



# Настенный вибромассажёр Gitt GX-1000

Руководство пользователя





## Содержание

Меры предосторожности .....	4
Ключевые особенности .....	6
Комплект поставки .....	7
Установка вибромассажёра .....	8
Эксплуатация вибромассажёра .....	12
Зоны массажного воздействия/упражнения .....	14
Уход и хранение .....	17
Технические характеристики .....	17

## Меры предосторожности

- Сохранность и эффективное использование вибромассажёра возможно только в случае его правильной сборки, установки и применения исключительно по назначению.
- Перед установкой вибромассажёра убедитесь в отсутствии повреждений.
- До начала массажа проконсультируйтесь с Вашим специалистом и убедитесь, что состояние Вашего здоровья позволяет использовать вибромассажёр. Во время массажа следите за своим самочувствием.
- Устанавливайте вибромассажёр только на несущие стены из бетона, толщиной не менее 15 см, либо из пеноблока толщиной не менее 30 см. Используйте специальный крепёж для Вашего типа стен, способный выдерживать нагрузку не менее 150 кг на одну точку крепления.
- При перемещении вибромассажёра из холода в тёплое помещение подождите минимум два часа, прежде чем начать его использование. Перепад температур может привести к повреждению устройства.
- Не используйте виброимассажёр при температуре выше 40°.
- Не позволяйте детям или лицам с ограниченными физическими или умственными способностями пользоваться вибромассажёром без присмотра со стороны
- Не используйте вибромассажёр в помещениях с повышенной влажностью во избежание поражения электрическим током.
- Не распыляйте аэрозоли вблизи работающего изделия.
- Не используйте вибромассажёр вблизи раскалённых предметов и избегайте попадания на вибромассажёр прямых солнечных лучей.
- Для массажа используйте удобную одежду, не стесняющую движений.
- Во время использования вибромассажёра не держите в карманах сотовый телефон, а также острые и режущие предметы во избежание повреждений.
- Обязательно отключайте устройство от сети после использования.
- Запрещено использование устройства без установленного защитного корпуса!
- Запрещено самостоятельно модифицировать, ремонтировать устройство! При наличии повреждений обратитесь к производителю. При возникновении дискомфорта или плохого самочувствия во время массажа, немедленно прекратите использование вибромассажёра и проконсультируйтесь с Вашим лечащим врачом.
- Вибромассажёр не предназначен для терапевтических или лечебных целей.
- Не засыпайте во время сеанса массажа!
- Не просовывайте посторонние предметы в зазоры защитного корпуса вибромассажёра.
- Не используйте дополнительные предметы, не рекомендованные предприятием-изготовителем.
- Не массируйте опухшие или отёкшие участки тела.
- Не используйте вибромассажёр дольше, чем 30 минут за один сеанс. Ограничьте время массажа любой конкретной зоны 10 минутами. Превышение времени массажа может привести к нежелательным последствиям в результате избыточной стимуляции мышц. Чрезмерное превышение времени использования массажного кресла, особенно

в коммерческих целях, может вызвать перегрев механизмов и электронных компонентов и сократить срок службы изделия.

- Проверьте соответствие напряжения домашней сети требованиям к эксплуатации вибромассажёра.
- Убедитесь, что вибромассажёр подключён к соответствующей и надлежащим образом заземлённой розетке.
- Убедитесь, что штепсельная вилка надёжно и полностью вставлена в розетку во избежание короткого замыкания и пожара.
- Ни в коем случае не используйте вибромассажёр при любых видимых повреждениях шнура и вилки.
- Следите за тем, чтобы шнур питания не был перекручен, запутан, не перегибался и не был натянут во избежание повреждения или возгорания.
- Запрещено касаться шнура или вилки влажными руками.
- В конструкции изделия используются электронные компоненты, которые накапливают электрический заряд. После отключения питания вибромассажёра сохраняется опасность поражения электрическим током, в течение 30 секунд, если дотронуться до оголённых контактов вилки вибромассажёра. Запрещается вытаскивать вилку из розетки, до полного погасания экрана вибромассажёра, после отключения питания основной кнопкой питания на лицевой панели управления.
- Если во время использования вибромассажёра произошло отключение электроэнергии, переведите кнопку питания в положение «0» и отключите вибромассажёр от сети во избежание повреждений, до тех пор, пока подача электричества не будет восстановлена.
- При возникновении какого-либо отклонения в работе устройства (например при возникновении запаха дыма, шума и т. д.) немедленно прекратите его использование.

