

AREBOS

Table de massage 3 zones

AR-HE-ML3S



Veuillez suivre toutes les mesures de sécurité de ce manuel d'utilisation pour assurer une utilisation en toute sécurité.

Nous vous remercions de la confiance que vous accordez à AREBOS.

Table des matières

1 Sécurité.....	3
1.1 Explication des symboles.....	3
1.2 Utilisation prévue.....	3
1.3 Consignes générales de sécurité.....	3
2 Contenu de la livraison et données techniques	4
2.1 Contenu de la livraison.....	4
2.2 Liste des pièces.....	5
2.2 Données techniques.....	5
3 Usage.....	6
4 Assemblée	7
4.1 Dépliage de la table de massage (Fig.1-3).....	10
4.2 Fixation de l'appui-tête et du repose-main (Fig 4-5).....	11
4.3 Fixation des accoudoirs (Fig.6).....	11
4.4 Réglage du dossier (Fig.7).....	12
4.5 Réglage de la hauteur de la table (Fig.8).....	12
4.6 Pliage de la table de massage (Fig.9).....	12
4.7 Fixez la pochette de rangement (Fig.11).....	12
4.8 S'allonger sur la table de massage	12
4.9 Étapes pour s'allonger correctement :.....	13
4.10 Se lever de la table de massage	13
5 Entretien, nettoyage et stockage	13
5.1 Entretien.....	13
5.2 Nettoyage de la table de massage	13
5.3 Stockage :	14
6 Élimination respectueuse de l'environnement.....	14
Avertissement Danger d'étouffement ! Les matériaux d'emballage sont dangereux pour les enfants. Ne laissez jamais les enfants jouer avec le matériau d'emballage.	14
6.1 Élimination et emballage.....	14
Empreinte	15

Merci d'avoir choisi notre produit. Veuillez lire attentivement le manuel d'utilisation avant d'utiliser le produit pour la première fois. Si vous donnez le produit à un tiers, cette instruction doit être transmise à un tiers. Conservez le manuel d'instructions pour référence future. Les dessins de ce manuel peuvent ne pas correspondre aux objets physiques. Veuillez vous référer aux objets physiques.

1 Sécurité

1.1 Explication des symboles



Avertissement! Lisez attentivement les consignes de sécurité. Le non-respect des précautions de sécurité peut entraîner des blessures ou des dommages graves. Conservez le manuel d'instructions dans un endroit sûr.



Soyez prudent lors de l'utilisation de ce produit.

1.2 Utilisation prévue

Cette table de massage est conçue uniquement comme une surface pour s'allonger. Il est destiné à **un usage personnel uniquement** et ne convient **pas** aux applications **commerciales**. N'utilisez la table de massage que comme décrit dans ce manuel. Toute utilisation en dehors de ces instructions est considérée comme **inappropriée** et peut entraîner des dommages au produit ou des blessures. Cette table de massage n'est **pas un jouet** et ne doit pas être utilisée par des enfants.

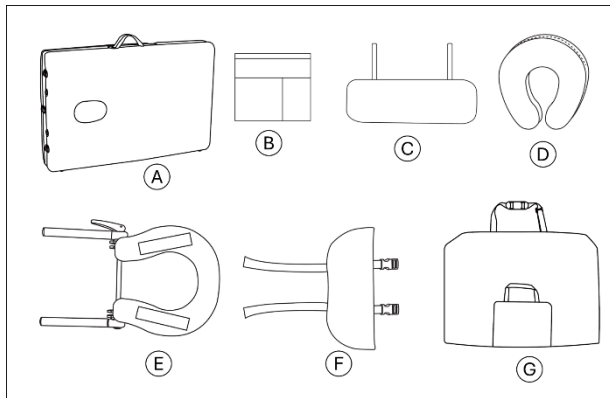
1.3 Consignes générales de sécurité

- Veuillez lire attentivement les consignes de sécurité suivantes avant d'utiliser la table de massage. Le non-respect de ces directives peut entraîner des blessures ou des dommages au produit. Conservez ce manuel pour référence future et transmettez-le à tous les utilisateurs ultérieurs.
- **AVERTISSEMENT! Risque d'étouffement !** Gardez les matériaux d'emballage, tels que les sacs en plastique, hors de portée des bébés et des enfants. Assurez-vous que les enfants ne jouent pas avec les matériaux d'emballage.
- **PRUDENCE! Risque de blessure !** Une mauvaise utilisation de la table de massage peut entraîner des blessures.
- Il est recommandé d'assembler la table de massage avec deux personnes pour éviter de se blesser ou de l'endommager.
- Assurez-vous que la table de massage est placée sur une surface plane et stable afin qu'elle ne vacille pas ou ne se renverse pas.
- **Risque d'écrasement !** Une mauvaise manipulation des pièces mobiles de la table de massage peut entraîner des blessures à la main ou aux doigts.

