Инструкции за употреба
за

Елиптичен тренажор *на*
motion cardio line 900 &
motion cardio line 900 med

motion cross 900
motion cross 900 med

Съдържание

1. Обща информация ... 3
2. Класификация на устройствата ... 3
3. Инструкции за безопасност ... 4
   Безопасен монтаж на оборудването ... 4
   Безопасно обучение ... 5
   Показания и противопоказания ... 6
4. Работа с дисплея ... 7
   Преглед на дисплея/функции на клавишите ... 7
   Избор на програма ... 8
   Импулсни системи ... 8
   Индуктивно зареждане (по избор) ... 9
5. Грижа, поддръжка и сервизно обслужване ... 9
   Ръководство за откриване на грешки (неизправност) ... 12
   Инструкции за поддръжка за оператора ... 12
   Поддръжка от оторизиран специалист ... 12
   Калибриране/поддръжка ... 13
6. Технически данни* ... 13
7. Изхвърляне ... 13
8. Гаранция ... 14

1. Обща информация

Прочетете внимателно това ръководство за потребителя с всички инструкции за безопасност и предупреждения, **преди да използвате** тренировъчното оборудване за **първи път, за да гарантирате** безопасното и правилно използване. Запазете този документ за бъдещи справки и го дайте на други лица, ако предавате оборудването.

Целта на оборудването е кардиопулмонално обучение и възпроизводимо натоварване на тялото, например за диагностични и терапевтични мерки. Оборудването се използва главно от потребители в кардиологията, физиотерапията, спортната медицина и в домашни условия. Друго приложение е използването за изграждане и укрепване на скелетната мускулатура, както и за увеличаване на подвижността на ставите, засегнати по време на тренировката.
Оборудването позволява възпроизводимо физическо натоварване на човешкото тяло и сърдечно-съдовата система за целите на профилактиката, рехабилитацията и диагностиката.

Текстът със сив фон обозначава текстовите раздели, които се отнасят изключително до характеристиките на оборудването на фитнес линията.