### **Использование вибромассажёра противопоказано:**

- при наличии электронного стимулятора сердца или иных внутренних медицинских электроаппаратов;
- при переломах, вывихах, разрывах мышц, повреждениях сухожилий, и прочих внешних повреждениях;
- больным, проходящим курс медицинского лечения;
- лицам, которые испытывают недомогание, без установленного диагноза;
- лицам с повышенной температурой тела (37,5 градусов Цельсия и более);
- при тромбофлебите;
- при заболеваниях в острой фазе;
- при внезапной острой боли;
- при высоком и низком давлении;
- при сердечно-сосудистых заболеваниях;
- при противопоказанном мануальном массаже;
- при лечении опухолей;
- во время беременности и менструации.

## Ключевые особенности:

- Вибромассажёр является уникальным запатентованным изделием, которое позволяет производить глубокий вибрационный массаж практически всего тела (объёмный авторезонансный массаж).
- Благодаря креплению на несущую стену, мощной механической и приводной системе а так же усиленным ремням, и авторской системе крепления ремней, вибромассажёр позволяет производить массаж человека массой до 200 кг, в любом положении (стоя, сидя, лёжа).
- Возможность регулировки как частоты колебания ремней, так и амплитуды.
- Специальная конструкция позволяет осуществлять массаж ремнями в двух режимах – поверхностного и глубокого. При этом вы можете легко менять длину ремней.
- Вы можете применять вибромассажёр для работы по авторским методикам «микро-движений» Гитта Виталия Демьяновича. Для настенного вибромассажёра разработаны специальные упражнения, описание которых приводится ниже.

### **Комплект поставки:**

1. Основная часть вибромассажёра с электродвигателем и блоком управления,
2. Комплект для монтажа вибромассажёра на стену.
3. Защитный экран с болтами крепления экрана к корпусу вибромассажёра.
4. Инструкция по применению.

Примечание: Комплект поставки может несколько отличаться от указанного в данном руководстве.

