

# HOMEDICS®

LEADERS IN HEALTH & WELLBEING

✓ Register your product today at  
[www.homedicsgroup.com/register](http://www.homedicsgroup.com/register)



## ABS TONING BELT & PADS

.....  
manuel d'instructions

HST-200-EU

3 YEAR guarantee



READ ALL INSTRUCTIONS BEFORE USE.  
SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR FUTURE REFERENCE.

## IMPORTANT SAFEGUARDS:

WHEN USING ELECTRICAL PRODUCTS, ESPECIALLY WHEN CHILDREN ARE PRESENT, BASIC SAFETY PRECAUTIONS SHOULD ALWAYS BE FOLLOWED, INCLUDING THE FOLLOWING:

- This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.  
Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- DO NOT reach for an appliance that has fallen in water or other liquids. Keep dry – DO NOT operate in wet or moist conditions.
- NEVER insert pins or other metallic fasteners into the appliance.
- Use this appliance for the intended use as described in this booklet. DO NOT use attachments not recommended by HoMedics.
- NEVER operate the appliance if it is not working properly, if it has been dropped or damaged, or dropped into water. Return it to the HoMedics Service Centre for examination, repair or replacement.
- Keep cord away from heated surfaces.
- Excessive use could lead to the product's excessive heating and shorter life. Should this occur, discontinue use and allow the unit to cool before operating.
- NEVER drop or insert any object into any opening.
- DO NOT operate where aerosol (spray) products are being used or where oxygen is being administered.
- DO NOT operate under a blanket or pillow. Excessive heating can occur and cause fire, electrocution or injury to persons.
- DO NOT carry this appliance by the cord or use cord as a handle.
- DO NOT crush.
- DO NOT attempt to repair the appliance. There are no user serviceable parts. For service, send to a HoMedics Service Centre. All servicing of this appliance must be performed by authorised HoMedics service personnel only.
- Do not place or store appliance where it can fall or be pulled into a bath or sink. Do not place in or drop into water or other liquid.
- Failure to follow the above may result in the risk of fire or injury.
- Burns can result from improper use.

## SAFETY CAUTIONS:

PLEASE READ THIS SECTION CAREFULLY BEFORE USING THE APPLIANCE.

- **If you have any concerns regarding your health, consult a doctor before using this appliance.**
- Individuals with pacemakers and pregnant women should consult a doctor before using this appliance.  
Not recommended for use by Diabetics
- DO NOT use on an infant, invalid or on a sleeping or unconscious person. DO NOT use on insensitive skin or on a person with poor blood circulation.
- This appliance should NEVER be used by any individual suffering from any physical ailment that would limit the user's capacity to operate the controls or who has sensory deficiencies in the lower half of their body.
- If you feel any discomfort whilst using this appliance, discontinue use and consult your doctor.
- This is a non-professional appliance, designed for personal use and intended to provide gentle muscle stimulation. DO NOT use as a substitute for medical attention.
- DO NOT use before going to bed. The unit has a stimulating effect and can delay sleep.
- Do not use for longer than the recommended time.
- Care should be taken when using heated surfaces. If the product feels excessively hot, switch off and contact the HoMedics Service Centre.
- Long term effects of electrical stimulation are not known.
- Do not use if pregnant.
- Do not use after childbirth. Wait at least six weeks after the birth of your baby (you must consult your doctor first).
- Do not use during a period.
- Do not use if you suffer from heart problems.
- Do not use if you have suspected or diagnosed epilepsy.
- Do not use if you have Multiple Sclerosis.
- Do not stimulate over the carotid sinus nerves (or any part of the front of the throat) especially in persons with known sensitivity to the carotid sinus reflex.
- Do not place over the front of the neck or mouth.
- Do not use on the head.
- Do not apply current through the chest.
- Do not use over swollen, infected or inflamed areas or skin eruptions.
- Keep out of reach of children.
- Do not use over recent scar tissue.
- Do not use following recent surgery.
- Do not use where sensory nerve damage is present by a loss of normal skin. Some persons may experience skin irritation or hypersensitivity due to the electrical stimulation or electrical conductive medium used.
- The appliance has a heated surface. Persons insensitive to heat must be careful when using the appliance.

### Adverse side effects

Skin irritation and burns beneath the electrodes has been reported with the use of electrical muscle stimulation.

### This is not a medical device

This unit is intended to be used only for general physical conditioning. No medical claims are implied or warranted by the use of this product.

## MAINTENANCE:

### Cleaning

Unplug the appliance and allow to cool before cleaning. Clean only with a soft, slightly damp sponge.

- Never allow water or any other liquids to come into contact with the appliance.
- Do not immerse in any liquid to clean.
- Never use abrasive cleaners, brushes, glass / furniture polish, paint thinner etc to clean.

### Storage

Place the appliance in its box or in a safe, dry, cool place. Avoid contact with sharp edges or pointed objects which might cut or puncture the fabric surface. To avoid breakage, DO NOT wrap the power cord around the appliance. DO NOT hang the unit by the cord.

### WEEE explanation



This marking indicates that this product should not be disposed with other household wastes throughout the EU. To prevent possible harm to the environment or human health from uncontrolled waste disposal, recycle it responsibly to promote the sustainable reuse of material resources. To return your used device, please use the return and collection systems or contact the retailer where the product was purchased. They can take this product for environmental safe recycling.

### Battery Directive



This symbol indicates that batteries must not be disposed of in the domestic waste as they contain substances which can be damaging to the environment and health. Please dispose of batteries in designated collection points. When the product reaches the end of its life, please remove the batteries from the product and dispose of them as directed above.

## TROUBLESHOOTING

Problem	Possible Cause	Solution
NO DISPLAY SHOWN.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Battery not installed</li> <li>- Battery installed incorrectly</li> <li>- Battery is dead</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Install Battery</li> <li>- Check polarity of the battery is it in right position</li> <li>- Replace battery</li> </ul>
WITH DISPLAY BUT NO FUNCTION.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No skin contact</li> <li>- Unit not snapped on gel pad correctly</li> <li>- Intensity level at 0</li> <li>- Microprocessor hang up</li> <li>- Battery is low</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Use water based gel on conductive area and place pad directly onto skin</li> <li>- Check that unit is connected firmly with both connectors to the pad</li> <li>- Push ON/HI button to increase intensity</li> <li>- Reset by removing battery for 1 minute, re-insert battery</li> <li>- Change battery</li> </ul>
LCD DISPLAY IN NORMAL BUT NOTHING OCCURS.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intensity set to low level</li> <li>- Not enough conductive gel on pad</li> <li>- Used gel is not water-based</li> <li>- Pad is worn or has oil deposits</li> <li>- Battery is low</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Push ON/HI button several times to increase intensity</li> <li>- Put more water based gel between pad and skin</li> <li>- Read label on the gel that you use. Make sure you find "water" or "aqua" on it.</li> <li>- Clean pad or replace (see Hint below)</li> <li>- Change Battery</li> </ul>
ALL BUTTONS DO NOT WORK WELL.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Microprocessor hang up</li> <li>- Battery is low</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reset by removing battery for 1 minute, re-insert.</li> <li>- Change battery</li> </ul>

## PRODUCT FEATURES:



1. A durable main belt
2. Extension waist belt
3. Fasten Velcro belt
4. A jumbo display micro processor
5. 5 Gel pads
6. A bundle of electric wire
7. 1 pc CR2032 battery
8. User manual

### Operation instruction

Put the device into belt holder.

To release the device from holder, push top of the device away from the belt, this will release it from the magnetic catches, then slide device upwards. (Fig. 1).

Open the battery door – located at the back of the device by sliding it gently downwards. (Fig. 2).

Insert the 1 pc CR2032 battery into the battery compartment in correct position. (Fig. 3).

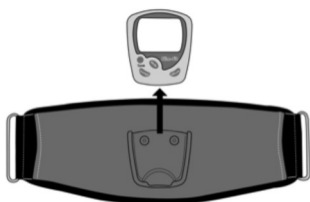
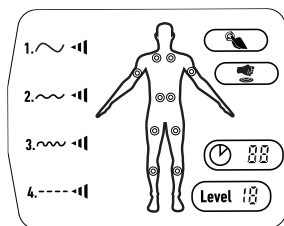


Fig. 1

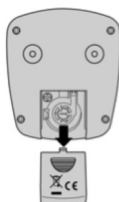


Fig. 2

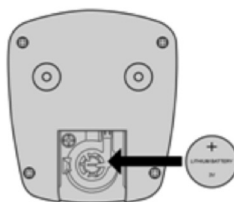


Fig. 3

### Operation

1. Attach the extension belt through the metal buckles at both ends of the main belt (Fig. 4).
2. Lift off the protective layer from the black side of the gel pads, and stick fully onto the three metal contacts on the reverse of the main belt. Square shaped gel pad for middle area, and oval shaped gel pads for both sides (Fig. 5).
3. Remove the facing protective layer from the silver checkered side – remembering to keep all protective layers to reapply while the product is not being used.
4. Place the belt on desired area.
5. For use with additional toning pads, see 'Small gel pad connection'.

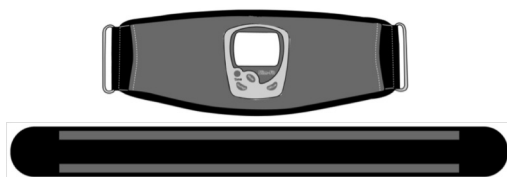


Fig. 4

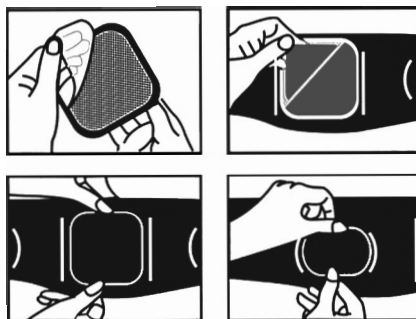
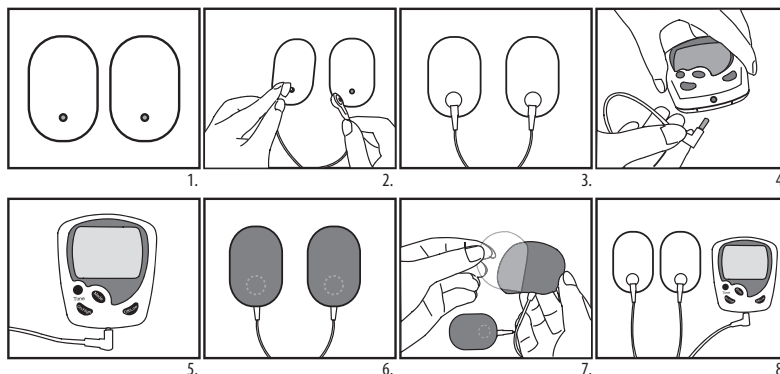


Fig. 5



## SMALL GEL PAD CONNECTION

### Operation

1. Connect the electric wire to the electrode gel pad with the snap button.
2. Connect the electric wire to the output jack of the device
3. Remove the protective gel pad layer and stick pad on desired area. (Remember to keep the protecting film for storage of the gel pad).
4. Push "ON/Hi" button to turn on the device. To switch the device off, press the "OFF/LO" button.
5. Press the "MODE" button repeatedly to select preferred programme. There are 6 different programs for selection - Sculpt, Wave, Ripple, Pulse, Kneading and Tapping. An arrow will point to the mode selected.
6. Push the "ON/Hi" or "OFF/LO" button to carefully increase or decrease the intensity. The LCD display will show the intensity level which you have selected. **(This device will only turn on when connected to the gel pads which are in contact with the skin).**
7. There is a tingling sensation prior to the muscle contracting. Once the muscle is contracting the tingling will subside. Adjust the intensity according to your comfort level. You should feel a strong but comfortable contraction of the muscles. During toning, if mode button is pressed to change the toning pattern, the intensity is automatically reset to "1".
8. Press "TIME" button to set the timer for auto-off, which available 5/10/15/20/25/30 minutes.

**NOTE:** when using the belt and pads simultaneously, if you disconnect the belt or pads without switching off you will experience an increase in power. If you find the stimulation to be uncomfortable then turn the level down.

### Toning Programs

**Sculpt** - Short, deep bursts for effective toning of the upper arms

**Wave** - Replicates crunches, ideal for toning the stomach

**Ripple** - High intensity for shaping thighs and bottom

**Pulse** - Pulsing sensation ideal for problem areas around the hips and waist.

**Kneading** - Deep tissue massage relaxes muscles

**Tapping** - Eases all over muscular tension and stress.

### Auto off Functions

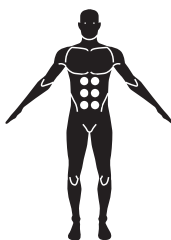
When the conductive area of the belt does not touch the skin, the intensity can only be set up to "1".

If the belt is removed during use, the intensity is automatically reset to "1".

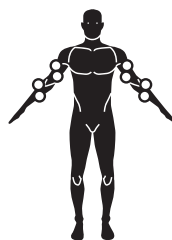
If the attachment is not placed back into contact with the skin, the unit will turn off after 30 seconds. The unit has an auto-timer. It will shut off after 10 minutes of massage. If you change the massage mode within the 10 minutes, the timer will count-down from the original leftover time.



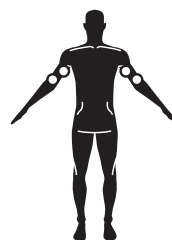
**Chart 1**  
Chest/Pectorals



**Chart 2**  
Abdominals



**Chart 3**  
Biceps/Forearm



**Chart 4**  
Triceps



**Chart 5**  
Quadriceps



**Chart 6**  
Calves



**Chart 7**  
Gluteals/Hamstrings



**Chart 8**  
Trapezius/Latissimus dorsi

### Toning suggestions:

1. Use your HoMedics sport toning system 5 times a week.
2. Each session should be no longer than 30 minutes
3. Use the strongest training intensity you can - the harder you work your muscles, the better the results you will see, but remember, stimulation should never be uncomfortable.
4. Use your HoMedics sport toning system as part of a normal, healthy lifestyle. Improve your diet and try to increase the amount of exercise you do.

