

SHAPEUP

Έξυπνος εξοπλισμός γυμναστικής



ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ

Αγαπητέ πελάτη,
Σας ευχαριστούμε για την αγορά αυτού του προϊόντος.



Παρακαλούμε διαβάστε τις οδηγίες πριν από τη χρήση της συσκευής και διατηρήστε τις για μελλοντική αναφορά.

Η ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ:

- 1 x ζώνη διαμόρφωσης σώματος SHAPEUP
- 1 x καλώδιο φόρτισης
- 1 x εγχειρίδιο χρήστη

ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

Διαστάσεις: 46 x 46 x 11.5 χιλ.

Υλικό: ABS + PU

Θερμοκρασία λειτουργίας: 10-35°C

Λειτουργίες: 6 τρόποι διέγερσης, 10 βαθμίδες έντασης

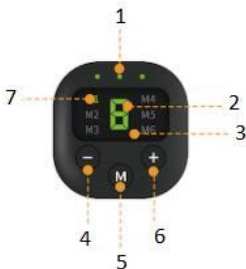
Τάση λειτουργίας: 3.7V / 30mA

Χρόνος λειτουργίας: 15 λεπτά

Χωρητικότητα μπαταρίας: 150 mAh

Συχνότητα λειτουργίας: 1~100Hz

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΗΣ



- 1 Λυχνία ένδειξης
- 2 Οθόνη έντασης
- 3 Οθόνη LED
- 4 Κουμπί μείωσης
- 5 Κουμπί αλλαγής λειτουργίας
- 6 Κουμπί αύξησης
- 7 Ένδειξη λειτουργίας

ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ

Συμβουλευτείτε το γιατρό σας πριν από τη χρήση στις ακόλουθες περιπτώσεις:

- Ασθενής που υποβάλλεται σε θεραπεία από γιατρό και έχει σωματική ανωμαλία.
- Ασθενής με κακοήγη όγκο.
- Έγκυες γυναίκες και γυναίκες που έχουν γεννήσει πρόσφατα.
- Ασθενής με καρδιακή νόσο, αρτηριακή πίεση και ανωμαλία των κρανιακών νεύρων.
- Ασθενής που λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή και έχει πυρετό πάνω από 38°C.
- Ασθενής με μολυσματική ασθένεια.
- Ασθενής με δερματική δυσλειτουργία ή δερματική ασθένεια.
- Ασθενής με οξεία νόσο.
- Ασθενής που χρειάζεται ξεκούραση.
- Ασθενής με μη φυσιολογική αιμορραγία.
- Ασθενείς που δεν είναι ελεύθεροι να εκφράσουν τις επιθυμίες τους.
- Ασθενείς με αισθητηριακές διαταραχές λόγω υψηλών περιφερικών κυκλοφορικών διαταραχών του διαβήτη.
- Εάν το δέρμα είναι αλλεργικό στα μαξιλάρια ηλεκτροδίων.
- Τα παιδιά κάτω των 14 ετών δεν μπορούν να το χρησιμοποιήσουν.

ΠΡΟΣΟΧΗ!	
ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ	<p>Μην χρησιμοποιείτε αυτό το προϊόν στα ακόλουθα μέρη του σώματος, γιατί μπορεί να προκαλέσει σωματικά προβλήματα: Πλησίον εγκεφάλου και καρδιάς. Σημείο όπου πραγματοποιήθηκε πλαστική χειρουργική επέμβαση. Πάνω από το λαιμό και το κεφάλι. Μέρος με εμφυτευμένο μέταλλο και πλαστικό. Βλεννογόνα μέρη όπως πληγές, στόμα και γεννητικά όργανα. Το σημείο στο οποίο πραγματοποιήσατε θεραπεία αποτρίχωσης εκείνη την ημέρα. Κοιλιακή χώρα κατά τη διάρκεια της περιόδου. Ασθενής με εμφυτευμένη ιατρική ηλεκτρονική συσκευή, όπως βηματοδότης.</p>