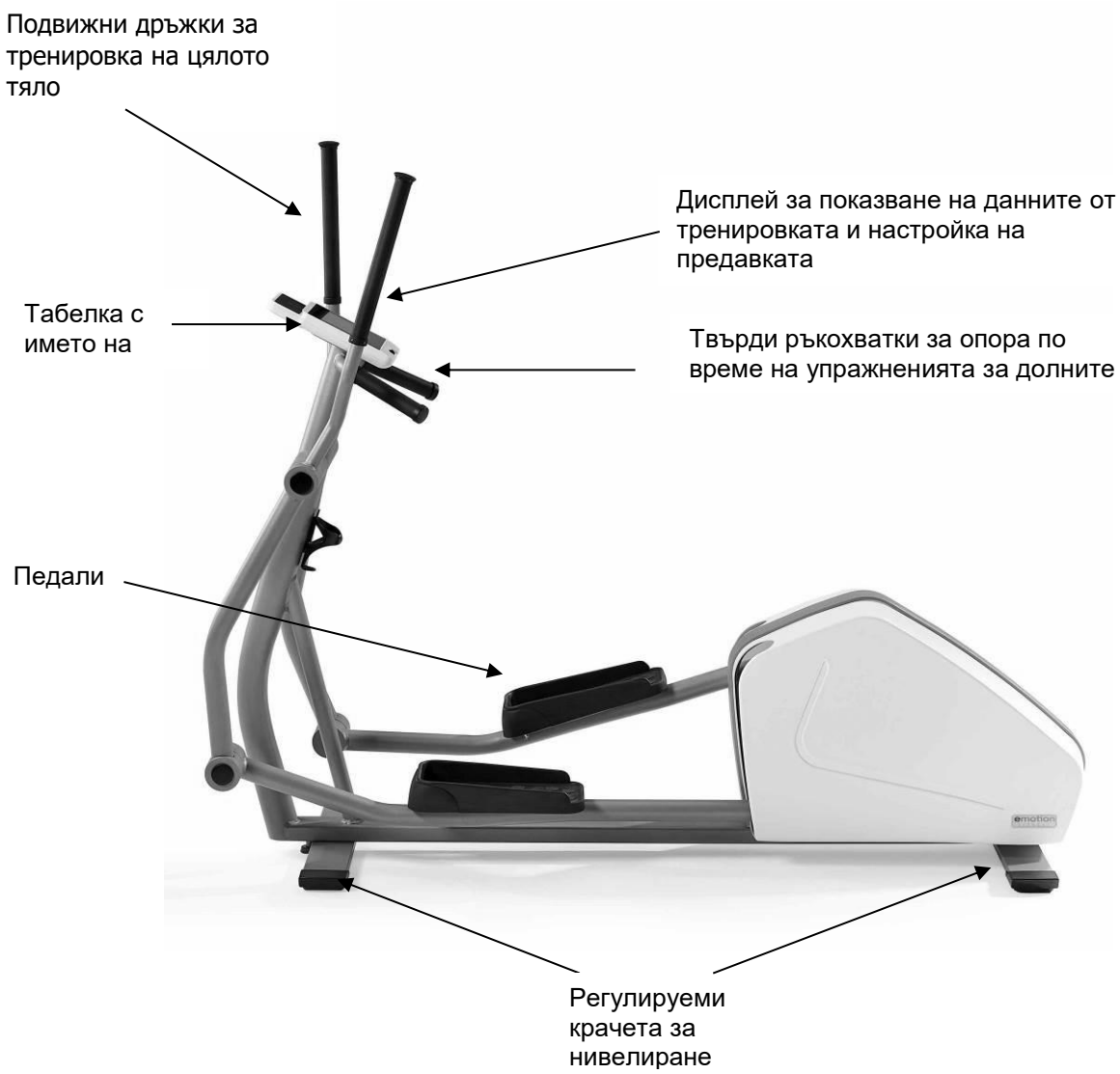
2. Класификация на устройствата

- Устройствата от *кардиологичната линия 900 med* са медицински продукти MD съгласно Директива 93/42 EWG, класифицирани в клас IIa. В обхвата на управление на спирачката точността на дисплея е +/- 5% или +/- 3 вата за натоварвания под 50 вата.
- Устройствата от *линията Cardio 900* отговарят на стандартите DIN EN ISO 20957-1 и DIN EN ISO 20957-5; клас на приложение S (търговска употреба/студио) и H (домашна употреба) с клас на точност A +/- 10 % и са предназначени изключително за сектора на фитнеса и спорта.

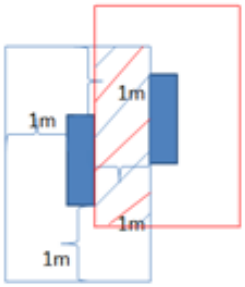
Само 1 човек може да се упражнява едновременно с оборудването; максималното тегло на потребителя според типовата табела не трябва да се превишава.

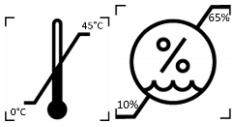
3. Инструкции за безопасност

Безопасен монтаж на оборудването



Фиг.1: Изглед на устройството motion cross 900 и motion cross 900 med с обозначение на основните елементи



- Поставете устройството върху твърда, хоризонтална, равна и нехлъзгава повърхност и го изравнете с помощта на регулиращите винтове, така че да не се клати.
- Свободното пространство около устройството трябва да е с поне 1 m по-голямо от обхвата на движение на устройството, за да се осигури безопасен достъп и излизане от устройството дори при аварийни ситуации. Въпреки това безопасните разстояния могат да се припокриват (вижте снимката).
- Поставяйте уреда само в сухи помещения на адрес , 

.
- Уверете се, че няма електромагнитно излъчване, напр. от радиоантени, излъчващи флуоресцентни тръби и т.н., тъй като те могат да повлияят на измерването на импулсите.
- Долната страна на рамката винаги трябва да бъде свободна, за да се осигури достатъчна вентилация.
- Всички споменати тук устройства са независими от електрическата мрежа. Те сами генерират енергия по време на работа или се захранват по време на програмиране от стандартния вграден кондензатор. Кондензаторът се зарежда чрез обучение и има живот > 20000 цикъла.
- Внимание: Моля, винаги спазвайте инструкциите за грижи, поддръжка и обслужване в глава 5 на това ръководство.