### WARNING

- Do not wash the belt in wash machine, only wipe it by dry cloth, and keep the gel pad clean by covering the protective sheet after use.

### NOTE ON BATTERIES

- To prevent the risk of leakage or explosions, never recharge the batteries, apply heat or take them apart.
- If the product is not being used for long periods of time, remove the battery to prevent drain or leakage.
- If liquid leaks from the batteries, throw them away. Thoroughly clean the battery compartment with a dry cloth.

## TECHNICAL SPECIFICATIONS

Output Current	23mA (up to 10k ohms load)
Pulse Rate	4Hz ,27Hz
Pulse Duration (Width)	200uS
Timer	5,10,15,20,25 and 30 minutes depending on your selection
Waveform	DC single phasic
Maximum Charge Per Pulse	200uS(Máx)

LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES ANTES DE USAR.  
GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES PARA REFERENCIA  
FUTURA.

## PRECAUCIONES IMPORTANTES :

CUANDO SE USEN APARATOS ELECTRICOS,  
ESPECIALMENTE EN PRESENCIA DE NIÑOS, SIEMPRE SE  
DEBEN SEGUIR LAS PRECAUCIONES BASICAS DE  
SEGURIDAD, INCLUIDAS LAS SIGUIENTES:

- Este aparato no debe ser usado por personas (incluidos niños) con capacidades físicas, sensoriales o mentales disminuidas, o que no tengan los suficientes conocimientos o experiencia, a menos que hayan recibido supervisión o instrucción para el uso del aparato por parte de una persona que sea responsable de su seguridad.  
Se debe supervisar a los niños para impedir que jueguen con el aparato.
- NO trate de coger un aparato que se haya caído al agua u otro líquido. Manténgalo seco – NO lo use si está mojado o húmedo.
- No introduzca NUNCA alfileres u otros objetos metálicos en el aparato.
- Use este aparato para el uso concebido según se describe en este manual. NO use accesorios que no estén recomendados por HoMedics.
- NUNCA utilice el aparato si no funciona adecuadamente, si se ha caído o estropeado, o si se ha caído en el agua. Envíelo al Centro de Servicio de HoMedics para su inspección, reparación o sustitución.
- Mantenga el cable alejado de superficies calientes.
- El uso excesivo podría ocasionar un calentamiento excesivo del aparato y reducir su duración. Si esto sucede, deje de usar el aparato, para que se enfríe antes de usar de nuevo.
- No introduzca NUNCA ningún objeto en los orificios.
- NO lo use en presencia de productos en aerosol o donde se administre oxígeno.
- NO lo use debajo de una manta o almohada. Se puede producir un exceso de calor y causar incendio o lesión a personas.
- NO transporte este aparato por el cable ni use el cable como asa.
- NO lo aplaste.
- NO trate de reparar el aparato. No contiene piezas que las pueda reparar el usuario. Para servicio, envíelo al Centro de Servicio de HoMedics. Todas las revisiones y arreglos de este aparato los debe realizar solamente el personal autorizado de HoMedics.
- No guarde ni coloque el aparato en lugares donde se pueda caer o tirar en una bañera o pila de agua. No lo ponga ni lo deje caer en agua u otro líquido.
- Si no se siguen estas instrucciones puede presentar riesgo de incendio o lesión.
- El uso indebido puede causar quemaduras.

## PRECAUCIONES IMPORTANTES :

LEA ESTA SECCION DETENIDAMENTE ANTES DE USAR EL  
APARATO.

- Si tiene cualquier duda referente a su salud, consulte a un médico antes de usar este aparato.
- Las personas con marcapasos y mujeres embarazadas deberán consultar al médico antes de usar este aparato.  
No se recomienda su uso por parte de personas diabéticas.
- NO lo use en un niño pequeño, persona inválida o dormida o inconsciente. NO lo use sobre piel insensible o en una persona con mala circulación sanguínea.
- Este aparato está diseñado para uso personal, no profesional, con el objetivo de brindar una estimulación ligera de los músculos. NO lo use como sustituto de atención médica.
- NO lo use antes de irse a la cama. El aparato tiene un efecto estimulante y puede retardar el sueño.
- No lo use durante más tiempo del recomendado.
- Se debe tener cuidado al usar superficies calientes. Si el aparato emite un calor excesivo, desconéctelo de la toma de corriente y póngase en contacto con el Centro de Servicio de HoMedics.
- Se desconocen los efectos a largo plazo de la estimulación eléctrica.
- No usar durante el embarazo.
- No usar después de haber dado a luz. Se debe esperar al menos seis semanas después de haber dado a luz (debe consultar a su médico primero).
- No usar durante la menstruación.
- No usar si tiene problemas cardíacos.
- No usar si sospecha que sufre de epilepsia o si se le ha diagnosticado.
- No usar si sufre de esclerosis múltiple.
- No aplicar el estímulo sobre los nervios del seno carotídeo (ni sobre cualquier parte de la zona frontal de la garganta), particularmente si tiene hipersensibilidad al reflejo del seno carotídeo.
- No poner sobre la parte frontal del cuello o de la boca.
- No usar sobre la cabeza.
- No aplicar la corriente a través del pecho.
- No usar sobre zonas hinchadas, infectadas o inflamadas, ni sobre erupciones cutáneas.
- Manténgase fuera del alcance de los niños.
- No usar sobre cicatrices recientes.
- No usar poco tiempo después de una operación quirúrgica.
- No usar en zonas que presenten daños en los nervios sensitivos por lesiones cutáneas. Es posible que algunas personas experimenten irritaciones cutáneas o hipersensibilidad debido a los estímulos eléctricos o al conductor de electricidad que se utilice.

### Efectos secundarios adversos

Se ha descrito irritación y quemaduras cutáneas en las zonas bajo los electrodos con el uso de la estimulación muscular eléctrica.

### Este no es un aparato médico.

Este aparato está concebido solamente para el acondicionamiento físico general.

No se da a entender ni se garantiza que el uso de este artículo aporte beneficios médicos.



## MANTENIMIENTO :

### Limpieza

Desenchufe el aparato y deje que se enfríe antes de limpiarlo. Limpie sólo con una esponja suave y ligeramente húmeda.

- Evite el contacto del aparato con el agua o cualquier otro líquido.
- No lo sumerja en ningún líquido para limpiarlo.
- Para limpiar no use nunca limpiadores abrasivos, cepillos, limpiador de cristal o muebles, disolvente de pintura etc.

### Almacén

Guarde el aparato en su caja o en un lugar seguro, seco y frío. Evite el contacto con bordes afilados u objetos puntiagudos que puedan cortar o perforar la superficie de tela. Para evitar roturas, NO envuelva el cable eléctrico alrededor del aparato. NO cuelgue el aparato por el cable.

### Explicación RAEE



Este símbolo indica que este artículo no se debe tirar a la basura con otros residuos domésticos en ningún lugar de la UE. A fin de prevenir los efectos perjudiciales que la eliminación sin control de los residuos puede tener sobre el medio ambiente o la salud de las personas, le rogamos que los recicle de forma responsable para fomentar la reutilización sostenible de los recursos materiales. Para devolver su dispositivo usado, utilice los sistemas de devolución y recogida o póngase en contacto con la empresa a la que le compró el artículo, la cual lo podrá recoger para que se recicle de forma segura para el medio ambiente.

### Directiva relativa a las pilas



Este símbolo indica que las pilas no se deben eliminar con la basura doméstica ya que contienen sustancias que pueden ser perjudiciales para el medio ambiente y la salud. Deshágase de las pilas en los puntos de recogida que existen para ese fin. Cuando el artículo alcance el final de su vida útil, saque las pilas y elimínelas de la forma que se indica arriba.

## POSIBLES PROBLEMAS

Problema	Causa posible	Solución
NO APARECE NADA EN LA PANTALLA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Las pilas no están instaladas</li> <li>- Las pilas están mal instaladas</li> <li>- Las pilas están agotadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Instalar las pilas</li> <li>- Comprobar que los polos de las pilas estén en la posición correcta</li> <li>- Sustituir las pilas</li> </ul>
LA PANTALLA FUNCIONA PERO NO APARECE LA FUNCIÓN.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No hay contacto con la piel</li> <li>- El aparato no está conectado correctamente al parche de gel</li> <li>- El grado de intensidad está en "0"</li> <li>- El microprocesador se ha bloqueado</li> <li>- Las pilas tienen poca carga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilice un gel a base de agua sobre la zona conductora y coloque el parche de gel directamente sobre la piel</li> <li>- Compruebe que el aparato esté bien conectado al parche con los dos conectores</li> <li>- Pulse el botón ON/HI para aumentar la intensidad</li> <li>- Saque las pilas durante un minuto y vuelva a colocarlas para reinicializarlo</li> <li>- Cambie las pilas</li> </ul>
LA PANTALLA APARECE NORMAL PERO NO PASA NADA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El grado de intensidad es muy bajo</li> <li>- El parche no tiene suficiente gel conductor</li> <li>- El gel utilizado no es a base de agua</li> <li>- El parche está desgastado</li> <li>- Las pilas tienen poca carga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pulse el botón ON/HI repetidamente para aumentar la intensidad</li> <li>- Ponga más gel a base de agua entre el parche y la piel</li> <li>- Lea la etiqueta del gel que esté usando. Compruebe que entre los componentes figure "agua" o "aqua".</li> <li>- Limpie el parche o sustitúyalo. (ver el consejo que aparece abajo)</li> <li>- Cambie la pila</li> </ul>
LA PANTALLA APARECE NORMAL PERO NO PASA NADA EL BOTÓN "ALL" (TODO) NO FUNCIONA BIEN.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El microprocesador se ha bloqueado</li> <li>- Las pilas tienen poca carga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Saque las pilas durante un minuto y vuelva a colocarlas para reinicializarlo.</li> <li>- Cambie las pilas</li> </ul>

## FUNCIONES DEL APARATO:



1. Un cinturón principal duradero
2. Cinturón alargador
3. Cinturón con corchete
4. Un microprocesador con pantalla grande
5. 5 parches de gel
6. Un conjunto de cables eléctricos
7. 1 pila CR2032
8. Manual del usuario

### Instrucciones de uso

Poner el aparato en el soporte del cinturón.

Para sacar el aparato del soporte, tirar de la parte superior del aparato, hacia fuera del cinturón, para separarlo de los seguros magnéticos. Después, deslice el aparato hacia arriba (fig. 1). Saque la tapa del compartimento de la pila situada en la parte posterior del aparato. Para ello, deslícelo con suavidad hacia abajo (fig. 2).

Coloque la pila CR2032 en el compartimento de la pila en la posición correcta (fig. 3).

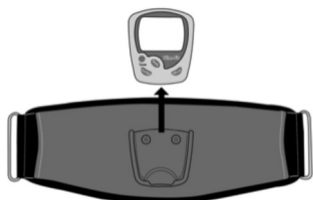
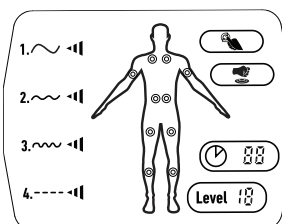


Fig. 1

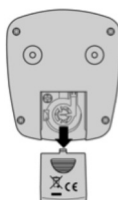


Fig. 2

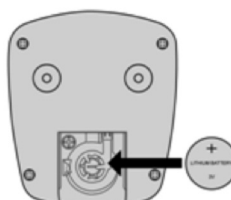


Fig. 3

### Funcionamiento

1. Pase el cinturón alargador a través de las hebillas metálicas situadas en los dos extremos del cinturón principal (fig. 4).
2. Despegue la película protectora de la cara negra de los parches de gel y péguelos bien sobre los tres contactos metálicos en el reverso del cinturón principal. El parche de gel cuadrado debe colocarse en el medio y los ovalados, a los lados (fig. 5).
3. Saque la película protectora de la cara del parche plateada y con cuadros. Debe conservar todas las capas protectoras para volver a colocarlas cuando no se utilice el artículo.
4. Coloque el cinturón en la zona que desee.
5. Para su uso con parches tonificantes adicionales, consultar la sección "Conexión de parche de gel pequeño".