	Ασθενής με ιατρική ηλεκτρονική συσκευή, όπως τεχνητή καρδιά και τεχνητός πνεύμονας. Ασθενής με φορητά ιατρικά ηλεκτρονικά όργανα, όπως σαρωτής ηλεκτροκαρδιογράφου.
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

ΠΡΟΣΟΧΗ:

Κατά τη χρήση, εάν θέλετε να μετακινήσετε τα μαξιλαράκια ηλεκτροδίων σε άλλα μέρη ή στο σώμα άλλων ανθρώπων, απενεργοποιήστε την συσκευή προτού την μεταφέρετε. Εάν αισθανθείτε αδιαθεσία λόγω μη φυσιολογικής λειτουργίας της συσκευής, σταματήστε αμέσως τη χρήση της. Εάν αισθανθείτε ενόχληση στο σώμα ή το δέρμα, συμβουλευτείτε το γιατρό σας και ακολουθήστε τις συμβουλές του.

Η συγκεκριμένη συσκευή δε διατίθεται για ιατρική χρήση.

ΛΑΝΣΑΡΙΣΜΑ ΤΗΣ ΔΙΕΓΕΡΣΗΣ ΜΕ ΜΙΚΡΟΡΕΥΜΑΤΑ EMS

Μία βασική αρχή του EMS είναι η μετάδοση μικρορεύματος στο ανθρώπινο σώμα μέσω του εξοπλισμού EMS. Η συχνότητα των σημάτων μικρο-ρεύματος κυμαίνεται μεταξύ 40HZ και 2500HZ (ανήκει στο ρεύμα μέσης και χαμηλής συχνότητας και μπορεί να επηρεάσει μόνο σε μυϊκό επίπεδο). Το ανθρώπινο σώμα αναγνωρίζει τα σήματα ως ανθρώπινα βιοηλεκτρικά σήματα. Το σήμα μπορεί να διεγείρει τους μύες και να πετύχει τον σκοπό της μείωσης του λίπους και του αδυνατίσματος.

Το EMS παρέχει στους χρήστες μια μέθοδο γυμναστικής χωρίς βάρη, η οποία αποφεύγει τα προβλήματα στο σώμα που προκαλούνται από τις παραδοσιακές μεθόδους γυμναστικής ή την έλλειψη επαγγελματικής καθοδήγησης.

Το μεγαλύτερο πλεονέκτημα του EMS είναι η υψηλή απόδοση και η χαμηλή συχνότητα. Είναι γνωστό ότι η χρήση υψηλής ποιότητας ηλεκτρομαγνητικού μασάζ για 20 λεπτά ισοδυναμεί με 120 λεπτά άσκησης στο γυμναστήριο.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

1. Ανοίξτε τη συσκευασία και τοποθετήστε την οθόνη στη ζώνη.
2. Αφαιρέστε τη διαφανή προστατευτική μεμβράνη.
3. Συνδέστε τη ζώνη μασάζ στο σημείο του σώματος που χρειάζεται μασάζ.
4. Εκκίνηση: Πατήστε παρατεταμένα το κουμπί "+" για να εκκινήσετε τη συσκευή, θα εμφανιστεί μια πράσινη λυχνία. Η προεπιλεγμένη ένταση έχει οριστεί στο επίπεδο 0. Στη συνέχεια, πατήστε το κουμπί "+" για να αυξήσετε την ένταση, το πράσινο φως θα αναβοσβήνει όταν λειτουργεί.
5. Πατήστε το κουμπί "-" για να μειώσετε την ένταση.