- Assurez-vous que les enfants ne jouent pas avec la table de massage.
- Soyez prudent lorsque vous pliez ou dépliez la table pour éviter de vous pincer les doigts. Les pièces mobiles présentent un risque général d'écrasement.
- **REMARQUER! Risque de dommages !** Une mauvaise manipulation de la table de massage peut entraîner des dommages.
- Installez la table uniquement sur une surface plane, en vous assurant que tous les pieds sont de longueur égale.
- N'exposez pas la table de massage à la lumière directe du soleil.
- Gardez la table à l'écart des sources de chaleur ou des surfaces chaudes.
- Ne dépassez pas le poids maximal de l'utilisateur de 125 kg.
- N'utilisez pas la table si l'un des pieds, surfaces ou câbles présente des signes de dommages.
- Remplacez les pièces endommagées uniquement par des pièces de rechange d'origine.
- Toutes les réparations doivent être effectuées par des professionnels qualifiés.
- Ne modifiez pas la structure ou la position des pièces mobiles sur la table.
- Lors de l'assemblage ou du réglage des pieds, placez un chiffon sous la table pour la protéger des rayures et des dommages.

2 Contenu de la livraison et données techniques

2.1 Contenu de la livraison



Partie	Désignation	Quantité
Un	Table de massage pliable	1
B	Pochette latérale de rangement	1
C	Appui-bras	2
D	Coussin de tête	1
E	Cadre d'appui-tête avec mécanisme de verrouillage	1
F	Repose-main	1
G	Sac de transport	1

2.2 Liste des pièces



Nr.	Nom de la pièce	Nr.	Nom de la pièce
1	Coussin (appui-tête)	8	Surface de couchage
2	Repose-main	9	Accoudoirs, 2×
3	Jambes, 4×	10	Pieds en plastique, 4×
4	Mécanisme de verrouillage, 2×	11	Coussin de tête amovible
5	Câble en acier	12	Levier de verrouillage (appui-tête)
6	Poignée de transport	13	Cadre d'appui-tête
7	Bouton-poussoir, 4×	14	Support en caoutchouc
		15	Point d'attache pour poche latérale

2.2 Données techniques

EAN	4252023126106
Modèle	AR-HE-ML3S
Encombrement	213*84*62,5-81,5 cm
Poids	15,8 kg
Poids max. de l'utilisateur	125 kg
Charge de travail max.	200 kg
Plage de réglage de la hauteur	61,5 à 81,5 cm