Безопасно обучение

- Преди започване на обучението годността за обучение трябва да бъде проверена от упълномощено лице, например лекар. Моля, обърнете внимание на точка "Показания и противопоказания".
- Имайте предвид, че прекомерните упражнения могат да бъдат вредни.
- При поява на гадене или замайване незабавно прекратете обучението и се консултирайте с лекар.
- Тренировките върху оборудването са разрешени само с непокътната кожа.
- Когато тренирате, за предпочитане е плътно прилепналото, леко спортно облекло, за да не може да се заклещи в частите на устройството по време на тренировка. Винаги носете подходящи спортни обувки за сигурно стъпване върху педалите.
- Преди да започнете обучението, проверете устройството за безопасно стоене, дефектни части или възможни манипулации. Ако откриете някакви дефекти или не сте сигурни, попитайте ръководителя, преди да започнете обучението.
- Преди да започнете обучението, се уверете, че никой не се намира в близост до движещите се части, за да се избегне застрашаването на трети лица. По-специално, децата без надзор трябва да бъдат държани далеч от оборудването.
- Кростренажорът няма свободно колело. Поради това упражнението не може да бъде спряно внезапно от потребителя. Затова използвайте бутона за пауза/спиране на дисплея или оставете движението да се забави.
- Бутонът за пауза/стоп е винаги активен като функция за безопасност и спира движението незабавно, когато бутонът бъде натиснат. Освен това устройството има ограничение на скоростта, което по подразбиране е зададено на 80 об/мин. Ако се опитате да преминете над 80 об/мин, скоростта се връща под границата чрез спирачна намеса. Ако желаете да регулирате ограничението, моля, свържете се с нашия сервизен отдел.
- За да се тренира правилно биомеханично, не е необходимо да се правят настройки на устройството. Необходимо е само да се уверите, че краката са изцяло върху педалите и че движещите се дръжки са захванати на височината на раменете. Избягвайте прегърбения гръб или кръстосаното положение на щангата, когато тренирате, и никога не дръжте коленните и лакътните стави в разгънато положение (0=положение).
- За трениране само на долния крайник използвайте твърдите дръжки. Моля, имайте предвид, че подвижните дръжки се люлеят и могат да ви наранят.

- ⚠**Предупреждение:** Системата за следене на сърдечния ритъм е податлива на повреда, дължаща се на системата. Прекомерните упражнения могат да доведат до опасни наранявания или смърт. Ако се почувствате зле, незабавно прекратете упражненията и се консултирайте с вашия лекар или терапевт.
- ⚠**Предупреждение:** Уредът може да се използва само с корпус и в сухи помещения.
- ⚠**Предупреждение за опционално свързване на захранването:** Използвайте само одобрени захранващи блокове, които са тествани съгласно IEC 60601-1 и са одобрени от производителя на устройството. Уверете се, че захранването е монтирано по такъв начин, че да е трудно да бъде изключено (напр. чрез резервоари на пода, монтаж под уреда или кабелни канали, разположение на захранването на труднодостъпни места).
- ⚠**Предупреждение:** Ако медицинското изделие се модифицира, трябва да се проведат подходящи изследвания и тестове, за да се гарантира продължителната му безопасна употреба. Не модифицирайте изделието без разрешението на производителя.

Показания и противопоказания

Преди да започнете тренировка, моля, консултирайте се с лекар или терапевт, за да се уверите, че сте в състояние да тренирате.

Примерни индикации

- Мобилност на опорно-двигателния апарат
- Укрепване на мускулатурата
- Укрепване на сърдечносъдовата система

Примерни противопоказания

- Сърдечно-съдови заболявания
- Болки в мускулно-скелетната система
- По време на обучението:
    - Болка в гърдите
    - Malaise
    - Гадене
    - Замайване
    - Недостиг на въздух

