

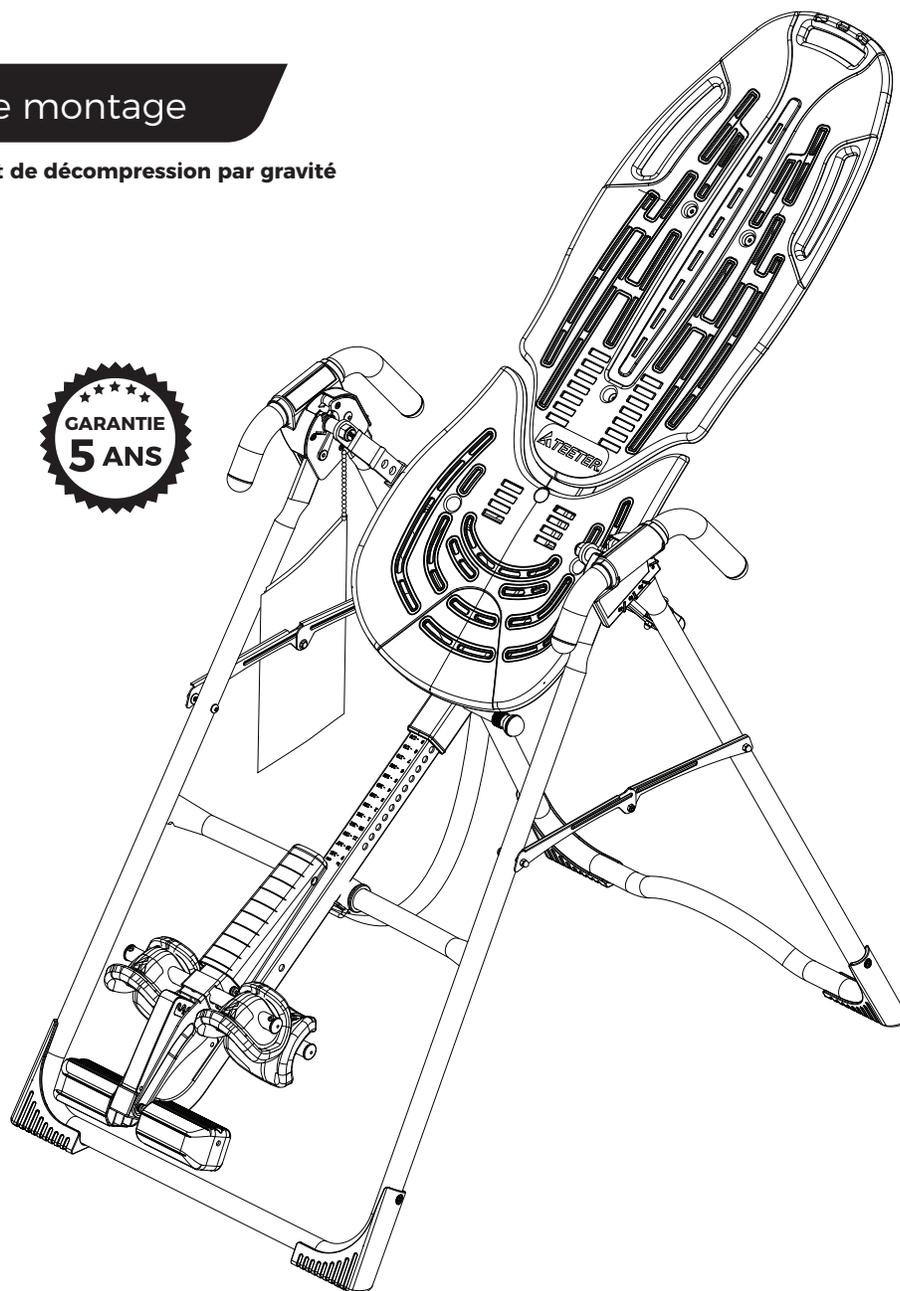


NOUVEAU!
Suivez avec votre
téléphone intelligent
pour rendre le montage
encore plus facile!

900LX™ Table d'inversion

Instructions de montage

Appareil d'étirement et de décompression par gravité



Pour télécharger et imprimer le
manuel du propriétaire 900LX,
visitez la page d'assistance des
produits au teeter.com

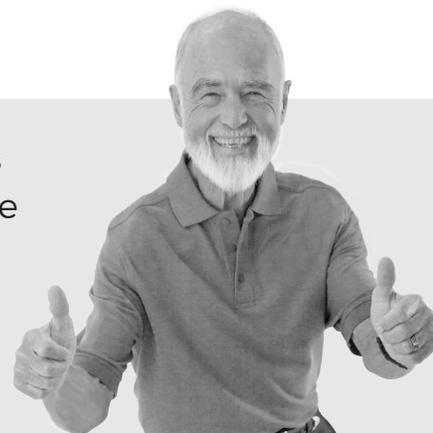
Site web disponible en anglais seulement



* Les spécifications techniques de cette im-
age peuvent changer et sont sujettes à des
changements sans préavis.

“ J’ai créé Teeter pour que les
gens puissent mener une vie
plus saine et plus active. ”

- Roger Teeter Fondateur et innovateur



Merci d'avoir acheté la table d'inversion 900LX de Teeter! Pour profiter pleinement de votre nouvelle acquisition, vous devez d'abord suivre les instructions de montage et lire et comprendre le manuel d'utilisation qui l'accompagnent, de même que visionner le DVD d'apprentissage.

Les appareils de décompression de Teeter, accrédités 510(k) par la FDA, sont conçus pour une utilisation domestique et peuvent être utilisés par plusieurs adultes. Ils permettent d'exercer une traction non assistée sur la colonne vertébrale et ainsi d'étirer les muscles et les tissus mous paravertébraux.

Les appareils de décompression de Teeter sont indiqués pour les problèmes suivants : maux de dos, tensions musculaires, discopathie dégénérative, arthrose de la colonne vertébrale, sténose vertébrale, hernie discale, courbure rachidienne attribuable à des tensions musculaires, sciatique, spasmes musculaires et syndrome des facettes.

 Pour obtenir des instructions d'assemblage étape par étape en format 3D interactif sur votre téléphone intelligent, téléchargez l'application BILT GRATUITE. La procédure de téléchargement de l'application BILT est expliquée en page 5.

 Pour enregistrer la garantie de votre produit, rendez-vous sur teeter.com/Support/Warranty-Registration

 Si vous avez des questions concernant le montage ou si des pièces manquent, **NE RENVOYEZ PAS L'ARTICLE AU MAGASIN ET NE CONTACTEZ PAS LE VENDEUR.** Nos experts en service à la clientèle peuvent vous aider au **1-800-847-0143**, ou par formulaire en ligne ou clavardage en direct sur teeter.com.

 Suivez les étapes de montage avec votre téléphone intelligent! Avec une application de lecture de code QR, scannez les codes-barres après chaque étape de montage pour regarder la vidéo correspondante pour vous guider au fur et à mesure des instructions.



Site web disponible
en anglais seulement

Instructions de montage

Instructions de sécurité importantes	1
Éléments de montage	2
Comprendre sa table d'inversion	3
Étiquettes d'avertissement de sécurité et spécifications du produit	4
Avant de commencer le montage	5
Étapes du montage	6 - 10
Vérification d'un mauvais montage	11
Avant l'inversion	12
Conditions de garantie et enregistrement	14

Manuel d'utilisation (fourni avec le matériel)

Instructions de sécurité importantes	1
Réglages de l'utilisateur	2
Préparez-vous à l'inversion	3 - 4
Inversion	4 - 5
Rangement et entretien	5
Tirez le maximum de votre Teeter	6

AVANT DE COMMENCER : Révisez toutes les étapes avant de commencer le montage et lisez toutes les précautions avant d'utiliser la table d'inversion. Respectez minutieusement les instructions de montage et le manuel d'utilisation afin de garantir la sécurité et l'intégrité du produit.

