

## GR: SHAPEUP - ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΗΣ

Αγαπητέ πελάτη,

Σας ευχαριστούμε για την αγορά του προϊόντος μας. Παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά τις παρακάτω οδηγίες πριν χρησιμοποιήσετε τη συσκευή σας και φυλάξτε το παρόν εγχειρίδιο για μελλοντική αναφορά.



### ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ:

- 1 x Ζώνη διαμόρφωσης σώματος SHAPEUP
- 1 x Καλώδιο φόρτισης
- 1 x Εγχειρίδιο χρήσης

### ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ:

- **Μέγεθος:** 46 x 46 x 11,5 mm
- **Υλικό:** ΥΛΙΚΟ: ABS + PU
- **Θερμοκρασία λειτουργίας:** 10-35°C
- **Λειτουργίες:** 6 λειτουργίες προσομοίωσης, 10 επίπεδα έντασης
- **Τάση λειτουργίας:** 3.7V / 30mA
- **Χρόνος εργασίας:** 15 λεπτά
- **Χωρητικότητα μπαταρίας:** 150 mAh
- **Συχνότητα λειτουργίας:** 1-100Hz

### ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΗΣ:



1. Ενδεικτική λυχνία
2. Οθόνη έντασης
3. Οθόνη LED
4. Κουμπί αύξησης
5. Κουμπί αλλαγής λειτουργίας
6. Κουμπί μείωσης
7. Οθόνη λειτουργίας

## ΠΙΘΑΝΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ:

Συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε αυτή τη συσκευή. Η συσκευή ενδέχεται να μην είναι κατάλληλη στις ακόλουθες συνθήκες:

- Εάν ο χρήστης υποβάλλεται σε ιατρική θεραπεία ή έχει σωματικές ανωμαλίες
- Εάν ο χρήστης έχει κακοήγη όγκο
- Εάν ο χρήστης είναι έγκυος ή έχει γεννήσει εντός του τελευταίου έτους
- Εάν ο χρήστης έχει καρδιακή πάθηση, υψηλή αρτηριακή πίεση ή ιστορικό διαταραχών των κρανιακών νεύρων
- Εάν ο χρήστης λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή και έχει θερμοκρασία σώματος άνω των 38°C
- Εάν ο χρήστης πάσχει από μολυσματική ασθένεια
- Εάν ο χρήστης πάσχει από δερματική διαταραχή, νόσο ή ανωμαλία
- Εάν ο χρήστης πάσχει από οξεία νόσο
- Εάν ο χρήστης αναρρώνει από ασθένεια ή χρειάζεται ανάπαυση
- Εάν ο χρήστης έχει ανώμαλη αιμορραγία
- Εάν ο χρήστης δεν είναι σε θέση να εκφράσει ελεύθερα τις ανάγκες ή τις επιθυμίες του
- Εάν ο χρήστης πάσχει από αισθητηριακές διαταραχές λόγω κακής περιφερικής κυκλοφορίας ή διαβήτη
- Εάν ο χρήστης έχει εμφανίσει αλλεργικές αντιδράσεις μετά τη χρήση των ηλεκτροδίων
- Εάν ο χρήστης είναι κάτω των 14 ετών

---

## ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ:

Η ακατάλληλη χρήση της συσκευής μπορεί να προκαλέσει δυσφορία ή τραυματισμό και μπορεί να επιδεινώσει τις υπάρχουσες ιατρικές καταστάσεις. **ΜΗΝ** χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν στις ακόλουθες περιοχές:

- Γύρω από την καρδιά
- Χειρουργικές περιοχές, συμπεριλαμβανομένων των περιοχών στις οποίες έχει πραγματοποιηθεί πλαστική χειρουργική επέμβαση
- Στο λαιμό ή το κεφάλι
- Περιοχές με πλαστικά ή μεταλλικά εμφυτεύματα
- Περιοχές του βλεννογόνου, συμπεριλαμβανομένων των ανοιχτών πληγών, των ματιών, του στόματος και των γεννητικών οργάνων
- Πρόσφατα επεξεργασμένες περιοχές όπου έχει γίνει αποτρίχωση
- Η κοιλιά κατά τη διάρκεια της εμμήνου ρύσεως
- Περιοχές όπου υπάρχει εμφυτευμένη ιατρική συσκευή, όπως βηματοδότης
- Χρήστες με εξωτερικά ιατρικά όργανα, όπως ηλεκτροκαρδιογράφοι