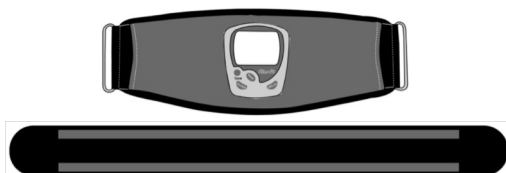


Fig. 4

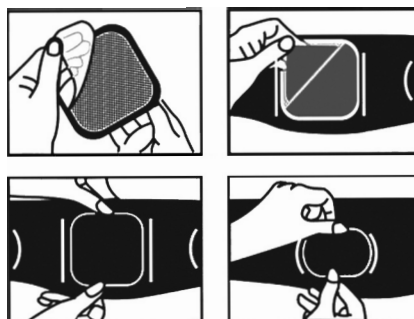
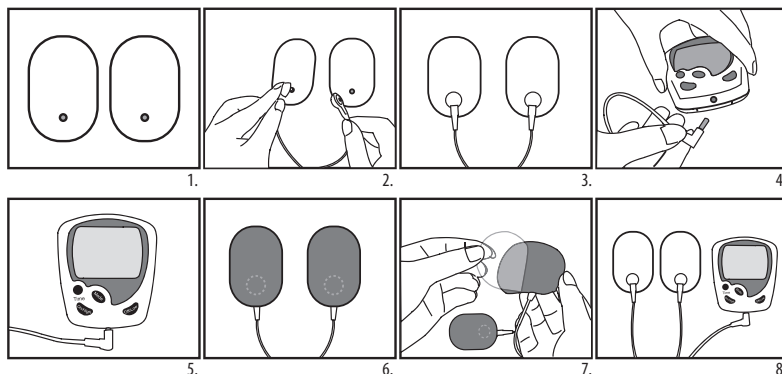


Fig. 5



### CONEXIÓN DE PARCHES DE GEL PEQUEÑO

#### Funcionamiento

1. Conectar el cable eléctrico al parche de gel con electrodos mediante el botón de cierre.
2. Conectar el cable eléctrico al conector de salida del aparato.
3. Retirar la película protectora del parche de gel y pegar el parche sobre la zona deseada. (Conserve la película protectora para el momento de guardar el parche de gel).
4. Pulse el botón "ON/Hi" para encender el aparato. Para apagar el aparato, pulse el botón "OFF/Lo".
5. Pulse el botón "MODE" varias veces para seleccionar el programa que prefiera. Hay 6 diferentes programas para elegir: Sculpt (esculpir), Wave (ondas), Ripple (ondas pequeñas), Pulse (pulsaciones), Kneading (masaje) y Tapping (golpecitos). Una flecha indicará el programa seleccionado.
6. Pulse el botón "ON/Hi" u "OFF/Lo" para aumentar o disminuir la intensidad poco a poco. En la pantalla se indicará el grado de intensidad seleccionado. **(Este aparato únicamente se encenderá si está conectado a los parches de gel, que a su vez deben estar en contacto con la piel).**
7. Antes de que el músculo se contraiga sentirá un cosquilleo. Una vez que el músculo se contrae, el cosquilleo desaparece poco a poco. Regule la intensidad a su gusto. Debe sentir una contracción de los músculos intensa pero no desagradable. Durante la tonificación, si se pulsa el botón de programa para cambiar el modo, el grado de intensidad vuelve automáticamente a "1".
8. Pulse el botón "TIME" para configurar el temporizador a fin de que el aparato se apague automáticamente al cabo de 5, 10, 15, 20, 25 ó 30 minutos.

**Nota:** al usar al mismo tiempo el cinturón y los parches, si desconecta el cinturón o los parches sin apagarlos notará que la intensidad aumenta. Si le resulta incómodo, puede disminuir el grado de intensidad.

#### Programas de tonificación

**Sculpt** - Ráfagas profundas y cortas para una tonificación efectiva de la parte superior de los brazos

**Wave** - Repite flexiones, ideal para tonificar el estómago

**Ripple** - Alta intensidad para moldear los muslos/nalgas

**Pulse** - Sensación de pulsaciones, ideal para las zonas problemáticas en la zona de la cadera y la cintura

**Kneading** - Masaje profundo en los tejidos que relaja los músculos

**Tapping** - Alivia la tensión muscular y el estrés

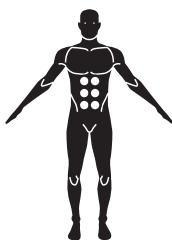
#### Funciones de desactivación automática

Cuando el área conductora del cinturón no esté en contacto con la piel, el grado de intensidad solo puede ser "1".

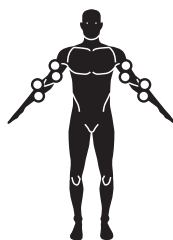
Si el parche de gel se retira durante el uso, la intensidad vuelve automáticamente a "1". Si el parche no se vuelve a poner en contacto con la piel, el aparato se apagará al cabo de 30 segundos. El aparato dispone de un temporizador. Se apagará al cabo de 10 minutos de masaje. Si cambia el programa de masaje dentro de esos 10 minutos, el temporizador tendrá en cuenta el tiempo restante original.



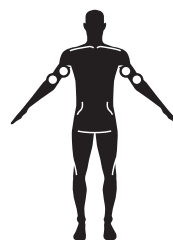
**Gráfico 1**  
Pecho/Pectorales



**Gráfico 2**  
Abdominales



**Gráfico 3**  
Bíceps/Antebrazos



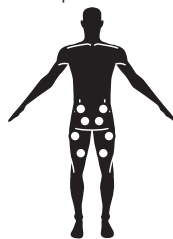
**Gráfico 4**  
Tríceps



**Gráfico 5**  
Cuádriceps



**Gráfico 6**  
Pantorrillas



**Gráfico 7**  
Glúteos/Tendones



**Gráfico 8**  
Trapecio/Latissimus dorsi

#### **Sugerencias para la tonificación:**

1. Utilice su sistema de tonificación deportiva HoMedics 5 veces a la semana.
2. Las sesiones no deben tener una duración superior a los 30 minutos.
3. Utilice la intensidad de entrenamiento más fuerte que pueda, cuanto más fuerte trabaje sus músculos, mejores resultados obtendrá, pero no debe olvidar que la estimulación nunca puede ser incómoda.
4. Utilice su sistema de tonificación deportiva HoMedics como parte de un estilo de vida normal y saludable. Mejore su dieta e intente aumentar la cantidad de ejercicio realizado.

#### **ADVERTENCIA**

**No lavar el cinturón en la lavadora. Para limpiarlo, utilice simplemente un trapo seco y para mantener el parche de gel limpio vuelva a colocar la película protectora después de cada uso.**

#### **NOTA ACERCA DE LAS PILAS**

- Para evitar el riesgo de derrames o explosiones, nunca recargue las pilas, no aplique calor a las mismas ni intente desarmarlas.
- Si no se va a usar el aparato durante un largo periodo de tiempo, saque la pila para evitar derrames o filtraciones.
- Si empieza a salir líquido de las pilas, deséchelas. Limpie bien el compartimento de las pilas con un trapo seco.

## **ESPECIFICACIONES TÉCNICAS**

Corriente De Salida	23mA (hasta 10k ohms de carga)
Pulsación	4Hz ,27Hz
Duración De La Pulsación (Amplitud)	200uS
Temporizador	5,10,15,20,25 y 30 minutos, dependiendo de su selección
Forma De Onda	CC de una sola fase
Carga Maxima Por Pulsación	200uS(Máx)

LEGGERE INTEGRALMENTE LE PRESENTI ISTRUZIONI PRIMA DELL'USO. CONSERVARE LE PRESENTI ISTRUZIONI PER CONSULTAZIONI SUCCESSIVE.

## NOTE IMPORTANTI PER LA SICUREZZA :

AL MOMENTO DI UTILIZZARE APPARECCHI ELETTRICI, SOPRATTUTTO IN PRESENZA DI BAMBINI, OCCORRE SEMPRE OSSERVARE ALCUNE PRECAUZIONI DI SICUREZZA. IN PARTICOLARE SI RACCOMANDA QUANTO SEGUE.

- L'utilizzo di questo apparecchio non è destinato a persone (compresi i bambini) con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte. L'apparecchio non è adatto all'utilizzo da parte di persone che manchino di esperienza e familiarità con il prodotto, a meno che non abbiano ricevuto supervisione o istruzioni relative all'uso dello stesso da una persona responsabile della loro sicurezza. È necessario sorvegliare i bambini per assicurarsi che non giochino con l'apparecchio.
- NON tentare di recuperare un prodotto caduto in acqua o in altri liquidi. Proteggere il prodotto dall'umido – NON azionare il prodotto in ambienti umidi o bagnati.
- Non inserire MAI spine o altri fissaggi metallici nel prodotto.
- Utilizzare il prodotto solo per gli scopi indicati nel presente opuscolo. NON usare accessori non raccomandati da HoMedics.
- Non azionare MAI l'apparecchio in caso di malfunzionamenti, cadute o danni accidentali o contatto con acqua. Se ciò dovesse accadere, rispedire il prodotto al Centro Assistenza HoMedics per l'ispezione, la riparazione o la sostituzione.
- Tenere il cavo lontano da superfici riscaldate.
- Un utilizzo eccessivo può causare il surriscaldamento del prodotto con conseguente riduzione della sua durata. In caso di surriscaldamento, interrompere l'uso e lasciare raffreddare il prodotto prima di utilizzarlo nuovamente.
- Non introdurre o fare MAI cadere oggetti nelle aperture del prodotto.
- NON azionare il prodotto negli stessi ambienti in cui si utilizzano apparecchi per l'aerosol (spray) o si somministra ossigeno.
- NON azionare il prodotto sotto coperte o cuscini. La mancata osservanza di questa precauzione comporta il rischio di incendi, folgorazione o infortuni di altro tipo.
- Il cavo NON deve essere utilizzato per afferrare o trasportare il prodotto.
- NON schiacciare il prodotto.
- NON tentare di riparare il prodotto. Il prodotto non contiene parti soggette a manutenzione da parte dell'utente. Se il prodotto richiede manutenzione, rispedirlo al Centro Assistenza HoMedics. Qualunque intervento di manutenzione del prodotto deve essere affidato esclusivamente al personale autorizzato HoMedics.
- Non riporre né conservare l'apparecchio laddove potrebbe cadere o scivolare in una vasca da bagno o in un lavandino. Non immergere in acqua o altri liquidi.
- La mancata osservanza delle precauzioni sopra elencate comporta il rischio di incendi o infortuni.
- Un utilizzo improprio può provocare ustioni.

## PRECAUZIONI DI SICUREZZA :

LEGGERE ATTENTAMENTE LA PRESENTE SEZIONE PRIMA DI UTILIZZARE IL PRODOTTO.

- In caso di dubbi riguardo la propria salute, consultare un medico prima di utilizzare questo prodotto.
- I portatori di pacemaker e le donne incinta devono consultare un medico prima di utilizzare questo apparecchio. L'utilizzo dell'apparecchio è sconsigliato a persone affette da diabete.
- NON utilizzare questo apparecchio su bambini, invalidi o persone addormentate o non coscienti. NON utilizzare su soggetti affetti da perdita della sensibilità cutanea o problemi di circolazione sanguigna.
- Questo apparecchio non deve MAI essere utilizzato da soggetti affetti da problemi fisici che pregiudicano la capacità di azionare i comandi o da quanti soffrono di carenze sensoriali nella parte inferiore del corpo.
- Se si avvertono sensazioni di disagio durante l'uso del prodotto, sospendere l'impiego e rivolgersi ad un medico.
- Questo prodotto è un apparecchio non professionale, progettato per l'utilizzo personale e concepito per fornire una delicata stimolazione muscolare. NON utilizzare il prodotto in sostituzione delle cure mediche.
- NON utilizzare il prodotto prima di andare a letto. L'unità ha un effetto stimolante e può ritardare il sonno.
- Non utilizzare per periodi superiori a quelli raccomandati.
- Fare attenzione quando si utilizzano superfici riscaldate. Se il prodotto risulta eccessivamente caldo, spegnerlo e contattare il Centro Assistenza HoMedics.
- Non si conoscono gli effetti a lungo termine dell'elettrostimolazione.
- Non utilizzare durante la gravidanza.
- Non utilizzare dopo il parto. Attendere almeno sei settimane dal parto (è necessario rivolgersi prima al proprio medico).
- Non utilizzare durante il periodo mestruale.
- Non utilizzare su soggetti cardiopatici.
- Non utilizzare in presenza di epilessia sospetta o diagnosticata.
- Non utilizzare su soggetti affetti da sclerosi multipla.
- Non effettuare l'elettrostimolazione sopra i nervi del seno carotideo (o su qualsiasi parte anteriore del collo) soprattutto in soggetti con sensibilità conosciuta da riflesso seno carotideo.
- Non collocare sulla parte anteriore del collo o sulla bocca.
- Non utilizzare sulla testa.
- Non applicare corrente attraverso la zona toracica.
- Non utilizzare su zone gonfie, infette o infiammate o su eruzioni cutanee.
- Tenere fuori dalla portata dei bambini.
- Non utilizzare su tessuto cicatriziale recente.
- Non utilizzare a seguito di intervento chirurgico recente.
- Non utilizzare in caso di perdita della normale percezione cutanea in seguito al danneggiamento dei nervi sensoriali. Alcune persone possono manifestare irritazione o ipersensibilità cutanea dovuta all'elettrostimolazione o al mezzo elettroconduttivo utilizzato.

### Effetti collaterali avversi

Con l'utilizzo dell'elettrostimolazione muscolare sono stati segnalati casi di irritazione cutanea e ustioni sotto gli elettrodi.

### Questo prodotto non è un dispositivo medico

L'unità deve essere utilizzata solo per il trattamento fisico generale. Questo prodotto non implica né garantisce proprietà medicinali.

## MANUTENZIONE :

### Pulizia

Scollegare il prodotto dalla presa e lasciarlo raffreddare prima di procedere alla pulizia. Pulire solo con una spugna morbida e leggermente inumidita.

- Evitare sempre che il prodotto entri a contatto con acqua o altri liquidi.
- Non pulire mai il prodotto immergendolo in liquidi.
- Non pulire mai il prodotto con detergenti abrasivi, spazzole, prodotti per la pulizia di vetro/mobilia, solventi per vernici ecc.

### Conservazione

Riporre il prodotto nella sua confezione originale o conservarlo in un luogo fresco, asciutto e sicuro. Evitare il contatto con oggetti taglienti o appuntiti che possono danneggiare il rivestimento in tessuto. Per evitare danni, si raccomanda di NON avvolgere il cavo attorno al prodotto. NON appendere il prodotto dal cavo elettrico.

