



FIT DISC 2.0

// GEBRAUCHSANWEISUNG // INSTRUCTION MANUAL
// MODE D'EMPLOI // ISTRUZIONI D'USO



www.mft-bodyteamwork.com


MFT[®]
Bodyteamwork

FIT DISC 2.0



MFT Bodyteamwork App |

Test/Training/ Games

MFT Volare App | Gaming

Software-download:

www.mft-bodyteamwork.com/support

App download:

AppStore, GooglePlay, Amazon Appstore

Inbetriebnahme

- Vor der ersten Inbetriebnahme
- Balance Sensor entnehmen (Foto 1)
- Batteriesicherungsstreifen entfernen (Foto 2)

Aktivierung MFT Balance Sensor mit Bluetooth

- Bluetooth am Endgerät (Tablet, Smartphone, Computer) aktivieren
- Die Disc kurz bewegen – antippen – App/ Software starten. Wenn mehrere Geräte erkannt werden, passendes Gerät wählen.

Kalibrierung

- Die Disc muss beim Start der App auf dem Boden liegen. Es darf niemand auf der Disc stehen!
- Die Disc ist richtig aufgestellt, wenn das MFT Logo nach vorne Richtung Endgerät zeigt (siehe Foto 3)
- Während des Trainings die Position der Disc nicht verändern, sonst muss neu kalibriert werden.

Option: MFT App on TV

- Tablet/Smartphone-Bildschirmsynchronisierung mittels der Apple TV Box, Google Chrome, Amazon Fire TV, etc.



Balance Modus Trainingsprogramme:
[www.mft-bodyteamwork.com/
trainingsprogramme](http://www.mft-bodyteamwork.com/trainingsprogramme)



MFT Bodyteamwork App |

Test/Training/ Games

MFT Volare App | Gaming

Software-download:

www.mft-bodyteamwork.com/support

App download:

AppStore, GooglePlay, Amazon Appstore

Commissioning

- Before the first commissioning
- Remove balance sensor (photo 1)
- Remove battery fuse strip (photo 2)

Activation of MFT Balance Sensor with Bluetooth

- Activate Bluetooth on the device (tablet, smartphone, computer)
- Move the disc slightly – tap – start app/software. If multiple devices are detected, select the appropriate device.

Calibration

- The disc must be on the ground when starting the app. You must not stand on the disc at this stage!
- The disc/balance sensor is correctly positioned when the MFT logo is pointing forward – between the legs and towards the terminal (see photo 3)
- During the training, the location of the ball should not be changed, otherwise it must be recalibrated.

Option: MFT App on TV

Tablet/smartphone – screen synchronization via Apple TV Box, Google Chrome, Amazon Fire TV, etc.

Balance Modus Training Programs:
[www.mft-bodyteamwork.com/
trainingsprogramme](http://www.mft-bodyteamwork.com/trainingsprogramme)



Fehleranalyse & Videoanleitungen
Troubleshooting & More
www.bodyteamwork.com/support



**Batteriewechsel / Change Battery /
 Replacement de la batterie /
 Sostituzione della batteria**
MFT Balance Sensor:
Varta CR 2032 LiMn 3V



MFT Bodyteamwork App |

Test/Training/ Games

MFT Volare App | Gaming

Software-download:

www.mft-bodyteamwork.com/support

App download:

AppStore, GooglePlay, Amazon Appstore

Mise en service

- Avant la première mise en service
- Retirer le capteur d'équilibre (photo 1)
- Retirer la bande fusible de la batterie (photo 2)

Activation du capteur avec Bluetooth

- Activer le Bluetooth sur l'appareil (tablette, smartphone, ordinateur)
- Veuillez bouger / effleurer brièvement le disque - démarrez l'application/le logiciel. Si plusieurs périphériques sont détectés, sélectionnez le périphérique approprié.

Calibrage

- Le disc doit être posé sur le sol lors du démarrage du logiciel. Personne ne doit se trouver dessus à ce moment-là!
- Le disc est correctement positionné lorsque le logo MFT est orienté vers l'ordinateur portable (voir photo 3).
- Pendant l'entraînement, l'emplacement du disc ne doit pas être modifié, sinon il doit être recalibré.

Option : application MFT sur le TV

Tablette / Smartphone - recopie d'écran d'écran via Apple TV, Google Chrome, Amazon Fire TV, etc.