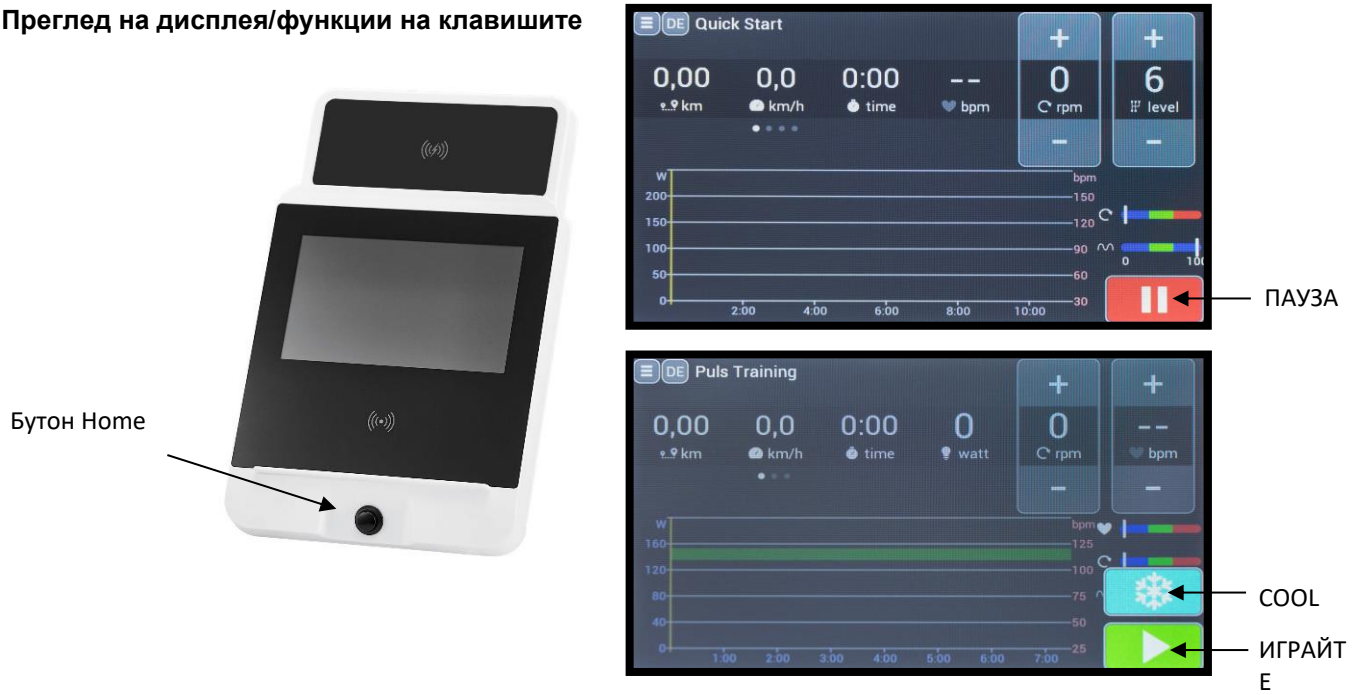
Посъветвайте се с лекаря, ако приемате лекарства.

4. Работа с дисплея

Различните програми за обучение и тестове позволяват индивидуално и разнообразно обучение с машините motion cardio line 900 и motion cardio line 900 med.

	cross 900 / 900 med
Основно оборудване	Бърз старт, тренировка по време, импулсна тренировка
вкл. програмен пакет	Бърз старт Квалификация Пулсово обучение + 7 други програми + 4 програми за баланс на движението

Преглед на дисплея/функции на клавишите



Фиг. 2: Изглед на монитора, обясняващ функциите на бутоните, действителният изглед може да се различава по цвят, но предназначението на бутоните е същото.

Обяснение на бутоните:

- **Бутонът Home** е физически бутон под стъклото на дисплея. Той се натиска, за да влезете в главното меню. При продължително натискане на бутона HOME (поне 6 секунди) се нулира електрониката на монитора.
- Натиснете бутона **PAUSE** (▯▯), за да спрете обучението.
- Натискането на бутона **PLAY** (▷) стартира или възобновява обучението.
- Бутонът **COOL** (❄) спира обучението незабавно. Незабавно се генерира обобщение на резултатите от обучението, което се показва на дисплея и, ако е необходимо, се изпраща към съвместим софтуер за управление на обучението.
- Използвайте **клавиша "+" или "-",** за да увеличите или намалите параметрите или стойностите на мощността, които трябва да бъдат зададени.
- Използвайте **клавишите със стрелки, за да** преминете през съответните менюта и да потвърдите стойности или настройки.
- С жестове за плъзгане/изтриване се преминава през избора на програма.

В зависимост от програмата се показват някои от следните параметри:

- Име на програмата.
- Време: завършено или оставащо време за обучение.
- Пулс: Индикатор за сърдечен ритъм, когато използвате съвместим колан с пулсов предавател. Дисплеят на индикатора за пулс показва текущия диапазон на пулса за програми с целеви или максимален пулс.

Индикаторът за профил на дисплея показва прогресията на диапазона на интензивност по време на тренировката.