## Установка вибромассажёра

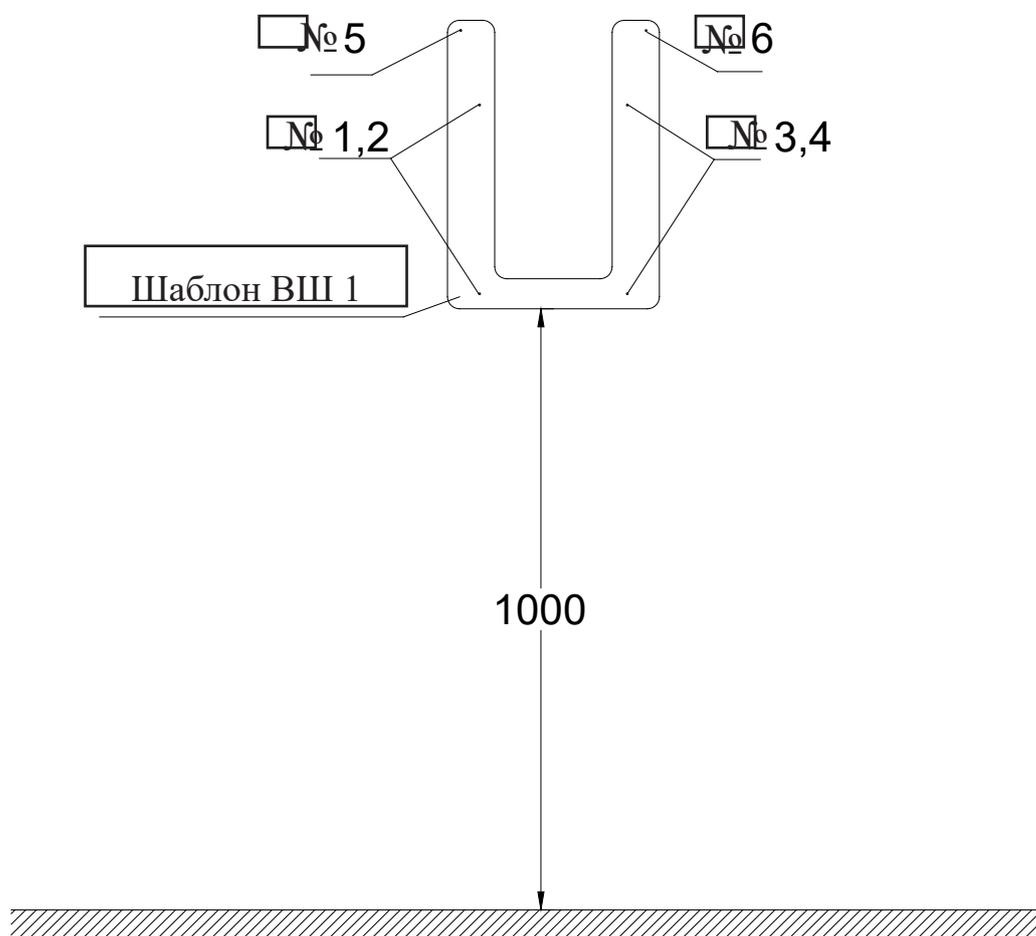
**Внимание!** Допускается установка вибромассажёра исключительно на несущие стены из бетона, кирпича, пеноблока либо другого подобного материала толщиной не менее 20 см. Не допускается установка изделия на лёгкие каркасные или деревянные не несущие стены.

Не допускается установка вибромассажёра на гипсокартон и любые другие декоративные поверхности, резиновые амортизаторы креплений должны плотно прилегать непосредственно к несущей стене.

### Установка:

1. Приложите шаблон к стене, на высоте от пола 100 см, как указано на рис. 1. Выровняйте шаблон по уровню.

Рис. 1



2. Обозначьте карандашом на стене положение отверстий № 1–6. Отверстия № 5 и 6 просверлите сверлом по бетону диаметром 6 мм и вставьте дюбели. Отверстия № 1–4 необходимо просверлить диаметром 14 мм и глубиной 100 мм. Для предотвращения «увода» сверла сверление необходимо производить в 3 прохода. Сначала сверлом 6 мм, затем 10 и в конце рассверлить сверлом диаметром 14 мм. Так же следите за тем, что бы глубина сверления отверстия была не более 100 мм! На сверле, входящем в комплект, есть отметка необходимой глубины сверления.

3. В отверстия № 5, 6 вставьте пластиковые дюбели, в отверстия № 1–4 вставьте анкерные болты как на рис. 2.

4. На анкерные болты наденьте резиновые амортизаторы так, как это показано на рис. 3.