Balance Modus Programmes d'Entraînement:

www.mft-bodyteamwork.com/trainingsprogramme



MFT Bodyteamwork App |

Test/Training/ Games

MFT Volare App | Gaming

Software-download:

www.mft-bodyteamwork.com/support

App download:

AppStore, GooglePlay, Amazon Appstore

Messa in servizio

- Prima della prima messa in servizio
- Rimuovere il sensore di bilanciamento (foto 1)
- Rimuovere la striscia dei fusibili della batteria (foto 2)

Attivazione dell'MFT Balance Sensor con Bluetooth

- Attivare il Bluetooth sul dispositivo (tablet, smartphone, computer)
- Muovere leggermente la palla – toccare – avviare l'app / il software. Se vengono rilevati più dispositivi, selezionare il dispositivo desiderato.

Calibrazione

- All'avvio dell'app il disco deve trovarsi sulla base. Sul disco non deve essere presente alcuna persona!
- Il disco è posizionato correttamente quando il logo MFT è rivolto in avanti – e in direzione del dispositivo (vedere foto 3)
- Durante l'allenamento non cambiare la posizione del disco, in caso contrario il disco deve essere nuovamente calibrato

Optional: MFT App on TV

Tablet/smartphone – sincronizzazione dello schermo tramite Apple TV Box, Google Chrome, Amazon Fire TV ecc.

Programmi Di Allenamento Balance Modus:

www.mft-bodyteamwork.com/trainingsprogramme





MFT – Trainingsgeräte Gebrauchsanweisung

Bestimmungsgemäße Verwendung: Die MFT Trainingsgeräte dienen dem Sporttraining zur Verbesserung der Koordination und in der Therapie der Prävention und Rehabilitation für Sprunggelenke, Kniegelenke, Hüftgelenke und Wirbelsäule.

Grenzen des Systems: Das Produkt ist einsetzbar im Sporttraining und in der Therapie (nur unter Anleitung eines Arztes, staatlich geprüften Trainers bzw. Therapeuten).

Alter: von 4 bis 100 Jahre, je nach Trainingszustand.

Gewicht: max. 120 kg Körpergewicht
Können: Kein besonderes Können erforderlich.

Sicherheitsratschläge: Umgebungsbedingungen: fester, rutschfester, trockener und ebener Untergrund. Das Produkt ist nicht mit anderen Produkten kombinierbar. Dieses Produkt darf nicht als Spielzeug eingesetzt werden. Das Gerät muss für den Einsatz sauber sein und darf keine rutschige Oberfläche haben. Änderungen des Gerätes bzw. auch andere Lackierungen sind nicht erlaubt. Beim Training Turnschuhe tragen oder barfuß trainieren. Keine Strümpfe, Socken etc. verwenden. Auf freien Sturzraum achten und wenn erforderlich sturzhemmende Unterlagen auflegen. Kinder dürfen nur unter Aufsicht erwachsener Personen trainieren.

Zusätzliche Hinweise: Das Gerät ist nicht zum Springen, sondern nur für langsame, gefühlvolle Bewegungen geeignet.

Vorschriften/Wartungspläne: Vor jedem Gebrauch auf Beschädigungen und festen Sitz aller Befestigungselemente prüfen.



DIN EN 50419

Nach 2001/95/EG
WEEE-Reg.Nr. DE65255935 (ElektroG)
Reg.Nr.21000465 (BattG)
UN-Nr. 3091
<https://www.mft-bodyteamwork.com/CE/>



MFT Trainings Devices Instruction Manual

Intended Usage: MFT training devices can be used in athletic and fitness training to improve ones coordination and proprioception and in Physical Therapy for injury prevention and rehabilitation of ones ankles, knees, hips and spine.

Requirements: Constant supervision and instruction from a doctor, certified trainer of therapist is required when using MFT training devices for Physical Therapy.

Age: from 4 to 100 years, according to he level of fitness.

Weight: max. 120 kg body weight (aprox: 270 lbs)

Skills: no skills necessary

Safety Instructions: One must execute all workouts on a compact, non slippery, dry and level surface must be clean and dry during all training. One can train with sneakers or barefoot. Do not wear socks, stockings or dress shoes. If necessary, one can use a chair, table, bar, or spotting person for assistance during fitness training. One can reduce the risk of injuries when falling by keeping the workout area clear of debris and if needed, place a soft surface around the training area. Children must only exercise under supervision of an adult.

Additional Instruction: MFT devices must not be used for jumping, but only for smooth and easy movements.

