

# Standard Knock Down Pedal Exerciser



## Standard Knockdown Pedal Exerciser For upper & lower body exercise

### en - Medical Device - Instructions for Use: Lightweight pedal exerciser for arms and legs

Intended purpose: Prevention, reduction, and improvement of the consequences of loss or lack of movement through exercise therapy for arms and legs. Intended user: Lay person.

**Indications:** Prevention, reduction, and improvement of the consequences of loss or lack of movement, mainly in the following medical conditions: neuromuscular, orthopedic, cardiovascular, metabolic and other medical conditions resulting in limitations in movement or becoming confined to bed. **Contra-indications:** Use should be discontinued in case of unusual swelling, discomfort, dizziness, severe muscle or joint pain or pain in the chest.

**Precautions:**

- Consult a healthcare professional before use;
- Use on a flat, stable, non-slip surface;
- Do not wear loose clothing while exercising;
- During leg exercises: always be seated, do not sit in a chair with casters, never stand on the pedal exerciser;
- Read this manual carefully.

**General information:**

- Exercises should be done at a slow, comfortable pace;
- Use the resistance knob to adjust resistance to suit patient's ability;
- Designed as a home use exercise device;
- Do not use when device is damaged.

Report any serious incident (death, serious deterioration of health, serious public health threat) to the Manufacturer and your Competent Authority.



WWW.MOVES-YOU.COM

LOT YYY-MM-DD

MVS IN MOTION

YYY-MM-DD

## Standard Knockdown Pedal Exerciser For upper & lower body exercise

### de - Medizinprodukt - Gebrauchsanweisung: Leichtgewicht Arm- und Beintrainer

Zweckbestimmung: Prävention, Reduzierung und Verbesserung der Folgen von Verlust oder Bewegungsmangel durch Bewegungstherapie für Arme und Beine. **Vorgesehen für Anwender:** Laie.

**Indikationen:** Prävention, Reduzierung und Verbesserung der Folgen von Verlust oder Bewegungsmangel, hauptsächlich bei folgenden Erkrankungen: neuromuskuläre, orthopädische, kardiovaskuläre, metabolische und andere Erkrankungen, die zu Bewegungs-schwächen führen oder sich auf das Bett beschränken. **Kontraindikationen:** Nicht länger verwenden bei ungewöhnlicher Schwellung, Schwindelgefühl, starke Schmerzen oder Schmerzen in der Brust.

**Vorsichtsmaßnahmen:**

- Nur auf einer ebenen, stabilen und rutschfesten Oberfläche verwenden;
- Tragen Sie während des Trainings keine lockere Kleidung;
- Während des Trainings Beine immer sitzen, Sitzen Sie sich nicht auf einen Stuhl mit Rollen. Sehen Sie sich auf dem Pedaltrainer;
- Nicht verwenden, wenn das Gerät beschädigt ist;
- Lesen Sie dieses Gebrauchsanweisung sorgfältig durch.

**Allgemeine Hinweise:**

- Übungen sollten in einem langsamen und bequemen Tempo durchgeführt werden;
- Verwenden Sie den Widerstandsknopf, um den Widerstand an die Fähigkeiten des Patienten anzupassen;
- Der Pedaltrainer ist als Heimtrainingsgerät entworfen;
- Während Sie dieses Gerät niemals in Falle einer Funktion.

Melden Sie jeden schwerwiegenden Vorkommnis (Tod, schwerwiegende Verschlechterung des Gesundheitszustand, schwerwiegende Gefahr für die öffentliche Gesundheit) an den Hersteller und Ihre zuständige Behörde.

### nl - Medisch hulpmiddel - Gebruiksaanwijzing: Lichtgewicht traptastel voor armen en benen

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

LOT YYY-MM-DD

MVS IN MOTION

YYY-MM-DD

## Standard Knockdown Pedal Exerciser For upper & lower body exercise

### es - Producto sanitario - Instrucciones de uso: Pedaliter ligero para brazos y piernas

**Finalidad prevista:** Prevención, reducción y mejora de las consecuencias de la pérdida o falta de movimiento mediante la terapia de ejercicios para brazos y piernas. **Usuarios previstos:** Laico.

**Indicaciones:** Prevención, reducción y mejora de las consecuencias de la pérdida o falta de movimiento, principalmente en las siguientes condiciones médicas: condiciones médicas neuromusculares, ortopédicas, cardiovasculares, metabólicas y otras que provocan limitaciones en el movimiento o confinamiento en la cama. **Contraindicaciones:** Si se produce alguna molestia, mareos, dolor muscular o articular inferior o dolor en el pecho, suspender el uso y se habrá de consultar con un profesional de la salud.