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ IMPORTANTES **LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'UTILISER LA TABLE D'INVERSION**

AVERTISSEMENT

LE NON-RESPECT DE CES INSTRUCTIONS ET DES AVERTISSEMENTS PEUT ENTRAÎNER DES BLESSURES GRAVES OU LA MORT.

Pour réduire le risque de blessure :

- Lisez et comprenez toutes les instructions, examinez tous les documents joints et inspectez l'équipement avant d'utiliser la table d'inversion. Il est de votre responsabilité de vous familiariser avec l'utilisation correcte de cet appareil et les risques inhérents à l'inversion, tels que le risque de tomber sur la tête ou sur le cou, les pincements, la possibilité de rester coincé, les risques de panne de l'appareil, ou aggraver un état médical préexistant. Il est de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs du produit sont pleinement informés du bon usage de l'équipement et de toutes les précautions de sécurité.
- **N'UTILISEZ PAS** cet appareil sans l'accord d'un médecin agréé. L'inversion est contre-indiquée en présence de trouble de santé qui pourrait être aggravé par une élévation de la tension artérielle ou de la pression intracrânienne ou par le stress mécanique associé à l'inversion, ou qui pourrait vous empêcher d'utiliser l'appareil en toute sécurité. Cette recommandation peut s'appliquer à différentes blessures et maladies, mais aussi aux effets secondaires d'un médicament ou d'un supplément (sur ordonnance ou en vente libre). Voici une liste non exhaustive des contre-indications médicales :
 - Toute affection, neurologique ou autre, occasionnant des picotements, de la faiblesse ou une neuropathie inexplicables, des crises épileptiques, des troubles du sommeil, des vertiges, des étourdissements, de la désorientation ou de la fatigue, ou encore affectant la force, la mobilité, la vigilance ou la capacité cognitive;
 - Toute affection du cerveau, comme un trauma, des antécédents d'hémorragie intracrânienne, des antécédents ou un risque d'AIT ou d'AVC, ou de graves céphalées;
 - Toute affection du cœur ou de l'appareil circulatoire, comme l'hypertension, ou encore un risque accru d'AVC ou la prise d'anticoagulants (y compris l'aspirine à dose élevée);
 - Toute lésion osseuse, squelettique ou de la moelle épinière ou affection touchant ces organes, comme une déviation marquée de la colonne vertébrale, un œdème articulaire aigu, l'ostéoporose, une fracture, une luxation, une broche centromédullaire ou un implant orthopédique;
 - Toute affection des yeux, des oreilles, des voies nasales ou touchant l'équilibre, comme un trauma, des antécédents de détachement de la rétine, le glaucome, l'hypertension oculaire, la sinusite chronique, les troubles de l'oreille interne ou moyenne, le mal des transports ou les vertiges;
 - Tout trouble digestif ou interne, comme des reflux gastriques graves, une hernie hiatale ou autre, ou une maladie de la vésicule biliaire ou des reins;
 - Toute affection ou situation pour laquelle l'exercice est expressément recommandé, restreint ou défendu par un médecin, comme la grossesse, l'obésité ou une chirurgie récente.
- **Assurez-vous TOUJOURS** que le système de fixation des chevilles est correctement ajusté, et que les chevilles sont sécurisées avant d'utiliser l'équipement. ÉCOUTEZ, TOUCHEZ, VÉRIFIEZ et TESTEZ que le système de blocage des chevilles est engagé, bien fixé et sécurisé CHAQUE FOIS que vous utilisez l'équipement.
- **Portez TOUJOURS** des chaussures à lacets correctement noués et à semelle plate telles que des chaussures sport.
- **NE PORTEZ PAS** de chaussures pouvant empêcher la fermeture du système de fixation des chevilles, telles que des chaussures à semelle épaisse, des bottes, des chaussures montantes ou dépassant l'os de la cheville.
- **N'UTILISEZ PAS** la table d'inversion avant qu'elle ne soit correctement ajustée à votre taille et à votre poids. Les nouveaux utilisateurs et les utilisateurs qui sont physiquement ou mentalement compromis auront besoin de l'assistance d'un observateur. Assurez-vous que l'équipement est ajusté à vos réglages d'utilisateur uniques avant chaque utilisation.
- **NE VOUS** redressez pas ni ne levez la tête pour revenir en position verticale. Plutôt pliez les genoux et glissez le corps vers le pied du dossier pour changer la répartition du poids. Si le dossier est verrouillé en inversion complète, suivez les instructions pour sortir de la position bloquée avant de revenir en position verticale.
- **NE CONTINUEZ PAS** à utiliser l'équipement si vous ressentez de la douleur, avez des vertiges ou la tête qui tourne pendant l'inversion. Revenez immédiatement en position verticale pour récupérer et finalement descendre de l'appareil.
- **NE PAS** utiliser si vous mesurez plus de 198 cm (6 pi et 6 po) ou si vous pesez plus de 136 kg (300 lb). Une défaillance structurelle pourrait se produire ou votre tête/cou pourrait percuter le sol pendant l'inversion.
- **NE LAISSEZ PAS** les enfants utiliser cet appareil. Maintenez les enfants, les accompagnateurs et les animaux à distance de l'appareil pendant son utilisation. La table d'inversion n'est pas destinée à être utilisée par des personnes ayant un handicap physique, mental ou sensoriel, ou qui manquent d'expérience ou de connaissances, à moins qu'elles soient sous surveillance et qu'une personne responsable de leur sécurité leur donne les instructions d'utilisation de l'appareil.
- **NE RANGEZ PAS** la table d'inversion en position verticale si des enfants sont présents. Pliez et posez la table sur le sol. **NE RANGEZ PAS** à l'extérieur.
- **NE FAITES PAS** de mouvements brusques, n'utilisez pas d'haltères, de bandes élastiques, tout autre appareil d'exercice ou d'étirement ou d'accessoires non-Teeter® sur la table d'inversion.
- **NE LAISSEZ PAS** tomber ou n'introduisez pas d'objet dans aucune des ouvertures. Gardez les parties du corps, les cheveux, les vêtements flottants et les bijoux à distance de toutes les parties mobiles.
- **NE PAS** utiliser dans une enceinte commerciale, en location ou institutionnelle. Ce produit est conçu pour une utilisation domestique à l'intérieur uniquement.
- **N'UTILISEZ PAS L'APPAREIL** sous l'influence de drogues, d'alcool, ou de médicaments qui peuvent entraîner une somnolence ou une désorientation.
- **Inspectez TOUJOURS** l'appareil avant de l'utiliser. Assurez-vous que toutes les fixations sont sûres.
- **Remplacez TOUJOURS** immédiatement les composants défectueux et/ou maintenez l'appareil hors d'usage tant qu'il n'a pas été réparé.
- **Placez TOUJOURS** l'appareil sur une surface plane et à distance de l'eau ou de rebords qui pourraient entraîner une chute ou une immersion accidentelle.
- Consultez les avertissements supplémentaires affichés sur l'appareil. En cas de perte, d'endommagement ou de perte de lisibilité d'une étiquette ou du manuel d'utilisation, contactez le service à la clientèle pour le remplacer.

CONSERVEZ CES INSTRUCTIONS

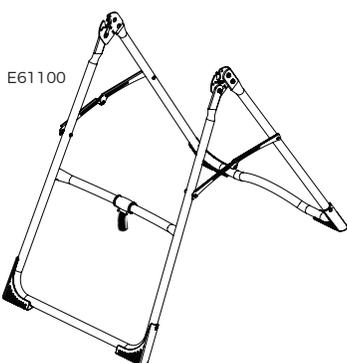
Éléments de montage

Les éléments ne sont pas représentés à l'échelle. Les schémas correspondants au matériel sont situés sur l'encart à l'intérieur de chaque ensemble de matériel.