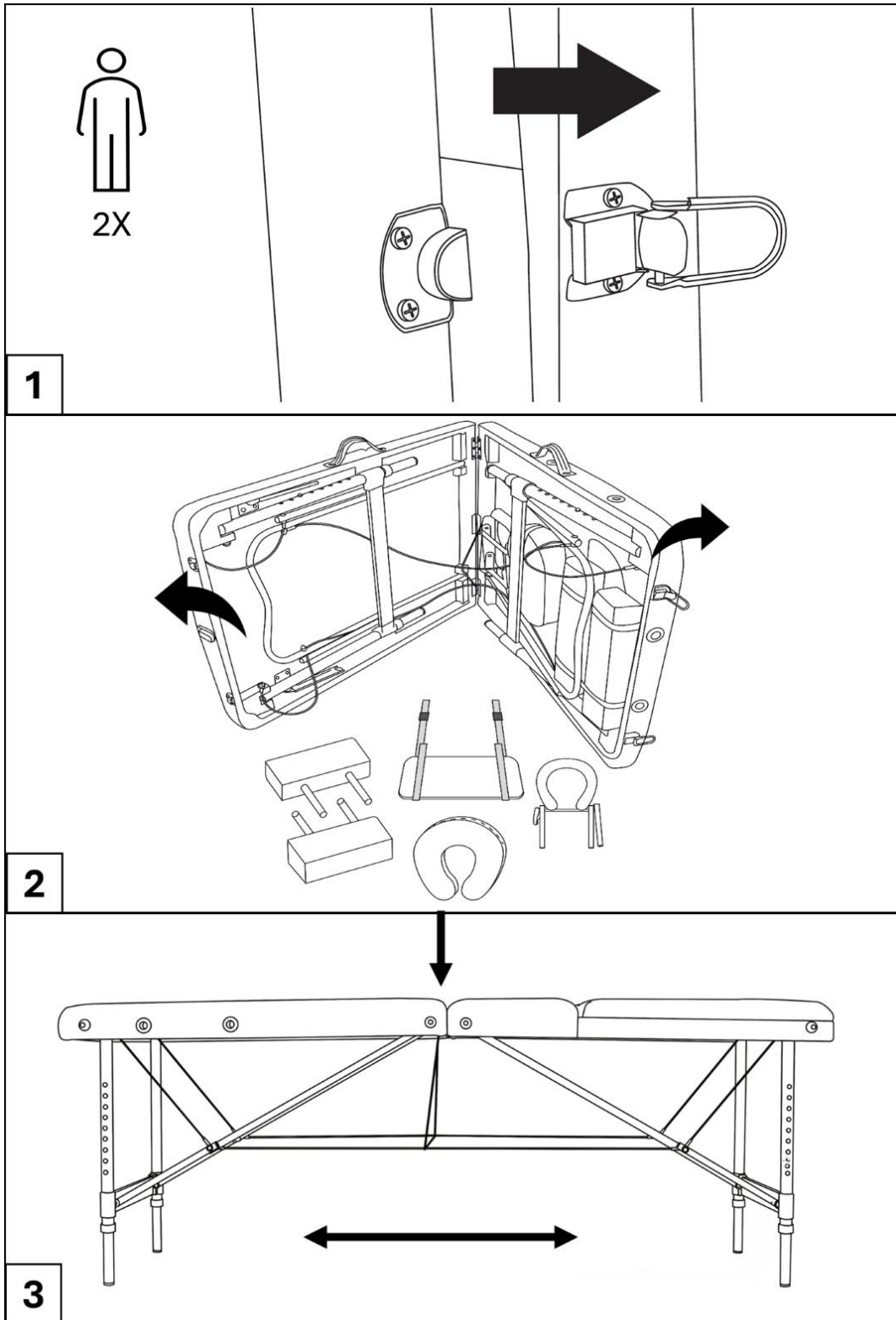
3 Usage

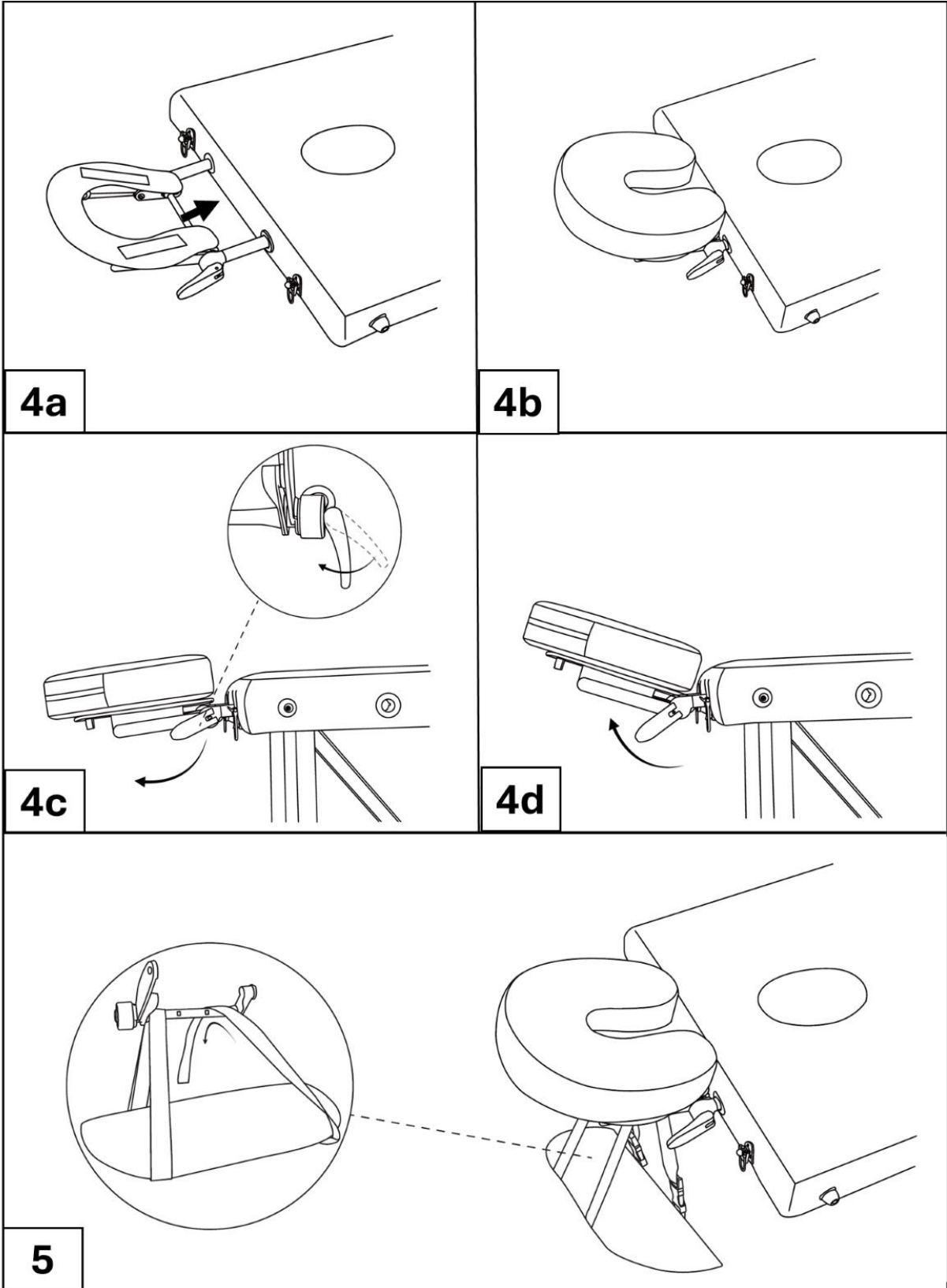
Première utilisation

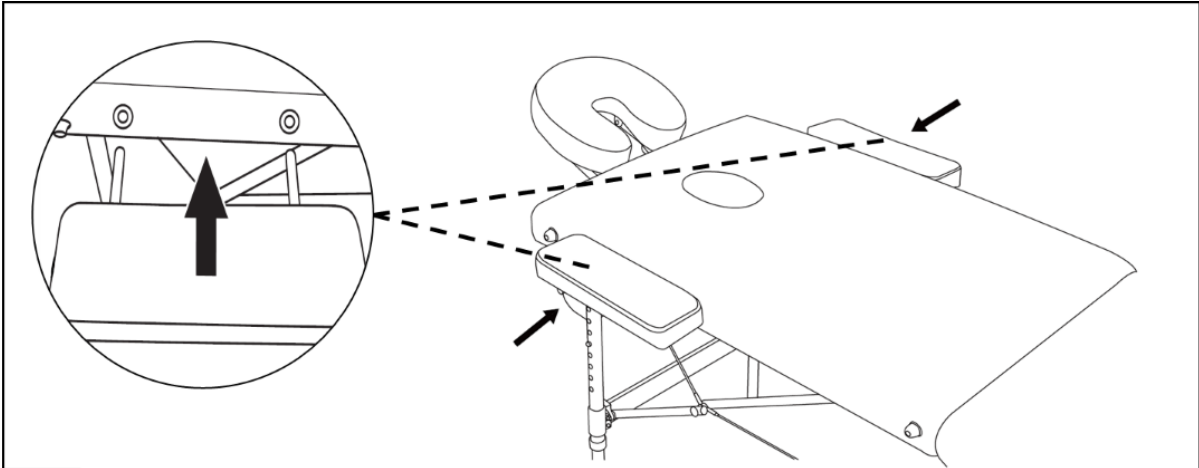
Lors de la première utilisation, inspectez la table de massage et ses composants.

- REMARQUER! Risque de dommages ! Lors de l'ouverture de l'emballage, veillez à ne pas endommager la table avec des objets pointus.
- Ouvrez l'emballage avec précaution.
- Retirez la table de massage de l'emballage.
- Vérifiez le contenu pour vous assurer que toutes les pièces sont incluses.
- Inspectez la table et ses composants pour tout dommage. S'il est endommagé, n'utilisez pas la table et contactez le fabricant.