**Precauciones:**

- Consultar a un profesional de la salud antes de usar;
- Usar en una superficie plana, estable y antideslizante;
- No use ropa suelta mientras hace ejercicio;
- Durante los ejercicios de piernas: siempre esté sentado, no se siente en una silla con ruedas, nunca se pare sobre el pedal;
- Lea estas instrucciones de uso cuidadosamente.

**Información general:**

- Los ejercicios deben realizarse a un ritmo lento y cómodo;
- Use la perilla de resistencia para ajustar la resistencia según la capacidad del paciente;
- Diseñado como un dispositivo de ejercicio para uso doméstico;
- No lo use cuando el dispositivo esté dañado;
- Informe cualquier incidente grave (muerte, deterioro grave de la salud, amenaza grave para la salud pública) al fabricante y a su autoridad competente.

### fi - Lääkinmäärätty laite - Käyttöohjeille: Lait Pedaliter for armer og ben

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

LOT YYY-MM-DD

MVS IN MOTION

YYY-MM-DD

## Standard Knockdown Pedal Exerciser For upper & lower body exercise

### sv - Medicinteknisk produkt - Bruksanvisning: Lättvik pedalertränare

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

**Allgemeine Hinweise:**

- Übungen sollten in einem langsamen und bequemen Tempo durchgeführt werden;
- Verwenden Sie den Widerstandsknopf, um den Widerstand an die Fähigkeiten des Patienten anzupassen;
- Der Pedaltrainer ist als Heimtrainingsgerät entworfen;
- Während Sie dieses Gerät niemals in Falle einer Funktion.

### pl - Wyrob medyczny - Instrukcja uzywania: Niewielka waga - Pozwala wywiczy ramiona i nogi

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

LOT YYY-MM-DD

MVS IN MOTION

YYY-MM-DD

## Standard Knockdown Pedal Exerciser For upper & lower body exercise

### pt - Produto médico - Instruções de utilização: Pedaliter leve para braços e pernas

**Finalidade prevista:** Prevenção, redução e melhoria das consequências da perda ou falta de movimento por meio da terapia por exercício para braços e pernas. **Usuário previsto:** Leigo.

**Indicações:** Prevenção, redução e melhoria das consequências da perda ou falta de movimento, principalmente nas seguintes condições médicas: condições médicas neuromusculares, ortopédicas, cardiovasculares, metabólicas e outras condições médicas que resultam em limitações de movimento ou ficam confinados ao leito. **Contraindicações:** Use dev ser descontinuado em caso de febre, inchaço, desconforto, fadiga, dores musculares ou articulares graves ou dor no peito.

**Precações:**

- Consultar um profissional de saúde antes de usar;
- Usar em uma superfície plana, estável e antiderrapante;
- Não use roupas folgadas durante o exercício;
- Durante exercícios nas pernas: sempre sentado, não se sente em uma cadeira com rodinhas, nunca fique em cima do pedal exercitador;
- Leia estas instruções de utilização para usar com cuidado.

**Informação geral:**

- Os exercícios devem ser feitos a um ritmo lento e cómodo;
- Use o botão de resistência para ajustar a resistência para se adequar à capacidade do paciente;
- Projetado como um dispositivo de exercício para uso doméstico;
- Não use quando o dispositivo estiver danificado;
- Pare de usar quando uma ou mais partes se desgastarem.

### el - Ιατροτεχνολογικό προϊόν - Οδηγίες χρήσης: Ελαφρύ ασκούμετο ποδήλατο για χέρια και πόδια

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

LOT YYY-MM-DD

MVS IN MOTION

YYY-MM-DD

## Standard Knockdown Pedal Exerciser For upper & lower body exercise

### fr - Dispositif médical - Mode de l'emploi: Pédalier léger pour bras et jambes

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

**Allgemeine Hinweise:**

- Übungen sollten in einem langsamen und bequemen Tempo durchgeführt werden;
- Verwenden Sie den Widerstandsknopf, um den Widerstand an die Fähigkeiten des Patienten anzupassen;
- Der Pedaltrainer ist als Heimtrainingsgerät entworfen;
- Während Sie dieses Gerät niemals in Falle einer Funktion.

### pl - Wyrob medyczny - Instrukcja uzywania: Niewielka waga - Pozwala wywiczy ramiona i nogi

**Beoogd doeleind:** Voorkomen, verminderen en verbeteren van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging door oefentherapie voor armen en benen. **Beoogde gebruiker:** Laik.

**Indicaties:** Preventie, reduce en verbetering van de gevolgen van verlies of gebrek aan beweging, voornamelijk bij de volgende medische aandoeningen: neuromusculaire, orthopedische, cardiovasculaire, metabole en andere medische aandoeningen die resulteren in bewegingsbeperkingen of bedragedheid.

**Contra-indicaties:** Indien ongewone zwelling, ongemak, duizeligheid, abnormale spier- of gewrichtspijn of pijn in de borst optreedt, dient het gebruik te worden gestaakt en moet contact worden opgenomen met een zorgprofessional.