- Watt: Мощността се показва във ватове. Успоредно с това интензивността се изяснява чрез графично изображение в профила.
- km/h: Фиктивната скорост се показва в km/h.
- Скорост: обороти на педалите в минута.
- L/R (не с тяло 900/900 med): Съотношението на силата на левия и десния крак се показва тук в %.
- HRV: Вариабилността на сърдечния ритъм се показва чрез стойността RMSSD (изисква сензор POLAR H10).
- респ: Честота на дишане (изисква сензор POLAR H10)
- км: Добавено или оставащо разстояние. Дисплеят е в метри; от 1000 м на стъпки по 10 м (1,00 км).
- K-Cal: консумация на добавени или останали калории.
- Ниво: Ниво на интензивност 1 - 21.
- Ø: Ако параметрите са допълнени с този символ, те са средни стойности.

Резултати

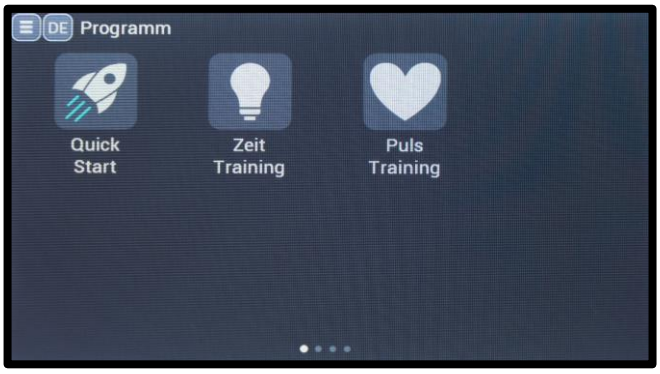
След приключване на тренировъчната програма или преждевременното ѝ прекратяване чрез COOL (❄) резултатите се показват на монитора и се извършва 3-минутно охлаждане. Това може да се отмени чрез бутона HOME.

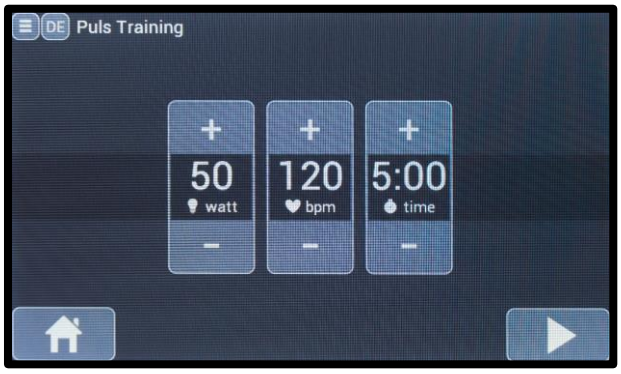
Някои от стойностите са осреднени (Watt, Km/h, RPM, Pulse, Altitude/ min), а други са кумулативни (Km, K-Cal, Time, Altitude). Средните стойности са отбелязани със символа Ø.

Тези резултати дават възможност да се наблюдава развитието на личното представяне и по този начин служат за мотивация.

Избор на програма

Желаната програма за обучение може да бъде избрана в главното меню, като докоснете съответния символ. След това ще бъдете прехвърлени към страницата за конфигуриране, където можете да зададете съответните параметри на обучението. Натиснете бутона **PLAY** (▷), за да потвърдите въведените данни и да стартирате обучението. Можете да се върнете в главното меню чрез символа за начало или бутона за начало.





Фиг. 3: Избор и конфигуриране на програма за ръчно обучение.

Импулсни системи

Устройствата от сериите motion cardio line 900 и motion cardio line 900 med са оборудвани с оригиналната импулсна система POLAR , при която събирането на сигнала се извършва стандартно с помощта на гръдна лента. Това дава възможност за индивидуално обучение по различни програми. Безжичното предаване на данни към електрониката на дисплея е кодирано (чрез 5kHz или Bluetooth). Новата технология POLAR "Auto-Pairing" се основава на сигурно и без смущения предаване на данни чрез Bluetooth. Тази технология изисква използването на предавателите H10 или H9. Други параметри, като HRV и честота на дишане, също се предават към монитора чрез връзката Bluetooth .

Ако се използват старите предаватели, напр. с код T31, е налице низходяща съвместимост. Трябва да се отбележи обаче, че е възможно да има смущения при предаването на сигнала чрез технологията 5 kHz.

Цветът на мигащия символ на сърцето показва използваната технология.