NUMÉRO DE L'ARTICLE	NOM DE L'ARTICLE
Ensemble du cadre en A	
E61100	Cadre en A
F51007	Courroie d'attache angulaire cadre en A préassemblé
Montage de la poignée	
E61500	Poignées Stretch Assist ^{MC} (2)
HK1008	Ensemble du matériel de montage des poignées
Montage de la charnière pivotante	
F51064B	Charnières pivotantes à 3 trous (2)
Montage du dossier de la table ComforTrak^{MC}	
E61302	ComforTrak ^{MC} dossier de la table

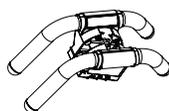
NUMÉRO DE L'ARTICLE	NOM DE L'ARTICLE
Assemblage de l'axe principal	
EX1630	avec le système de blocage des chevilles EZ-Reach ^{MC}
Outils fournis pour le montage	
IA1149	Clé Allen de 5 mm (1)
Accessoires optionnels	
E61105	Repose-tête
Assistance produit	
LI9603	DVD d'apprentissage
LI9600	Manuel d'utilisation cadre en A préassemblé

Ensemble du cadre en A cadre en A préassemblé



Montage de la poignée

À utiliser avec l'ensemble du matériel de montage des poignées (HK1008)



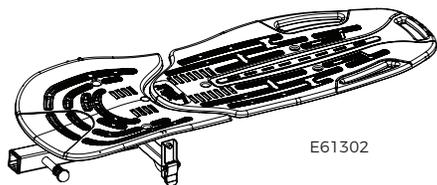
E61500

Montage de la charnière pivotante



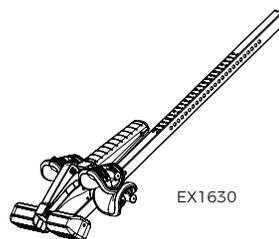
F51064B

Montage du dossier de la table



Assemblage de l'axe principal

avec le système de blocage des chevilles EZ-Reach^{MC}



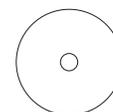
Outils fournis pour le montage



Clé Allen de 5 mm

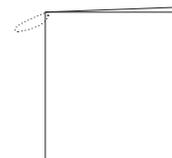
IA1149

Assistance produit



DVD d'apprentissage

LI9603



Manuel d'utilisation

LI9600

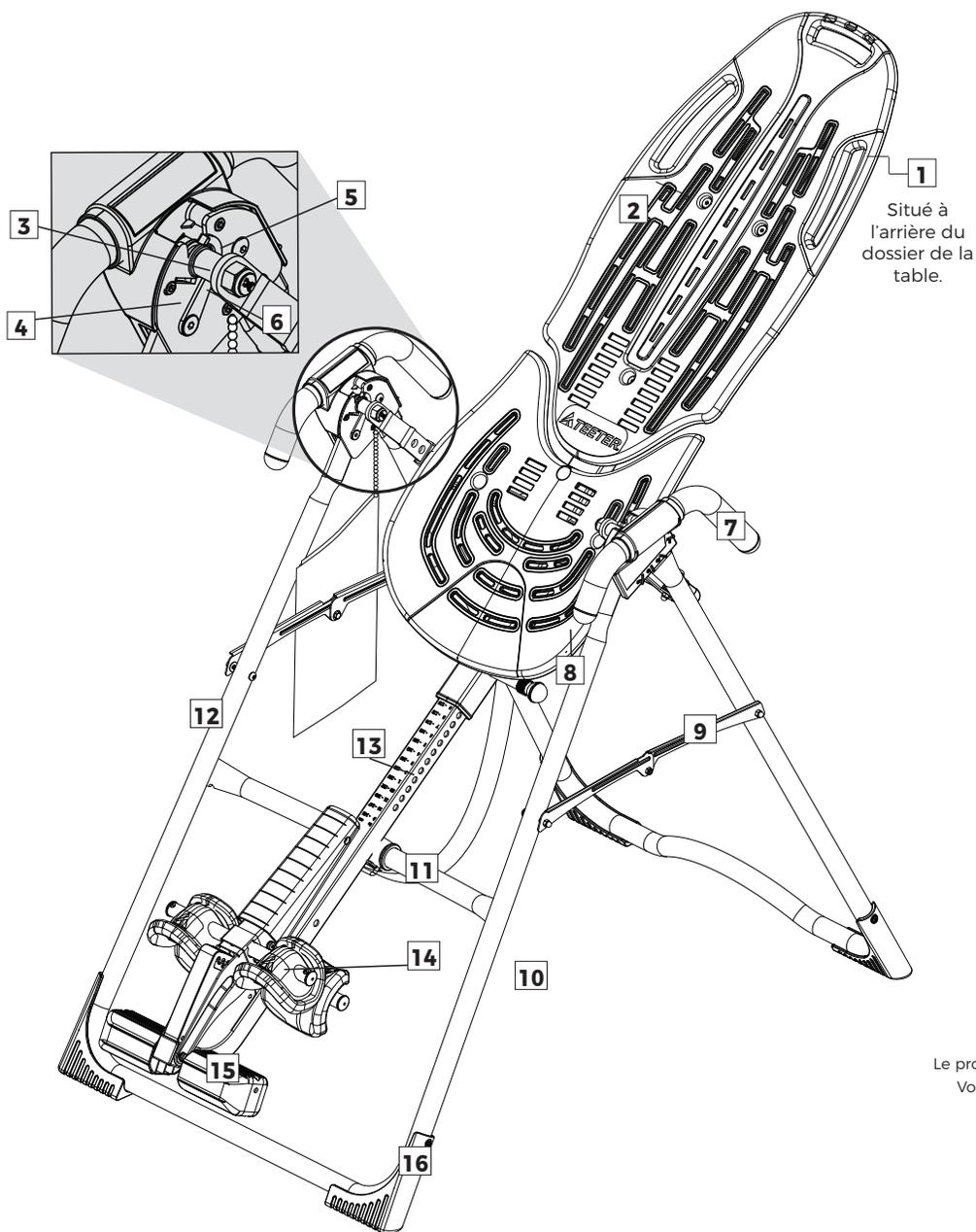
Repose-tête facultatif



E61105

Comprendre sa table d'inversion

Avant de continuer la lecture de ce document, examinez le schéma ci-dessous afin de vous familiariser avec les éléments importants de votre table d'inversion Teeter.



Le produit présenté ici est le 900LX.
Votre modèle réel peut changer.

Identifying Parts and Components

1	Extension du cadre du dossier	7	Poignées	13	Axe principal
2	Dossier de la table	8	Coupille d'arrêt du réglage de la hauteur	14	Système de fixation des chevilles
3	Axes de pivotement	9	Bras d'écartement	15	Cadran de confort pour les chevilles Ankle Comfort Dial ^{MC}
4	Plaques charnières	10	Courroie d'attache angulaire	16	Pieds de stabilisation antidérapants
5	Crochets autobloquants	11	Barre transversale		
6	Charnières pivotantes à 3 trous	12	Cadre en A		

Étiquettes d'avertissement de sécurité et spécifications du produit

Important : Veuillez examiner toutes les étiquettes et la documentation d'information avant d'utiliser votre table d'inversion

Ce dessin signale la position des étiquettes d'avertissement situées sur votre produit. S'il manque une étiquette, si elle est illisible ou a été retirée, veuillez contacter le service à la clientèle Teeter par téléphone ou via le site internet indiqué au bas de cette page pour solliciter une étiquette de remplacement gratuite.