## ΠΡΟΣΟΧΗ:

Όταν μετακινείτε τα μαξιλαράκια ηλεκτροδίων σε άλλο σημείο του σώματός σας ή στο σώμα άλλου ατόμου, απενεργοποιήστε πρώτα τη συσκευή. Εάν αισθανθείτε οποιαδήποτε ενόχληση κατά τη χρήση, σταματήστε αμέσως τη χρήση της συσκευής. Εάν το σώμα ή το δέρμα σας αισθάνεται άβολα, συμβουλευτείτε το γιατρό σας και ακολουθήστε τις συμβουλές του.

Αυτό το προϊόν δεν αποτελεί ιατρική συσκευή.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΔΙΕΓΕΡΣΗ ΜΕ ΜΙΚΡΟΡΕΥΜΑΤΑ EMS

Το EMS (Ηλεκτρική διέγερση μυών) λειτουργεί με τη μετάδοση σημάτων μικρορεύματος μέσω της συσκευής στους μύς σας. Αυτά τα σήματα, τα οποία κυμαίνονται από 40Hz έως 2500Hz, είναι παρόμοια με τα φυσικά βιοηλεκτρικά σήματα του σώματός σας και επηρεάζουν μόνο το μυϊκό στρώμα. Τα σήματα EMS διεγείρουν τις μυϊκές συσπάσεις, βοηθώντας στη μείωση του λίπους και στην τόνωση του σώματος.

Το EMS παρέχει μια λύση γυμναστικής χωρίς βάρος, αποφεύγοντας τις βλάβες που προκαλούνται από τις παραδοσιακές μεθόδους γυμναστικής ή την έλλειψη επαγγελματικής καθοδήγησης. Το κύριο πλεονέκτημα του EMS είναι η υψηλή αποτελεσματικότητα και η διέγερση χαμηλής συχνότητας. Σύμφωνα με έρευνες, η χρήση μιας υψηλής ποιότητας συσκευής EMS για 20 λεπτά ισοδυναμεί με 120 λεπτά άσκησης σε γυμναστήριο. Ωστόσο, τα έμπλαστρα χαμηλότερης ποιότητας μπορεί να μην επιτυγχάνουν τα ίδια αποτελέσματα γυμναστικής ή απώλειας βάρους.

---

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

1. Αποσυσκευάστε τη συσκευή και συνδέστε την κύρια μονάδα στο επίθεμα μασάζ.
2. Αφαιρέστε τη διαφανή προστατευτική μεμβράνη από το επίθεμα μασάζ.
3. Εφαρμόστε το επίθεμα μασάζ στην επιθυμητή περιοχή του σώματος.
4. **Για να ενεργοποιήσετε το σύστημα:** Πατήστε παρατεταμένα το κουμπί " + " για 2 δευτερόλεπτα. Η πράσινη λυχνία θα ανάψει και το προεπιλεγμένο επίπεδο έντασης είναι 0. Πατήστε το κουμπί " + " για να αυξήσετε την ένταση. Η πράσινη λυχνία θα αναβοσβήνει κατά τη χρήση.
5. Για να μειώσετε την ένταση, πατήστε το κουμπί " - ".
6. Για να αλλάξετε λειτουργία, πατήστε το κουμπί " M " και χρησιμοποιήστε το κουμπί " + " για να αυξήσετε την ένταση. Μπορείτε να αλλάξετε τον τρόπο λειτουργίας ενώ η συσκευή λειτουργεί και η ένταση θα είναι προεπιλεγμένη στο επίπεδο 1 μετά την αλλαγή του τρόπου λειτουργίας.
7. **Για να απενεργοποιήσετε τη συσκευή:** Κρατήστε πατημένο το κουμπί " - " μέχρι να σβήσει η πράσινη λυχνία.
8. Μετά τη χρήση, αφαιρέστε το επίθεμα μασάζ και καλύψτε το με την προστατευτική μεμβράνη. Αποθηκεύστε το σε ένα δροσερό και ξηρό μέρος.
9. **Υπενθύμιση:** Η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα εάν το επίθεμα μασάζ αφαιρεθεί για περισσότερο από 10 δευτερόλεπτα.