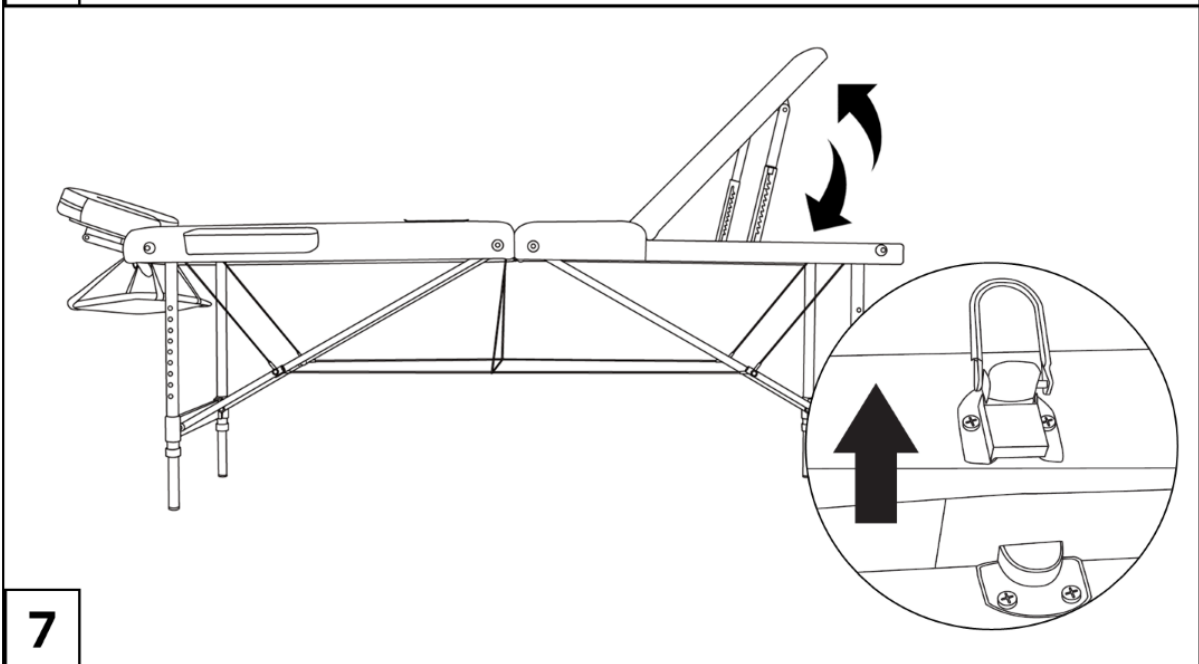
4 Assemblée



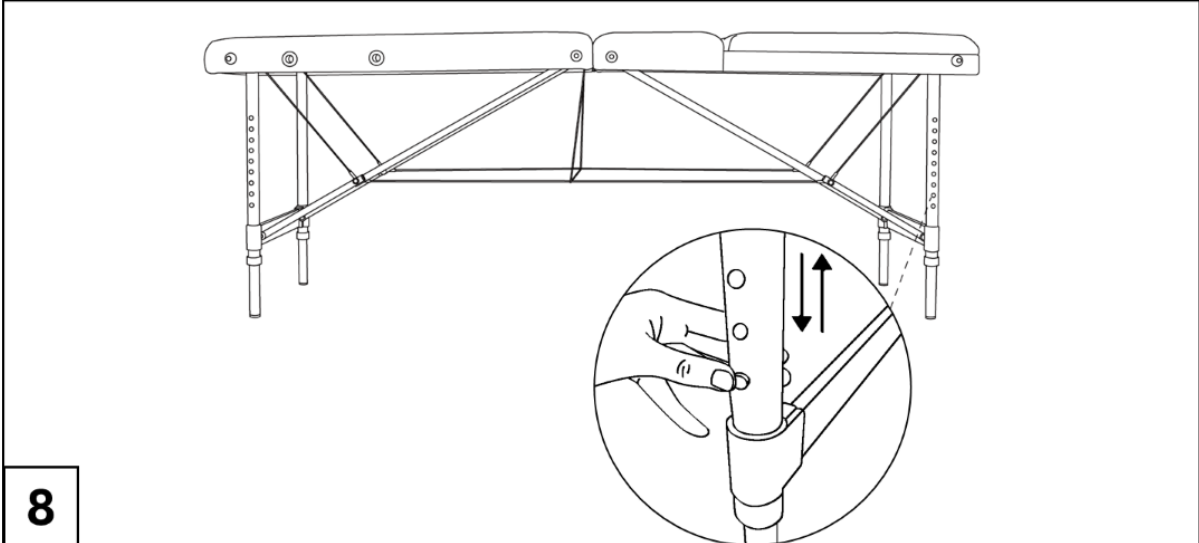




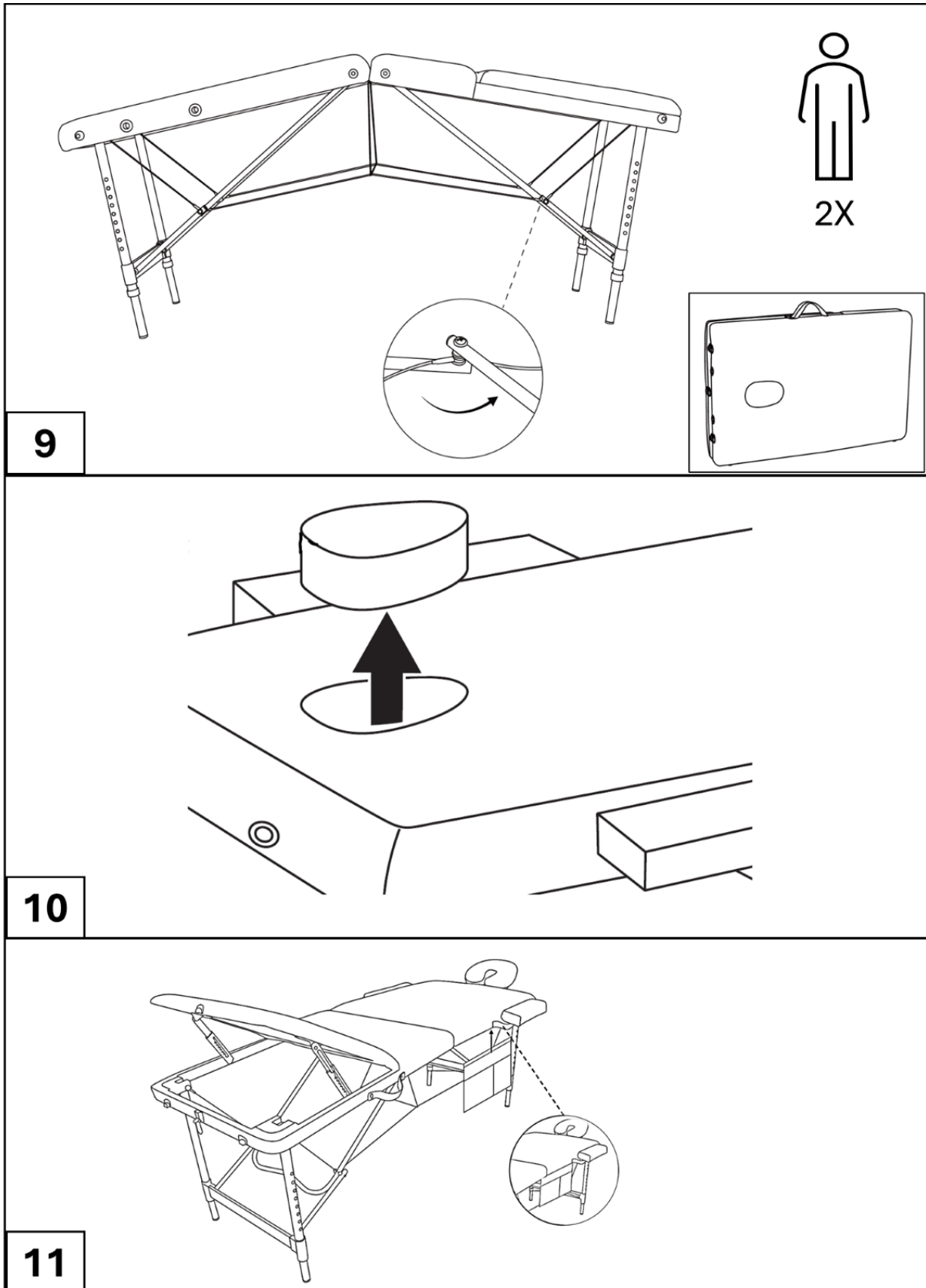
6



7



8



4.1 Dépliage de la table de massage (Fig.1-3)

ATTENTION! Ouvrez la table de massage avec précaution pour éviter de vous pincer les doigts.

Inspectez la table de massage pour détecter les vis desserrées, les fissures ou les dommages avant chaque utilisation. N'utilisez pas la table si des dommages sont détectés.

PRUDENCE! Risque de blessure ! Une mauvaise utilisation peut entraîner des blessures. Placez la table de massage sur une **surface plane et stable** pour vous assurer qu'elle ne vacille pas ou ne se renverse pas.

- Étape 1 : Placez la table de massage pliée à la verticale sur une surface plane et stable, en vous assurant qu'elle repose en toute sécurité sur ses quatre pieds en plastique.
- Étape 2 : Ouvrez les deux leviers de verrouillage situés des deux côtés de la table.
- Étape 3 : Dépliez la table en écartant soigneusement les deux moitiés. Ce faisant, les jambes s'ouvrent automatiquement à un angle de 90 degrés.
- Étape 4 : Retirez tous les accessoires rangés sous la table, tels que les accoudoirs, l'appui-tête ou le repose-main.
- Étape 5 : Une fois la table complètement dépliée, soulevez-la par le centre et placez-la à la verticale sur ses pieds.
- Étape 6 : Assurez-vous que la surface de la table est plane et stable. Si la table n'est pas de niveau, ajustez les câbles métalliques en dessous ou appliquez une légère pression pour uniformiser la surface.