### Spiegazione direttiva RAEE



Questo simbolo indica che il prodotto non deve essere smaltito assieme agli altri rifiuti domestici in tutti i Paesi dell'Unione Europea. Al fine di evitare un eventuale danno ambientale e alla salute umana derivante dallo smaltimento dei rifiuti non controllato, riciclare il prodotto in maniera responsabile per promuovere il riutilizzo sostenibile delle risorse materiali. Per la restituzione del dispositivo usato, utilizzare gli appositi sistemi di restituzione e raccolta oppure contattare il rivenditore presso cui il prodotto è stato acquistato, che provvederanno al suo riciclaggio in conformità alle norme di sicurezza ambientale.

### Direttiva relativa alle batterie



Questo simbolo indica che le batterie devono essere smaltite separatamente dai rifiuti domestici poiché contengono sostanze potenzialmente nocive per l'ambiente e la salute umana. Smaltire le batterie negli appositi centri di raccolta. Quando il prodotto raggiunge il termine della sua vita utile, rimuovere le batterie e smaltirle come indicato sopra.

## RICERCA E RISOLUZIONE DEI PROBLEMI

Problema	Possibile causa	Soluzione
MANCATA VISUALIZZAZIONE DEL DISPLAY.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batterie non inserite</li> <li>- Batterie non inserite correttamente</li> <li>- Batterie scariche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inserire le batterie</li> <li>- Controllare la corretta polarità delle batterie</li> <li>- Sostituire le batterie</li> </ul>
VISUALIZZAZIONE DISPLAY MA NESSUNA FUNZIONE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nessun contatto con la pelle</li> <li>- Unità non collegata correttamente all'elettrodo</li> <li>- Livello intensità a 0</li> <li>- Microprocessore non funzionante</li> <li>- Batterie in esaurimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Applicare il gel a base acquosa sulla superficie conduttiva e collocare l'elettrodo a diretto contatto con la pelle</li> <li>- Controllare che l'unità sia saldamente collegata all'elettrodo con entrambi i connettori</li> <li>- Premere il tasto "ON/HI" per aumentare l'intensità</li> <li>- Resetare rimuovendo le batterie per 1 minuto; quindi, reinserire le batterie</li> <li>- Sostituire le batterie</li> </ul>
DISPLAY LCD NORMALE MA NON SUCCEDE NULLA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intensità impostata su livello basso</li> <li>- Gel conduttore insufficiente sull'elettrodo</li> <li>- Il gel utilizzato non è a base acquosa</li> <li>- L'elettrodo è consumato</li> <li>- Batterie in esaurimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Premere il tasto ON/HI diverse volte per aumentare l'intensità</li> <li>- Applicare una quantità maggiore di gel a base acquosa tra l'elettrodo e la pelle</li> <li>- Leggere l'etichetta del gel utilizzato. Assicurarsi che riporti la dicitura "acqua".</li> <li>- Pulire l'elettrodo o sostituire. (vedere suggerimento sotto)</li> <li>- Sostituire le batterie</li> </ul>
DISPLAY LCD NORMALE MA NON SUCCEDE NULLA I TASTI NON FUNZIONANO BENE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Microprocessore non funzionante</li> <li>- Batterie in esaurimento</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resetare rimuovendo le batterie per 1 minuto; quindi, reinserire le batterie.</li> <li>- Sostituire le batterie</li> </ul>

## CARATTERISTICHE DEL PRODOTTO:



1. Una cintura principale resistente
2. Cintura aggiuntiva per girovita
3. Cintura con chiusura a gancio
4. Microprocessore con display grande
5. 5 elettrodi autoadesivi
6. Cavo di connessione
7. 1 batteria CR2032
8. Manuale utente

### Istruzioni d'uso

Inserire il dispositivo nell'apposito supporto della cintura.

Per rimuovere il dispositivo dal supporto, allontanarlo dalla cintura per staccarlo dai ganci magnetici; quindi far scivolare il dispositivo verso l'alto (Fig. 1).

Aprire il coperchio del vano batterie, situato sul retro del dispositivo, facendolo scivolare delicatamente verso il basso (Fig. 2).

Inserire la batteria CR2032 nel vano rispettando la corretta polarità (Fig. 3).

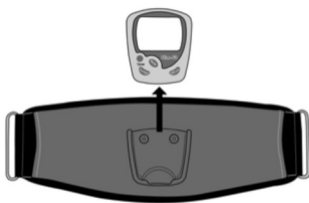
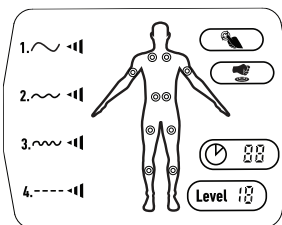


Fig. 1

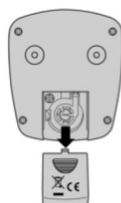


Fig. 2

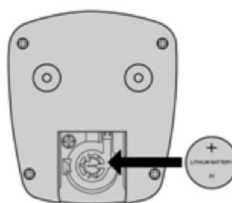


Fig. 3

### Funzionamento

1. Inserire la cintura aggiuntiva nelle fibbie di metallo a entrambe le estremità della cintura principale (Fig. 4).
2. Staccare la pellicola protettiva dal lato nero degli elettrodi e attaccarli completamente sui tre contatti metallici sul retro della cintura principale. L'elettrodo quadrato per la zona centrale e gli elettrodi ovali per entrambi i lati (Fig. 5).
3. Rimuovere la pellicola protettiva dal lato argentato a quadretti, ricordando di conservare tutte le pellicole protettive da riapplicare quando il prodotto non viene utilizzato.
4. Collocare la cintura sulla zona desiderata.
5. Per l'utilizzo con elettrodi aggiuntivi, consultare la sezione 'Collegamento elettrodi piccoli'.

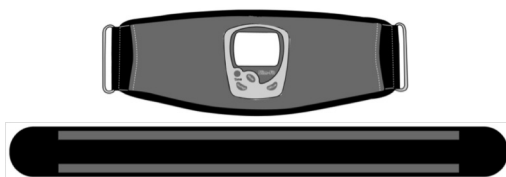


Fig. 4

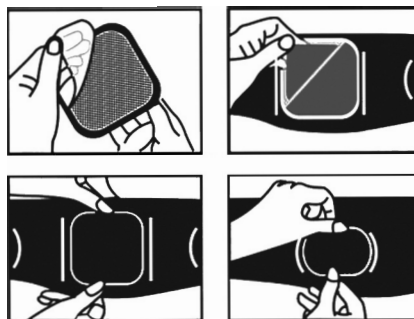
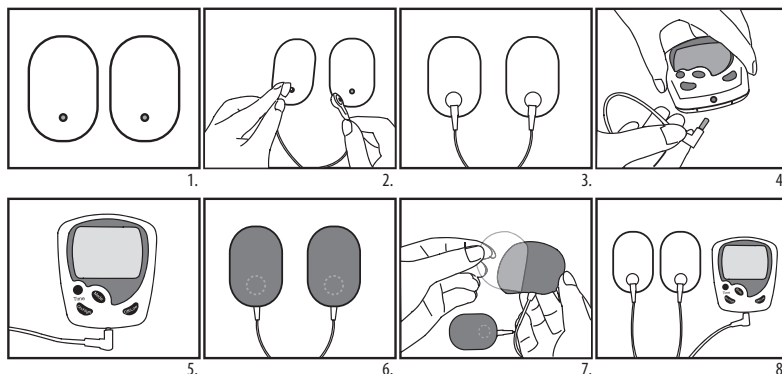


Fig. 5



### COLLEGAMENTO ELETTRODI PICCOLI

#### Funzionamento

1. Collegare il cavo di connessione all'elettrodo autoadesivo mediante l'apposito connettore a clip.
2. Collegare il cavo di connessione al connettore di uscita del dispositivo.
3. Rimuovere la pellicola protettiva dell'elettrodo e attaccarlo alla zona desiderata. (Ricordarsi di conservare la pellicola protettiva per la conservazione dell'elettrodo).
4. Premere il tasto "ON/Hi" per accendere il dispositivo. Per lo spegnimento, premere il tasto "OFF/LO".
5. Premere ripetutamente il tasto "MODE" per selezionare il programma desiderato. È possibile scegliere tra 6 diversi programmi: Modellamento (Sculp), Rassodamento (Wave), Rafforzamento (Ripple), Tonificazione (Pulse), Massaggio rotatorio (Kneading) e Massaggio picchiettato (Tapping). Una freccia indica la modalità selezionata.
6. Premere il tasto "ON/Hi" o "OFF/LO" per aumentare o ridurre con cautela l'intensità. Il display LCD mostra il livello di intensità selezionato. **(Questo dispositivo si accende solo quando è collegato agli elettrodi che sono a contatto con la pelle).**
7. Prima della contrazione muscolare si avverte una sensazione di pizzicore. Quando il muscolo si contrae il pizzicore si attenua. Regolare l'intensità in base al livello desiderato. Dovrebbe avvertirsi una contrazione muscolare intensa ma gradevole. Durante il trattamento, se viene premuto il tasto 'mode' per cambiare la modalità tonificante, l'intensità passa automaticamente a livello "1".
8. Premere il tasto "TIME" per impostare il timer per lo spegnimento automatico, disponibile per 5/10/15/20/25/30 minuti.

**Nota:** durante l'utilizzo simultaneo di cintura ed elettrodi, se si disconnette la cintura o gli elettrodi senza spegnere l'apparecchio, si avvertirà un aumento di intensità. Se la stimolazione risulta fastidiosa, ridurre il livello.

#### Programmi di massaggio tonificante

**Sculp:** impulsi brevi e profondi, per un'efficace tonificazione della parte superiore delle braccia

**Wave:** riproduce movimenti ondulatori, ideali per tonificare i muscoli addominali

**Ripple:** una forte intensità per rassodare cosce e glutei

**Pulse:** sensazione a impulsi, ideale per trattare le zone problematiche attorno ai fianchi e alla vita.

**Kneading:** massaggio profondo dei tessuti che rilassa i muscoli

**Tapping:** allevia la tensione muscolare e lo stress.

#### Funzioni di spegnimento automatico

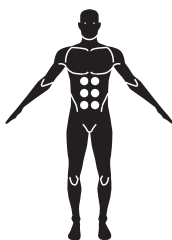
Quando la superficie conduttiva della cintura non è a contatto con la pelle, l'intensità può essere impostata solo a livello "1".

Se la cintura viene rimossa durante l'utilizzo, l'intensità passa automaticamente a livello "1". Se l'elettrodo non viene riposizionato a contatto con la pelle, l'unità si spegne automaticamente dopo 30 secondi. L'unità è dotata di un timer automatico. L'unità si spegne dopo 10 minuti di massaggio. Se si modifica la modalità di massaggio entro i 10 minuti, il timer effettua il conto alla rovescia dal tempo rimasto originario.

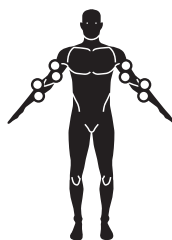




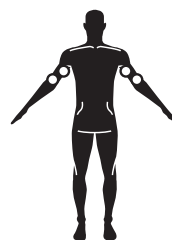
**Diagramma 1**  
Petto/Pettorali



**Diagramma 2**  
Addominali



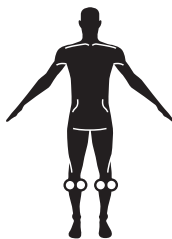
**Diagramma 3**  
Bicipiti/Avambracci



**Diagramma 4**  
Tricipiti



**Diagramma 5**  
Quadricipiti



**Diagramma 6**  
Polpacci



**Diagramma 7**  
Glutei/Tendini



**Diagramma 8**  
Trapezio/Grande dorsale

#### **Suggerimenti di tonificazione muscolare:**

1. Utilizzate il vostro sistema di tonificazione muscolare HoMedics 5 volte a settimana.
2. Ogni seduta non deve durare più di 30 minuti.
3. Utilizzate l'intensità di allenamento maggiore che potete: quanto più intensamente lavorate i vostri muscoli, migliori saranno i risultati visibili, ma non dimenticate che la stimolazione non deve mai essere fastidiosa.
4. Utilizzate il vostro sistema di tonificazione muscolare HoMedics come parte di uno stile di vita normale e salutare. Migliorate la vostra dieta alimentare e cercate di fare più esercizio fisico.

#### **AVVERTENZA**

**Non lavare la cintura in lavatrice; pulirla solo con un panno asciutto e tenere pulito l'elettrodo coprendolo con la pellicola protettiva dopo l'uso.**

#### **NOTA SULLE BATTERIE**

- Per evitare il rischio di perdite o esplosioni, non ricaricare mai le batterie, sottoporle a calore o smontarle.
- In caso di inutilizzo prolungato del prodotto, rimuovere le batterie per evitare perdite o fuoriuscite di liquido.
- Gettare le batterie in caso di fuoriuscite di liquido. Pulire accuratamente il vano batterie con un panno asciutto.

## **SPECIFICHE TECNICHE**

Corrente Di Uscita	23ma (Fino A 10k Ohm Di Carica)
Frequenza Impulsi	4hz, 27hz
Durata Impulso (Ampiezza)	200us
Timer	5, 10, 15, 20, 25 E 30 Minuti In Funzione Della Vostra Selezione
Forma D'onda	Cc Monofase
Carica Massima Per Impulso	200uS (max)

PRZED UŻYCIEM NALEŻY PRZECZYTAĆ CAŁĄ INSTRUKCJĘ.  
INSTRUKCJĘ NALEŻY ZACHOWAĆ NA PRZYSZŁOŚĆ.

