


MOTOmed

Kurz-Bedienungsanleitung MOTOMed viva 2

Beintrainer

- 1) Vorbereitung:** Stellen Sie das MOTOMed viva2 mit dem großen Gerätstandfuß ⑪ möglichst direkt an eine Wand. Setzen Sie sich im Rollstuhl oder auf einem stabilen Stuhl so dicht vor das MOTOMed viva2, dass Ihre Kniegelenke beim Training (bei größter Entfernung der Fußschalen vom Körper) nicht in eine vollständige Streckung kommen.
Wichtig: Rollstuhl bzw. Stuhl gegen Kippen und Wegrutschen sichern.
- 2) Hilfe zum Einlegen und Sichern der Beine (falls erforderlich):** Drücken Sie die kleine längliche blaue Taste „“ ⑦. Durch „gedrückt Halten“ der Tasten „Pedale vor“ ⑤ oder „Pedale zurück“ ⑥ können Sie die Fußschalen ⑩ (Abb. 1) so bewegen, dass Sie Ihre Beine einfach und bequem in der unteren Pedalstellung einlegen können. Fixieren Sie nun Ihre Füße und Beine mit den Flauschbändern oder mit der selbstbedienbaren Fußhalterung (BestNr. 506).
- 3) Beginn des Trainings:** Drücken Sie die rote „start/stop“-Taste ⑧. Die Fußschalen beginnen automatisch, sich langsam in Bewegung zu setzen. Lassen Sie sich in einer kurzen Aufwärmphase einige Minuten vom Motor „passiv“ durchbewegen.
- 4) Motorbetriebene (passive) Bewegung / Drehrichtung ändern:** Mit den beiden Tasten „Drehzahl“ ⑤ und ⑥ können Sie die passiven Umdrehungen der Fußschalen pro Minute verändern. Langsamer: durch Drücken der Taste „Schildkröte“ ⑤ wird die Drehzahl (Geschwindigkeit) verringert. Schneller: durch Drücken der Taste „Hase“ ⑥ wird die Drehzahl erhöht. Mit der Taste „Richtung“ ④ können Sie die Drehrichtung der Fußschalen von vorwärts auf rückwärts und umgekehrt einstellen. Die Tasten ③ bis ⑥ sind mehrfach belegt, je nachdem ob Sie aktiv, d.h. selbst treten, oder sich vom Motor bewegen lassen.
- 5) Selbst aktiv treten, mit Motorunterstützung oder ohne Motor:** Sie können jederzeit beginnen mit eigener Muskelkraft zu treten. Sobald Sie selbst treten wollen, können Sie sich den Übergang ins aktive Training durch Drücken der Taste „ServoTreten“ ③ (Abb. 3) erleichtern. Auf dem Bildschirm erscheint ein Fahrrad und der Hinweis „Sie treten selbst“. Mit den Tasten „leicht“ (kleines Gewicht) ⑤ und „schwer“ (großes Gewicht) ⑥ können Sie die Bremsbelastungsstufe (Gang) von 0 bis 20, angepasst auf Ihre Muskelkraft, einstellen. Wählen Sie z.B. für ein Ausdauertraining den Gang so, dass Sie bei mittlerer Anstrengung längere Zeit trainieren können.
- 6) Entspannungsphasen:** Sobald Sie bemerken, dass Sie ermüden, sollten Sie aufhören, selbst zu treten. Das MOTOMed erkennt dies, der Motor übernimmt und bewegt Ihre Beine passiv durch. Jederzeit können Sie wieder versuchen, selbst zu treten – das MOTOMed nimmt Ihren Impuls erneut auf. Auf dem Bildschirm erscheint ein Fahrrad und der Hinweis „Sie treten selbst“ (Abb. 4).