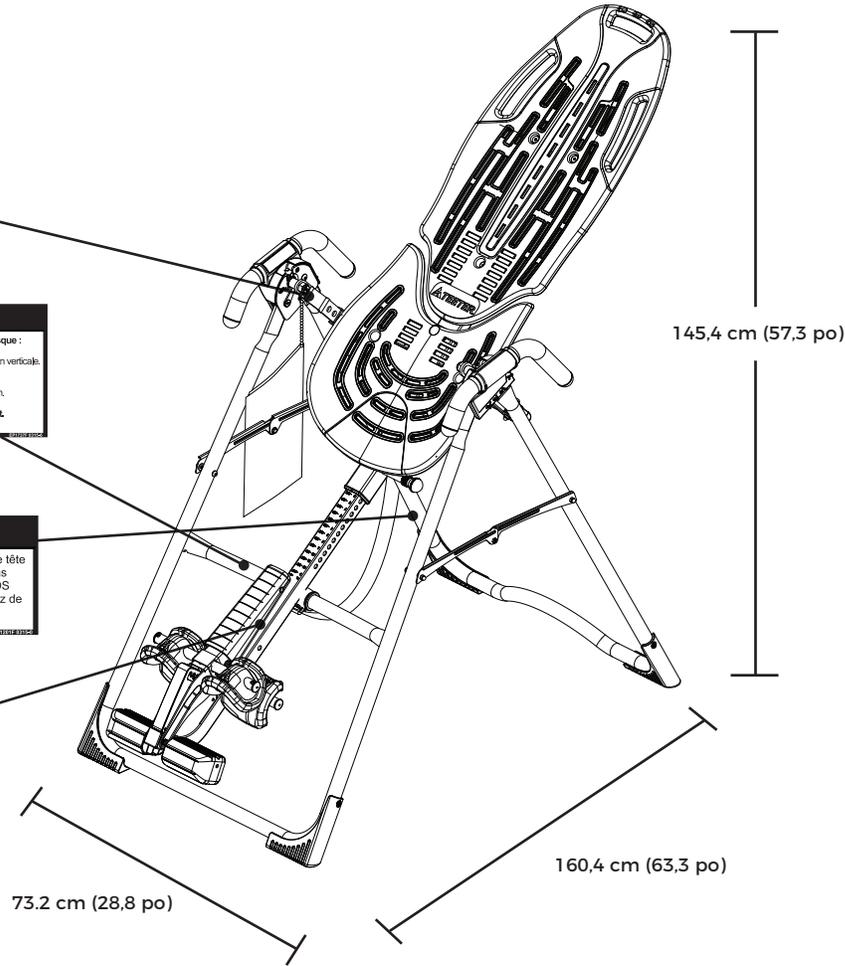
Remarque : Les images et étiquettes ci-dessous ne sont pas à l'échelle réelle.

⚠ WARNING/AVERTISSEMENT
 Do not use Setting A for users over 100kg (220 lb).
 Replace label if damaged, illegible, or removed.
 Ne pas utiliser le réglage A pour les utilisateurs plus 100 kg (220 lb).
 Remplacer l'étiquette si elle est endommagée, illisible ou manquante.

⚠ AVERTISSEMENT
 DES BLESSURES GRAVES OU LA MORT PEUVENT SURVENIR SI DES PRÉCAUTIONS NE SONT PAS PRISES. Pour réduire ce risque :
 • Veuillez LIRE et comprendre les instructions du manuel du propriétaire et celles sur l'équipement avant de procéder à l'utilisation.
 • ASSUREZ-VOUS QUE l'axe principal est correctement ajusté à la hauteur. Si il est trop court, il peut entraîner des difficultés à revenir en position verticale.
 • RISQUE DE BASCULEMENT : Pour ranger en position verticale, laissez le cadre en A assez ouvert pour qu'il reste en équilibre ou frotte au mur. Si des enfants sont présents, rangez à plat sur le sol, pas en position verticale.
 • NE LAISSEZ PAS les enfants utiliser la machine. Gardez les enfants, les spectateurs et les animaux de compagnie à l'écart lors de l'utilisation.
 • Gardez les parties du corps, les cheveux, les vêtements amples et les bijoux à l'écart des pièces mobiles.
 • Capacité de hauteur/poids : 142 à 198 cm (4 pi 8 po à 6 pi 6 po), 136 kg (300 lb). Utilisation domestique privée en intérieur uniquement.
Remplacez les étiquettes et le manuel d'utilisation, s'ils sont endommagés, illisibles ou manquants.

⚠ AVERTISSEMENT
 Pour SORTIR DU VERROU DE LA POSITION D'INVERSION TOTALE, passez une main derrière votre tête et tirez le dossier de la table vers votre dos. Pour REVENIR EN POSITION VERTICALE, placez vos bras sur les côtés. Si cela ne fonctionne pas, NE VOUS ASSOYEZ PAS. Utilisez des poignées et PLIEZ VOS GENOUX pour faire basculer le poids de votre corps vers le côté pied de l'axe du pivot. Si vous éprouvez de la difficulté à revenir en position debout, consultez le Manuel d'utilisation avant la prochaine utilisation.
Remplacez les étiquettes, s'ils sont endommagés, illisibles ou manquants.

⚠ WARNING / AVERTISSEMENT
 Serious injury or death can occur if ankles are not properly secured.
 LE FAIT DE NE PAS FERMER CORRECTEMENT le système de blocage des chevilles peut entraîner des blessures graves ou la mort!
 Replace labels and Owner's Manual if damaged, illegible or removed.
 Remplacer les étiquettes et le manuel d'utilisation, s'ils sont endommagés, illisibles ou manquants.



Dimensions de la table assemblée non utilisée : 160,7 (l) x 73,2 (L) x 145,4 (h) cm (63,3 x 28,8 x 57,3 po)
 Dimensions maximales de la table assemblée utilisée : 207,8 (l) x 73,2 (L) x 215,9 (h) cm (81,8 x 28,8 x 85,0 po)
 Dimensions d'entreposage : 50,8 (l) x 73,2 (L) x 167,6 (h) cm (20,0 x 28,8 x 66,0 po)

Poids (approx.) : 28,4 kg (62,6 lb)

Avant de commencer le montage

Défaites l'emballage et préparez votre espace de travail

- Si possible, installez le produit à l'endroit ou à proximité de l'endroit où vous comptez l'utiliser afin d'éviter de devoir le transporter plus tard.
- Déballiez toutes les pièces et matériels de support. Mettez les emballages de côté et nettoyez votre espace de travail.
- Trouvez les ensembles de matériel emballés avec les manuels. Ils sont étiquetés pour correspondre au processus de montage.
- **Le DVD d'apprentissage fournit des instructions** étape par étape sur le montage du produit. Il sera pratique de le suivre sur votre téléviseur ou sur votre ordinateur tout en effectuant le montage. Le DVD comprend les sections suivantes :
 - **Montage** - Suivez les instructions étape par étape du montage de votre table d'inversion.
 - **Réglages de l'utilisateur** - Personnalisez votre expérience d'inversion en réglant ces quatre paramètres personnalisables.
 - **Instructions d'utilisation** - Apprenez à tester le contrôle de votre équilibre et de votre rotation, et à pratiquer correctement l'inversion et à revenir en position verticale.
 - **Étirement avancé et exercices** - Utilisez votre Teeter pour des étirements rotatifs, des redressements assis, des flexions des jambes et plus encore!
 - **EN PRIME Programmes de remise en forme***
Obtenez des instructions et des conseils sur les étirements et exercices que vous pouvez faire pour renforcer votre dos et gagner en souplesse. *Versions française et espagnole non disponibles.

Assemblage simplifié avec **BILT.**



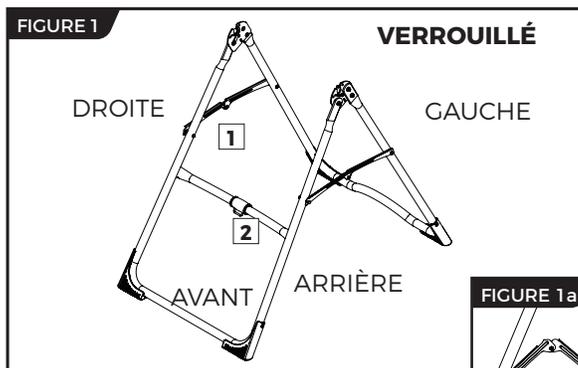
Pour obtenir des instructions d'assemblage étape par étape en format 3D interactif sur votre téléphone intelligent, téléchargez l'application BILT GRATUITE. Il suffit de balayer le code QR ci-dessous pour télécharger BILT, puis de rechercher votre modèle (Teeter 900LX) dans l'application!