Рис. 2

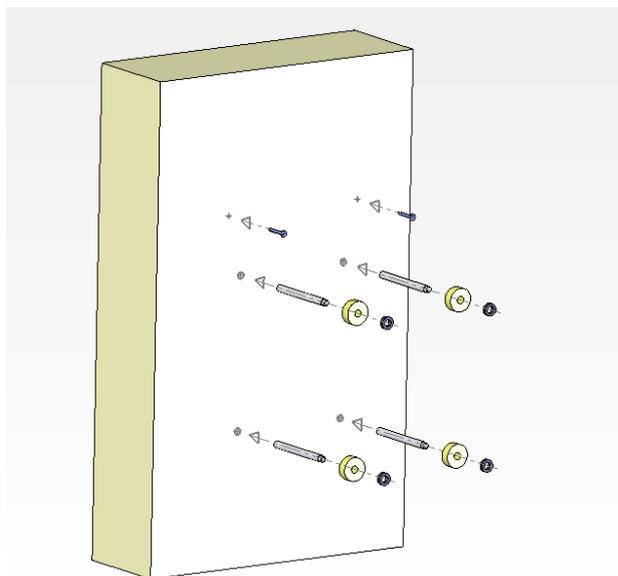
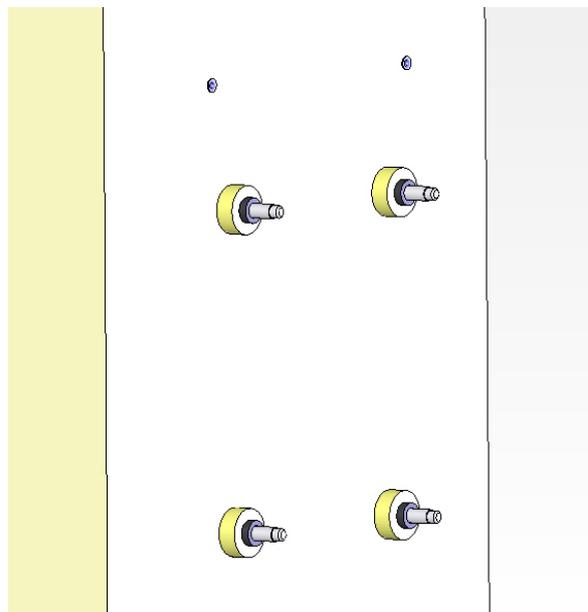


Рис. 3



5. Установите нижнее основание вибромассажёра на анкерные болты так, как это показано на рис. 4. Затем закрепите нижнее основание с помощью шайб и гаек, таким образом, как это показано на рис 4, 5 и 6. Внимание! На каждый анкерный болт должны крепиться 2 больших амортизатора и один малый. Гайку на анкерном болте необходимо закрутить так, чтобы большие амортизаторы были деформированы на 2–3 мм от начальной толщины, и у анкерного болта должны раскрыться лепестки крепления внутри стены и болты должны надёжно держаться.

6. Установите верхнюю часть вибромассажёра и закрепите её с помощью саморезов и шайб так, как показано на рис. 4 и 6. Верхняя и нижняя часть тренажёра не должны касаться друг друга в смонтированном виде на стене.