## ZALECENIA DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA :

PODZAS KORZYSTANIA Z URZĄDZEŃ ELEKTRYCZNYCH, SZCZEGÓLNIE W OBECNOŚCI DZIECI, NALEŻY ZAWSZE PRZESTRZEGAĆ PODSTAWOWYCH PRZEPISÓW BEZPIECZEŃSTWA - W TYM NASTĘPUJĄCYCH:

- Urządzenie nie jest przeznaczone do użytku przez osoby (w tym również dzieci) o ograniczonej sprawności fizycznej, sensorycznej lub umysłowej, bądź osoby nieposiadające doświadczenia lub odpowiedniej wiedzy, chyba że znajdują się one pod nadzorem osoby odpowiedzialnej za ich bezpieczeństwo lub otrzymały od niej instrukcje dotyczące użytkowania urządzenia. Dzieci powinny znajdować się pod nadzorem i nie wolno dopuścić, aby bawiły się urządzeniem.
- Urządzenia, które wpadło do wody lub innego płynu, NIE WOLNO wyjmować. Należy utrzymywać urządzenie w stanie suchym - NIE WOLNO użytkować go w wilgotnych warunkach.
- NIGDY nie wolno wkładać do urządzenia pinezek ani innych metalowych łączników.
- Urządzenie należy wykorzystywać zgodnie z jego przeznaczeniem opisanym w instrukcji. Nie należy używać przystawek innych niż zalecane przez HoMedics.
- NIE WOLNO używać urządzenia, jeśli działa nieprawidłowo, jeśli zostało upuszczone lub uszkodzone albo zanurzone w wodzie. Jeśli produkt ulegnie uszkodzeniu, należy go zwrócić do punktu serwisowego firmy HoMedics w celu przeprowadzenia kontroli, naprawy lub wymiany.
- Nie wolno zbliżać przewodu zasilającego do rozgrzanych powierzchni.
- Zbyt intensywna eksploatacja może doprowadzić do przegrzania urządzenia i skrócenia jego żywotności. W takim przypadku, przed ponownym użyciem urządzenie należy wyłączyć i pozostawić do ostygnięcia.
- NIE upuszczać ani nie wkładać żadnych przedmiotów w otwory urządzenia.
- NIE WOLNO korzystać z urządzenia w miejscach, gdzie używa się aerozoli (sprayów) lub gdzie dozuje się tlen.
- NIE WOLNO używać urządzenia pod kołdrą ani poduszką. Może to spowodować nadmierne przegrzanie i pożar, porażenie prądem lub uraz ciała.
- NIE WOLNO przenosić urządzenia trzymając za przewód ani używać przewodu jako uchwytu.
- NIE WOLNO przynosić.
- NIE WOLNO samodzielnie naprawiać urządzenia. W urządzeniu nie ma części do samodzielnej naprawy. Informacje o punktach naprawczych dostępne są w Centrum Serwisowym HoMedics. Wszelkie naprawy urządzenia muszą być przeprowadzane wyłącznie przez wykwalifikowanych pracowników HoMedics.
- Nie należy umieszczać ani przechowywać urządzenia w miejscu, z którego może ono spaść lub zostać wciągnięte do wanny bądź zlewu. Nie wolno zanurzać urządzenia w wodzie ani w żadnej innej cieczy.
- Nieprzestrzeganie powyższych zaleceń może spowodować pożar lub obrażenia ciała.
- Nieprawidłowe stosowanie urządzenia może spowodować oparzenia ciała.

## ŚRODKI OSTROŻNOŚCI :

PRZED PRZYSTĄPIENIEM DO KORZYSTANIA Z URZĄDZENIA NALEŻY DOKŁADNIE PRZECZYTAĆ PONIŻSZE INFORMACJE.

- W przypadku wątpliwości, przed użyciem urządzenia należy skontaktować się z lekarzem.
- Osoby z rozrusznikami serca oraz kobiety ciężarne powinny zasięgnąć porady lekarskiej przed rozpoczęciem korzystania z urządzenia. Urządzenie nie jest zalecane dla diabetyków.
- NIE WOLNO stosować produktu u niemowląt, osób niepełnosprawnych, nieprzytomnych lub śpiących. NIE WOLNO stosować produktu u osób o skórze pozbawionej czucia lub słabym krążeniu krwi.
- Urządzenia NIGDY nie mogą używać osoby cierpiące na schorzenia powodujące niezdolność do obsługi przyrządów regulacji lub upośledzenie czucia w dolnych partiach ciała.
- Jeśli użytkownik odczuwa jakikolwiek dyskomfort podczas stosowania urządzenia, należy zaprzestać jego użytkowania i zasięgnąć porady lekarskiej.
- Urządzenie nie jest przeznaczone do zastosowań profesjonalnych, a jedynie do użytku prywatnego w celu łagodnego masowania mięśni. NIE NALEŻY stosować masażu zamiast kuracji medycznej.
- NIE NALEŻY korzystać z urządzenia bezpośrednio przed snem. Urządzenie działa pobudzająco i może utrudniać zasypianie.
- Nie używać dłużej niż przez zalecany czas.
- Podczas korzystania z rozgrzanych powierzchni należy zachować szczególną ostrożność. Jeśli urządzenie zbyt szybko rozgrzało się, należy je wyłączyć i skontaktować się z punktem serwisowym firmy HoMedics.
- Nie są znane długotrwałe skutki ciągłej stymulacji elektrycznej.
- Nie należy stosować urządzenia będąc w ciąży.
- Nie należy używać urządzenia po porodzie. Po urodzeniu dziecka należy odczekać przynajmniej sześć tygodni, ale w pierwszej kolejności należy skonsultować się z lekarzem.
- Nie stosować produktu w trakcie miesiączki.
- Nie należy stosować urządzenia w przypadku problemów ze sercem.
- Nie wolno używać w przypadku podejrzeń lub zdiagnozowania padaczki.
- Nie używać w przypadku stwardnienia rozsianego.
- Nie wolno stosować urządzenia na wysokości nerwu zatokowego tętnicy szyjnej (lub krtni); szczególnie dotyczy to osób, u których występuje odruch z zatoki tętnicy szyjnej.
- Nie wolno umieszczać urządzenia na przedniej części szyi lub ustach.
- Nie umieszczać na głowie.
- Nie przeprowadzać prądu przez klatkę piersiową.
- Nie należy nakładać na napuchniętych, zainfekowanych lub zapalnym obszarach ciała lub na obszarach skóry dotkniętych wysypką.
- Przechowywać poza zasięgiem dzieci.
- Nie należy umieszczać na świeżych bliznach.
- Nie należy stosować krótko po zabiegach chirurgicznych.
- Nie należy używać na obszarach ciała z uszkodzonymi nerwami czuciowymi, czyli z ubytkami skóry. U niektórych osób może wystąpić podrażnienie skóry lub nadwrażliwość na skutek stosowania urządzeń do stymulacji elektrycznej lub elektrycznego nośnika przewodzącego.

### Niekorzystne efekty uboczne

Zostały stwierdzone podrażnienie skóry i oparzenia pod elektrodami w przypadku stosowania elektrycznej stymulacji mięśni.

### To nie jest urządzenie medyczne

To urządzenie jest przeznaczone wyłącznie do poprawiania ogólnej kondycji fizycznej. Stosowanie tego produktu nie gwarantuje i nie sugeruje żadnych efektów medycznych.

## CZYSZCZENIE I PRZECHOWYWANIE :

### Czyszczenie

Przed czyszczeniem należy odłączyć urządzenie od sieci i pozwolić mu ostygnąć. Produkt można czyścić tylko miękką, lekko zwilżoną gąbką.

- Nie wolno pozwalać na kontakt urządzenia z wodą lub jakimkolwiek innym płynem.
- W celu wyczyszczenia nie wolno zanurzać urządzenia w żadnym płynie.
- Do czyszczenia nie wolno używać ostrych myjek, szczotek, środków czyszczących do szkła/mebli, rozcieńczalników, itp.

### Przechowywanie

Urządzenie należy przechowywać w oryginalnym pudełku - w bezpiecznym, suchym i chłodnym miejscu. Nie należy pozwalać na kontakt urządzenia z ostrymi krawędziami lub przedmiotami, ponieważ mogą one rozciąć lub przedziurawić materiał. Aby nie uszkodzić przewodu zasilającego, NIE należy owijać go wokół urządzenia. NIE WOLNO wieszać urządzenia za przewód.

### Objaśnienie WEEE



Ten znak wskazuje, że na obszarze UE przyrządu nie wolno pozbywać się wyrzucając do śmieci domowych. Aby chronić środowisko i zdrowie, którym zagraża nieodpowiednia utylizacja odpadów, przyrząd należy recyklingować, aby umożliwić odzysk materiałów, z których został wykonany. Aby dokonać zwrotu zużytego przyrządu, należy skorzystać z programów zwrotu i odbioru lub skontaktować punkt zakupu urządzenia. Produkt zostanie odebrany do bezpiecznego dla środowiska recyklingu.

### Dyrektywa dot. baterii



Ten symbol oznacza, że baterii nie można wyrzucać wraz z odpadami domowymi, ponieważ baterie zawierają substancje, które mogą być szkodliwe dla środowiska oraz zdrowia. Baterie należy dostarczyć do wyznaczonych punktów zbiórki. Gdy produkt nie będzie już zdalny do użycia, należy wyjąć akumulatorki z urządzenia i zutylizować je zgodnie z powyższymi instrukcjami.

## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW

Problem	Możliwa przyczyna	Rozwiązanie
BRAK WYŚWIETLENIA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brak baterii</li> <li>- Nieprawidłowo włożone baterie</li> <li>- Wyczerpana bateria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Włóż baterie</li> <li>- Sprawdź kierunek ułożenia baterii (zgodność polaryzacji)</li> <li>- Wymień baterię</li> </ul>
WYŚWIETLACZ DZIAŁA ALE URZĄDZENIE NIE DZIAŁA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brak kontaktu ze skórą</li> <li>- Urządzenie nie jest dobrze podłączone do podkładki żelowej</li> <li>- Poziom intensywności ustawiony na 0</li> <li>- Mikroprocesor zawiesił się</li> <li>- Słabe baterie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Należy stosować żelu wodnego w miejscu przewodzenia i umieścić podkładkę bezpośrednio na skórze</li> <li>- Sprawdź, czy urządzenie jest dobrze połączone dwoma złączami do podkładki</li> <li>- Naciśnij przycisk ON/HI, aby zwiększyć intensywność</li> <li>- Zresetuj urządzenie – w tym celu wyjmij baterie na 1 minutę i zainstaluj z powrotem w urządzeniu</li> <li>- Wymień baterie</li> </ul>
PRAWIDŁOWE WYŚWIETLANIE LCD ALE URZĄDZENIE NIE DZIAŁA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ustawiony za niski poziom intensywności</li> <li>- Za mało żelu przewodzącego na podkładce</li> <li>- Stosowany żel nie jest żelem wodnym</li> <li>- Podkładka jest zużyta lub zabrudzona olejem</li> <li>- Słabe baterie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Naciśnij kilkakrotnie przycisk ON/HI, aby zwiększyć intensywność</li> <li>- Nanieś więcej żelu wodnego pomiędzy podkładką a skórą</li> <li>- Przeczytaj etykietę stosowanego żelu. Muszą na niej znajdować się określenia tyłu „water”, „aqua” lub „wodny”.</li> <li>- Wyczyść podkładkę lub wymień. (patrz poniższa wskazówka)</li> <li>- Wymień baterie</li> </ul>
PRAWIDŁOWE WYŚWIETLANIE LCD, NIC NIE DZIAŁA, NIE DZIAŁAJĄ WSZYSTKIE PRZYCISKI.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mikroprocesor zawiesił się</li> <li>- Słabe baterie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zresetuj urządzenie – w tym celu wyjmij baterie na 1 minutę i zainstaluj z powrotem w urządzeniu</li> <li>- Wymień baterie</li> </ul>

## FUNKCJE PRODUKTU:



1. Trwały pas główny
2. Pas przedłużający
3. Pas mocujący na rzepy
4. Mikroprocesor z dużym wyświetlaczem
5. Podkładki żelowe
6. Wiązka elektryczna
7. 1 baterie CR2032
8. Instrukcja obsługi

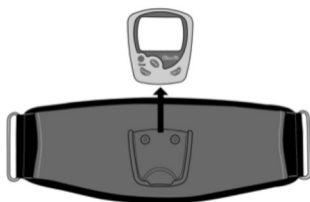
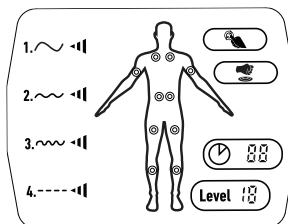
### Instrukcja obsługi

Włóż urządzenie do mocowania na pasie.

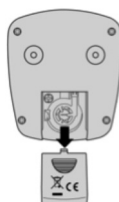
Aby wypiąć urządzenie z mocowania, należy odepchnąć górną część urządzenia od pasa. Dzięki temu urządzenie odłączy się od zaczepów magnetycznych. Następnie należy wysunąć urządzenie do góry (rys. 1).

Otwórz komorę baterii. Komora znajduje się z tyłu urządzenia. Aby otworzyć, przesunąć ją lekko w dół (rys. 2).

