pieds du bord extérieur vers le bord intérieur et inversement.

6

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

6.1 DIMENSIONS ET POIDS

Désignation du type	MEYRA iMove
Numéro de série	cf. plaque signalétique
Poids	env. 5 kg
Capacité de charge max.	25 kg
Dimensions totales (L x L x H)	320 x 340 x 90 mm
Fréquence	env. 1 – 12 Hz
Amplitude max.	env. +/- 4 mm
Course	env. 8 mm

6.2 CARACTÉRISTIQUES ÉLECTRIQUES

Bloc d'alimentation	Modèle MW no. GST60A24-P1J
Entrée	100 - 240 volts AC, 50/60 Hz, 1,4 A
Sortie	24 volts, tension continue 2,5 A
Puissance absorbée	max. 60 watts

6.3 MARQUAGE

Certificat	CE
------------	----

6.4 MATÉRIAUX

Le boîtier en aluminium a un revêtement en poudre robuste et résistant aux chocs.
La télécommande est en aluminium anodisé.



7 ENTRETIEN DE L'iMOVE

Avant le nettoyage, coupez l'alimentation électrique en retirant la fiche secteur. Nettoyer l'iMOVE avec un chiffon légèrement humide et l'essuyer ensuite avec un chiffon sec. Aucun liquide ne doit pénétrer à l'intérieur de l'iMOVE, car cela risque d'endommager la partie électronique.



IMPORTANT !

Il est interdit d'utiliser des produits de nettoyage solvants, acides ou abrasifs !

8 CONDITIONS DE GARANTIE

La société MotoSana GmbH vous estime en tant que client et s'engage toujours à vous offrir le meilleur service possible. Chaque iMOVE quitte l'usine dans un état parfait. Si des défauts de fabrication et/ou de matériaux sont constatés au cours de l'utilisation normale de l'appareil, nous garantissons une remise en état durant les 2 premières années après la date d'achat, avec compensation gratuite du matériel et de la main-d'œuvre. Le produit doit avoir été acheté chez un partenaire commercial iMOVE autorisé. La fourniture de la prestation de garantie suppose que l'appareil défectueux soit renvoyé au fabricant par le client.

RESTRICTIONS LORS DE LA FOURNITURE DE PRESTATIONS DE GARANTIE

Le droit exclusif du client dans le cas d'un iMOVE défectueux se limite à une réparation ou à un remplacement de la pièce défectueuse. Quelle prestation de garantie ou quelle combinaison de prestations de garantie sera fournie dans le cas concret relève exclusivement de l'appréciation de la société MotoSana GmbH. Si la société MotoSana GmbH a constaté qu'un produit est défectueux, la société MotoSana GmbH a droit à un délai approprié pour effectuer une réparation ou un remplacement. Le produit de remplacement envoyé au client dans le cadre de la garantie limitée est fabriqué sur la base de nouveaux composants et de composants usagés fonctionnels. Les produits réparés ou remplacés seront couverts par la période restante de la garantie de produit initiale ou par une période de garantie de quatre-vingt-dix jours, en retenant parmi les deux possibilités celle avec la période de garantie la plus longue. La garantie est annulée si une réparation n'a pas été réalisée par la société MotoSana GmbH, mais par une personne ou un atelier non certifié par la société MotoSana.

9 DÉRANGEMENTS ET LEUR ÉLIMINATION



- 1 La touche sur l'iMOVE est allumée en rouge.
Coupez l'alimentation électrique de l'iMOVE pendant 5 minutes.
Si le voyant reste allumé, veuillez contacter notre service après-vente.
- 2 La touche sur la télécommande est allumée en rouge.
Remplacez la pile de votre télécommande (**pile : pile bouton CR2032**)



TÉLÉPHONE SAV
+49 (0)5733 922 - 0

10 MAINTENANCE ET SERVICE APRÈS-VENTE

SERVICE APRÈS-VENTE

Grâce à l'utilisation des meilleurs produits industriels de qualité, aucune maintenance n'est requise. Si, malgré tout, un défaut devait apparaître, veuillez contrôler en fonction des défauts décrits plus haut. Le cas échéant, veuillez contacter notre service après-vente et fournir les renseignements suivants :

- Le numéro de série de votre appareil (cf. face inférieure de l'iMOVE)
- Votre nom
- Votre adresse complète
- Votre numéro de téléphone



IMPORTANT !