Рис. 4

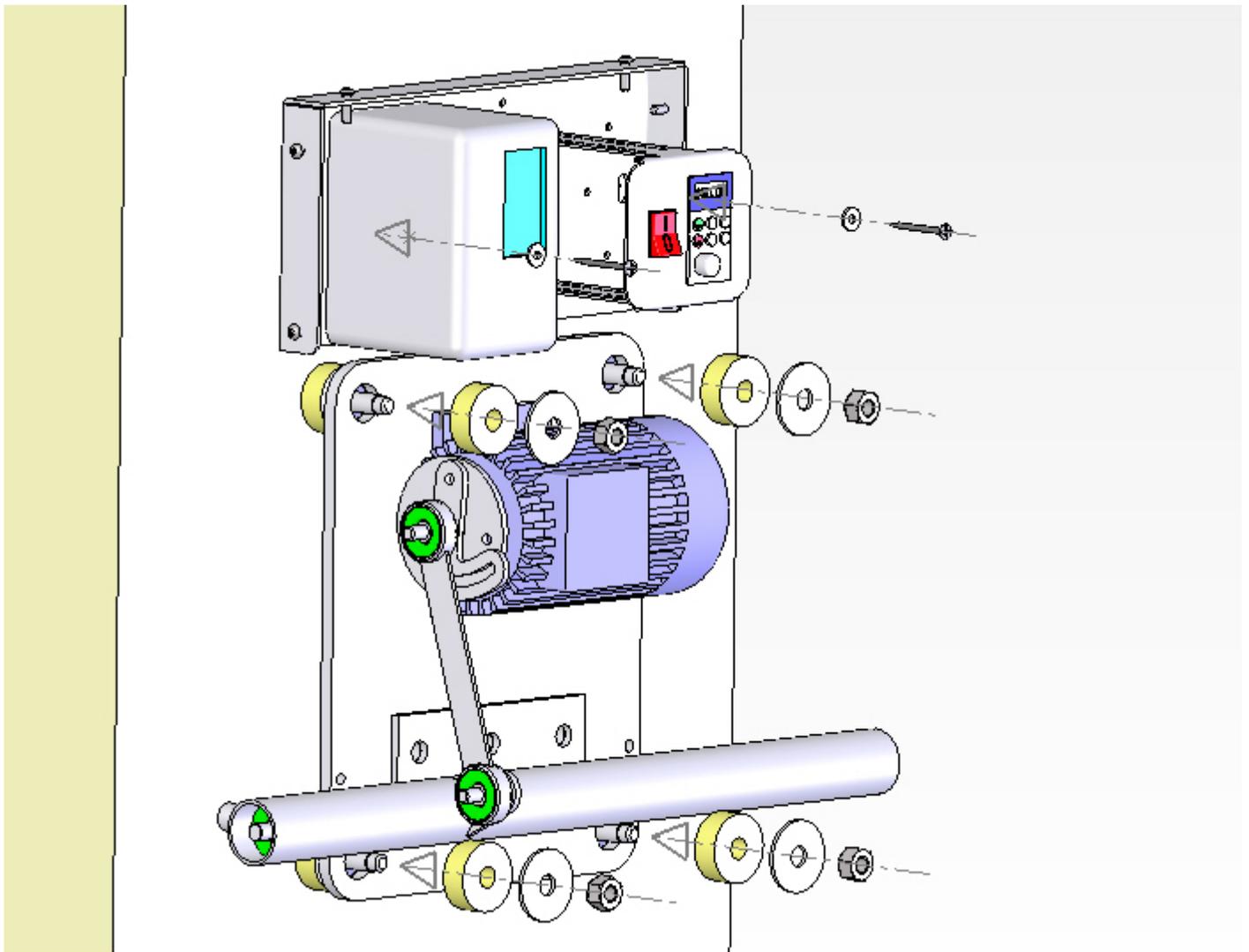