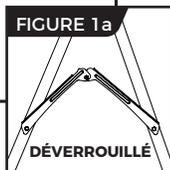
Site web disponible
en anglais seulement

ÉTAPE 1

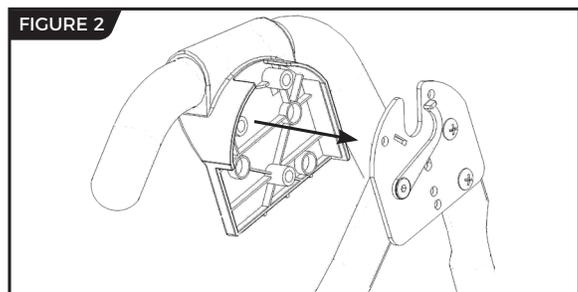
Assemblage du cadre en A et des poignées Stretch Assist



1 - Bras d'écartement 2 - Barre transversale



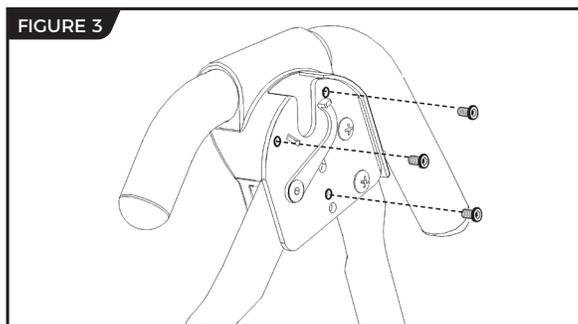
- Sur une surface plane, redressez le cadre en A afin que les pieds de stabilisation reposent sur le sol.
- Appuyez doucement vers le bas sur les bras d'écartement afin de vous assurer qu'ils sont complètement ouverts et fixés en position bloquée (« locked ») (Figure 1).
- Consultez les étiquettes d'aide au montage circulaire temporaire apposées sur votre cadre en « A ». **DROITE, GAUCHE, AVANT, et ARRIÈRE** quand vous utilisez la table d'inversion et non quand vous êtes face à elle. Ces étiquettes peuvent être arrachées facilement une fois le montage complété.
- Localisez l'ensemble du matériel de montage des poignées de support (HK1008).



- Repérer la lettre en relief « L » (gauche) ou « R » (droite) sur l'intérieur de la partie en plastique noir des poignées.

- Aligner la partie en plastique noir de la poignée correspondante (gauche ou droite) par-dessus le bord extérieur de la plaque de charnière sur le cadre en A (figure 2).

- Insérer les trois vis à tête creuse hexagonale dans la poignée à travers la plaque de charnière, puis serrer légèrement à la main (figure 3).



- Répéter avec l'autre poignée. Serrer les vis avec la clé hexagonale fournie, mais sans force excessive.

ÉTAPE ②

Installez les charnières pivotantes sur le dossier de la table

- Familiarisez-vous avec la charnière pivotante de 3 trous et les conditions du dispositif de blocage à came (Figure 4).

⚠ AVERTISSEMENT

NE JAMAIS démonter la goupille de la charnière pivotante. TOUJOURS insérer le bras de rotation à trois trous (avec la goupille sur le dessus et vers l'extérieur) dans la direction indiquée par la flèche dans le verrou à came.

- Pour faciliter le montage, posez le dossier de la table contre la barre transversale (Figure 5) à l'avant du cadre en A.

- D'un côté de la table d'inversion, levez entièrement le dispositif de blocage à came pour débloquer (Figure 6).

- Avec l'autre main, tenir le bras de rotation près de la goupille. Avec la goupille pointée vers l'extérieur (et non vers le dossier), insérer l'embout inférieur du bras de rotation entre le verrou à came et le support dans la direction indiquée par la flèche dans le verrou à came.

CONSEIL : Assurez-vous que le dispositif de blocage à came soit totalement ouvert au moment où vous insérez la charnière pivotante, sinon le montage sera plus difficile.

- Engagez un des trous de la charnière pivotante sur la goupille de support. La figure 9 présente la charnière pivotante correctement installée, avec la goupille de support en position de réglage C.

REMARQUE : Consultez le manuel d'utilisation pour de plus amples détails concernant les réglages de trou. Si vous n'êtes pas sûr(e) de vous, commencez par le réglage C.

- Appuyez sur le dispositif de blocage par came (Figure 8) pour le bloquer et fixer la charnière pivotante.

- Répétez l'opération de l'autre côté. Assurez-vous que les charnières pivotantes sont dans le même trou de réglage de chaque côté.

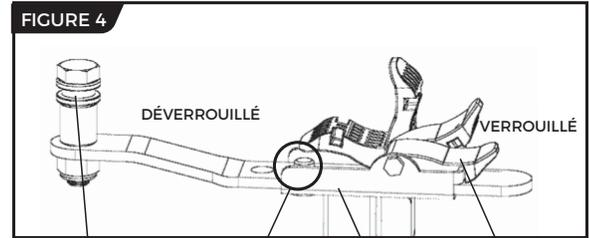


FIGURE 4

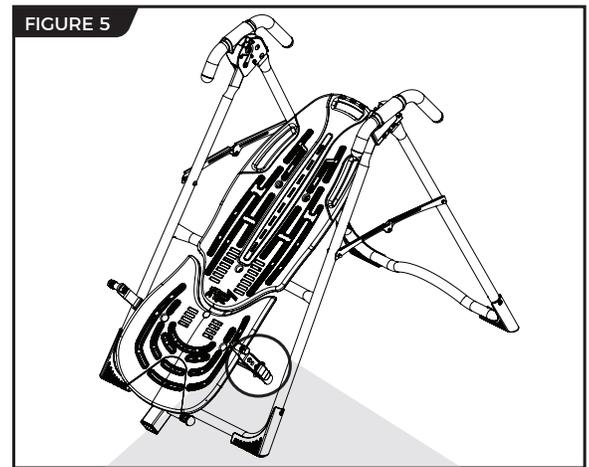


FIGURE 5

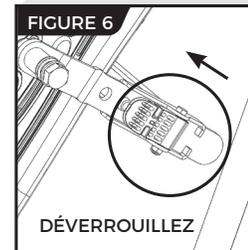


FIGURE 6

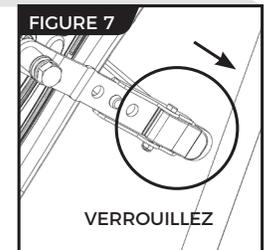


FIGURE 7

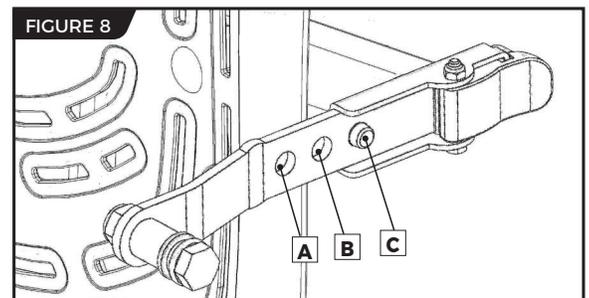
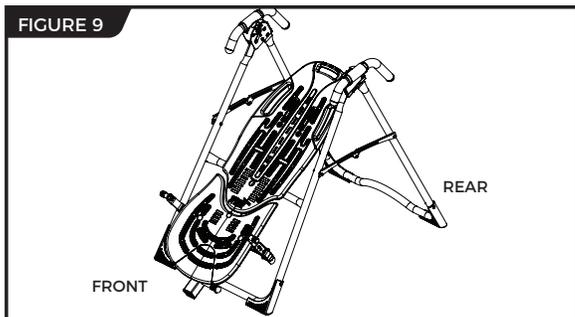