N'essayez en aucun cas d'ouvrir vous-même l'appareil, sinon la garantie est annulée !
Il est interdit d'effectuer des modifications ou des réparations par des personnes non autorisées.

11 ÉLIMINATION DE L'iMOVE

L'appareil doit être éliminé conformément aux prescriptions nationales en vigueur.
Il n'y a pas des substances dangereuses pour l'environnement à prendre en considération.



EL REPOSAPIÉS ACTIVOS PARA MÁS MOVIMIENTO MIENTRAS ESTÁ SENTADO

EFFECTIVO. PUEDE FOMENTAR, SOLTAR Y RELAJAR LA CIRCULACIÓN SANGUÍNEA Y EL METABOLISMO

SIN ESFUERZO. MOVILIZA CASI TODO EL CUERPO, SIN DARSE CUENTA, SIN ESFUERZO

FLEXIBLE. COMPACTO Y FÁCIL DE TRANSPORTAR, RÁPIDAMENTE PREPARADO PARA EL USO

SIMPLE. MANEJO SENCILLO E INTUITIVO

ESPAÑOL



CONTENIDO

1 PARA LA SEGURIDAD DEL USUARIO	42
2 NORMAS DE SEGURIDAD	43
2.1 Peligros por energía eléctrica	43
2.2 Modificación constructiva	43
2.3 Derechos de autor	43
3 VOLUMEN DE SUMINISTRO	43
4 PUESTA EN MARCHA	44
4.1 Colocación y conexión	44
4.2 Opciones de manejo	44
4.2.1 Manejo directamente en el dispositivo	44
4.2.2 Manejo vía app	45
4.2.3 Cambio entre modo "teléfono" y "mando a distancia"	46
4.2.4 Instalación del mando a distancia	46
4.2.5 Manejo con el mando a distancia	46
5 RECOMENDACIONES DE USO	47
5.1 Primeros pasos	47
5.2 Propuestas de prácticas	47 - 48
6 DATOS TÉCNICOS	48
6.1 Dimensiones y peso	49
6.2 Datos eléctricos	49
6.3 Identificación	49
6.4 Material	49
7 CUIDADO DEL iMOVE	50
8 CONDICIONES DE GARANTÍA	50
9 FALLOS Y SU SUBSANACIÓN	51
10 MANTENIMIENTO Y SERVICIO DE ATENCIÓN AL CLIENTE	51
11 ELIMINACIÓN DEL iMOVE	51



1 PARA LA SEGURIDAD DEL USUARIO

Lea el manual del usuario atentamente antes de poner el dispositivo en funcionamiento. El manual del usuario contiene información importante sobre el uso de su iMOVE. La MEYRA GmbH no se responsabiliza por la inobservancia de las indicaciones y las advertencias. Guarde bien este manual del usuario. Cuando reciba el dispositivo compruebe que no presenta daños. ¡En caso de haber algún daño no ponga en marcha el iMOVE! En caso de duda consulte a la MEYRA GmbH.

CONEXIÓN DE CORRIENTE

Revise si los valores de la placa de características del iMOVE coinciden con la red de corriente de su emplazamiento.

GENERALIDADES

- Use el iMOVE solo después de haber leído completamente el manual del usuario..
- En caso de funcionamiento incorrecto apague inmediatamente el dispositivo e informe al servicio de atención al cliente de la MEYRA GmbH.
- El iMOVE no ha sido diseñado para operar en una atmósfera potencialmente explosiva..
- El iMOVE no está protegido contra el agua y no se debe mojar ni salpicar.
- El iMOVE no debe estar cubierto mientras funciona para garantizar la ventilación..
- El iMOVE solamente se debe usar en interiores.

GARANTÍA Y RESPONSABILIDADES

En principio están vigentes nuestros "Términos y condiciones generales". Quedan excluidas las reclamaciones por garantía y responsabilidad por productos en lesiones y daños materiales cuando son ocasionadas por uno o varios de los siguientes motivos:

- uso incorrecto
- apertura o puesta en marcha y manejo incorrectos
- modificaciones constructivas por cuenta propia
- reparaciones no profesionales
- catástrofes por la acción de objetos extraños y por fuerza mayor

2 NORMAS DE SEGURIDAD

2.1 PELIGROS POR ENERGÍA ELÉCTRICA

En perfecto estado técnico del dispositivo la energía eléctrica no representan ningún peligro.