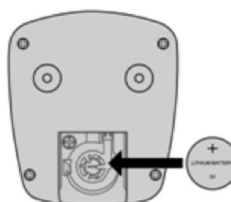
Włóż baterie CR2032 do komory baterii, zwracając uwagę na prawidłowy kierunek ułożenia baterii (rys. 3).



rys. 1



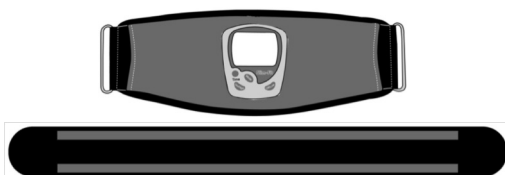
rys. 2



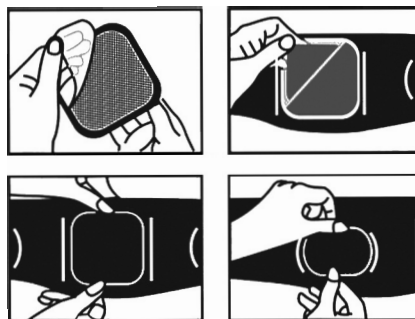
rys. 3

### Obsługa

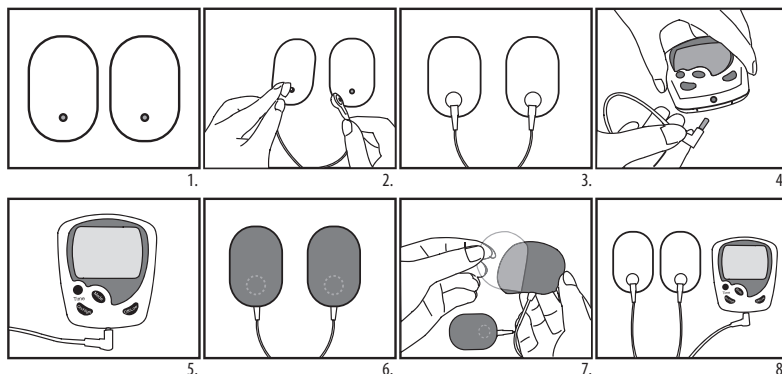
1. Przełóż pas przedłużający przez metalowe sprzączki po obu stronach pasa głównego (rys. 4).
2. Oderwij warstwę ochronną z czarnej strony podkładek żelowych i dokładnie przyklej na trzy metalowe styki z tyłu pasa głównego. Kwadratową podkładkę żelową należy przykleić na środku, a owalne podkładki po obu stronach (rys. 5).
3. Zdejmij srebrną przednią warstwę ochronną (z wzorem w kratkę) — pamiętaj, aby zamocować wszystkie nakładki ochronne po zakończeniu używania produktu.
4. Załóż pas na odpowiedniej wysokości.
5. Informacje na temat stosowania dodatkowych elektrod można znaleźć w punkcie „Podłączenie małej podkładki żelowej”.



rys. 4



rys. 5



### PODŁĄCZENIE MAŁEJ PODKŁADKI ŻELOWEJ

#### Obsługa

1. Podłącz przewód elektryczny do podkładki żelowej elektrody za pomocą zatrzasku.
2. Podłącz przewód elektryczny do gniazda wyjściowego urządzenia.
3. Zdejmij warstwę ochronną podkładki żelowej i przyklej podkładkę w odpowiednim miejscu. (Pamiętaj, aby zachować warstwę ochronną i aby założyć ją po zakończeniu używania urządzenia).
4. Naciśnij przycisk „ON/HI”, aby włączyć urządzenie. Aby wyłączyć urządzenie, należy nacisnąć przycisk „OFF/LO”.
5. Naciśnij kilka razy przycisk „TRYB”, aby wybrać odpowiedni program. Do wyboru dostępnych jest 6 różnych programów: Sculpt (uciskanie), Wave (falowanie), Ripple (tętnienie), Pulse (pulsowanie), Kneading (ugniatanie) i Tapping (opukiwanie). Strzałka wskazuje wybrany tryb.
6. Naciśnij przycisk „ON/HI” lub „OFF/LO”, aby stopniowo zwiększyć lub zmniejszyć intensywność. Na wyświetlaczu LCD pojawi się wybrany poziom intensywności. **(To urządzenie włączy się jedynie wtedy, gdy są do niego podłączone podkładki żelowe stykające się ze skórą).**
7. Przed skurczem mięśni odczuwalne będzie mrowienie. Gdy zaczynają występować skurcze mięśni, mrowienie ustąpi. Dopasuj poziom intensywności do swoich preferencji. Powinny być odczuwalne silne ale przyjemne skurcze mięśni. Podczas wzmacniania mięśni, jeśli zostanie naciśnięty przycisk trybu w celu zmiany masażu mięśni, intensywność automatycznie powraca do poziomu „1”.
8. Naciśnij przycisk „TIME” (czas), aby ustawić wyłącznik automatyczny. Dostępne opcje to: 5/10/15/20/25/30 minut.

**UWAGA:** w przypadku jednoczesnego korzystania z pasa i podkładek, w chwili odłączenia pasa lub podkładek bez wyłączenia urządzenia, wystąpi wzrost mocy. Jeśli stymulacji towarzyszy nieprzyjemne odczucie, należy zmienić poziom o jeden w dół.

#### Programy tonowania

**Sculpt** – krótkie, głębokie serie zapewniające skuteczne tonowanie ramion

**Wave** – powtarzalne brzuski, które idealnie nadają się do tonowania brzucha

**Ripple** – wysoka intensywność do kształtowania ud i pośladków

**Pulse** – ruchy pulsacyjne, które idealnie nadają się do problematycznych obszarów wokół bioder i talii

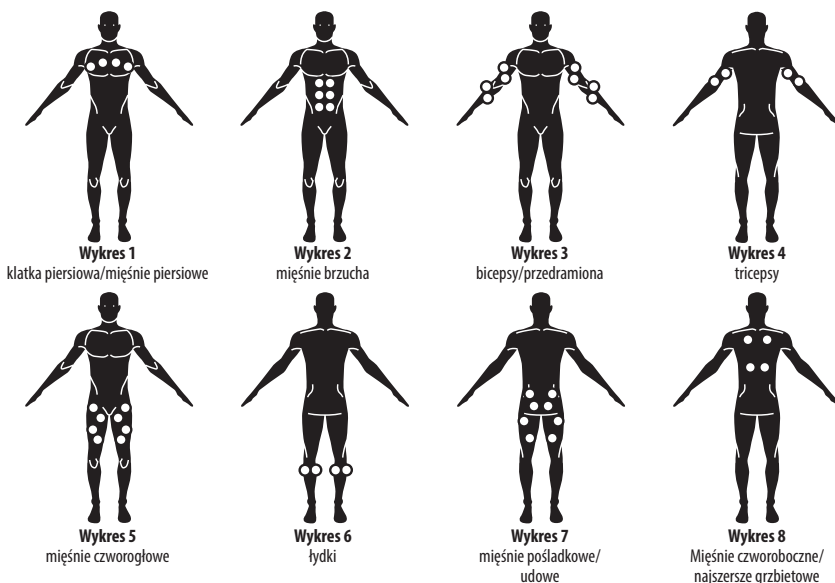
**Kneading** – głęboki masaż tkanki relaksuje mięśnie

**Tapping** – rozluźnia spięte i przeciążone mięśnie.

#### Funkcje wyłącznika automatycznego

Gdy obszar przewodzący pasa nie dotyka skóry, intensywność masażu może być ustawiona wyłącznie na poziomie „1”.

Jeśli pas zostanie zdjęty podczas użycia, intensywność zostanie automatycznie zredukowana do poziomu „1”. Jeśli elektroda nie zetknie się ponownie ze skórą, urządzenie wyłączy się po 30 sekundach. Urządzenie posiada automatyczny wyłącznik czasowy. Urządzenie wyłączy się po 10 minutach masażu. Jeśli tryb masażu zostanie zmieniony w ciągu 10 minut, odliczanie czasu będzie odbywać się od początkowego czasu zdjęcia.



#### Sugestie dotyczące tonowania:

1. Stosować system sportowego tonowania HoMedics 5 razy w tygodniu.
2. Każda sesja nie powinna trwać dłużej niż 30 minut
3. Należy użyć najwyższej możliwej intensywności – im intensywniej pracują mięśnie, tym lepsze będą rezultaty. Ale pamiętaj – stymulacja nigdy nie może powodować bólu.
4. Stosuj sportowy system tonowania HoMedics jako część normalnego, zdrowego stylu życia. Popraw dietę i spróbuj zwiększyć ilość wykonywanych ćwiczeń.

#### OSTRZEŻENIE

**Nie wolno pracować paskiem. Należy jedynie przetrzeć go suchą szmatką, a podkładki żelowe należy utrzymywać w czystości, zabezpieczając je po użyciu warstwą spodnią.**

#### INFORMACJE NA TEMAT BATERII

- Aby nie dopuścić do wycieku lub eksplozji, nie wolno ładować, podgrzewać lub demontować baterii.
- Jeśli produkt nie jest używany przez dłuższy czas, należy wyjąć z niego baterie, aby nie dopuścić do wycieku elektrolitu.
- Jeśli dojdzie do wycieku elektrolitu z baterii, należy wyrzucić baterie. Wytrzyj dokładnie komorę baterii suchą szmatką.

#### DANE TECHNICZNE

Prąd Wyjściowy	23 mA (obciążenie do 10 kΩ)
Częstość Impulsów	4 Hz 0,27 Hz
Czas Trwania Impulsu (Szerokość)	200 μs
Wyłącznik Czasowy	5, 10, 15, 20, 25 i 30 minut, w zależności od wyboru
Kształt Fali	DC, jedna faza
Maksymalny Ładunek Na Impuls	200 μs(maks.)

PŘED POUŽITÍM SI PŘEČTĚTE VEŠKERÉ POKYNY.  
NÁVOD USCHOVEJTE PRO POZDĚJŠÍ POUŽITÍ.

## DŮLEŽITÁ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ

PŘI POUŽÍVÁNÍ ELEKTRICKÝCH ZAŘÍZENÍ, PŘEDEVŠÍM V PŘÍTOMNOSTI DĚTÍ, JE TŘEBA VŽDY DODRŽOVAT ZÁKLADNÍ BEZPEČNOSTNÍ OPATŘENÍ, VČETNĚ NÁSLEDUJÍCÍCH:

- Toto zařízení není určeno k použití osobami (a dětmi) se sníženými fyzickými, smyslovými nebo mentálními schopnostmi, nebo bez odpovídajících zkušeností či znalostí, pokud nejsou pod dohledem nebo nebyly řádně poučeny ohledně používání zařízení osobou zodpovědnou za jejich bezpečí.
- Mějte děti pod dohledem, aby si se zařízením nehrály.
- NEDOTÝKĚJTE SE zařízení, které spadlo do vody nebo jiné tekutiny. Vypněte zdroj napájení a zařízení ihned odpojte. Udržujte v suchu – NEPOUŽÍVEJTE ve vlhkém nebo mokřem prostředí.
- NIKDY do zařízení nezasunujte špendlíky či jiné kovové předměty.
- Zařízení používejte k zamýšlenému účelu popsanému v tomto návodu. NEPOUŽÍVEJTE nástavce, které společnost HoMedics nedoporučila.
- NIKDY nepoužívejte zařízení, které má poškozenou šňůru nebo zástrčku, pokud správně nefunguje, pokud spadlo, bylo poškozeno nebo spadlo do vody. Takový výrobek zašlete do servisního střediska společnosti HoMedics za účelem kontroly a opravy.
- Kabel udržujte v bezpečné vzdálenosti od rozehrátých povrchů.
- Nadměrné používání může vést k přehřívání a zkrácení životnosti produktu. Pokud k tomu dojde, přestaňte zařízení používat a nechejte jej před dalším použitím vychladnout.
- NIKDY nevhazujte ani nevkládáte žádné předměty do otvorů.
- Zařízení NEPOUŽÍVEJTE na místech, kde jsou používány aerosoly (spreje) nebo kyslík.
- Zařízení NEPOUŽÍVEJTE pod pokrývkou ani polštářem. Případné přehřátí by mohlo způsobit požár, úraz elektrickým proudem či jiné zranění.
- NEPŘENÁŠEJTE toto zařízení držením za šňůru ani ji nepoužívejte pro uchopení.
- Zařízení NEVYSTAVUJTE nadměrným tlakům. Nepřehýbejte je příliš silně.
- NEPOKOUŠEJTE se zařízení opravovat. Neobsahuje žádné uživatelem opravitelné části. V případě potřeby zašlete zařízení do servisního střediska společnosti HoMedics. Veškeré opravy zařízení mohou provádět pouze autorizovaní servisní pracovníci společnosti HoMedics.
- Zařízení neumísťujte ani neskladujte v místech, ve kterých by mohlo spadnout nebo být staženo do vany či umyvadla. Zařízení nepokládáte ani neshazujte do vody či jiné tekutiny.
- Nedodržení výše uvedených pokynů může vést k požáru nebo zranění.
- Při nesprávném používání může dojít k popálení.

## BEZPEČNOSTNÍ POKYNY:

PŘED POUŽITÍM ZAŘÍZENÍ SI PEČLIVĚ PŘEČTĚTE TUTO ČÁST.