FIGURE 8

ÉTAPE ③

Montez le dossier de la table et le cadre en A



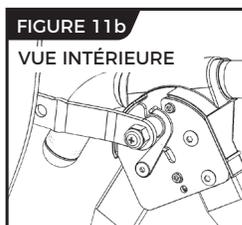
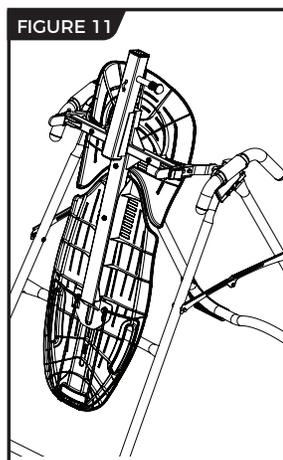
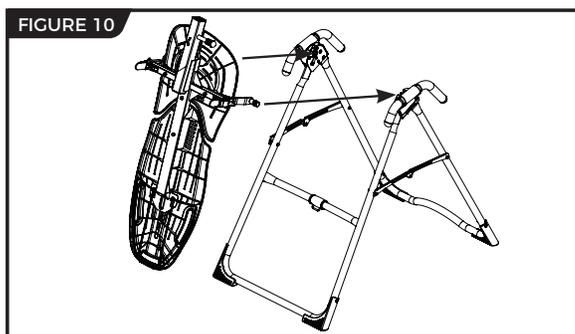
· Positionnez-vous en face du cadre en A, là où se situe la barre transversale (Figure 9).

· Saisissez les deux charnières pivotantes, juste au-dessus du dispositif de blocage à came, puis levez le dossier de la table. Laissez pivoter le dossier de la table vers le sol, de sorte que l'arrière du dossier de la table soit face à vous et le dessus du dossier de la table soit face à la barre transversale (Figure 10).

· Faites descendre chaque pivot de charnière dans les plaques de charnière du cadre en A, un côté à la fois (Figure 11). Les crochets autobloquants s'ouvrent pour laisser l'axe de pivotement s'insérer dans l'encoche de la plaque de charnière, puis se referment automatiquement sur l'axe de pivotement.

CONSEIL : Il vous faudra peut-être exercer une légère pression vers l'extérieur sur la plaque de charnière afin de faire glisser le deuxième axe de pivotement pour la verrouiller en place.

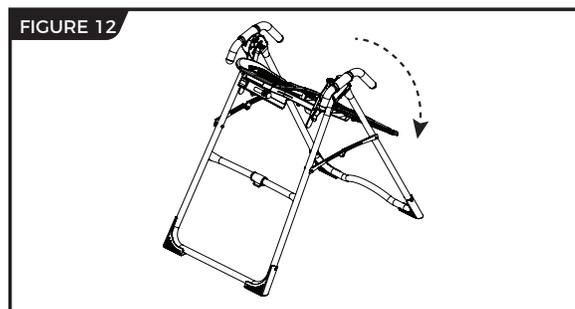
· Assurez-vous que chaque axe de pivotement est bien posé à la base de l'encoche des plaques de charnière et que les crochets autobloquants sont fermés sur les deux pivots (Figures 11a & 11b).



⚠ AVERTISSEMENT

La non-fermeture des crochets à verrouillage automatique sur les deux pivots indique un montage incorrect qui, s'il n'est pas corrigé, peut entraîner des blessures graves ou la mort!

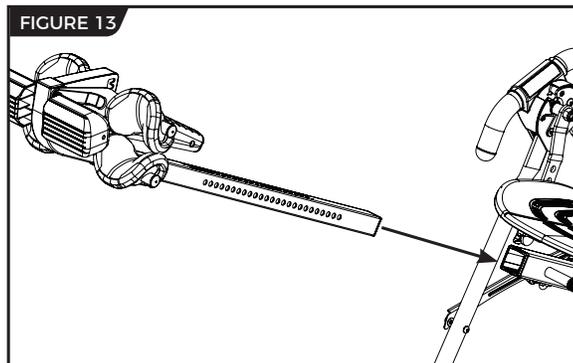
· Faites pivoter le dossier de la table en position d'utilisation (Figure 12). Assurez-vous qu'il pivote normalement. Voir l'illustration A à la page 11 pour vous assurer d'un bon montage.



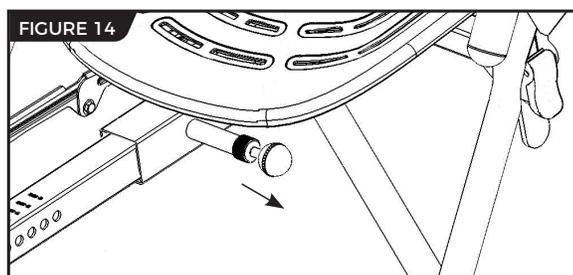
ÉTAPE 4

Montez l'axe principal sur le dossier de la table

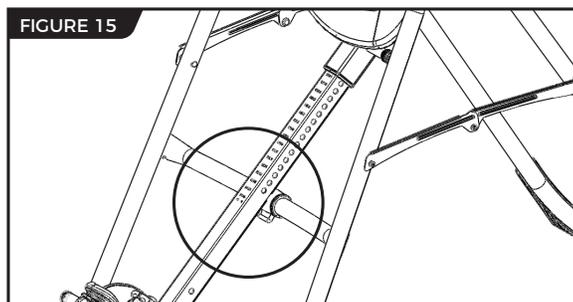
· En vous tenant face au cadre en A, tenez l'axe principal dans votre main gauche, les indications de hauteur tournées vers le haut. Faites glisser le bout de l'axe principal dans son montant (Figure 13), situé à la base du dossier. Dossier de la table.



· Avec votre main droite, tirez sur la goupille de verrouillage de la hauteur (Figure 14) pour permettre à l'axe principal de glisser jusqu'au fond, puis relâchez à la hauteur désirée. Consultez le manuel d'utilisation pour plus d'informations sur le choix du réglage de la hauteur.



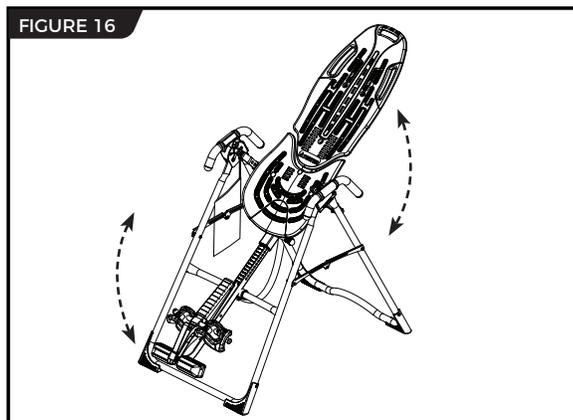
· L'axe principal DOIT REPOSER contre la barre transversale du cadre en A (Figure 15).



IMPORTANT : La barre transversale empêche la table de pivoter vers l'avant lorsque l'utilisateur s'appuie sur la molette de confort pour chevilles. Si l'axe principal ne repose pas sur la barre transversale tel qu'illustré à la Figure 15, cela signifie que le dossier a été monté à l'envers sur le cadre en A.

Cela **DOIT ÊTRE CORRIGÉ** avant toute utilisation. Voir l'illustration B à la page 11 pour vous assurer d'un bon montage.