**Voorzorgsmaatregelen:**

- Tijdens het gebruik van een zorgprofessional;
- Plaats het toestel op een vlak, stabiel, niet-glijd oppervlak;
- Draag geen losse kleding;
- Bij het oefenen van benen: altijd zittend, gebruik geen stoel op wielen, sta nooit recht op het toestel;
- Lees zorgvuldig deze handleiding.

LOT YYY-MM-DD

MVS IN MOTION

YYY-MM-DD

# MoVeS

## STANDARD KNOCK DOWN PEDAL EXERCISER

Exercising arms

Exercising legs

WWW.MOVES-YOU.COM

**Przewidziane zastosowanie:** Zapobieganie, ograniczanie i łagodzenie skutków utraty lub braku ruchu poprzez terapię ruchową ręk i nóg. **Przeznaczony użytkownik:** Laik.

**Wskazania:** Zapobieganie, ograniczanie i łagodzenie skutków utraty lub braku ruchu, głównie w następujących schorzeniach: schorzeniach nerwowo-mięśniowych, ortopedycznych, sercowo-naczyniowych, metabolicznych i innych skutkowych ograniczeniach ruchu lub przykryciem do łóżka. **Przeciwwskazania:** Stosowanie należy przestać w przypadku nietypowego opuchnięcia, dyskomfortu, zawrotów głowy, silnego bólu mięśni lub stawów lub bólu w klatce piersiowej.

**Środki ostrożności:**

- Przed użyciem skonsultuj się z pracownikiem służby zdrowia;
- Używaj na płaskiej, stabilnej, antypoślizgowej powierzchni;
- Nie nosź luźnej odzieży podczas ćwiczeń;
- Podczas ćwiczeń nóg: zawsze należy siedzieć, nie siedzieć na krześle z kółkami, nigdy nie stać na ówczesnym pedale;
- Przeczytaj uważnie ten podręcznik.

**Informacje ogólne:**

- Ćwiczenia należy wykonywać w wolnym, wygodnym tempie;
- Użyj pokrętki oporu, aby dostosować opór do możliwości pacjenta;
- Zaprzętkowany jako urządzenie do ćwiczeń do użytku domowego;
- Nie używać, gdy urządzenie jest uszkodzone.

Wszelkie poważne incydenty (śmiertelne, poważne pogorszenie stanu zdrowia, poważne zagrożenie zdrowia publicznego) należy zgłaszać producentowi i właściwemu organowi.

**Informacje ogólne:**

- Ćwiczenia należy wykonywać w wolnym, wygodnym tempie;
- Użyj pokrętki oporu, aby dostosować opór do możliwości pacjenta;
- Zaprzętkowany jako urządzenie do ćwiczeń do użytku domowego;
- Nie używać, gdy urządzenie jest uszkodzone.

Wszelkie poważne incydenty (śmiertelne, poważne pogorszenie stanu zdrowia, poważne zagrożenie zdrowia publicznego) należy zgłaszać producentowi i właściwemu organowi.

**Przewidziane zastosowanie:** Zapobieganie, ograniczanie i łagodzenie skutków utraty lub braku ruchu poprzez terapię ruchową ręk i nóg. **Przeznaczony użytkownik:** Laik.

**Wskazania:** Zapobieganie, ograniczanie i łagodzenie skutków utraty lub braku ruchu, głównie w następujących schorzeniach: schorzeniach nerwowo-mięśniowych, ortopedycznych, sercowo-naczyniowych, metabolicznych i innych skutkowych ograniczeniach ruchu lub przykryciem do łóżka. **Przeciwwskazania:** Stosowanie należy przestać w przypadku nietypowego opuchnięcia, dyskomfortu, zawrotów głowy, silnego bólu mięśni lub stawów lub bólu w klatce piersiowej.

**Środki ostrożności:**

- Przed użyciem skonsultuj się z pracownikiem służby zdrowia;
- Używaj na płaskiej, stabilnej, antypoślizgowej powierzchni;
- Nie nosź luźnej odzieży podczas ćwiczeń;
- Podczas ćwiczeń nóg: zawsze należy siedzieć, nie siedzieć na krześle z kółkami, nigdy nie stać na ówczesnym pedale;
- Przeczytaj uważnie ten podręcznik.

**Informacje ogólne:**

- Ćwiczenia należy wykonywać w wolnym, wygodnym tempie;
- Użyj pokrętki oporu, aby dostosować opór do możliwości pacjenta;
- Zaprzętkowany jako urządzenie do ćwiczeń do użytku domowego;
- Nie używać, gdy urządzenie jest uszkodzone.

Wszelkie poważne incydenty (śmiertelne, poważne pogorszenie stanu zdrowia, poważne zagrożenie zdrowia publicznego) należy zgłaszać producentowi i właściwemu organowi.