PELIGRO

Si el cable estuviese defectuoso, debe ser sustituido sin demora. Sino en caso de entrar en contacto con él corre el riesgo de sufrir una descarga eléctrica.

2.2 MODIFICACIÓN CONSTRUCTIVA

Sin la autorización del fabricante no se debe realizar ninguna modificación, ampliación o reforma del dispositivo. Todas las medidas de reforma precisan la autorización por escrito de la MEYRA GmbH. Las reparaciones solo pueden ser realizadas por empresas con licencia de la MEYRA GmbH.

2.3 DERECHOS DE AUTOR

Los derechos de autor sobre este manual siguen siendo titularidad de MotoSana GmbH. Este manual del usuario solo ha sido elaborado para los usuarios. Contiene normas e indicaciones que no se deben reproducir, difundir ni comunicar por otro medio ni total ni parcialmente.

3 VOLUMEN DE SUMINISTRO

- unidad base iMOVE
- fuente de alimentación y conector
- mando a distancia (opcional)
- manual del usuario





4

PUESTA EN MARCHA

4.1 COLOCACIÓN Y CONEXIÓN

Importante para un funcionamiento sin problemas del iMOVE es un subsuelo llano y con pocas vibraciones. Solamente se puede colocar el iMOVE en interiores. Después de haber colocado correctamente el iMOVE, enchufe el último conector. El dispositivo está inmediatamente listo para funcionar tras ser instalado y conectado.



¡ATENCIÓN!

El dispositivo no debe funcionar en recintos húmedos. Rango de temperatura entre 0 y +30 grados centígrados. El dispositivo se apaga automáticamente 4 horas después del último comando.

4.2 OPCIONES DE MANEJO

Puede manejar el iMOVE directamente en el dispositivo, con un mando a distancia y con la app gratuita iMOVE con su teléfono o su tableta.

4.2.1 MANEJO DIRECTAMENTE EN EL DISPOSITIVO

En el lateral izquierdo del iMOVE hay tres interruptores con los que lo puede manejar.

1 ARRANQUE Y APAGADO

Con enciende y apaga el iMOVE.

Pulsando el iMOVE se enciende automáticamente con una frecuencia de 2 hertzios.

Volviendo a pulsar se apaga el iMOVE. La iluminación de los botones y se apaga.

2 AJUSTE DE LA FRECUENCIA

Con puede aumentar la frecuencia durante el programa de movimiento.

Con puede reducir la frecuencia durante el programa de movimiento.



4.2.2 MANEJO VÍA APP

La app iMOVE está disponible para iOS y para Android. Descárguela gratis en su teléfono inteligente o su tableta desde el App Store (iOS) o Google Play Store (Android). En primer lugar tiene que acoplar su teléfono o tableta con el iMOVE mediante Bluetooth. Compruebe en qué modo está el iMOVE. Puede ver si el iMOVE está en el modo "smartphone" en el brillo azul del botón . Si el botón brilla en blanco, entonces el iMOVE está en modo "mando a distancia". (Cambio entre los modos "smartphone" y "mando a distancia" explicado en 4.2.3.) Si el botón brilla en azul eso significa que el iMOVE está preparado para acoplar el teléfono. Inicie ahora la app iMOVE en el teléfono o la tableta y abra los ajustes de Bluetooth en la app iMOVE, arriba a la derecha. Seleccione su iMOVE para acoplar el dispositivo.

1 ARRANQUE Y APAGADO

Pulsando el campo START comienza automáticamente el programa de movimiento con una frecuencia de 2 hertzios. Con PAUSE puede parar el ejercicio durante el funcionamiento y continuar más tarde. Con STOP se para el ejercicio.

2 AJUSTE DE LA FRECUENCIA

La frecuencia se adapta o bien antes de iniciar el programa de movimiento o bien durante el ejercicio.