---

### ΟΔΗΓΙΕΣ ΦΟΡΤΙΣΗΣ

- Συνδέστε το ένα άκρο του καλωδίου φόρτισης σε έναν προσαρμογέα 5V/1A ή σε μια θύρα USB του υπολογιστή σας.
- Κατά τη διάρκεια της φόρτισης, η κόκκινη λυχνία στο κέντρο της συσκευής θα είναι αναμμένη. Η κόκκινη λυχνία σβήνει όταν η συσκευή είναι πλήρως φορτισμένη.
- Η οθόνη ισχύος δείχνει τα επίπεδα της μπαταρίας όταν η συσκευή είναι ενεργοποιημένη:
  - 4 = 100%
  - 3 = 75%
  - 2 = 50%
  - 1 = 25%

## ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ (ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ)

### Συντήρηση της κύριας μονάδας:

- Σκουπίστε την κύρια μονάδα με ένα μαλακό πανί.
- Αποφύγετε τη χρήση υπερβολικά υγρών πανιών για να αποφύγετε την είσοδο νερού στη συσκευή.
- Μην χρησιμοποιείτε διαλύτες, βενζίνη ή άλλα πτητικά υγρά για τον καθαρισμό της συσκευής.

### Συντήρηση του επιθέματος μασάζ:

- Εάν το επίθεμα μασάζ λερωθεί, σκουπίστε το με ένα υγρό πανί ή πλύντε το με νερό.
- Μετά το πλύσιμο, αφήστε το να στεγνώσει πριν το επαναχρησιμοποιήσετε.

### Προσαρμοσμένο τζελ για τα επιθέματα μασάζ:

- Για βέλτιστη απόδοση, χρησιμοποιήστε ένα προσαρμοσμένο τζελ με πάχος 1 mm.
- Τα τυποποιημένα τζελ, τα οποία έχουν πάχος 0,8 mm, ενδέχεται να προκαλέσουν δυσφορία ή αίσθηση μυρμηγκιάσματος.
- Το τζελ είναι αναλώσιμο στοιχείο και δεν πρέπει να λυγίζεται ή να διπλώνεται, καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει ζημιά.

### Αντικαταστήστε το τζελ εάν:

- Έχουν περάσει περισσότερες από 5 ημέρες από τότε που ανοίχτηκε για πρώτη φορά.
- Το έχετε χρησιμοποιήσει για περισσότερο από 25-30 λεπτά (αφού το κολλήσετε στο δέρμα σας).
- Η κολλητικότητα του τζελ έχει μειωθεί ή η επιφάνειά του φαίνεται ξηρή, βυθισμένη, κατεστραμμένη ή βρώμικη.

### Σημειώσεις χρήστη:

- Αυτό το προϊόν περιέχει αναλώσιμα, οπότε μπορεί να χρειαστεί αντικατάσταση με εκτεταμένη χρήση.
- Για να διατηρήσετε τη διάρκεια ζωής της συσκευής και των εξαρτημάτων σας, ακολουθήστε τις συστάσεις του κατασκευαστή.

## ΚΟΙΝΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΛΥΣΕΙΣ:

ΣΥΜΠΤΩΜΑ	ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΙΤΙΕΣ	ΛΥΣΗ
Αδυναμία ενεργοποίησης	Η μπαταρία έχει εξαντληθεί	Ελέγξτε την ενδεικτική λυχνία
		Συνδέστε το καλώδιο USB
Δεν αισθάνεστε την τρέχουσα διέγερση	Το επίπεδο έντασης δεν έχει ρυθμιστεί	Αυξήστε το επίπεδο έντασης
	Το μαξιλάρι τζελ δεν είναι στενά συνδεδεμένο με το δέρμα	Προσαρμόστε το μαξιλάρι τζελ σωστά στο δέρμα