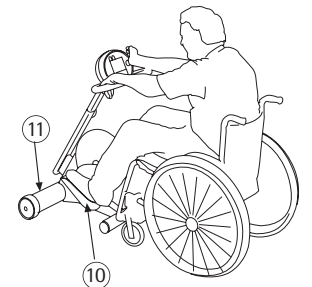


Abb. 1

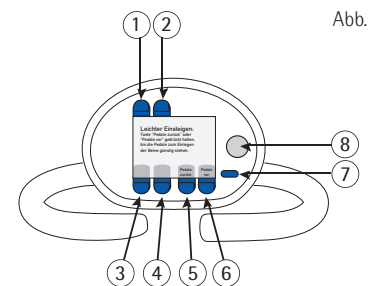


Abb. 2

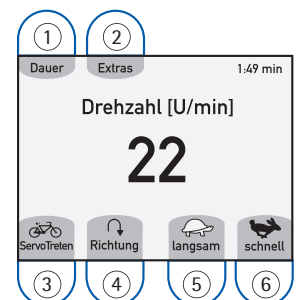


Abb. 3

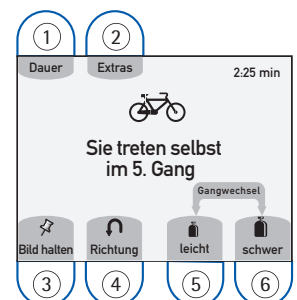


Abb. 4

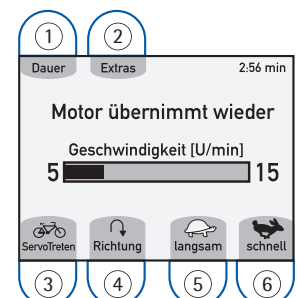


Abb. 5

MOTOmed

Kurz-Bedienungsanleitung MOTOMed viva 2

Beintrainer

- 7) **SymmetrieTraining:** Die Funktion „SymmetrieTraining“ erscheint lediglich im Modus SelbstTreten bzw. ServoTreten. Ziel ist es, Ihre Koordination zu fördern. Stellen Sie die Aktivität Ihrer Beine fest. Die beiden Balken zeigen in Prozent an, wie stark Sie mit dem jeweiligen Bein trainieren. Versuchen Sie konzentriert, beide Beine gleich stark zu bewegen. Durch Drücken der Taste „Bild halten“ ③ können Sie die Bildschirmanzeige fixieren. Drücken Sie erneut die Taste „Bild weiter“ ③ und aktivieren Sie dadurch wieder den Anzeigenwechsel.
- 8) **Beenden des Trainings / Auswertung:** Empfehlenswert ist es, sich vor dem Beenden des Trainings nochmals einige Minuten passiv durchbewegen zu lassen, um die Muskulatur – gegebenenfalls auch die Spastik – zu lockern. Zum Beenden des Trainings drücken Sie die rote „start/stop“-Taste ⑧ (Abb. 2). Drücken Sie dann, bevor sich der „Vorhang“ auf dem Bildschirm schließt, die Taste „Auswertung“ ③. Hier sehen Sie u.a., wie lange Sie motorunterstützt (passiv) geübt und wie lange Sie selbst mit eigener Muskelkraft (aktiv) getreten haben.
- 9) **Auslegen der Beine:** Zum Auslegen der Beine drücken Sie die Taste „Ausstiegshilfe“ ⑥ (Abb. 7). Zuletzt drücken Sie noch einmal die rote „start/stop“-Taste ⑧ (Abb. 2), um das MOTOMed auszuschalten.

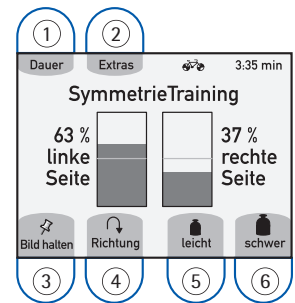


Abb. 6

Arm-/Oberkörpertrainer passiv/aktiv

- 10) **Vorbereitung:** Wenn Ihr MOTOMed mit einem Arm-/Oberkörpertrainer ⑭ ausgestattet ist, müssen Sie den kleinen Gerätestandfuß ⑫ ca. 15 cm herausziehen, um eine höhere Standfestigkeit zu gewährleisten (Mindesteinstecktiefe von 10 cm beachten).
- 11) Öffnen Sie die beiden Feststellschrauben ⑬ und schwenken Sie den Arm-/Oberkörpertrainer ⑭ um 180° im Uhrzeigersinn zu sich her. Ziehen Sie danach beide Feststellschrauben ⑬ wieder an.
- 12) Öffnen Sie die Feststellschraube ⑮ am Aufnahmearm ⑯ und stellen Sie den Arm-/Oberkörpertrainer auf die richtige Trainingshöhe ein.
- 13) **Beginn des Trainings:** Drücken Sie die rote „start/stop“-Taste ⑧ (Abb. 2) und dann die Taste „Armtrainer“. Die Handgriffe ⑰ (Abb. 8) beginnen automatisch, sich langsam in Bewegung zu setzen. Lassen Sie sich in einer Aufwärmphase einige Minuten vom Motor „passiv“ durchbewegen. Wenn die Hände am Armtrainer fixiert werden (z.B. in den Unterarmschalen), ist grundsätzlich die Anwesenheit einer Aufsichtsperson erforderlich. Das Arm-/Oberkörpertraining kann in ähnlicher Weise ablaufen wie das Beintraining (siehe Beintrainer Punkt 4) bis 6) und 8)).

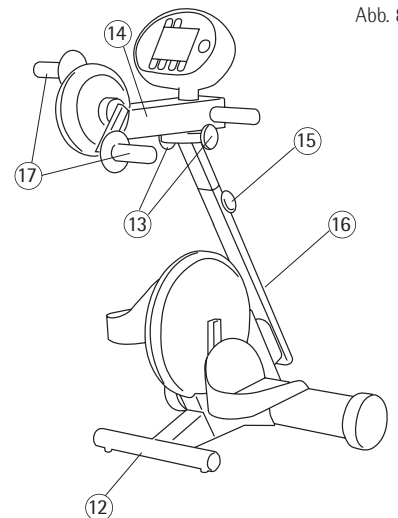


Abb. 8

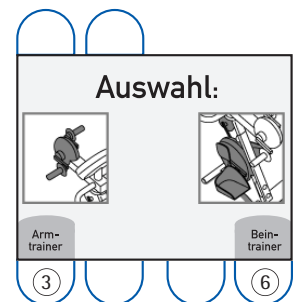


Abb. 9

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Freude mit Ihrem MOTOMed.