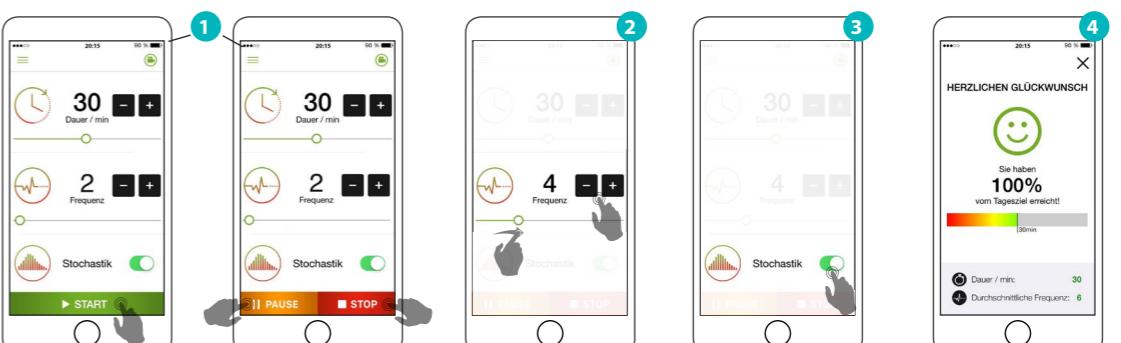
Use el control deslizante o los botones de menos y más para aumentar o reducir la frecuencia.

3 AJUSTE DEL ESTOCÁSTICO

Con el regulador estocástico puede encender y apagar el estocástico. Estocástico significa que la frecuencia cambia aleatoriamente en un rango de -2 a +2 unidades alrededor de la frecuencia seleccionada.

4 EVALUACIÓN

Tras finalizar el ejercicio se muestra una breve evaluación del ejercicio.





4.2.3 CAMBIO ENTRE MODO "TELÉFONO" Y "MANDO A DISTANCIA"

En qué modo está actualmente el iMOVE se puede ver en la iluminación LED de color del botón . Cuando el botón brilla en blanco, entonces el iMOVE está en modo "mando a distancia". Cuando el botón brilla en azul, entonces el iMOVE está en modo "smartphone".

Para conmutar entre "modo mando a distancia y smartphone" proceda como sigue:

Apague el iMOVE. Pulse ahora simultáneamente el botón y y mantenga pulsados ambos botones unos 3 segundos.. El botón cambia la iluminación de fondo y el iMOVE está en el modo correspondiente. Puede conmutar entre ambos modos de mando según sea necesario.

4.2.4 INSTALACIÓN DEL MANDO A DISTANCIA (DISPONIBLE COMO OPCIÓN CON SOBREPRECIO)

Si ha pedido el iMOVE con mando a distancia (opcional) entonces ya se envía acoplado con el dispositivo. Para acoplar el mando a distancia más tarde con el iMOVE proceda como sigue:

- 1 Compruebe en qué modo está el dispositivo. El iMOVE tiene que estar en el modo "mando a distancia". Véase el punto 4.2.3.
- 2 Pulse ahora el botón y manténgalo pulsado unos 5 segundos hasta que comienza a parpadear..
- 3 Ahora mantiene pulsado 5 segundos el botón en el mando a distancia hasta que brille brevemente con luz verde. El mando a distancia está ahora acoplado con el dispositivo.



4.2.5 MANEJO CON EL MANDO A DISTANCIA (DISPONIBLE COMO OPCIÓN CON SOBREPRECIO)

1 ARRANQUE Y APAGADO

Con enciende y apaga el iMOVE.
Pulsando el iMOVE se enciende automáticamente con una frecuencia de 2 hertzios.
Volviendo a pulsar el botón se apaga el iMOVE.

2 AJUSTE DE LA FRECUENCIA

Con puede aumentar la frecuencia durante el programa de movimiento.
Con puede reducir la frecuencia durante el programa de movimiento.

Puede acoplar su iMOVE con un total de cuatro dispositivos (teléfono, tableta, mando a distancia). Con un quinto acoplamiento se borra el acoplamiento más viejo. Pulse simultáneamente el botón y y manténgalos pulsados unos 10 segundos.. Un parpadeo breve de los tres botones significa que se han borrado todos los acoplamientos.

5

RECOMENDACIONES DE USO

5.1 PRIMEROS PASOS

Comience con las frecuencias más bajas. Siéntese en una silla y ponga los pies en los pedales del iMOVE. Encienda el iMOVE. Varíe la velocidad y familiarícese con su iMOVE. Encuentre la intensidad perfecta para su organismo. Pruebe diversas posiciones para los pies. Según sea la posición del pie varía el efecto del entrenamiento. Varié también la presión que ejerce y cambie la posición del cuerpo. Apoyando los brazos sobre las rodillas puede incluir los hombros o la parte superior del brazo en el entrenamiento.

