

# EMS BAUCHMUSKELTRAINER



## BENUTZERHANDBUCH

Straffe Bauchmuskeln sind jetzt wegen überfüllten Zeitplans und zu wenig Zeit kein Problem mehr. In nur 20 Minuten pro Tag, ohne besondere Anstrengung, ermöglicht Ihnen das Gerät, Ihre Bauchmuskeln einfach auf der Arbeit oder der Couch in Bewegung zu bringen. Lassen Sie sich vom Zeitmangel nicht davon abhalten, eine muskulöse Figur zu haben!

Vor der ersten Anwendung die beiliegenden *Gebrauchsanweisungen* sorgfältig durchlesen und zur künftigen Nutzung aufbewahren.

## PAKET-INHALT

3x Hauptgerät

1x Baucheinheit

2x Einheit für andere Körperteile (Klebeпад)

1x Gebrauchsanweisungen

1x Jahresgarantie

## TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

<b>Spannung</b>	<b>Alkalibatterie 1.5V AAAx2EA</b>
<b>Betriebsart</b>	<b>A-F (6mode)</b>
<b>Frequenz</b>	<b>1~100 Hz</b>
<b>automatische Ausschaltung</b>	<b>12 min (hängt von der Installierungszeit ab)</b>
<b>Ausgang</b>	<b>Max. 9.8 mA</b>
<b>Größe</b>	<b>210 x 100 x 23 mm</b>
<b>Gewicht</b>	<b>57.4 g</b>

## EIGENSCHAFTEN UND WIRKUNGEN DES GERÄTS

### Niederfrequenz-Therapie

Die Niederfrequenz-Therapie ist eine besondere Therapie mit regelmäßigem Rhythmus oder Pause. Die passende Intensität und Geschwindigkeit wirken auf den Körper wohltuend. Die Niederfrequenz hat eine sanfte Massagewirkung. Diese Therapie verwenden Sie 12 Minuten, und zwar 2x bis 3x pro Tag. Sollten Sie diese Frequenz länger als empfohlen verwenden, kann das Ermüdung verursachen.

Das Gerät enthält 6 Programme. Das Programm wird automatisch nach 12 Minuten ausgeschaltet.

### Wozu dient die Niederfrequenz-Therapie?

- Linderung der Symptome von Spannung im Schulter-, Tailen- oder Rückenbereich
- Verbesserung der Muskellähmung
- Massagewirkung
- Diät-Verbesserung

## GEBRAUCHSANWEISUNGEN

### Bitte beachten Sie folgende Schritte:

1. Nehmen Sie das Zubehör aus der Verpackung.
2. Legen Sie die Klebepads auf den gewünschten Körperteil.
3. Wählen Sie das gewünschte Programm aus.
4. Passen Sie die Intensität des Programms an.
5. Das Programm dauert 12 Minuten.
6. Halten Sie die Austaste so lange, bis das Licht ausgeschaltet wird.

## VERWENDUNG DER STEUEREINHEIT

Bitte beachten Sie folgende Schritte bei der ersten Anwendung der Steuereinheit:

1. Entfernen Sie die Abdeckung von der Steuereinheit.
2. Legen Sie zwei AAA-Batterien richtig ein.
3. Die Steuereinheit befestigen Sie am Gerät.
4. Entfernen Sie die Schutzfolie.
5. Die Steuereinheit befestigen Sie am Gerät für andere Körperteile.
6. Die Klebepads legen Sie auf die Arme.

Batterie-Umtausch:

1. Entfernen Sie die Abdeckung vom Gerät.
2. Legen Sie die Batterie richtig ein und beachten Sie die Markierungen + und -.
3. Setzen Sie die Abdeckung ein.
4. Schalten Sie das Gerät ein und überprüfen Sie, ob es funktioniert.

**ON/INC:** Einschalten/Intensität erhöhen

**OFF/DEC:** Ausschalten/Intensität verringern

**PROGRAM:** Wechseln zwischen Programmen

1. Den Körperteil, auf dem Sie das Gerät verwenden möchten, immer zunächst waschen.
2. Entfernen Sie die Vinyl-Folie.
3. Die Klebepads legen Sie auf den gewünschten Körperteil (Arme, Schulter usw.).

Anzeigelichter:

- Wenn Sie die den **Knopf für Einschaltung**/Erhöhung der Intensität drücken, **leuchtet das Licht intensiver**.
- Wenn Sie die den **Knopf für Ausschaltung**/Verringerung der Intensität drücken, **leuchtet das Licht nicht so intensiv**.
- Beide Knöpfe haben **10 Intensitätsstufen**.
- **Zwischen Programmen wechseln:** Auswahl zwischen 6 Programmen (A~F)

## WARTUNG

1. Das Gerät nach der Nutzung ausschalten.
2. Die Klebepads vom Gerät entfernen.
3. Auf die Klebepads legen Sie die Schutzfolie zur Verhinderung des Austrocknens.
4. Den Schmutz reinigen Sie mit einem feuchten Lappen und einem neutralen Reinigungsmittel, danach wischen Sie es mit einem trockenen Lappen ab.
5. Das Gerät nicht der Sonne, hohen Temperaturen, Feuchtigkeit, nassen und staubigen Stellen, Feuer, Elektrizität usw. aussetzen.
6. Das Gerät weg von Kindern halten.
7. Das Gerät nicht mit nassen Händen berühren.
8. Sofern Sie das Gerät längere Zeit nicht verwenden werden (mehr als 1 Monat), entfernen Sie die Batterie und bewahren Sie das Gerät an einer anderen Stelle auf.

## SICHERHEITSHINWEISE

- Die Gebrauchsanweisungen sorgfältig vor der Nutzung lesen.
- Die Gebrauchsanweisungen an einer sicheren Stelle aufbewahren.
- Das Gerät nicht vor dem Einsetzen auf die Haut einschalten.
- **Berühren Sie die klebrigen Oberflächen nicht**, da dies stark die Lebensdauer der Klebepads verkürzt.
- Am Anfang immer mit der niedrigsten Intensität des Programms beginnen.
- **Verwendung untersagt für:** Personen mit Herzschrittmacher, Elektrokardiograf, künstlichem Herz, Epilepsie, Hautkrankheiten, hohem Blutdruck, Krebs, Personen, die vor kurzem operiert wurden und Schwangere.
- Nicht beim Fahren verwenden.
- Verwenden erst 30 Minuten nach dem Essen, am besten nach dem Duschen mit einer sauberen und trockenen Haut.

Das ist kein Medizinprodukt. Bei körperlichen Verletzungen und/oder Gesundheitsproblemen wenden Sie sich bitte vor Anwendung an Ihren Arzt!

### Anweisungen zum Recyclen und Entsorgen

Diese Bezeichnung bedeutet, dass man das Produkt europaweit nicht in den Haushaltsabfall werfen darf. Um evtl. Schaden für Umwelt oder menschliche Gesundheit wegen unkontrollierter Abfallentsorgung zu verhindern, recyceln Sie das Produkt verantwortungsvoll, somit fördern Sie nachhaltige Wiederverwendung von materiellen Ressourcen. Sofern Sie das gebrauchte Gerät zurückgeben möchten, verwenden Sie das System zur Abgabe und Sammlung oder wenden Sie sich an den Verkäufer, bei dem Sie das Produkt gekauft haben. Der Verkäufer kann das Produkt für das umweltverträgliche Recycling annehmen.

Die Aussage des Herstellers, dass das Produkt den geltenden EU-Richtlinien entspricht.