6. Αλλαγή λειτουργίας: Πατήστε το πλήκτρο "M" για να επιλέξετε λειτουργία, στη συνέχεια πατήστε "+" για να αυξήσετε την ένταση. Η λειτουργία μπορεί επίσης να αλλάξει κατά τη διάρκεια της χρήσης.
7. Απενεργοποίηση: Συνεχίστε να πατάτε το κουμπί "-" για να μειώσετε την ένταση μέχρι να σβήσει η πράσινη λυχνία.
8. Μετά την απενεργοποίηση, αφαιρέστε τη ζώνη μασάζ και καλύψτε την με προστατευτική μεμβράνη και, στη συνέχεια, τοποθετήστε τη σε δροσερό μέρος.
9. **Υπενθύμιση:** η συσκευή θα απενεργοποιηθεί αυτόματα όταν η ζώνη μασάζ έχει αφαιρεθεί για 10 δευτερόλεπτα.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΦΟΡΤΙΣΗΣ:

Έναρξη φόρτισης: συνδέστε το ένα άκρο του καλωδίου φόρτισης στον προσαρμογέα "5V/1A" ή συνδέστε το στη θύρα USB του υπολογιστή για να φορτίσετε.

Κατά τη φόρτιση: η φωτεινή ένδειξη στην οθόνη είναι κόκκινη κατά τη φόρτιση και σβήνει όταν η συσκευή είναι πλήρως φορτισμένοι.

Ένδειξη ισχύος: ο αριθμός που εμφανίζεται στην οθόνη τη στιγμή της εκκίνησης αντιπροσωπεύει το επίπεδο φόρτισης (4=100%, 3=75%, 2=50%, 1=25%).

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ (ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ)

Συντήρηση της οθόνης: σκουπίστε την με ένα μαλακό πανί. Μην χρησιμοποιείτε υπερβολικά υγρό πανί για να τη σκουπίσετε σε περίπτωση που εισχωρήσει νερό. Μην χρησιμοποιείτε αραιωτικό, βενζίνη ή άλλα πτητικά υγρά για να το σκουπίσετε.

Συντήρηση της ζώνης μασάζ: η βρώμικη ζώνη μπορεί να σκουπιστεί με υγρό πανί ή να πλυθεί προσεκτικά με νερό. Μπορεί να επαναχρησιμοποιηθεί αμέσως μετά το στέγνωμα.

Εξειδικευμένα μαξιλαράκια τζελ:

Για να ενισχύσετε την αίσθηση της εμπειρίας και να επιτύχετε το αποτέλεσμα της άσκησης και της εκγύμνασης, χρησιμοποιήστε εξειδικευμένα μαξιλάρια τζελ με πάχος 1 χιλ.

Σε γενικές γραμμές, το πάχος των συνηθισμένων μαξιλαριών τζελ είναι 0,8 χιλιοστά κάτι που δημιουργεί κακή εμπειρία και αίσθηση ενόχλησης.

Το μαξιλάρι τζελ είναι αναλώσιμο. Μην το λυγίζετε και μην το διπλώνετε, διαφορετικά μπορεί να υποστεί ζημιά.

Παρακαλούμε αγοράστε νέο μαξιλάρι τζελ στις ακόλουθες συνθήκες:

1. Περισσότερες από 5 ημέρες χωρίς προστασία με προστατευτική μεμβράνη.
2. Το τζελ μειώνεται ή η επιφάνεια είναι ξηρή, βυθισμένη, κατεστραμμένη και βρώμικη.

Συστάσεις

1. Για να προστατέψετε τη διάρκεια ζωής του τζελ, παρακαλείστε να διατηρείτε το δέρμα σας καθαρό και στεγνό πριν το χρησιμοποιήσετε. Παρακαλείστε να στερεώσετε το μαξιλάρι τζελ σφιχτά στο δέρμα, διαφορετικά μπορεί να προκληθεί ισχυρός τοπικός ερεθισμός, επειδή το ρεύμα δεν μπορεί να περάσει μέσα από ολόκληρο το μαξιλάρι τζελ.
2. Ο συνιστώμενος χρόνος χρήσης είναι 12-15 λεπτά ανά άσκηση, 2-3 φορές την ημέρα. Μπορεί να αισθανθείτε κουρασμένοι ή άβολα αν το χρησιμοποιείτε για μεγάλο χρονικό διάστημα.
3. Μην το χρησιμοποιείτε μέσα σε μισή ώρα μετά το φαγητό, διότι μπορεί να προκαλέσει κοιλιακή δυσφορία.