- Máte-li jakékoli obavy týkající se vašeho zdraví, poraďte se před použitím zařízení s lékařem.
- Osoby s kardiostimulátorem a těhotné ženy by se měly před použitím zařízení poradit se svým lékařem.
- Použití zařízení se nedoporučuje osobám s cukrovkou.
- Zařízení se NESMÍ používat u malých dětí, invalidních nebo spících osob či osob v bezvědomí.
- NEPOUŽÍVEJTE je na místa s necitlivou kůží nebo u osob s nedostatečným krevním oběhem.
- Toto zařízení NIKDY nesmí používat osoby trpící fyzickým onemocněním, které omezuje jejich schopnost manipulovat s ovládacími prvky nebo které trpí senzorickou poruchou v dolní části těla.
- Pokud máte při používání zařízení nepříjemné pocity, přestaňte zařízení používat a obraťte se na svého lékaře.
- Toto zařízení je určeno pro osobní, nikoli profesionální použití a slouží k provedení jemné stimulace svalů. NEPOUŽÍVEJTE jako náhradu lékařské péče.
- NEPOUŽÍVEJTE před spaním. Toto zařízení má stimulující účinky a může oddalovat spánek.
- Nepoužívejte déle než je doporučeno.
- Při používání nahříváných ploch buďte opatrní. Pokud se vám zdá zařízení příliš horké, vypněte jej a kontaktujte servisní středisko společnosti HoMedics.
- Nejsou žádné žádné dlouhodobé účinky chronické elektrické stimulace.
- Nepoužívejte v těhotenství.
- Nepoužívejte po porodu. Počkejte alespoň šest týdnů po porodu (nejdříve se musíte poradit s lékařem).
- Nepoužívejte při menstruaci.
- Nepoužívejte, pokud trpíte srdečními potížemi.
- Nepoužívejte, pokud máte podezření na epilepsii nebo pokud vám byla diagnostikována.
- Nepoužívejte, pokud máte roztroušenou sklerózu.
- Nestimulujte nervy karotického sinu (nebo jakoukoli část přední strany krku) zejména u osob se známou citlivostí na reflex karotického sinu.
- Neumísťujte na přední stranu krku nebo úst.
- Nepoužívejte na hlavě.
- Neaplikujte proud hrudníkem.
- Nepoužívejte na oteklá, infikovaná nebo zanícená místa nebo místa s kožní vyrážkou.
- Udržujte mimo dosah dětí.
- Nepoužívejte na čerstvé jizvě.
- Nepoužívejte po nedávném chirurgickém zákroku.
- Nepoužívejte na místech s poškozením senzorického nervu způsobeným ztrátou normální kůže. Vlivem elektrické stimulace nebo použitého elektrovodivého média se může u některých osob projevit podráždění kůže nebo přecitlivlost.
- Zařízení má nahřívanou plochu. Osoby necitlivé vůči teplotě musí zařízení používat opatrně.

## Nežádoucí vedlejší účinky

Při používání elektrické svalové stimulace byly hlášeny případy podráždění kůže a popáleniny pod elektrodami.

## Toto není lékařské zařízení

Toto zařízení je určeno pouze pro obecné tělesné kondicionování. Používáním tohoto zařízení nevznikají ani nejsou zaručeny žádné lékařské nároky.

## ÚDRŽBA:

### Čištění

Před čištěním zařízení odpojte ze zásuvky a nechte je vychladnout. K čištění používejte pouze měkkou, lehkou navlhčenou houbičku.

- Dbejte na to, aby se zařízení nedostalo do kontaktu s vodou či jinými kapalinami.
- Zařízení při čištění neponořujte do kapaliny.
- K čištění nikdy nepoužívejte abrazivní čisticí prostředky, kartáče, leštidla na sklo / nábytek, ředidlo apod.

## Skladování

Zařízení vložte do krabice a umístěte na bezpečné, suché a chladné místo. Zabraňte kontaktu s ostrými hranami nebo špičatými předměty, které by mohly proříznout nebo propíchnout tkaninu. Napájecí kabel NEOTÁČEJTE kolem zařízení, aby se nepoškodil. Jednotku NEVĚŠTE za napájecí kabel.

### Vysvětlení k označení WEEE



Toto označení určuje, že produkt by neměl být v Evropské unii likvidován s běžným domácím odpadem. Z důvodu ochrany před možným poškozením prostředí nebo lidského zdraví v důsledku nekontrolované likvidace odpadu produkt recyklujte. Podpořte tím udržitelné opětovné využívání materiálních zdrojů. Chcete-li použít zařízení odevzdat, využijte k tomu sběrné místo nebo se obraťte na prodejce, u kterého jste produkt zakoupili. Prodejce může produkt odevzdat k ekologické recyklaci.

### Směrnice pro likvidaci baterií



Tento symbol značí, že baterie nesmí být likvidovány s běžným domácím odpadem, protože obsahují látky, které mohou poškodit životní prostředí nebo zdraví. Baterie likvidujte pouze na k tomu určených sběrných místech. Tento výrobek používá nabíjecí článkové baterie Ni-MH 2500 mAh 2,4 V. Po skončení životnosti výrobku vyjměte baterie a zlikvidujte je podle výše uvedených pokynů.

## ŘEŠENÍ POTÍŽÍ

Problém	Možná příčina	Řešení
NEZOBRAZUJE SE DISPLEJ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Není vložena baterie</li> <li>Baterie není vložena správně</li> <li>Baterie je vybitá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vložte baterii</li> <li>Zkontrolujte správnou polohu polarit baterie</li> <li>Vyměňte baterii</li> </ul>
ZOBRAZUJE SE DISPLEJ, ALE NENÍ K DISPOZICI ŽÁDNÁ FUNKCE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Není kontakt s pokožkou</li> <li>Přístroj není správně přichycen ke gelovému polštářku</li> <li>Je nastavena úroveň intenzity 0</li> <li>Mikroprocesor přestal reagovat</li> <li>Nízký stav baterie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Na vodivou plochu naneste gel na vodní bázi a přiložte polštářek přímo na pokožku</li> <li>Zkontrolujte, je přístroj řádně připojen oběma konektory k polštářku</li> <li>Zvyšte intenzitu stisknutím tlačítka ON/HI</li> <li>Vyjměte baterii, počkejte 1 minutu a vložte baterii zpět do přístroje</li> <li>Vyměňte baterii</li> </ul>
DISPLEJ LCD JE NORMÁLNÍ, ALE NIC SE NEDĚJE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Je nastavena nízká úroveň intenzity</li> <li>Na polštářku není dostatek vodivého gelu</li> <li>Použitý gel není na vodní bázi</li> <li>Polštářek je opotřebovaný a zamaštěný</li> <li>Nízký stav baterie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Opakovaným stisknutím tlačítka ON/HI zvyšte intenzitu</li> <li>Přidejte gel na bázi vody mezi polštářek a pokožku</li> <li>Přečtěte si popis na používaném gelu. Zkontrolujte, zda je označen slovy „voda“ nebo „aqua“.</li> <li>Polštářek očistěte nebo vyměňte (viz níže uvedená rada)</li> <li>Vyměňte baterii</li> </ul>
TLAČÍTKA NEFUNGUJÍ SPRÁVNĚ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mikroprocesor přestal reagovat</li> <li>Nízký stav baterie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vyjměte baterii, počkejte 1 minutu a vložte baterii zpět do přístroje.</li> <li>Vyměňte baterii</li> </ul>



## FUNKCE PRODUKTU:



1. Masivní hlavní pás
2. Prodlužovací opasek
3. Upevňovací pás se suchým zipem
4. Velký mikroprocesorový displej
5. 5 gelových destiček
6. Svazek elektrického drátu
7. 1 kus baterie CR2032
8. Uživatelská příručka

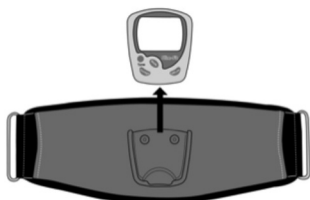
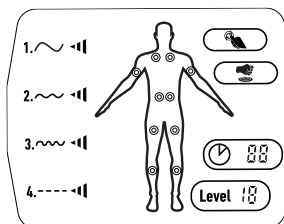
### Návod k použití

Vložte zařízení do držáku na pásu.

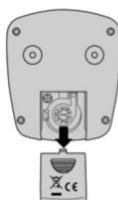
Při vyjímání z držáku stiskněte horní stranu zařízení od pásu tak, aby se uvolnilo od magnetických držáků, a potom vysuňte zařízení směrem nahoru. (Obr. 1).

Opatrným posunutím dolů otevřete dvířka přihrádky na baterii na zadní straně zařízení. (Obr. 2).

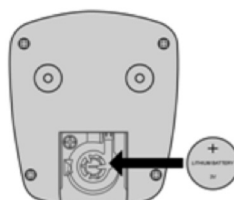
Do přihrádky na baterii vložte 1 ks baterie CR2032 ve správné orientaci. (Obr. 3).



Obr. 1



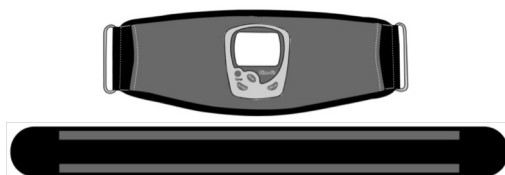
Obr. 2



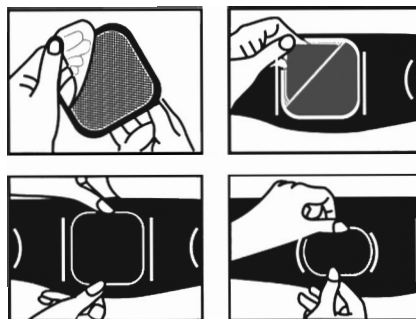
Obr. 3

### Používání

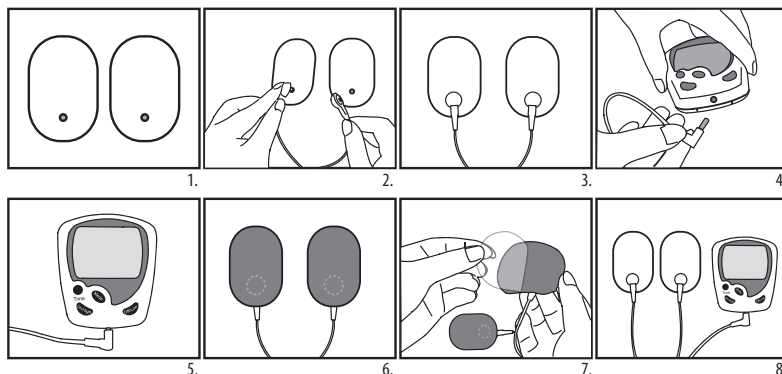
1. Provlékněte prodlužovací opasek kovovými sponami na obou koncích hlavního pásu (obr. 4).
2. Sejměte ochranný film ze zadní strany gelových destiček a plně je přilepte na tři kovové kontakty na zadní straně hlavního pásu. Čtvercovou gelovou destičku doprostřed a oválné gelové destičky na obě strany (obr. 5).
3. Sejměte přední ochranný film z kostičkované strany – všechny ochranné filmy zachovejte, aby je bylo možné znovu nasadit, když výrobek není používán.
4. Umístěte pás na požadované místo.
5. Chcete-li použít dodatečné tonizační destičky, viz „Připojení malých gelových destiček“.



Obr. 4



Obr. 5



### PŘIPOJENÍ MALÝCH GELOVÝCH DESTIČEK

#### Používání

1. Připojte elektrický drát na nacakávací konektor na gelové destičce s elektrodou.
2. Připojte elektrický drát k výstupní zásuvce zařízení
3. Sejměte ochranný film z gelové destičky a nasadte destičku na požadované místo. (Ochranný film uchovejte pro uložení gelové destičky).
4. Stisknutím tlačítka „ON/HI“ zapnete zařízení. Chcete-li zařízení vypnout, stiskněte tlačítko „OFF/LO“.
5. Opakovaným stisknutím tlačítka „MODE“ vyberte požadovaný program. K dispozici je výběr 6 různých programů - formování, vlna, čerení, impuls, hnětení a klepání. Vybraný režim je označen šipkou.
6. Stisknutím tlačítka „ON/HI“ nebo „OFF/LO“ opatrně zvyšujte nebo snižujte intenzitu. Na displeji LCD se zobrazí vybraná úroveň intenzity. **(Toto zařízení se zapne pouze, když je připojeno ke gelovým destičkám, které jsou v kontaktu s kůží).**
7. Před stažením svalu dochází k pocitu píchání. Jakmile se sval stahuje, pocit píchání odezní. Upravte intenzitu podle vlastního pohodlí. Měli byste cítit silné, ale příjemné stahování svalů. Jestliže během tonizování stisknete tlačítko režimu pro změnu schématu tonizace, bude intenzita automaticky resetována na „1“.
8. Stisknutím tlačítka „TIME“ nastavte časovač automatického vypnutí za 5/10/15/20/25/30 minut.

**POZNÁMKA:** pokud používáte pás a destičky současně a odpojte pás nebo destičky bez vypnutí, pocítíte zvýšení výkonu. Pokud cítíte, že je pro vás stimulace nepříjemná, snižte úroveň.

#### Tonizační programy

**Formování** – krátké hluboké impulsy pro účinnou tonizaci paží

**Vlna** – imituje sedy-lehy, ideální pro tonizaci břicha

**Čerení** – velmi intenzivní pro tvarování stehen a pozadí

**Impuls** – pulzní program ideální pro problémové partie na bocích a v pasu.

**Hnětení** – hluboká masáž tkáně pro relaxaci svalů

**Klepání** – uvolňuje celkové svalové napětí a stres..

#### Funkce automatického vypnutí

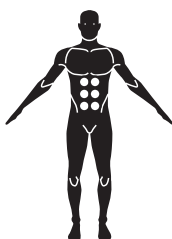
Když se vodivá plocha pásu nedotýká kůže, lze nastavit pouze intenzitu „1“.

Pokud pás během používání sejmete, bude intenzita automaticky resetována na „1“.

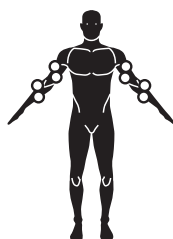
Pokud nástavec není umístěn zpět do kontaktu s kůží, zařízení se po 30 sekundách vypne. Toto zařízení je vybaveno automatickým časovačem. Tento časovač vypne zařízení po 10 minutách masáže. Pokud během 10 minut změníte režim masáže, časovač začne odpočítávat od okamžiku změny.