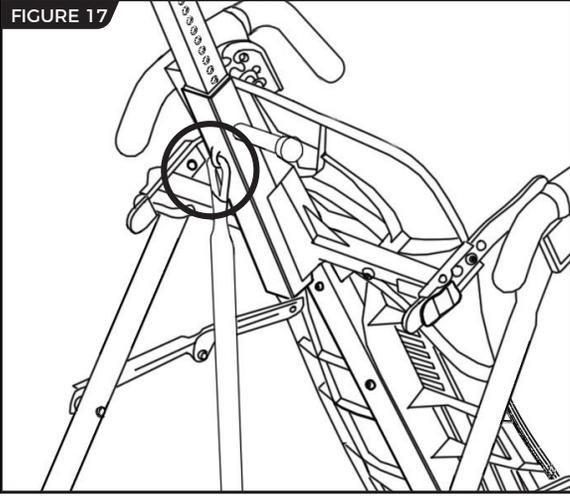
· Testez la table d'inversion à la main pour vérifier que la rotation est souple et stable (Figure 16) et que toutes les fixations sont sécurisées.



ÉTAPE ⑤

Attachez la courroie d'attache angulaire

FIGURE 17

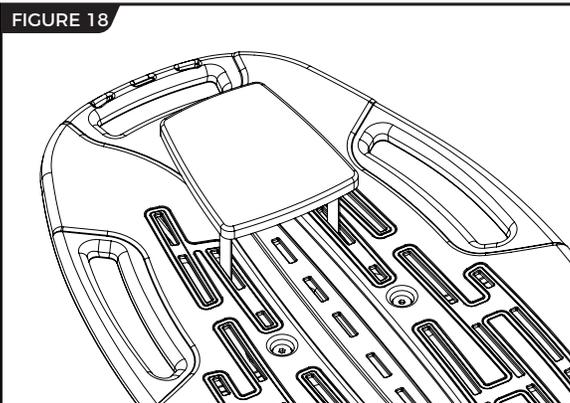


Attachez la courroie d'attache angulaire

- La courroie d'attache angulaire est prémontée sur le cadre en A.
- Dépliez la courroie réglable et fixez-la à la barre en U sous le dossier de la table (Figure 17).
- Faire glisser la boucle pour allonger ou raccourcir la courroie en fonction de votre angle d'inversion maximum souhaité.



FIGURE 18



Fixez le repose-tête

Fixez le repose-tête en faisant passer les bandes Velcro à travers les trous du dossier de la table (Figure 18), qui permettent de régler la position du repose-tête en fonction de l'utilisateur. Vous pouvez personnaliser la position, selon votre préférence.

Vérification d'un mauvais montage

! AVERTISSEMENT

Si votre table d'inversion Teeter ressemble à l'un de ces schémas, votre table est montée de façon incorrecte et elle n'est pas prête à être utilisée. Un montage incorrect peut entraîner des blessures graves ou la mort!

Illustration A Retournez à l'étape 2 pour suivre les instructions.

Montre que les charnières pivotantes ont été montées à l'envers sur le dossier de la table et que le problème doit être corrigé.

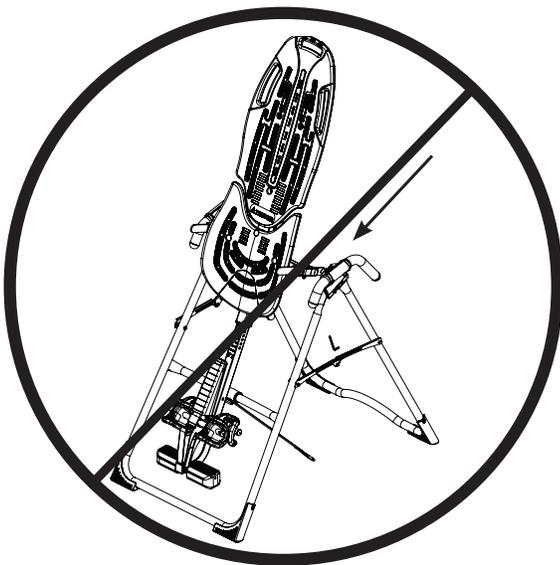
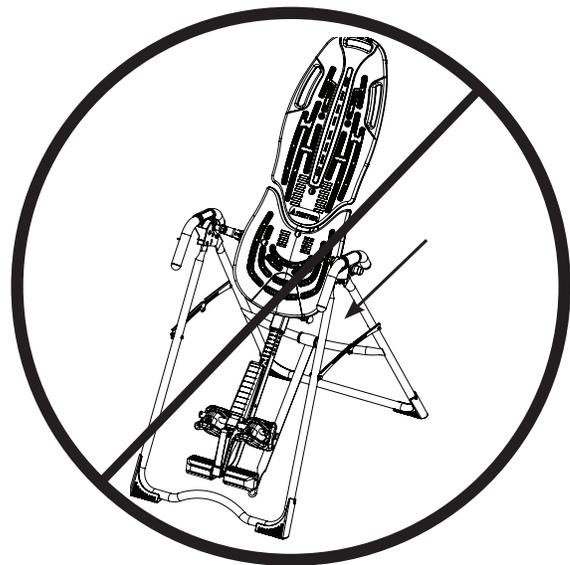


Illustration B Retournez à l'étape 3 pour suivre les instructions.

Montre que le dossier de la table a été monté à l'envers sur le cadre en A. La barre principale ne repose pas sur la barre transversale et sa position doit être corrigée.



Avant l'inversion

FIGURE 19

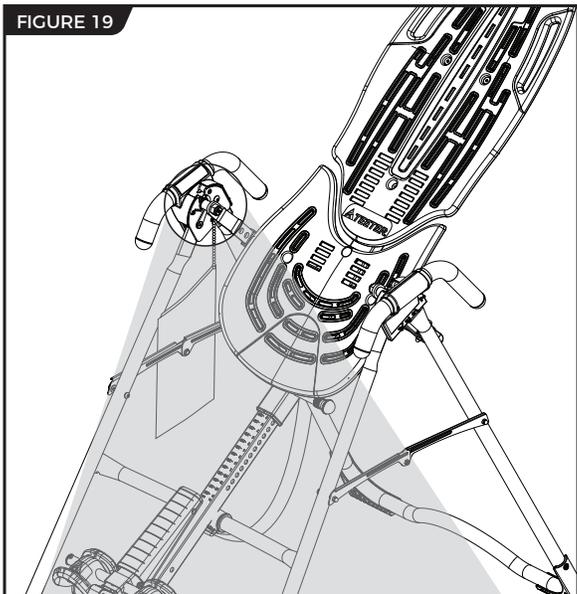
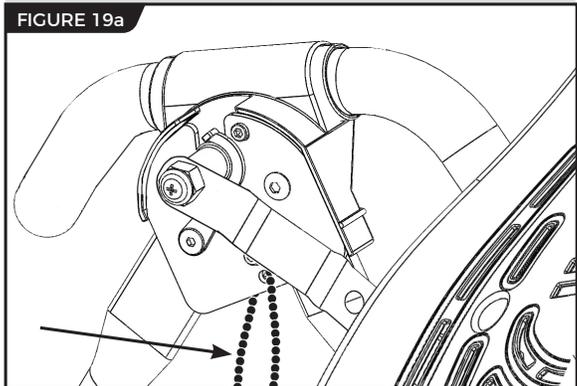


FIGURE 19a



Assurez-vous que le manuel d'utilisation est attaché

Le manuel d'utilisation contient des informations importantes concernant la façon d'utiliser votre table d'inversion Teeter, y compris la façon de personnaliser les réglages de l'utilisateur, de verrouiller et de déverrouiller correctement le système de fixation des chevilles et de tester et d'ajuster le contrôle de la rotation.

- Si elle n'est pas déjà fixée, enflez la chaîne en métal fournie dans le trou préperforé situé dans le coin supérieur du manuel d'utilisation.
- Attachez la chaîne au cadre en A à travers le trou indiqué dans la plaque de charnière (Figure 19 & 19a). Laissez le manuel du propriétaire pendre librement à l'extérieur des bras d'écartement du cadre en A afin qu'il n'interfère pas avec la rotation du dossier de la table.