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ

Πρόβλημα	Πιθανή αιτία	Λύση
Αδυναμία ενεργοποίησης	Η μπαταρία τελειώνει	Ελέγξτε τη λυχνία ισχύος
		Συνδέστε το καλώδιο USB
Δεν αισθάνεστε την τρέχουσα διέγερση	Δεν ρυθμίσατε την ένταση	Αύξηση επιπέδου έντασης
	Δεν εφαρμόσατε το τζελ στενά στο δέρμα	Εφαρμόστε το τζελ στο δέρμα
	Το τζελ έχει υποστεί ζημιά	Αντικαταστήστε με νέο τζελ
	Το τζελ είναι βρώμικο	
Υπερβολικά χαμηλή ένταση	Προσαρμόστε την ένταση	
Διέγερση χαμηλού ρεύματος	Χαμηλή μπαταρία	Συνδέστε το καλώδιο USB
	Το τζελ έχει υποστεί ζημιά	Αντικαταστήστε με νέο τζελ
	Το τζελ είναι βρώμικο	
Διέγερση υψηλού ρεύματος	Λειτουργία υψηλού ρεύματος	Μείωση της έντασης
	Το τζελ δεν έχει εφαρμοστεί στενά στο δέρμα	Εφαρμόστε το τζελ στενά στο δέρμα
Διακοπή λειτουργίας	Χαμηλή μπαταρία	Ελέγξτε την πηγή τροφοδοσίας
		Παρακαλούμε φορτίστε εγκαίρως
Η ζώνη μασάζ πέφτει	Λίγη βρωμιά, νερό ή ιδρώτας στο δέρμα	Καθαρίστε το δέρμα σας

	Το τζελ έχει υποστεί ζημιά Το τζελ είναι βρώμικο	Αντικαταστήστε με νέο τζελ
Διαφορετική ένταση σε διαφορετικό μέρος	Χρησιμοποιήστε σε διαφορετικά μέρη του σώματος και με διαφορετική συχνότητα δόνησης	Διαφορετικό επίπεδο ευαισθησίας του σώματος Αλλαγή συχνοτήτων λόγω του προγράμματος
Το δέρμα είναι κόκκινο και παρουσιάζει ενόχληση	Το τζελ δεν εφαρμόζεται στο δέρμα στενά Το τζελ έχει υποστεί ζημιά Το τζελ είναι βρώμικο	Εφαρμόστε το τζελ στενά στο δέρμα Αντικαταστήστε με νέο τζελ

Οδηγίες ανακύκλωσης και απόρριψης



Η συγκεκριμένη σήμανση υποδεικνύει ότι το προϊόν δεν πρέπει να απορρίπτεται μαζί με άλλα οικιακά απόβλητα και ισχύει για όλες τις χώρες της ΕΕ. Για την αποφυγή πιθανής βλάβης στο περιβάλλον ή στην ανθρώπινη υγεία από την ανεξέλεγκτη διάθεση αποβλήτων, ανακυκλώστε τη συσκευή με υπευθυνότητα προκειμένου να εξασφαλιστεί η βιώσιμη επαναχρησιμοποίηση υλικών πόρων. Για να επιστρέψετε τη χρησιμοποιημένη συσκευή σας, χρησιμοποιήστε τις διαδικασίες επιστροφής και συλλογής ή επικοινωνήστε με το σημείο πώλησης από όπου αγοράσατε το προϊόν. Οι εξουσιοδοτημένοι πωλητές μπορούν να συλλέξουν το προϊόν και να το ανακυκλώσουν με τρόπο ασφαλή για το περιβάλλον.



Δήλωση του κατασκευαστή ότι το προϊόν συμμορφώνεται με τις απαιτήσεις των σχετικών κοινοτικών οδηγιών.