

## EE: SHAPEUP - KASUTUSJUHE

Lugupeetud klient,

Täname teid meie toote ostmise eest. Palun lugege enne seadme kasutamist hoolikalt läbi järgmised juhised ja hoidke see kasutusjuhend edaspidiseks kasutamiseks alles.



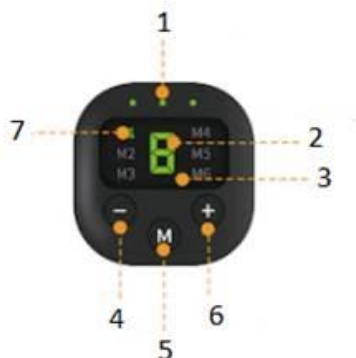
### PAKENDI SISU:

- 1 x SHAPEUP keha vormiv vöö
- 1 x Laadimiskaabel
- 1 x kasutusjuhend

### SPETSIFIKATSIOONID:

- **Suurus:** 46 x 46 x 11,5 mm.
- **Materjal:** Materjal: Materjal: Materjal: Materjal: Materjal: Materjal: Materjal: MATERJAL: ABS + PU
- **Töötemperatuur:** 10-35°C
- **Režiimid:** 6 simulatsioonirežiimi, 10 intensiivsuse taset
- **Tööpinge:** 3.7V / 30mA
- **Tööaeg:** 15 minutit
- **Aku mahutavus:** 150 mAh
- **Töösagedus:** 1-100Hz

### SEADME ÜLEVADE:



1. Indikaatorvalgustus
2. Intensiivsuse näidik
3. LED-ekraan
4. Suurendamisnupp
5. Režiimi muutmise nupp
6. Vähendamise nupp
7. Režiimi näidik

## VÕIMALIKUD TERVISERISKID:

Palun konsulteerige enne selle seadme kasutamist oma arstiga. Seade ei pruugi sobida järgmistes tingimustes:

- Kui kasutaja läbib ravi või tal on füüsilisi kõrvalekaldeid
- Kui kasutajal on pahaloomuline kasvaja
- Kui kasutaja on rase või on viimase aasta jooksul sünnitanud.
- Kui kasutajal on südamehaigus, kõrge vererõhk või varem esinenud kraniiaalnärvi häired
- Kui kasutaja võtab ravimeid ja tema kehatemperatuur on üle 38 °C.
- kui kasutajal on nakkushaigus
- Kui kasutajal on nahahaigus, -haigus või -anomaalia.
- Kui kasutajal on äge haigus
- Kui kasutaja on taastumas haigusest või vajab puhkust.
- Kui kasutajal on ebanormaalne verejooks
- Kui kasutaja ei suuda oma vajadusi või soove vabalt väljendada.
- kui kasutajal on kehva perifeerse vereringe või diabeedi tõttu sensoorsed häired.
- Kui kasutajal on tekkinud allergilised reaktsioonid pärast elektroodipadjakeste kasutamist
- Kui kasutaja on alla 14-aastane

---

## OLULINE MÄRKUS:

Seadme ebaõige kasutamine võib põhjustada ebamugavustunnet või vigastusi ning võib olemasolevaid tervisehäireid süvendada. **ÄRGE** kasutage seda toodet järgmistel aladel:

- Südame ümbruses
- Kirurgilised kohad, sealhulgas piirkonnad, kus on tehtud plastiline operatsioon
- Kael või pea
- Plast- või metalliimplantaadiga alad
- Limaskestast piirkonnad, sealhulgas lahtised haavad, silmad, suu ja suguelundid.
- Hiljuti töödeldud piirkonnad, kus on teostatud karvade eemaldamine
- kõht menstruatsiooni ajal
- Piirkonnad, kus on implanteeritud meditsiiniline seade, näiteks südamestimulaator.
- Kasutajad, kes kasutavad väliseid meditsiinilisi instrumente, näiteks elektrokardiograafi.