ΣΥΜΠΤΩΜΑ	ΠΙΘΑΝΕΣ ΑΙΤΙΕΣ	ΛΥΣΗ
	Το μαξιλάρι τζελ έχει υποστεί ζημιά	Αντικαταστήστε το με ένα νέο μαξιλάρι τζελ
	Το μαξιλάρι τζελ είναι βρώμικο	Καθαρίστε το μαξιλάρι τζελ
	Το επίπεδο έντασης είναι πολύ χαμηλό	Ρυθμίστε το επίπεδο έντασης
Διέγερση με χαμηλό ρεύμα	Η μπαταρία είναι χαμηλή	Συνδέστε το καλώδιο USB για φόρτιση
	Το μαξιλάρι τζελ έχει υποστεί ζημιά	Αντικαταστήστε το με ένα νέο μαξιλάρι τζελ
	Το μαξιλάρι τζελ είναι βρώμικο	Καθαρίστε το μαξιλάρι τζελ
Διέγερση με υψηλό ρεύμα	Η συσκευή έχει ρυθμιστεί σε λειτουργία υψηλής έντασης	Μειώστε το επίπεδο έντασης
	Το μαξιλαράκι τζελ δεν είναι στενά συνδεδεμένο με το δέρμα	Βεβαιωθείτε ότι το μαξιλάρι τζελ είναι σωστά στερεωμένο
Η συσκευή απενεργοποιείται ξαφνικά	Η μπαταρία είναι χαμηλή	Ελέγξτε την πηγή τροφοδοσίας
		Φορτίστε αμέσως τη συσκευή
Το μαξιλάρι μασάζ πέφτει	Βρωμιά, νερό ή ιδρώτας στο δέρμα	Καθαρίστε το δέρμα σας πριν από τη χρήση
	Το μαξιλάρι τζελ έχει υποστεί ζημιά	Αντικαταστήστε το με ένα νέο μαξιλάρι τζελ
	Το μαξιλάρι τζελ είναι βρώμικο	Καθαρίστε το μαξιλάρι τζελ
Διαφορετική ένταση σε διαφορετικές περιοχές	Διαφοροποίηση στην ευαισθησία του σώματος ή στην κυματομορφή των δονήσεων	Η ευαισθησία μπορεί να διαφέρει σε διάφορα μέρη του σώματος
		Οι κυματομορφές μπορεί να εναλλάσσονται λόγω της δόνησης
Ερυθρότητα ή μυρμήγκιασμα του δέρματος	Το μαξιλάρι τζελ δεν είναι στενά συνδεδεμένο με το δέρμα	Επανατοποθετήστε το μαξιλάρι τζελ σωστά στο δέρμα
	Το μαξιλάρι τζελ έχει υποστεί ζημιά	Αντικαταστήστε το με νέο μαξιλάρι τζελ
	Το μαξιλάρι τζελ είναι βρώμικο ή στεγνό	Καθαρίστε ή αντικαταστήστε το μαξιλάρι τζελ

#### ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟΡΡΙΨΗ:



Αυτή η ετικέτα σημαίνει ότι το προϊόν δεν πρέπει να απορρίπτεται ως συνηθισμένα οικιακά απορρίμματα σε ολόκληρη την ΕΕ. Για την πρόληψη πιθανών ζημιών στο περιβάλλον ή την ανθρώπινη υγεία από μη ελεγχόμενη απόρριψη αποβλήτων. Ανακυκλώστε υπεύθυνα για την προώθηση της βιώσιμης χρήσης των υλικών πόρων. Εάν θέλετε να επιστρέψετε ένα χρησιμοποιημένο προϊόν, χρησιμοποιήστε το σύστημα παράδοσης και συλλογής ή επικοινωνήστε με τον λιανοπωλητή από τον οποίο αγοράσατε το προϊόν. Ο λιανοπωλητής μπορεί να δεχτεί το προϊόν για οικολογική ανακύκλωση.



Δήλωση του κατασκευαστή ότι το προϊόν συμμορφώνεται με τις απαιτήσεις των ισχύουσων οδηγιών της ΕΕ.