- Étape 7 : Placez la table à la verticale et appuyez au centre pour déplier complètement le cadre. **Assurez-vous que tous les câbles sont correctement serrés.**

4.2 Fixation de l'appui-tête et du repose-main (Fig 4-5)

PRUDENCE! Risque de blessure !

Si le levier de verrouillage de l'appui-tête n'est pas correctement fixé, l'appui-tête peut soudainement s'incliner vers le bas, ce qui peut causer des blessures à la personne sur la table. Assurez-vous que le levier de verrouillage de l'appui-tête est correctement fixé avant d'utiliser la table de massage.

- Étape 1 (Fig.4a) : Insérez le cadre de l'appui-tête dans les deux fentes situées en haut de la table de massage.

CONSEILS : Assurez-vous que le cadre est fermement enfoncé afin qu'il soit bien placé dans les trous de la table.

- Étape 2 (Fig 4b) : Fixez le coussin de tête (oreiller) au haut du cadre. Le coussin doit bien reposer sur le cadre
- Étape 3 (Fig 4c) : Ajustez l'angle de l'appui-tête à l'aide du levier de verrouillage. Tournez le levier pour déverrouiller le cadre, ajustez-le à l'angle souhaité, puis verrouillez-le en place.
- Étape 4 (Fig 4d) : Une fois que vous avez trouvé le bon angle, verrouillez solidement l'appui-tête en position en poussant le levier vers le bas.
- Étape 5 (Fig 5) : Pour fixer le **repose-main**, accrochez-le à la partie inférieure du cadre de l'appui-tête. Ajustez le **repose-main** à la longueur et à la position souhaitées pour plus de confort. Assurez-vous qu'il est solidement fixé et qu'il n'est pas desserré.

