

## LV: SHAPEUP - LIETOTĀJA ROKASGRĀMATA

Cienījamie klienti,

Paldies, ka iegādājāties mūsu produktu. Lūdzu, pirms ierīces lietošanas uzmanīgi izlasiet turpmāk sniegtos norādījumus un saglabāiet šo rokasgrāmatu turpmākai lietošanai.



---

### IEPAKOJUMA SATURS:

- 1 x SHAPEUP ķermeņa veidošanas josta.
- 1 x lādēšanas kabelis
- 1 x lietotāja rokasgrāmata

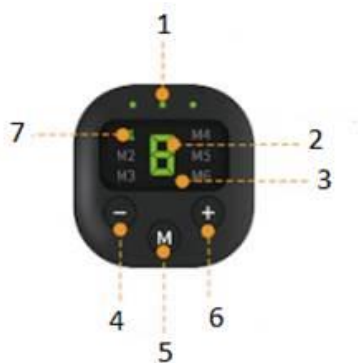
---

### SPECIFIKĀCIJAS:

- **Izmērs:** 46 x 46 x 11,5 mm
- **Materiāls:** MATERIĀLS: ABS + PU
- **Darba temperatūra:** 10-35°C
- **Režīmi:** 6 simulācijas režīmi, 10 intensitātes līmeņi
- **Darba spriegums:** 3,7 V / 30 mA
- **Darba laiks:** 15 minūtes
- **Akumulatora ietilpība:** 150 mAh
- **Darbības frekvence:** 1-100Hz

---

### IERĪCES PĀRSKATS:



1. Indikatora gaisma
2. Intensitātes displejs
3. LED displejs
4. Palielināšanas poga
5. Režīma maiņas poga
6. Samazināšanas poga
7. Režīma displejs

## IESPĒJAMIE RISKI VESELĪBAI:

Pirms šīs ierīces lietošanas konsultējieties ar savu ārstu. Ierīce var nebūt piemērota šādos apstākļos:

- Ja lietotājam tiek veikta ārstēšana vai ir fiziskas anomālijas.
- Ja lietotājam ir ļaundabīgs audzējs
- Ja lietotājs ir grūtniece vai pēdējā gada laikā ir dzemdējis.
- Ja lietotājam ir sirds slimība, augsts asinsspiediens vai galvaskausa nervu traucējumi.
- ja lietotājs lieto medikamentus un viņa ķermeņa temperatūra pārsniedz 38°C
- ja lietotājam ir infekcijas slimība
- ja lietotājam ir ādas traucējumi, slimība vai anomālija
- ja lietotājam ir akūta slimība
- ja lietotājs atveseļojas pēc slimības vai viņam nepieciešama atpūta
- Ja lietotājam ir patoloģiska asiņošana
- ja lietotājs nespēj brīvi izteikt savas vajadzības vai vēlmes
- ja lietotājam ir maņu traucējumi, ko izraisījusi slikta perifēriskā asinsrite vai diabēts
- ja lietotājam ir bijušas alerģiskas reakcijas pēc elektrodu spilventiņu lietošanas
- ja lietotājs ir jaunāks par 14 gadiem

---

## SVARĪGS PAZIŅOJUMS:

Neatbilstoša ierīces lietošana var radīt diskomfortu vai traumas un var saasināt esošās slimības.

**NEIZMANTO** lietot šo ierīci šādās vietās:

- ap sirdi
- ķirurģiskas operācijas vietās, tostarp vietās, kur ir veikta plastiskā ķirurģija.
- kakla vai galvas
- Vietas ar plastmasas vai metāla implantiem
- gļotādas zonas, tostarp atklātas brūces, acis, muti un dzimumorgānus.
- Nesen apstrādātas vietas, kur veikta epilācija
- vēders menstruāciju laikā
- Vietas, kurās ir implantēta medicīniska ierīce, piemēram, elektrokardiostimulators.
- lietotāji ar ārējiem medicīnas instrumentiem, piemēram, elektrokardiogrāfiem

## UZMANĪBU:

Pārvietojot elektrodu spilventiņus uz citu ķermeņa daļu vai uz citas personas ķermeņa, vispirms izslēdziet ierīci. Ja lietošanas laikā rodas diskomforts, nekavējoties pārtrauciet ierīces lietošanu. Ja ķermenis vai āda jūt diskomfortu, konsultējieties ar ārstu un ievērojiet viņa ieteikumus.