5.2 PROPUESTAS DE PRÁCTICAS

Flexible, compacto y silencioso, el iMOVE es el reposapiés perfecto para su hogar, la oficina o para viajes o las vacaciones. El sencillo entrenamiento de movimiento es apto para casi todo el mundo. Mostrar comentarios: El entrenamiento con el iMOVE activa los músculos, impulsa el metabolismo, mejora la circulación sanguínea, relaja y suelta la musculatura. El iMOVE le da movimiento cuidando sus articulaciones. Las personas de mucha edad y las personas con limitaciones corporales se benefician del entrenamiento con el iMOVE tanto como los niños y los deportistas. Puede usar el iMOVE mientras hace otra cosa como p. ej. leer, ver la tele o trabajar.

! IMPORTANTE!

Si surge alguna molestia finalice el entrenamiento y consulte a su médico.



**CONTRA PIERNAS CANSADAS Y PESADAS**

Ponga ambos pies sobre el iMOVE y apóyese en el respaldo.
Seleccione la velocidad idónea para usted y relájese.

**RELAJACIÓN PURA - PARA CONCILIAR EL SUEÑO**

Póngase delante del iMOVE y apoye los talones relajados encima. Escoja una velocidad lenta.

**PARA RELAJAR LOS HOMBROS Y LA NUCA**

Coloque los pies un poco más hacia delante en el iMOVE. Por los codos, ligeramente apoyados sobre las rodillas pasan las vibraciones a los hombros y la espalda.

**PARA RELAJAR LOS HOMBROS Y LA NUCA**

Póngase a cuatro patas delante del iMOVE. Ponga las manos sobre el iMOVE (una mano en cada pedal) y seleccione una velocidad mediana.

**PARA UNA CIRCULACIÓN SANGUÍNEA MEJOR**

Ponga ambos pies sobre el iMOVE y balancee desde el talón al empeine y de vuelta.
Escoja una velocidad reducida, adecuada a usted.

**PARA UNA CIRCULACIÓN SANGUÍNEA MEJOR**

Ponga ambos pies sobre el iMOVE y desplace los pies desde borde exterior hacia el interior y de vuelta.

6**DATOS TÉCNICOS****6.1 DIMENSIONES Y PESO**

Denominación de tipo	MEYRA iMove
Número de serie	véase placa de características
Peso	aprox. 5 kg
Carga máx.	25 kg
Medidas totales (L × A × H)	320 × 340 × 90
Frecuencia	aprox. 1 – 12 Hz
Amplitud máx.	aprox. +/- 4 mm
Elevación	aprox. 8 mm

6.2 DATOS ELÉCTRICOS

Fuente de alimentación	MW Modell N.º GST60A24-P1J
Entrada	100 – 240 V AC, 50/60 Hz, 1,4 A
Salida	24 V, DC 2,5 A
Consumo de energía	máx. 60 W

6.3 IDENTIFICACIÓN

Certificado	CE
-------------	----

6.4 MATERIAL

La carcasa de aluminio tiene un recubrimiento de polvo robusto, resistente a los golpes.
El mando a distancia es de aluminio anodizado.



7 CUIDADO DEL iMOVE

Antes de comenzar con la limpieza, interrumpa el suministro eléctrico desenchufando el dispositivo. Limpie el iMOVE con un paño ligeramente humedecido y a continuación séquelo con un paño. Ningún líquido debe penetrar en el iMOVE, pues podría dañar la electrónica.



¡IMPORTANTE!

¡No se debe usar ningún agente de limpieza con disolvente, agresivo ni decapante!

8 CONDICIONES DE GARANTÍA

La MotoSana GmbH le aprecia como cliente y se esfuerza por poder ofrecerle el mejor servicio posible. Todos los iMOVE salen de nuestras instalaciones en perfecto estado. Si durante el uso normal del dispositivo surgen fallos de fabricación y/o material, entonces le garantizamos la reparación en los 2 primeros años tras la fecha de compra, con sustitución gratuita del material y sin cobrar la mano de obra. El producto debe haber sido adquirido en un distribuidor autorizado de iMOVE. La concesión de la prestación de garantía presupone el transporte del dispositivo defectuoso a las instalaciones del fabricante por el cliente.