IMPORTANT : Une fois attaché au cadre en A, n'enlevez pas le Manuel d'utilisation. Il doit rester attaché au cadre en A de votre table d'inversion en permanence afin de servir de référence pour le réglage et l'utilisation appropriés de l'équipement.

⚠ AVERTISSEMENT

Lisez attentivement le manuel d'utilisation avant d'utiliser votre table d'inversion Teeter. Des réglages inadaptés peuvent entraîner des blessures graves ou la mort!

Visionnez le reste du DVD

Le DVD d'apprentissage est un complément utile au manuel d'utilisation. Il contient des instructions faciles à suivre sur les réglages de l'utilisateur, la pratique d'inversion, le rangement et l'entretien, et même sur les étirements et les exercices que vous pouvez accomplir avec votre Teeter.

Téléchargez TeeterLink^{MC}

Tirez le maximum de vos séances d'inversion en téléchargeant l'application TeeterLink^{MC} sur votre téléphone : faites le suivi de votre utilisation et de votre niveau de douleur, recevez des rappels et des conseils personnalisés, obtenez du soutien, et plus encore! Balayez le code ou recherchez TeeterLink dans votre boutique d'applications.



Site web disponible en anglais seulement

La garantie Teeter indiquée ci-dessous sur le site Web de Teeter s'applique aux clients des États-Unis et du Canada seulement. Pour les clients internationaux, veuillez consulter votre distributeur local pour de l'information sur la garantie qui varie en fonction de votre pays.



Au cours de la période à compter du jour de l'achat et pendant cinq (5) ans, Teeter étend au propriétaire une garantie de réparation et de remplacement contre des défauts de fabrication dans les matériaux, la confection, les tissus et le rembourrage. Teeter réparera ou remplacera un tel défaut et payera les frais de toutes les pièces, de la main-d'œuvre et du transport. Si une réparation ou le remplacement n'est pas commercialement pratique ou ne peut pas être effectuée en temps opportun, Teeter remplacera, au choix de l'acheteur initial, par un produit comparable ou remboursera le prix d'achat.

Seuls les coûts de manutention et de transport liés au service de la garantie du produit sont couverts par cette garantie. Cette garantie ne couvre pas les dommages résultant d'une manipulation, d'un montage ou d'une installation incorrecte, les réparations effectuées par d'autres, un accident, une mauvaise utilisation ou de l'abus. En aucun cas, Teeter, ou toute autre partie impliquée dans la vente de ce produit, ne sera responsable des dommages accessoires ou immatériels résultant de la violation d'une garantie formelle ou tacite sur un produit Teeter.

À L'EXCEPTION DE CE QUI ÉNONCÉ CI-DESSUS, AUCUNE GARANTIE N'EST FOURNIE QUANT À TOUT PRODUIT TEETER, ET TOUTES LES GARANTIES FORMELLES SONT EXCLUES. Cette garantie sera régie par les lois de l'État de Washington aux États-Unis. Dans la mesure où cette garantie est jugée non exécutoire, elle sera réputée révisée dans la mesure nécessaire pour la rendre exécutoire. Cette garantie et tous litiges ou réclamation résultant de cette garantie ou de son interprétation sont régies par les lois de l'État de Washington aux États-Unis. Tous litiges ou réclamation découlant de ou liée à cette garantie, son interprétation, ou de toute violation alléguée de celle-ci, qui ne peut être réglé à l'amiable entre Teeter et le propriétaire dans les soixante (60) jours après notification écrite par la partie lésée à l'autre, doit être définitivement réglés par arbitrage soumis à trois (3) arbitres choisis parmi les panneaux des arbitres de l'American Arbitration Association la plus proche de l'établissement commercial principal de Teeter.

Certaines provinces/certains états ne permettent pas l'exclusion de dommages accessoires ou immatériels d'une garantie, la limitation ou l'exclusion ci-dessus peut donc ne pas vous concerner. Certaines provinces/certains états ne permettent pas les limitations sur la durée d'une garantie implicite, de sorte que la limitation ci-dessus peut ne pas vous concerner. Cette garantie vous donne des droits spécifiques, et vous pouvez également avoir d'autres droits qui varient en fonction de votre province/état. Cette garantie est totalement transférable à tout et tous les futurs propriétaires de ce produit, à condition qu'aucune modification n'a été apportée au produit.

COMMENT ACHEMINER VOTRE INSCRIPTION :

Étape 1

Inscrivez vos informations pour vos propres dossiers.

Étape 2

Rendez-vous en ligne au teeter.com pour inscrire votre garantie.

Date d'achat

Produit et modèle

Nom du vendeur

Numéro de série

Si vous êtes incapable d'accéder au site en ligne, vous pouvez faire une demande de carte de garantie en appelant au service à la clientèle au 1-800-847-0143. Veuillez ne pas envoyer ceci par courriel à Teeter.

Masseur T3^{MC}

D'innombrables options d'automassage, de thérapie par points gâchettes et de relâchement myofascial pour réduire la tension et la douleur, naturellement et tout en douceur.



Détendeur de dos P2^{MC}

Exerce une traction douce et contrôlée pour décompresser le bas du dos, réduire la pression sur les nerfs et relâcher les muscles tendus.



Rouleaux de mousse Better Back^{MC}

Préparez votre corps à bouger, accélérez la guérison, réduisez les déséquilibres musculaires et améliorez votre souplesse avec la collection de rouleaux de mousse texturés de Teeter.



Détendeur de cou Better Back^{MC}

Soutient le haut du cou et la colonne cervicale pour l'autorelâchement sous-occipital, une technique qui réduit la tension dans les muscles de soutien.



Coussin vibrant Better Back^{MC}

Accessoire pour les tables d'inversion de Teeter aidant à revitaliser les muscles fatigués et endoloris. Comprend 10 moteurs de vibration, un support cervical avec lumières chauffantes et une télécommande à écran ACL.



Crème analgésique reNEW^{MC} Muscles

Pénètre en profondeur les muscles endoloris au contact. Formule spéciale contenant de l'huile d'émeu, de l'arnica, du méthylsulfonylméthane (MSM) et de la glucosamine.



Tapis avec programme d'inversion

Tapis de 36 x 60 po améliorant l'expérience d'inversion au moyen de 24 exercices et étirements illustrés à portée de main, tout en offrant une surface antidérapante pour les planchers rigides



Exerciseur elliptique à position semi-allongée FreeStep^{MC}

Procure un niveau de confort sans pareil pour des séances d'entraînement cardiovasculaire et musculaire à la maison sans impact, et sans stress.



Si vous avez des problèmes lors du montage de l'appareil ou des questions concernant son utilisation, veuillez contacter le service à la clientèle.

É.-U. : 800-847-0143 or info@teeter.com
International : info@teeterintl.com

USA: Teeter
9713 233rd Avenue East
Bonney Lake, WA 98391
Sans frais : 1-800-847-0143
Télé. : 1-800-847-0188
teeter.com | info@teeter.com

International: Teeter International, Ltd.
Gor-Ray House
758 Great Cambridge Rd
Enfield
Middlesex EN1 3GN
United Kingdom
teeterintl.com | info@teeterintl.com



Toute modification de cet appareil annulera l'approbation de UL



Medical Device Safety Service
GmbH
Schiffgraben 41
30175 Hannover
Germany
Tel. +49 511 62628630



Les appareils de décompression de Teeter, accrédités 510(k) par la FDA, sont conçus pour une utilisation domestique et peuvent être utilisés par plusieurs adultes. Ils permettent d'exercer une traction non assistée sur la colonne vertébrale et ainsi d'étirer les muscles et les tissus mous paravertébraux.

Les appareils de décompression de Teeter sont indiqués pour les problèmes suivants : maux de dos, tensions musculaires, discopathie dégénérative, arthrose de la colonne vertébrale, sténose vertébrale, hernie discale, courbure rachidienne attribuable à des tensions musculaires, sciatique, spasmes musculaires et syndrome des facettes.