Šis izstrādājums nav medicīnas ierīce.

---

## IEVADS EMS MIKROSTRĀVAS STIMULĀCIJĀ

EMS (muskuļu elektriskā stimulācija) darbojas, ar ierīces palīdzību raidot mikrostrāvas signālus uz jūsu muskuļiem. Šie signāli, kas svārstās no 40 Hz līdz 2500 Hz, ir līdzīgi jūsu ķermeņa dabiskajiem bioelektriskajiem signāliem un ietekmē tikai muskuļu slāni. EMS signāli stimulē muskuļu kontrakcijas, palīdzot samazināt tauku daudzumu un tonizēt ķermeni.

EMS nodrošina bezsvara fitnesa risinājumu, novēršot kaitējumu, ko rada tradicionālās fitnesa metodes vai profesionālu norādījumu trūkums. EMS galvenā priekšrocība ir tās augstā efektivitāte un zemas frekvences stimulācija. Pētījumi liecina, ka augstas kvalitātes EMS ierīces lietošana 20 minūtes ir līdzvērtīga 120 minūšu ilgai vingrošanai sporta zālē. Tomēr zemākas kvalitātes plāksteri var nesasniegt tādas pašas fitnesa vai svara samazināšanas rezultātus.

---

## LIETOŠANAS INSTRUKCIJA

1. Izsaiņojiet ierīci un pievienojiet galveno ierīci masāžas plāksterim.
  2. Noņemiet caurspīdīgo aizsargplēvi no masāžas plākstera.
  3. Uzlieciet masāžas plāksteri uz vēlamās ķermeņa zonas.
  4. **Lai ieslēgtu:** Nospiediet pogu " + " uz 2 sekundēm. Ieslēgsies zaļā gaisma, un noklusējuma intensitātes līmenis ir 0. Nospiediet " + " pogu, lai palielinātu intensitāti. Lietošanas laikā zaļā gaisma mirgo.
  5. Lai samazinātu intensitāti, nospiediet pogu " - ".
  6. Lai mainītu režīmu, nospiediet pogu " M " un izmantojiet pogu " + ", lai palielinātu intensitāti. Režīmu var mainīt ierīces darbības laikā, un pēc režīma maiņas intensitāte pēc noklusējuma būs 1. līmenī.
  7. **Izslēgšana:** Nospiediet pogu " - ", līdz zaļā gaisma izslēdzas.
  8. Pēc lietošanas noņemiet masāžas plāksteri un pārklājiet to ar aizsargplēvi. Uzglabājiet to vēsā, sausā vietā.
  9. **Atgādinājums:** Ja masāžas plāksteris tiks noņemts uz vairāk nekā 10 sekundēm, ierīce automātiski izslēdzas.
- 

## UZLĀDES INSTRUKCIJAS

- Pievienojiet vienu uzlādes kabeļa galu 5 V/1 A adapterim vai datora USB pieslēgvietai.
  - Lādēšanas laikā ierīces vidū iedegsies sarkanā lampiņa. Kad ierīce ir pilnībā uzlādēta, sarkanā gaisma izslēdzas.
  - Kad ierīce ir ieslēgta, enerģijas displejā tiek parādīts akumulatora uzlādes līmenis:
    - 4 = 100%
    - 3 = 75%
    - 2 = 50%
    - 1 = 25%
- 

## IZSTRĀDĀJUMA APKOPE (TĪRĪŠANA)

### Galvenā bloka apkope:

- Galvenās vienības tīrīšana: noslaukiet galveno bloku ar mīkstu drānu.
- Izvairieties no pārāk mitru drānu lietošanas, lai novērstu ūdens iekļūšanu ierīcē.
- Ierīces tīrīšanai neizmantojiet šķīdinātājus, benzīnu vai citus gaistošus šķidrumus.

### Masāžas plākstera apkope:

- Ja masāžas plāksteris kļūst netīrs, noslaukiet to ar mitru drānu vai nomazgājiet ar ūdeni.

- Pēc mazgāšanas pirms atkārtotas lietošanas ļaujiet tam nožūt.

#### Pielāgots gels masāžas spilventiņiem:

- Lai nodrošinātu optimālu veikspēju, izmantojiet pielāgotu 1 mm biezu gelu.
- Standarta želejas, kuru biezums ir 0,8 mm, var radīt diskomforta vai tirpšanas sajūtu.
- Gels ir patēriņa prece, un to nedrīkst locīt vai locīt, jo tas var radīt bojājumus.