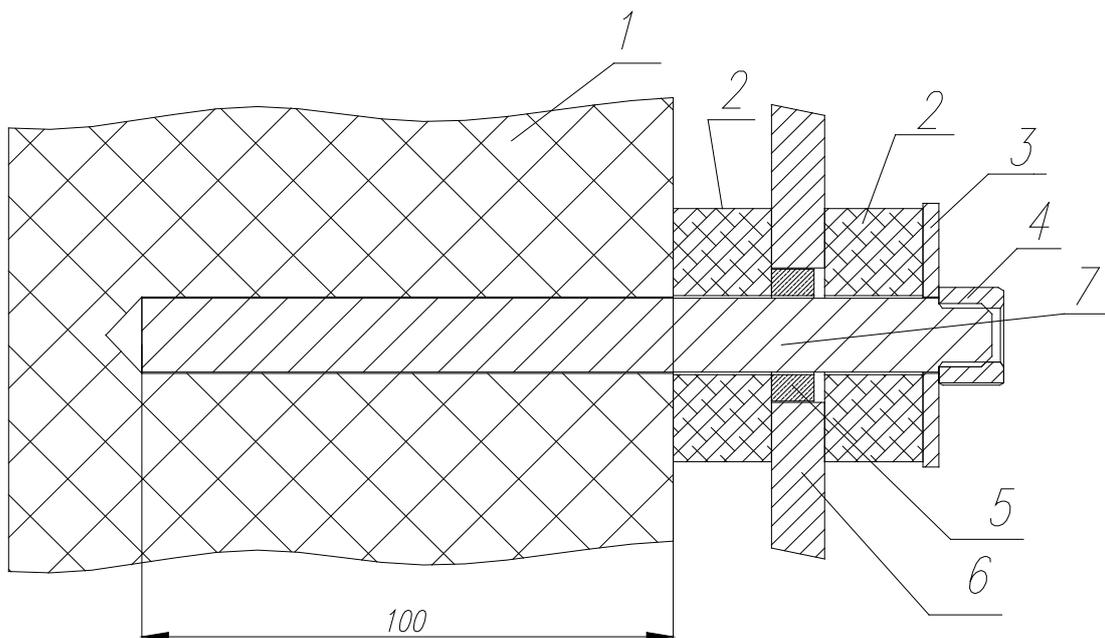
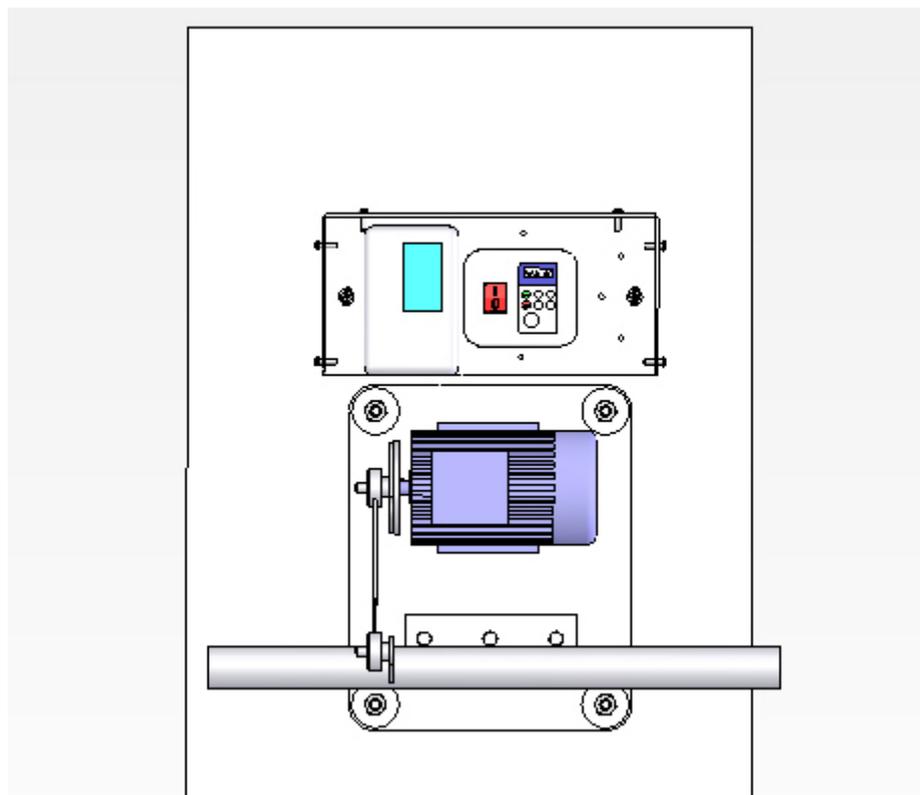