светлосиньо=Bluetooth зелено=5kHz

ANT+

Устройствата от линията motion cardio 900 и линията motion cardio 900 med позволяват, в допълнение към предаването на сърдечния ритъм чрез 5kHz/Bluetooth, опционално предаване на данни чрез ANT+. За тази цел е необходим пакетът за изпълнение.

По подразбиране е активирана технологията Polar 5kHz/Bluetooth. За да активирате предаването чрез ANT+, превключвателят "ANT+" в информационното поле (☰) трябва да бъде включен (тук е маркиран в жълто).

След това може да се установи връзка с предавателен модул, който изпраща сърдечната честота чрез ANT+.

Тъмносиният мигащ символ на сърцето потвърждава предаването на сърдечната честота чрез ANT+.

Фиг. 4: Активиране на ANT+ за предаване на сърдечния ритъм

Инструкция за безопасност съгласно DIN EN ISO

Предупреждение. Системите за следене на сърдечния ритъм могат да бъдат неточни. Прекомерните упражнения могат да причинят сериозни увреждания на здравето или смърт. Незабавно прекратете упражненията, ако почувствате замайване или слабост.

Индуктивно зареждане (по избор)

Опционален модул за индуктивно зареждане може да бъде активиран на всички устройства motion cardio line 900 и motion cardio line 900 med чрез "пакет за свързване". Това позволява безконтактно зареждане на мобилни устройства, които отговарят на стандарта Qi (φ). На притежателите на пейсмейкъри или имплантирани дефибрилатори (ICD) се препоръчва да спазват минимално разстояние от 10 см от зарядната бобина.

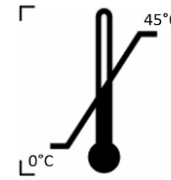
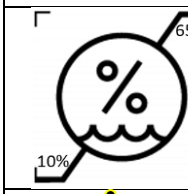
5. Грижа, поддръжка и сервизно обслужване

Цялото кардио оборудване на emotion fitness е издръжливо и не изисква особена поддръжка, за да функционира дълго време като тренировъчно оборудване. Въпреки това е наложително необходимите грижи да се извършват съвестно.

⚠ **Предупреждение:** Устройството може да се отваря само от оторизиран специалист.

Символи и значение

Знак за безопасност	Справка	Заглавие
	ISO 7010-P017	**Забранено натискане**
	ISO 7010-W012	**Предупреждение, електричество**
	ISO 7000-1641	**Инструкции за употреба**

Sicherheitshinweis gemäß DIN EN ISO 20957 Warnung! Systeme der Herzfrequenzüberwachung können ungenau sein. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaftem gesundheitlichem Schaden oder zum Tod führen. Bei Schwindel- Schwächegefühl sofort das Training beenden.	**DIN EN ISO 20957**	**Известие за безопасност Мониторинг на сърдечния ритъм**
	ISO 7000-3082	**Производител**
	ISO 7000-2497	**Дата на производство**
	**ISO 7000-0632**	**Температурна граница**
	**ISO 7000-2620**	**Влажност, ограничение**
	ISO 7010-W001	**Общ предупредителен знак**
	ISO 7010-M002	**Следвайте инструкциите за работа**
	IEC 60417-5840	**Тип B приложена част (отнася се за седлото, педалите и кормилото)**
	ISO 15233	**Медицинско устройство**

Нивото на безопасност на агрегатите може да се поддържа само ако агрегатите се проверяват редовно за повреди и износване. Дефектиралите части трябва да се заменят незабавно и агрегатът трябва да се спре, докато бъде ремонтиран.

Диагностика на неизправностите

Възможно е да се появят следните съобщения за грешка. Ако грешката се показва многократно, изброените по-долу мерки могат да помогнат. Ако те не доведат до успех, трябва да се свържете с производителя и, ако е необходимо, с производителя на софтуера.