LIMITACIONES EN LAS PRESTACIONES DE GARANTÍA

El derecho exclusivo del cliente en caso de un iMOVE defectuoso está limitado a una reparación o a la sustitución de la parte defectuosa. Solamente la MotoSana GmbH puede decidir qué prestaciones de garantía o qué combinación de prestaciones de garantía se conceden en cada caso. Después de que la MotoSana GmbH haya determinado que el producto está defectuoso, entonces la MotoSana GmbH tiene derecho a un plazo adecuado para llevar a cabo la reparación o la sustitución. El producto sustitutivo enviado al cliente en el marco de una garantía limitada se elabora con componentes nuevos y componentes usados en perfecto estado. Los productos reparados o reemplazados tienen una garantía durante el plazo restante de la garantía original o un plazo de garantía de noventa días, en función de cual de las dos opciones concede el plazo más largo. La garantía vence cuando una reparación no es realizada por la MotoSana GmbH sino por una persona o un taller que no está homologado por la MotoSana GmbH.

9 FALLOS Y SU SUBSANACIÓN



- 1 El botón en el iMOVE brilla con luz roja.
Desenchufe el iMOVE durante 5 minutos de la red eléctrica.
Si el piloto sigue brillando póngase en contacto con nuestros servicio de atención al cliente.
- 2 El botón en el mando a distancia brilla con luz roja.
Cambio la pila del mando a distancia (**pila: botón CR2032**)

10 MANTENIMIENTO Y SERVICIO DE ATENCIÓN AL CLIENTE

SERVICIO DE ATENCIÓN AL CLIENTE

Gracias al uso de mercancía industrial excelente, de alta calidad no hace falta ningún mantenimiento. Pero si pese a ello hubiese algún daño revise el dispositivo según la descripción de errores arriba descrita. Por lo demás póngase en contacto con nuestros servicio de atención al cliente y tenga a mano los siguientes datos:

- el número de serie de su dispositivo (está en la parte inferior del iMOVE)
- su nombre
- su dirección completa
- su número de teléfono



¡IMPORTANTE!

¡No intente abrir por cuenta propia la carcasa, sino perderá la garantía! No se debe realizar ninguna modificación o reparación por personas no autorizadas.

11 ELIMINACIÓN DEL iMOVE

El dispositivo debe ser eliminado según la legislación nacional.
No debe tener en cuenta ninguna sustancia contaminante.



TELÉFONO DE ATENCIÓN

+49 - 0 / 5733 - 922 / 0





Vertrieb über:
Sales partner:
Distribution par :
Distribuido por:

MEYRA GmbH

Meyra-Ring 2
D-32689 Kalletal-Kalldorf

Tel +49 5733 922 - 0
 Fax +49 5733 922 - 9311

info@meyra.de

www.meyra.de



Alle Angaben ohne Gewähr. Stand 07/2018. Technische und konstruktive Änderungen vorbehalten.



MotoSana GmbH, Robert-Bosch-Str. 6, D - 86899 Landsberg am Lech, Tel: +49 (0)8191 9406761, info@motosana.de
© MEYRA GmbH 2018. Alle Rechte vorbehalten.

No responsibility is accepted for the accuracy of this information. As at 07/2018 Subject to technical and constructional modifications.



MotoSana GmbH, Robert-Bosch-Str. 6, D - 86899 Landsberg am Lech, Tel: +49 (0)8191 9406761, info@motosana.de
© MEYRA GmbH 2018. All rights reserved.



Toutes les informations sont fournies sans garantie. Édition 07/2018 Sous réserve de modifications techniques et constructives.



MotoSana GmbH, Robert-Bosch-Str. 6, D - 86899 Landsberg am Lech, Tel: +49 (0)8191 9406761, info@motosana.de
© MEYRA GmbH 2018. Tous droits réservés.

Todos los datos publicados sin garantía. Actualización 07/2018. Reservado el derecho a modificaciones técnicas y constructivas.



MotoSana GmbH, Robert-Bosch-Str. 6, D - 86899 Landsberg am Lech, Tel: +49 (0)8191 9406761, info@motosana.de
© MEYRA GmbH 2018. Reservados todos los derechos.