4.3 Fixation des accoudoirs (Fig.6)

PRUDENCE! Risque de blessure !

Si vous vous appuyez sur les accoudoirs, ils peuvent se détacher, car ils ne sont pas fermement fixés à la table de massage. Cela pourrait causer des blessures.

- **Ne vous appuyez pas sur les accoudoirs ; Utilisez-les uniquement pour reposer vos bras.**
- **Ne fixez les accoudoirs qu'après que l'utilisateur soit positionné sur la table de massage.**

Insérez les accoudoirs dans les trous latéraux désignés situés de chaque côté de la partie supérieure de la table de massage.

- Assurez-vous que les accoudoirs sont bien fixés en les glissant dans les trous jusqu'à ce qu'ils

soient fermement en place.

4.4 Réglage du dossier (Fig.7)

- Placez le levier ou la poignée près du milieu de la table pour régler le dossier.
- Tirez sur le levier ou la poignée pour déverrouiller le dossier, puis ajustez-le à l'angle souhaité en le soulevant vers le haut.
- Une fois l'angle souhaité atteint, assurez-vous que le dossier est bien verrouillé en position avant utilisation.

4.5 Réglage de la hauteur de la table (Fig.8)

- Pour régler la hauteur de la table, appuyez sur le **bouton de verrouillage** situé sur chaque pied.
- Faites glisser les pieds vers le haut ou vers le bas jusqu'à la hauteur souhaitée, en vous assurant que les quatre pieds sont ajustés uniformément.
- Une fois la bonne hauteur atteinte, relâchez le bouton de verrouillage pour fixer les pieds en place.

4.6 Pliage de la table de massage (Fig.9)

PRUDENCE! Risque de blessure ! Une mauvaise manipulation peut entraîner des blessures. Placez délicatement la table de massage sur le côté et pliez-la doucement pour éviter de vous pincer les doigts dans les pièces mobiles.

- **Étape 1 : Retirez les pièces jointes.** Retirez tous les **accessoires**, y compris les accoudoirs, l'appui-tête, le repose-main et tout autre accessoire fixé à la table. Rangez-les séparément ou placez-les à l'intérieur de la table.
- **Étape 2 : Pliez les pieds (Fig 9).** Repliez soigneusement **les pieds** sous la table, en vous assurant qu'ils s'effondrent en douceur sans obstruction. Faites attention aux câbles métalliques et assurez-vous qu'ils ne sont pas coincés ou emmêlés.
- **Étape 3 : pliez la table.** Rapprochez les deux moitiés de la table de massage en la pliant au centre.
- **Étape 4 : Utilisez le sac de transport.** Une fois la table pliée, placez-la dans le sac de **transport** pour faciliter le transport et le rangement. Assurez-vous que le sac est correctement fermé ou zippé.

4.7 Fixez la pochette de rangement (Fig.11)

Cette pochette de rangement (B) est destinée à contenir d'autres petits objets pendant l'utilisation. Fixation de la pochette : Pour fixer la pochette à la table de massage, alignez la bande Velcro de la pochette avec la section Velcro près de la poignée de la table. Appuyez fermement pour fixer le sachet en place.

Une fois attachée, la pochette sera accessible et prête à l'emploi pour ranger les articles essentiels pendant l'utilisation. Veuillez ne pas mettre plus de 1 kg dans le sachet.

4.8 S'allonger sur la table de massage

PRUDENCE!

- **Risque de blessure !**
Si vous ne vous allongez pas correctement sur la table de massage, celle-ci peut se déséquilibrer et se renverser, entraînant des blessures.
- Ne vous asseyez pas sur l'**appui-tête** ou le **repose-pieds** de la table de massage.

- Positionnez-vous toujours **au centre** de la surface de couchage.

4.9 Étapes pour s'allonger correctement :

1. Si vous souhaitez vous allonger sur le ventre, retirez le **coussin de tête** de la surface de couchage de la table (comme indiqué sur la Fig. 10).
 2. Asseyez-vous **au centre** de la table.
 3. Allongez-vous dans la position souhaitée.
- Assurez-vous de rester **centré** sur la table pour répartir le poids uniformément et éviter d'exercer une pression sur une pièce particulière.

Informations importantes :

- La **charge de travail** de la table de massage est une combinaison du poids de l'utilisateur et de la pression appliquée pendant le massage.
- La table est conçue pour un poids maximal de **125 kg**. La pression maximale appliquée pendant un massage ne doit pas dépasser **75 kg**, ce qui donne une charge de travail totale de **200 kg**.