#### Nomainiet gelu, ja:

- kopš tā pirmās atvēršanas ir pagājušas vairāk nekā 5 dienas.
- Jūs esat to lietojis ilgāk nekā 25-30 minūtes (pēc pielīmēšanas pie ādas).
- Gēla lipīgums ir samazinājies vai arī tā virsma ir sausa, iegrimusi, bojāta vai netīra.

#### Piezīmes lietotājam:

- Šis izstrādājums satur palīgmateriālus, tāpēc, lietojot to ilgāk, var būt nepieciešama to nomaiņa.
- Lai saglabātu ierīces un piederumu kalpošanas laiku, ievērojiet ražotāja ieteikumus.

#### BIEŽĀK SASTOPAMĀS PROBLĒMAS UN TO RISINĀJUMI:

SIMPTOMS	IESPĒJAMIE CĒLOŅI	RISINĀJUMS
Nav iespējams ieslēgt	Akumulators ir izlādējies	Pārbaudiet indikatora gaismiņu
		Pievienojiet USB kabeli
Nav jūtama strāvas stimulācija	Intensitātes līmenis nav noregulēts	Palieliniet intensitātes līmeni
	Gēla spilventiņš nav cieši piestiprināts pie ādas	Pareizi piestipriniet gēla spilventiņu pie ādas
	Gēla spilventiņš ir bojāts	Aizstāt ar jaunu gēla spilventiņu
	Gēla spilventiņš ir netīrs	Notīriet gēla spilventiņu
	Intensitātes līmenis ir pārāk zems	Noregulējiet intensitātes līmeni
Zema strāvas stimulācija	Akumulators ir izlādējies	Pievienojiet USB kabeli, lai uzlādētu
	Gēla spilventiņš ir bojāts	Nomainiet ar jaunu gēla spilventiņu
	Gēla spilventiņš ir netīrs	Notīriet želejas spilventiņu
Augstas strāvas stimulācija	Ierīce ir iestatīta augstas intensitātes režīmā	Samaziniet intensitātes līmeni
	Gēla spilventiņš nav cieši piestiprināts pie ādas	Pārliedzinieties, ka gēla spilventiņš ir pareizi piestiprināts
Ierīce pēkšņi izslēdzas	Akumulatora uzlāde ir zema	Pārbaudiet barošanas avotu
		Nekavējoties uzlādējiet ierīci
Masāžas spilventiņš nokrīt	Netīrumi, ūdens vai sviedri uz ādas	Pirms lietošanas notīriet ādu
	Gēla spilventiņš ir bojāts	Nomainiet ar jaunu želejas spilventiņu

SIMPTOMS	IESPĒJAMIE CĒLOŅI	RISINĀJUMS
	Gēla spilventiņš ir netīrs	Notīriet želejas spilventiņu
Atšķirīga intensitāte dažādās zonās	Ķermeņa jutības vai vibrācijas viļņu formas atšķirības	Dažādās ķermeņa daļās jutība var atšķirties Viļņu formas var mainīties vibrācijas dēļ.
Ādas apsārtums vai tirpšana	Gēla spilventiņš nav cieši piestiprināts pie ādas	Atkārtoti pareizi piestipriniet gēla spilventiņu pie ādas.
	Gēla spilventiņš ir bojāts	Aizstāt ar jaunu gēla spilventiņu
	Gēla spilventiņš ir netīrs vai sauss	Notīriet vai nomainiet gēla spilventiņu

#### INSTRUKCIJAS PAR PĀRSTRĀDI UN IZMETIENU:



Šī etiķete nozīmē, ka produkts nedrīkst tikt izmesti kā parasts sadzīves atkritums visā ES. Lai novērstu iespējamus kaitējumus vides vai cilvēku veselībai no nekontrolētas atkritumu izgāšanas. Pārstrādājiet atbildīgi, lai veicinātu materiālu resursu ilgtspējīgu izmantošanu. Ja vēlaties atgriezt lietoto ierīci, izmantojiet atdevi un kolekcijas sistēmu vai sazinieties ar mazumtirgotāju, no kura iegādājāties produktu. Mazumtirgotājs var pieņemt produktu ekoloģiski drošai pārstrādei.



Ražotāja deklarācija, ka produkts atbilst attiecīgajām ES direktīvām.