Regulations/Maintenance: Before usage check the device for damages and make sure that all adjustable pieces are fixed.



DIN EN 50419

According to 2001/95/EG
WEEE-Reg.Nr. DE65255935 (ElektroG)
Reg.Nr.21000465 (BattG)
UN-Nr. 3091
<https://www.mft-bodyteamwork.com/CE/>



Les engins d'entraînement MFT | Mode d'emploi

Conseils d'utilisation:

L'entraînement sur les engins MFT provoque une amélioration de la coordination et stabilisation de tout le corps, aussi dans le domaine de la prévention/réhabilitation surtout pour les articulation des chevilles, des genoux et des hanches ainsi pue pair la colonne vertébral.

Limite du système: Les engins MFT conviennent à l'entraînement de use en forme et à l'application thérapeutique: sentiment utiliser sous la direction d'un médecin en d'un entraîneur admis.

Age: de 4 à 100 ans, séant niveau de performance.

Poids: Maximum de 120 kg

Peut: aucune compétence particulière n'est requise.

Conseils de sécurité: posez le disque MFT sur un sol non-glissant, sec et ras. Le produit ne peut pas être combiné avec un autre produit; il ne doit pas être utilisé comme jonet ! La surface de l'engin MFT doit être propre et non glissante avant l'utilisation. Il n'est pas permis de changer l'engin, p.ex. appliquer du vermis. Mettez des chaussures de sport ou entraînez-vous à pieds nus. Pas de chaussettes ! Si nécessaire, profilez te une éctellé à dos pour vous tenir devant. Les enfants ne devraient utiliser l'engin que sous la surveillance d'une personne adulte.

Indication supplément aire: L'engin MFT n'est pose apte pour y sauter, mais pour lentement et doucement effectuer les exercices indiqués.

Précaution: Avant chaque utilisation contrôlez votre engin MFT et le fonctionnement des modules.



DIN EN 50419

Suivant la règle 2001/95/EG
WEEE-Reg.Nr. DE65255935 (ElektroG)
Reg.Nr.21000465 (BattG)
UN-Nr. 3091
<https://www.mft-bodyteamwork.com/CE/>



MFT – Apparecchi da training Istruzioni d'uso

Uso conforme la designazione: Gli apparecchi da training MFT servono al training sportivo per un miglioramento della coordinazione e nella terapia della prevenzione e della riabilitazione delle articolazioni della caviglia, del ginocchio, dell'anca e della spina dorsale.

Limiti del sistema: Il prodotto può essere usato nel training sportivo

E nella terapia: solamente sotto la sorveglianza di un medico, o di un allenatore diplomato ossia di un terapeuta.

Età: dai 4 ai 100 anni, a seconda della condizione fisica della persona.

Peso: 120 kg al massimo

Capacità: non occorrono delle capacità particolari

Consigli per la sicurezza: Condizioni ambientali: fondo piano, solido, antiscivolo. Il prodotto non è da usare in combinazione con altri prodotti. Questo prodotto non è da usare come un giocattolo. L'apparecchio va pulito prima dell'uso, non deve avere le superfici scivolose. Non è ammesso fare dei cambiamenti all'apparecchio, ossia usare altre vernici. Durante il training sono da portare le scarpe da ginnastica oppure essere scalzi. Non portare calze o calzettini e non portare scarpe da strada. In caso di bisogno usare aiuti di stabilizzazione, come p.e. parete con traverse, una seconda persona, ecc. Provvedere ad uno spazio libero per la caduta e se necessario mettere dei materassini ammortizzanti. Bambini possono fare il training solamente sotto la sorveglianza di adulti.

Ulteriore avviso: L'apparecchio non è adatto per saltare, bensì per fare movimenti lenti, armoniosi.

Istruzioni/manutenzione: Prima di ogni uso si controllino se ci sono dei danni e se gli elementi di attacco sono ben fissati.



DIN EN 50419

Secondo le norme 2001/95/EG
WEEE-Reg.Nr. DE65255935 (ElektroG)
Reg.Nr.21000465 (BattG)
UN-Nr. 3091
<https://www.mft-bodyteamwork.com/CE/>



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“ des Österreichischen Umweltzeichens, Druckereiname, UW-Nr. 000



MFT Bodyteamwork App / Software
Download for free:
www.mft-bodyteamwork.com/support
& AppStore, Google Play, Amazon Appstore