4.10 Se lever de la table de massage

PRUDENCE!

- **Risque de blessure !**
Si vous ne vous levez pas correctement, la table peut se déséquilibrer, se renverser et causer des blessures.
- Ne vous levez pas en appuyant sur l'**appui-tête** ou le **repose-pieds** de la table de massage.

Étapes pour se lever en toute sécurité :

- Retirez les **accoudoirs** pour éviter de vous appuyer dessus lorsque vous vous levez.
- Asseyez-vous **au centre** de la surface de couchage.
- Levez-vous lentement.
- *Après une longue période de position allongée, évitez les mouvements brusques pour laisser le temps à votre système circulatoire de s'adapter.*

5 Entretien, nettoyage et stockage

5.1 Entretien

PRUDENCE! Risque de blessure ! Au fil du temps, les vis et les connexions peuvent se desserrer. S'ils ne sont pas serrés à temps, la table de massage peut s'effondrer, entraînant des blessures.

- Inspectez régulièrement la table pour détecter les fissures et les vis desserrées.
- N'utilisez pas la table de massage tant que les vis desserrées ne sont pas serrées et que toutes les pièces endommagées ne sont pas remplacées par un professionnel.
- Vérifiez régulièrement si les raccords à vis ne sont pas desserrés et resserrez-les si nécessaire.
- **Lubrification** : Lubrifiez périodiquement les **pièces mobiles**, telles que les charnières et les joints, pour assurer un fonctionnement en douceur.

5.2 Nettoyage de la table de massage

- **Nettoyage général** : Utilisez un **chiffon doux et humide** avec un **savon doux** pour nettoyer la surface de la table. Évitez d'utiliser des **produits chimiques agressifs** ou des matériaux abrasifs (par exemple, des brosses métalliques, des poils en nylon ou des objets pointus) car ils pourraient endommager la surface ou le rembourrage de la table.

- **Séchage** : Après le nettoyage, **essuyez** toute la table avec un **chiffon sec et non pelucheux** pour vous assurer qu'elle est complètement sèche. Laissez la table sécher complètement à l'**air libre** avant de la plier ou de la ranger pour éviter que l'humidité ne soit emprisonnée, ce qui pourrait entraîner de la moisissure ou endommager les matériaux.
- **Élimination des taches** : Pour les taches tenaces, utilisez un **nettoyant professionnel pour tissus d'ameublement** ou consultez un spécialiste pour éviter d'endommager la table.

5.3 Stockage :

- Rangez toujours la table dans un **endroit frais et sec lorsqu'elle n'est pas utilisée**. Évitez de l'exposer à la **lumière directe du soleil** ou à **des sources de chaleur**, car cela peut détériorer les matériaux avec le temps.
- Lors du stockage, gardez la table **dans le sac de transport** pour la protéger de la poussière et de la saleté.
- **Évitez l'exposition prolongée** au soleil ou à l'humidité, car cela pourrait endommager le rembourrage et le cadre.
- Assurez-vous toujours que la table est **complètement sèche** avant de la plier et de la ranger pour éviter l'accumulation de moisissure ou de moisissure.

6 Élimination respectueuse de l'environnement

Avertissement Danger d'étouffement ! Les matériaux d'emballage sont dangereux pour les enfants. Ne laissez jamais les enfants jouer avec le matériau d'emballage.

6.1 Élimination et emballage

- L'emballage de l'article est composé des matériaux nécessaires pour assurer une protection efficace pendant le transport. Ces matériaux sont entièrement recyclables et réduisent ainsi l'impact environnemental. Jetez l'emballage dans une poubelle pour les matériaux recyclables.

Notre numéro de service client : Tél. [Téléphone : +49 931 90 80 3000](tel:+4993190803000)

Courriel : info@arebos.de

Adresse du bureau : Canbolat Vertriebs GmbH • Gneisenaustraße 10-11 • 97074 Würzburg

Empreinte

Nom du produit : Table de massage 3 zones

Numéro de modèle : AR-HE-ML3S

Numéro d'article : 4252023126106

Si le produit subit une modification qui n'a pas été approuvée par nous, cette déclaration perdra sa validité.

Date/Signature du fabricant/Emplacement :

Würzburg 19 September 2024



Identification du signataire :

Korhan Canbolat, chef de l'entreprise

Représentant de la documentation technique :

Korhan Canbolat

Adresse du bureau :

Canbolat Vertriebs GmbH

Gneisenaustraße 10-11

D-97074 Würzburg

L'adresse de retour se trouve dans les mentions légales : <https://www.arebos.de/impressum/>

Numéro d'identification de la taxe sur le chiffre d'affaires : DE 263752326

Le tribunal du registre du commerce est situé à Würzburg, HRB 10082WEEE Reg.-Nr. DE 61617071