Рис. 5. Крепление корпуса с помощью анкерного болта к стене



1 – бетонная стена; 2 – резиновый амортизатор белый; 3 – шайба диаметром 50 мм; 4 – гайка М12; 5 – резиновый амортизатор чёрный; 6 – металлический корпус вибромассажёра; 7 – анкерный болт М12×150.

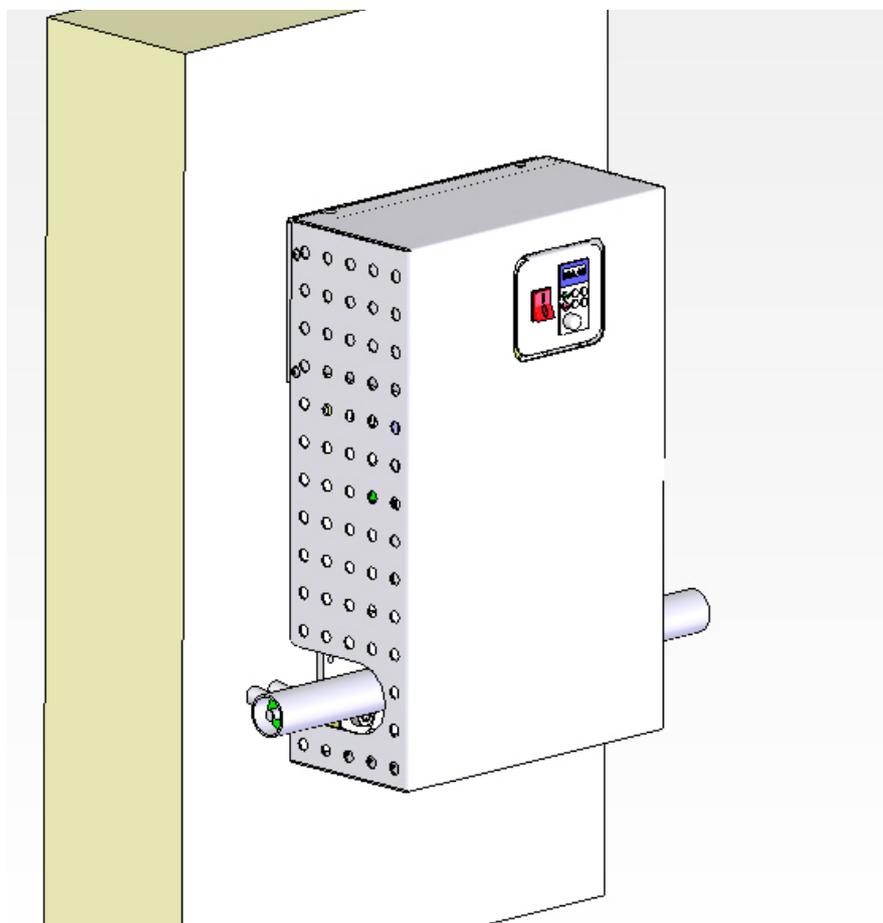
**Рис. 6. Вид вибромассажёра, смонтированного на стене**



7. Соедините разъём питания электродвигателя с силовым разъёмом идущем от системы управления.

8. Наденьте защитный экран и зафиксируйте его винтами, как показано на рис. 7. Внимание – запрещается использование вибромассажёра без защитного экрана.