Съобщение за грешка	Мярка/и	Засегнати типове единици
"Грешка на RFID"	• Номерът на RFID, т.е. номерът на транспондера, е твърде кратък или твърде дълъг. • Възникнала е грешка при четене на RFID номера. → използване на друг транспондер	Всички велоергометри
"Сърдечен сензор?"	Мониторът иска да стартира програма, която изисква носенето на сензор за сърдечен ритъм. Ако не е намерен сензор, се показва това съобщение.	Всички велоергометри
"Проблем с USB"	Радиосъобщението е изпратено успешно от радиомодула на монитора до радиомодула на компютъра (т.е. приемният модул е потвърдил получаването на съобщението), но след определения период от време няма отговор от компютъра: → Рестартирайте компютъра и отново включете USB ключа към компютъра. Ако е необходимо, рестартирайте софтуерната услуга.	Всички велоергометри
"Проблем с радиото"	• Устройството не получава отговор от USB ключа. Внимание! Това съобщение за грешка може да се покаже и ако съобщението, изпратено от ключа към монитора, е дефектно (напр. грешен формат или непълно съобщение). → Рестартирайте компютъра и отново включете USB ключа към компютъра. Ако е необходимо, рестартирайте софтуерната услуга.	Всички велоергометри
"NDEF err: length"	• Съобщението, което се намира на етикета NFC (т.е. съобщението, предадено от смартфона), е твърде дълго. → Свържете се с производителя на софтуера или производителя на устройството	Всички велоергометри
"NDEF err: verify"	• Достъпът до етикета NFC не е възможен. Това е проблем с оторизацията при достъп до NFC тага през монитора, като се използва супер паролата. → Свържете се с производителя или производителя на софтуера	Всички велоергометри
Липсваща стойност: XX (XX=число)	• Необходим параметър за настройка не е изпратен към велоергометъра от компютърния софтуер→ Свържете се с производителя или производителя на софтуера.	Всички велоергометри
Стойност XX извън обхвата (XX=брой)	• Необходим параметър за настройка е изпратен извън допустимия обхват от софтуера на компютъра към устройството→ свържете се с производителя или производителя на софтуера	Всички велоергометри

Ръководство за откриване на грешки (неизправност)

Ако в оборудването се появят неизправности, които не можете да класифицирате, моля, свържете се с emotion fitness GmbH & Co.KG. За всяко съобщение за грешка трябва да имате готовност за серийния номер и типа на модела на повреденото устройство, тъй като това може да е важно, за да може да се направи правилната диагноза и най-вече да се осигурят подходящите резервни части за вас!

Инструкции за поддръжка за оператора

В идеалния случай проверявайте визуално устройството преди всяка употреба, но поне веднъж дневно, като обръщате особено внимание на дефектни части, разхлабени връзки и нетипични шумове.

Следните проверки трябва да се извършват най-малко на всеки 6 месеца:

- Визуално проверете всички видими съединения, както и заварките.
- Почистете добре устройството.
- Проверете всички винтови връзки за плътност.
- Проверете целостта и здравината на педалите и манивелата.

В общи линии:

- Почиствайте пластмасовия корпус и частите на рамката редовно, ако е необходимо, с влажна кърпа и мек сапун, след което отново избършете до сухо.
- Използването на спрейове с почистващи препарати не е разрешено; доказано е, че устройствата никога не изсъхват на недостъпни места. Чрез тази процедура не може да се изключи заразяване с ръжда.
- Уверете се, че в корпуса на монитора не е попаднала течност,
- За всяка необходима дезинфекция на устройствата използвайте само дезинфекциращи кърпички mikrozid® sensitive wipes (http://www.schuelke.com/).
- Дисплеят на монитора може да показва твърде ниско напрежение на кондензатора, при което не може да се гарантира безопасно функциониране без спирачен ток. Можете да презаредите кондензатора, като въртите педалите с по-голямо натоварване или използвате захранващ блок, одобрен от производителя на устройството.
- Проверете затягането на закрепващите елементи на корпуса.
- Препоръчваме редовна визуална проверка на всички части на устройството, особено на винтовете, заварките и другите закрепващи елементи.
- Проверете дали крачетата на уреда са здраво закрепени.
- Използвайте само оригинални резервни части - свържете се с нас за това.

Поддръжка от оторизиран специалист

В случай на проблеми с устройството, които не можете да разрешите сами по прост начин, винаги се обръщайте към емоционалната фитнес служба. Оторизираният сервиз ще ви помогне бързо и компетентно или ще ви предостави инструкции.

Калибриране/поддръжка

При елиптичните машини и машините за изкачване на стълби (кръстосани и стълбищни) законът не изисква МТК за оператора. Това е така, защото телесното тегло оказва влияние върху резултантната мощност на тези машини. emotion fitness GmbH & Co. KG предлага калибриране на спирачната мощност при поискване.
Освен това препоръчваме **поддръжка** с проверка на компонентите, свързани с безопасността (STÜ), от оторизирани служители/партньори на **всеки 12 месеца.**
Този раздел се отнася до правната ситуация в Германия. Моля, проверете приложимите закони за работа с медицински изделия във вашата страна.