## TÄHELEPANU:

Kui liigutate elektroodipadjad teisele kehaosale või teise inimese kehale, lülitage seade kõigepealt välja. Kui teil tekib kasutamise ajal ebamugavustunne, lõpetage kohe seadme kasutamine. Kui teie keha või nahk tundub ebamugavustunne, pidage nõu oma arstiga ja järgige tema nõuandeid.

See toode ei ole meditsiiniline seade.

---

## EMS MIKROVOOLUSTIMULATSIOONI TUTVUSTUS

EMS (elektriline lihasstimulatsioon) töötab, edastades mikrovoolusignaale seadme kaudu teie lihastesse. Need signaalid, mis jäävad vahemikku 40 Hz kuni 2500 Hz, on sarnased teie keha loomulikele bioelektrilistele signaalidele ja mõjutavad ainult lihaskihti. EMS-signaalid stimuleerivad lihaskontraktsioone, aidates vähendada rasva ja toniseerida keha.

EMS pakub kaaluvaba fitnesslahendust, vältides traditsioonilistest fitnessmeetoditest või professionaalse juhendamise puudumisest tulenevaid kahjustusi. EMS-i peamine eelis on selle kõrge tõhusus ja madalsageduslik stimulatsioon. Uuringud näitavad, et kvaliteetse EMS-seadme kasutamine 20 minuti jooksul on samaväärne 120-minutilise treeninguga jõusaalis. Siiski ei pruugi madalama kvaliteediga plaastritega saavutada samasuguseid tulemusi fitnessi või kaalulanguse osas.

---

## KASUTUSJUHEND

1. Võtke seade lahti ja kinnitage põhiüksus massaažiplaastri külge.
  2. Eemaldage massaažiplaastri läbipaistev kaitsekile.
  3. Kandke massaažiplaaster soovitud kehapiirkonnale.
  4. **Lülitage seade sisse:** Vajutage 2 sekundit pikalt nuppu " + ". Roheline tuli süttib ja vaikimisi intensiivsuse tase on 0. Intensiivsuse suurendamiseks vajutage nuppu " + ". Roheline tuli vilgub kasutamise ajal.
  5. Intensiivsuse vähendamiseks vajutage nuppu " - ".
  6. Režiimi vahetamiseks vajutage nuppu " M " ja kasutage intensiivsuse suurendamiseks nuppu " + ". Režiimi saab muuta seadme töötamise ajal ning pärast režiimi muutmist lülitub intensiivsus vaikimisi tasemele 1.
  7. **Väljalülitamiseks:** Hoidke nuppu " - " all, kuni roheline tuli kustub.
  8. Pärast kasutamist eemaldage massaažiplaaster ja katke see kaitsekilega. Hoidke seda jahedas ja kuivas kohas.
  9. **Meeldetuletus:** Seade lülitub automaatselt välja, kui massaažiplaastrit eemaldatakse kauemaks kui 10 sekundiks.
- 

## LAADIMISJUHISED

- Ühendage laadimiskaabli üks ots 5V/1A adapterisse või arvuti USB-porti.
  - Laadimise ajal põleb punane tuli seadme keskel. Punane tuli lülitub välja, kui seade on täielikult laetud.
  - Kui seade on sisselülitatud, näitab aku aku taset:
    - 4 = 100%
    - 3 = 75%
    - 2 = 50%
    - 1 = 25%
- 

## TOOTE HOOLDUS (PUHASTAMINE)

### Põhiseadme hooldus:

- Pühkige peaseadet pehme lapiga.
- Vältige liigselt märgade lappide kasutamist, et vältida vee sattumist seadmesse.
- Ärge kasutage seadme puhastamiseks lahusteid, bensiini ega muid lenduvaid vedelikke.

### Massaažiplaadi hooldus:

- Kui massaažiplaaster määrdub, pühkige seda niiske lapiga või peske veega.

- Pärast pesemist laske sellel enne taaskasutamist kuivada.