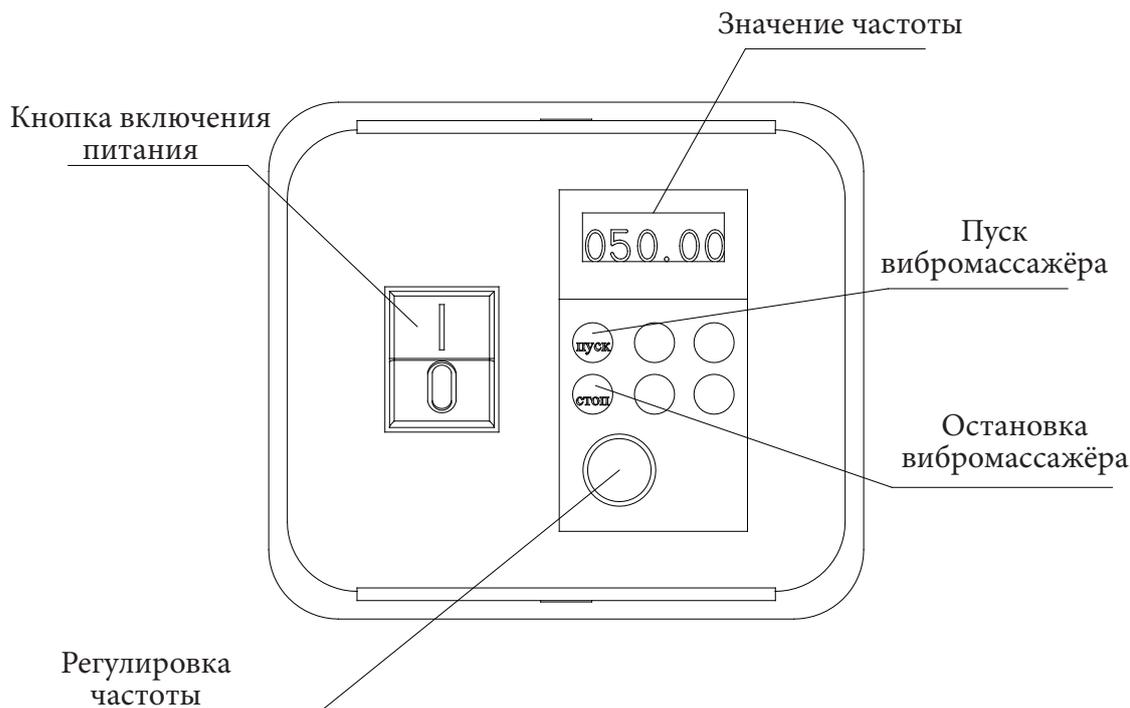
**Рис. 7**



## Эксплуатация Вибромассажёра

1. Вставьте вилку в розетку.
2. Накиньте ремень на трубу так как показано на рис. 9 (Подробнее работа с ремнями и позиции для вибромассажа рассматриваются ниже).
3. Управление вибромассажёром осуществляется с помощью органов управления на лицевой панели (рис. 8).

Рис. 8



4. Включите питание вибромассажёра кнопкой включения. Кнопками пуск/остановка осуществляется включение и выключение рабочего режима вибромассажёра. Регулировка частоты вибромассажа осуществляется ручкой регулировки. На панели индикации отображается текущее значение частоты вибромассажа.

### Внимание!

Обязательно выключайте питание вибромассажёра кнопкой включения/выключения питания, после каждого сеанса вибромассажа!

### Работа с ремнями вибромассажёра.

1. Возможна работа с ремнями в двух режимах – поверхностного массажа и глубокого массажа.

1.1 Для того, чтобы использовать поверхностный массаж необходимо ремни с одной стороны надеть сверху на шпильки, с другой снизу на подвижный вал, так как указано на рис. 9. В таком случае ремень совершает колебательные «трущие» движения.

1.2 Для того, чтобы использовать глубокий режим массажа накиньте ремень одинаково с двух сторон подвижного вала – либо сверху, либо снизу. В таком случае ремень совершает «похлопывающие» движения.

**Внимание!**

Регулировку и изменение положения ремней осуществляйте только при выключенном вибромассажёре. Не допускается прикасаться к подвижному валу вибромассажёра во время работы.

Регулировка длины ремней осуществляется с помощью наматывания на подвижный вал вибромассажёра.

Далее выберете упражнения из описания ниже и выполняйте их.

## Зоны массажного воздействия/упражнения

**Внимание!** Максимальное допустимое время воздействия на одну массажную зону 20 минут.

### Варианты расположения крепёжных элементов ремней на держателях:

1. Для более «глубокого» массажа – расположите обе верёвки спереди или сзади держателей, как показано на фото ниже.

**Рис. 9**



2. Для более «поверхностного», «мягкого» массажа – расположите верёвки по разные стороны держателей, одну – спереди, другую – сзади, как показано на фото ниже.



### Варианты положений ремней и зон воздействия:

1. Положение ремней при шейном и верхне-грудном остеохондрозе.



2. Положение ремней при артрозе рёберно-грудинного сочленения.



3. Положение ремней при артрозе, остеоартрозе, артрите плечевых суставов (или одного).



4. Положение ремней при поясничнокрестцовом, крестцовом остеохондрозе, артрите, артрозе тазобедренного сустава (или обоих).



5. Положение ремней при артрите/артрозе коленного сустава.



6. Положение ремней при артрите, артрозе голеностопного сустава (в том числе посттравматического).



## Уход и хранение

1. Допускается протирать вибромассажёр от пыли, в том числе со специальными моющими средствами, только при выключенном электропитании (полном выключении электропитания – вилку необходимо вытащить из розетки).

2. Допускается стирка ремней при температуре 40° со специальными моющими средствами.

## Технические характеристики

1. Масса нетто 22 кг ± 2 кг.
2. Электропитание 220 В, 50 Гц ± 10 %.
3. Габаритные размеры: 574×590×195 мм.
4. Диапазон изменения амплитуды колебаний основного вала от 5 до 15 мм. Диапазон изменения частоты колебаний от 30 до 1500 колебаний в минуту.



Gitt Vibro Technologies