Устройствата със суфикс "med" са в съответствие с Директивата за медицинските изделия 93/42/ЕИО. Така те носят маркировката "CE" и номера на нотифицирания орган.

Дистрибуторът/операторът е отговорен за извършването на поддръжката, обслужването и калибрирането, както и за евентуалните проверки в съответствие с приложимите регионални закони и разпоредби на мястото на разполагане на устройствата!
Вашият местен оторизиран дилър може да предостави допълнителна информация.

6. Технически данни*

Тип устройство	Размери (Д/Ш/В)	Тегло	Максимално тегло на	Безопасно работно
движение кръст 900 motion cross 900 med	200 cm x 65 cm x 169 cm	101 кг	150 кг; подсилен: 200 кг	251 кг; подсилен: 301 кг

Спирачна система: независима от главната спирачна система
Диапазон на мощността: независима от скоростта: 100-500 W (по избор 100-950 W); зависима от скоростта: 100-1 000 W
Свободно колело: не е налично
Изпълнени са следните директиви на ЕС:
2001/95/ЕО Директива за обща безопасност на продуктите
93/42/ЕИО Директива за медицинските изделия, клас IIa (изпълнява се само за изделия със суфикс med)
Директива 2014/30/ЕС за електромагнитна съвместимост
Използвани са следните стандарти:
DIN EN ISO 20957-1 Клас на точност A, клас на употреба SH; DIN EN ISO 20957-5;
DIN EN 60601-1:2013; DIN EN 60601-1-2

* Стойностите могат да се различават поради промени в устройствата и опциите.

Запазваме си правото да правим технически и оптични промени, както и грешки при отпечатването.

7. Изхвърляне

Със сключването на договора за покупко-продажба се счита за договорено, че бизнес клиентите ще се разпореждат с
Директива 2002/96/ЕС на ЕС относно отпадъците от електрическо и електронно оборудване сами.

8. Гаранция

Това се основава на законовата гаранция.
emotion fitness GmbH & Co. KG, в качеството си на дистрибутор на този продукт, ще осигури безплатен сервиз за 12 месеца за части и труд за професионални потребители, ако може да се провери правилната употреба и грижи, посочени в това ръководство за потребителя. В продължение на още 12 месеца emotion fitness GmbH & Co. KG ще предоставя безплатно резервни части.
Гаранционната претенция отпада, ако продуктът е бил обслужван или ремонтиран от неоторизирани лица. При възникване на гаранционна претенция трябва незабавно да информирате emotion fitness GmbH & Co KG за това в писмен вид или по електронна поща. Собственикът на устройството трябва да предостави информация за серийния номер на устройството, времето на закупуване, подробно описание на повредата и източника на захранване.
emotion fitness GmbH & Co KG ще организира услугата, но си запазва правото да определи вида на услугата.

Възможни са следните процедури:

1. услугата се извършва на място от нашия сервиз.
2. изпращаме желаната резервна част.
3. ще изпратим резервно устройство.

Дефектните части трябва да ни бъдат върнати незабавно от клиента. В противен случай за доставените резервни части ще бъде издадена фактура.
Ако причините са извън обхвата на гаранцията, emotion fitness GmbH & Co. KG си запазва правото да начисли всички разходи за ремонт.
Някои износващи се части не се покриват от гаранцията. Такива са по-специално седлото, кормилото и приставката за кормилото, педалите, примките за педалите, тъканите на тапицерията и гумата на ръкохватката на кормилото. Импулсните системи на POLAR se предлагат със законовата гаранция.

Тези гаранционни разпоредби не засягат по никакъв начин общите законови претенции.
Нашите Общи условия за доставка, както са изменяни периодично, могат да бъдат разгледани и изтеглени от нашия уебсайт www.emotion-fitness.de.

CE 0633

Благодарим ви за доверието!

emotion FITNESS

Производител
emotion fitness GmbH & Co. KG
Trippstadter Str. 68
67691 Hochspeyer, Германия
Тел. +49 (0) 6305-71499-0
Факс: +49 (0) 6305-71499-111
Интернет: www.emotion-fitness.de
Електронна поща: info@emotion-fitness.de
Производител EUDAMED SRN: DE-MF-000016584