#### Massaažiplaastrite jaoks kohandatud geel:

- Optimaalse jõudluse saavutamiseks kasutage kohandatud geeli, mille paksus on 1 mm.
- Tavalised geelid, mis on 0,8 mm paksused, võivad põhjustada ebamugavustunnet või kipitustunnet.
- Geel on kuluv toode ja seda ei tohi painutada ega voltida, kuna see võib põhjustada kahjustusi.

#### Vahetage geel välja, kui:

- selle avamisest on möödunud rohkem kui 5 päeva.
- Te olete seda kasutanud rohkem kui 25-30 minutit (pärast nahale kinnitamist).
- Geeli kleepuvus on vähenenud või pind tundub kuiv, vajunud, kahjustatud või määrdunud.

#### Kasutaja märkused:

- See toode sisaldab kulumismaterjali, seega võib pikemaajalisel kasutamisel olla vajalik selle asendamine.
- Seadme ja tarvikute eluea säilitamiseks järgige tootja soovitusi.

#### SAGEDASED PROBLEEMID JA LAHENDUSED:

SÜMPTOM	VÕIMALIKUD PÕHJUSED	LAHENDUS
Ei ole võimalik sisse lülitada	Aku on tühi	Kontrollige märgutuled
		Ühendage USB-kaabel
Ei tunne voolu stimuleerimist	Intensiivsuse tase ei ole reguleeritud	Suurendage intensiivsuse taset
	Geelipadi ei ole tihedalt nahale kinnitatud	Kinnitage geelpadi korralikult nahale
	Geelipadi on kahjustatud	Asendage uus geelipadi
	Geelipadi on määrdunud	Puhastage geelpadi
	Intensiivsuse tase on liiga madal	Reguleerige intensiivsuse taset
Madal voolu stimulatsioon	Patarei on tühi	Ühendage USB-kaabel laadimiseks
	Geelipadi on kahjustatud	Asendage uus geelpadi
	Geelipadi on määrdunud	Puhastage geelpadi
Kõrge voolu stimuleerimine	Seade on seadistatud kõrge intensiivsusega režiimile	Vähendage intensiivsuse taset
	Geelipadi ei ole tihedalt nahale kinnitatud	Veenduge, et geelpadi on korralikult kinnitatud
Seade lülitub ootamatult välja	Aku on tühi	Kontrollige toiteallikat
		Laadige seadet kiiresti
Massaažipadi langeb maha	Mustus, vesi või higi nahal	Puhastage nahk enne kasutamist

SÜMPTOM	VÕIMALIKUD PÕHJUSED	LAHENDUS
	Geelipadi on kahjustatud	Asendage uue geelipadjaga
	Geelipadi on määrdunud	Puhastage geelipadi
Erinevad piirkonnad on erineva intensiivsusega	Keha tundlikkuse või vibratsiooni lainekuju varieerumine	Tundlikkus võib kehaosade lõikes erineda
		Vibratsiooni tõttu võivad lainekujud vahelduda
naha punetus või kipitus	Geelipadi ei ole tihedalt nahale kinnitatud	Kinnitage geelipadi uuesti korralikult naha külge.
	Geelipadi on kahjustatud	Asendage uus geelipadi.
	Geelipadi on määrdunud või kuiv	Puhastage või vahetage geelipadi välja.

#### JUHISED RINGLUSSEVÕTU JA KÕRVALDAMISE KOHTA:



See märgis tähendab, et toodet ei tohi kogu ELis kõrvaldada muude olmejäätmetena. Et vältida võimalikku kahju keskkonnale või inimeste tervisele kontrollimatust jäätmete kõrvaldamisest. Taaskasutage vastutustundlikult, et edendada materiaalsete ressursside säästvat kasutamist. Kui soovite kasutatud seadme tagastada, kasutage äraviimis- ja kogumissüsteemi või võtke ühendust jaemüüjaga, kellelt te toote ostsite. Jaemüüja võib toote vastu võtta keskkonnasõbralikuks ringlussevõtuks.



Tootja deklaratsioon selle kohta, et toode vastab kohaldatavate ELi direktiivide nõuetele.