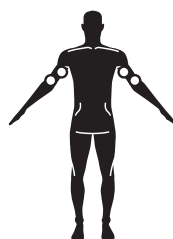
**Tabulka 1**  
Hrudník/prsní svalstvo



**Tabulka 2**  
Břišní svalstvo



**Tabulka 3**  
Dvojhlavý sval/předloktí



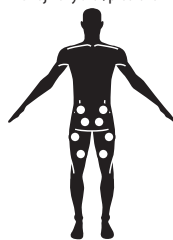
**Tabulka 4**  
Trojhlavý sval



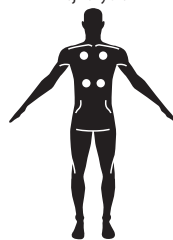
**Tabulka 5**  
Čtyřhlavý sval



**Tabulka 6**  
Lýtkové svaly



**Tabulka 7**  
Hýždňové svaly/  
kolenní šlachy



**Tabulka 8**  
Trapézový sval/  
široký sval zádoový

#### **Tonizační doporučení:**

1. Používejte sportovní tonizační systém HoMedics 5krát týdně.
2. Každá aplikace by neměla trvat déle než 30 minut
3. Používejte nejvyšší intenzitu tréninku, kterou vydržíte – čím intenzivněji posilujete, tím dosáhnete lepší výsledky, ale nezapomeňte – stimulace nikdy nesmí být nepříjemná.
4. Používejte sportovní tonizační systém HoMedics jako součást normálního zdravého životního stylu. Vylepšete stravování a pokuste se zvýšit objem vykonávaného cvičení.

#### **VAROVÁNÍ**

- **Pás neperte v pračce, pouze jej otřete suchým hadříkem; gelovou destičku po použití zakryjte ochranným filmem, aby zůstala čistá.**

#### **POZNÁMKA K BATERIÍM**

- Aby nedošlo k úniku nebo výbuchu, baterie nikdy nenabíjejte, nerozebírejte a nevystavujte je příliš vysokým teplotám.
- Pokud zařízení nebudete delší dobu používat, vyjměte baterii, aby se zabránilo jejímu vybití nebo vytečení.
- Pokud z baterií uniká tekutina, zlikvidujte je. Příhrádku na baterii řádně vyčistěte suchým hadříkem.

## **TECHNICKÉ ÚDAJE**

Výstupní Proud	23 mA (zatížení až 10 kilohmů)
Frekvence Impulzů	4 Hz, 27 Hz
Délka Impulzů (Šířka)	200uS
Časovač	5, 10, 15, 20, 25 a 30 minut v závislosti na výběru
Křivka	Jednofázový stejnosměrný
Maximální Náboj Impulzu	200uS (max)

HASZNÁLAT ELŐTT OLVASSA EL AZ ÖSSZES ÚTMUTATÓT.  
TEGYE EL AZ ÚTMUTATÓKAT A KÉSŐBBI HASZNÁLATHOZ.

## FONTOS ÓVINTÉZKEDÉSEK

ELEKTROMOS KÉSZÜLÉKEK HASZNÁLATAKOR, KÜLÖNÖSEN GYERMEKEK JELENLÉTÉBEN MINDIG TARTSA BE AZ ALAPVETŐ BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEKET, AZ ALÁBBIKAT IS IDEÉRTVE:

- Ezt a készüléket nem használhatják olyan személyek (vagy gyermekek), akik csökkent fizikai, érzékelési vagy mentális képességekkel rendelkeznek, illetve nincsenek kellő gyakorlat vagy tudás birtokában, kivéve, ha a biztonságukért felelős személy felügyelete mellett vannak, vagy tőle utasítást kapnak a készülék használatára. A gyermekeket tartsa felügyelet alatt, hogy semmiképpen ne játszanak a készülékkel.
- NE nyúljon a készülék után, ha az vízbe vagy más folyadékba esett. Azonnal kapcsolja le az áramot, és húzza ki a készüléket. Tartsa szárazon – NE használja nedves vagy nyirkos környezetben.
- SOHA NE dugjon tűt vagy más fémből készült eszközt a készülékbe.
- A készüléket rendeltetésszerűen, a kézikönyvben leírtak szerint használja. NE használjon a HoMedics által nem javasolt kiegészítőket.
- SOHA NE használja a készüléket, ha annak vezetéke vagy dugója sérült, ha nem működik megfelelően, ha leesett vagy megsérült, illetve ha vízbe esett. Juttassa vissza a HoMedics szervizközpontjába vizsgálat és javítás céljából.
- A kábelt tartsa távol forró felületektől.
- A túlzott használat a készülék túlzott felmelegedéséhez és rövidebb élettartamához vezethet. Ez esetben fejezze be a használatot, és hagyja lehűlni a készüléket, mielőtt újra használatba venné.
- SOHA NE ejtsen bele és ne tegyen semmilyen tárgyat a készülék nyílásába.
- NE használja olyan helyen, ahol aeroszolt (sprayt) használnak, illetve ahol oxigént juttatnak a légkörbe.
- NE használja takaró vagy párna alatt. Túlzott felmelegedés következhet be, ami tüzet, áramütést vagy sérülést okozhat.
- NE vigye a készüléket a vezetéknel fogva, és ne használja a vezetéket markolatként.
- NE préselje össze. Kerülje az éles hajlításokat.
- NE próbálja a készüléket megjavítani. Nem tartalmay a felhasználó által javítható alkatrészeket. Javításhoz küldje be a HoMedics szervizközpontba. A készülék minden javítását kizárólag a HoMedics arra jogosult szakembere végezheti el.
- Ne tárolja a készüléket olyan helyen, és ne helyezze olyan helyre, ahonnan leeshet, vagy ahonnan fürdőkádba vagy mosogatóba eshet. Ne tegye vagy ne dobja bele vízbe vagy más folyadékba.
- A fent leírtak be nem tartása esetén tűz vagy sérülés keletkezhet.
- A helytelen használat égési sérülést okozhat.

## BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEK:

KÉRJÜK, A KÉSZÜLÉK HASZNÁLATA ELŐTT FIGYELMESEN OLVASSA EL EZT A SZAKASZT.

- Ha bármilyen aggálya van egészségével kapcsolatban, a készülék használatát előtt forduljon orvosához.
- Szívritmus-szabályzóval rendelkező személyek, valamint terhes nők a készülék használatát előtt forduljanak orvosukhoz. A készülék használatát nem javasoljuk cukorbetegnek.
- NE használja csecsemőn, rokkant, alvó vagy eszméletlen személyen. NE használja érzéketlen bőrön, illetve keringési problémával rendelkező személyen.
- A készüléket SOHA NE használja olyan személy, akinek fizikai gyengesége korlátozhatja a kezelőszervek megfelelő használatát, illetve akinek érzékelési hiányosságai vannak testük alsó részén.
- Ha a készülék használatát közben kellemetlenséget érez, fejezze be a használatot, és forduljon orvoshoz.
- Ez egy személyes használatra tervezett nem professzionális készülék, amelynek célja az enyhe izomstimuláció. NE használja orvosi kezelések helyett.
- NE használja lefekvés előtt. A készüléknek stimuláló hatása van, és késleltetheti az elalvást.
- Ne használja a javasoltnál hosszabb ideig.
- Legyen óvatos a felmelegített felületek használatakor. Ha a készülék túlzottan forró, kapcsolja ki a tápot, és forduljon a HoMedics szervizközpontjához.
- Az elektromos stimuláció hosszú távú hatásai nem ismertek.
- Ne használja, ha terhes.
- Ne használja szülés után. A szülés után legalább hat hétig várjon (konzultáljon orvosával).
- Ne használja a menstruáció időszakában.
- Ne használja, ha szívproblémái vannak.
- Ne használja, ha epilepsziától szenved, vagy ha elképzelhető, hogy epilepsziás.
- Ne használja, ha sklerosis multiplexet állapítottak meg Önénél.
- Ne használja a stimulációt a carotis sinus idegek fölött (vagy a török elülső része fölött), különösen olyan személyek esetén, akik a carotis sinus reflexre érzékenyek.
- Ne helyezze a készüléket a nyak vagy a száj elülső része fölé.
- Ne használja a fejen.
- Mellkasán soha ne vezessen át áramot.
- Ne használja közvetlenül megdagadt vagy begyulladt területeken, illetve kiütéses bőrön.
- Gyermeektől elzárva tartandó.
- Ne használja heges bőrfelületen.
- Ne használja a készüléket, ha nemrégiben műtéten esett át.
- Ne használja olyan helyeken, ahol a normál bőrfelület sérülése miatt az érzőidegek megsérültek. Az elektromos stimuláció vagy a felhasznált elektromos vezetőanyag miatt egyeseknél bőrirritáció vagy túlérzékenység léphet fel.
- A készülék forró felülettel rendelkezik. A hőre érzékeny személyek legyenek óvatosak a készülék használatakor.

## Káros mellékhatások

Az elektromos izomstimuláció használata egyes esetekben bőrirritációt és égési sérüléseket okozhat az elektródák alatti területen.

## Nem orvosi eszköz

A készülék kizárólag általános fizikai kondicionálásra szolgál.

A termék használata során semmiféle egészségügyi hatás nem garantált.

# KARBANTARTÁS:

## Tisztítás

Húzza ki a készüléket, és hagyja lehűlni a tisztítás előtt. Puha, enyhén nedves szivaccsal tisztítsa.

- Soha ne hagyja, hogy víz vagy más folyadék érjen a készülékhez.
- Ne merítse bele folyadékokba a tisztításához.
- Soha ne használjon súrolószereket, keféket, üveg-/bútorfényezőt, hígítót stb. a tisztításhoz.

## Tárolás

A készüléket tegye dobozába, vagy egy biztonságos, száraz, hűvös helyre.

Kerülje az érintkezését éles vagy

hegyes tárgyakkal, amik elvághatják vagy kilyukaszthatják a

szövetfelületet. A kábeltörés elkerülése

érdekében NE tekerje a tápkábelt a készülék köré. NE akassza fel a

készüléket a kábelnél fogva.

## A WEEE magyarázata



Ez a jelölés azt jelzi, hogy a készüléket nem szabad háztartási hulladékként kezelni az EU-ban. A környezet és az emberi egészség kontroll nélküli hulladékéltelvezéséből eredő károsodásának megelőzése érdekében a készüléket felelősségteljesen hasznosítsa újra, hogy elősegítse az anyagok fenntartható újrafelhasználását. A használt készüléket vigye a megfelelő gyűjtőhelyre, vagy forduljon a kereskedőhöz, akitől a készüléket vásárolta. Ők átvesszik a készüléket a környezetbarát újrahasznosítás céljából.

## Elemekről és akkumulátorokról szóló irányelv



Ez a szimbólum azt jelzi, hogy az elemeket nem szabad a háztartási hulladékba helyezni, mert azok a környezetre és az egészségre ártalmas anyagokat tartalmaznak. Az elemeket az arra kijelölt gyűjtőhelyeken dobja ki. Ez a termék Cel Ni-MH 2500mAh 2,4 V-os újratölthető elemeket használ. Amikor a termék eléri az élettartama végét, távolítsa el az elemeket a termékből, és ártalmatlanítsa azokat a fentiek szerint.

# HIBAELHÁRÍTÁS

Probléma	Lehetséges ok	Megoldás
NINCS KIJELEZÉS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Az elem nincs behelyezve</li> <li>- Az elem helytelenül van behelyezve</li> <li>- Az elem lemerült</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Helyezze be az elemet</li> <li>- Ellenőrizze az elem pólusainak megfelelő helyzetét</li> <li>- Cserélje az elemet</li> </ul>
VAN KIJELEZÉS, DE A KÉSZÜLÉK NEM MŰKÖDIK.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nincs érintkezés a bőrrel</li> <li>- A készülék nincs megfelelően csatlakoztatva a gélpárnához</li> <li>- Az intenzitási szint 0-ra van állítva</li> <li>- A mikroprocesszor lefagyott</li> <li>- Alacsony az elem töltöttségi szintje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Használjon vízbázisú géllel a vezető felületen, és helyezze a párnát közvetlenül a bőrre</li> <li>- Ellenőrizze, hogy a készülék megfelelően csatlakozik-e a párna mindkét csatlakozójához</li> <li>- Az intenzitás növeléséhez nyomja meg az ON/HI gombot</li> <li>- Az elem 1 percre történő eltávolításával állítsa alaphelyzetbe a készüléket, majd helyezze vissza az elemet</li> <li>- Cseréljen elemet</li> </ul>
AZ LCD KIJELEZŐ MŰKÖDIK, DE SEMMI NEM TÖRTÉNIK.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Az intenzitás alacsony szintre állítva</li> <li>- Nincs elegendő vezetőképes gél a párnán</li> <li>- A használt gél nem vízalapú</li> <li>- A párna kopott vagy olajos lerakódásokkal szennyezett</li> <li>- Alacsony az elem töltöttségi szintje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Az intenzitás növeléséhez nyomja meg többször az ON/HI gombot</li> <li>- Tegyen több vízbázisú géllel a párna és a bőr közé</li> <li>- Olvassa el a címkét a használni kívánt gélen. Győződjön meg róla, hogy a „víz” vagy „aqua” szó szerepel a leírásban.</li> <li>- Tisztítsa meg vagy cserélje ki a párnát (lásd a tippet alább)</li> <li>- Cseréljen elemet</li> </ul>
NEM MINDEN GOMB MŰKÖDIK MEGFELELŐEN.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A mikroprocesszor lefagyott</li> <li>- Alacsony az elem töltöttségi szintje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Az elem 1 percre történő eltávolításával állítsa alaphelyzetbe a készüléket, majd helyezze vissza az elemet.</li> <li>- Cseréljen elemet</li> </ul>

## A TERMÉK FUNKCIÓI:



1. Tartós fűszij
2. Kiegészítő derékszij
3. Tépőzáras szij
4. Nagykijelző mikroprocesszor
5. 5 gélpárna
6. Elektromos kábeltöteg
7. 1 db CR2032 elem
8. Felhasználói útmutató

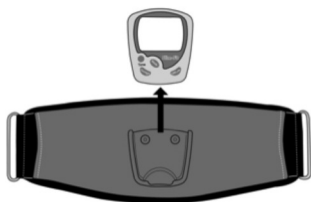
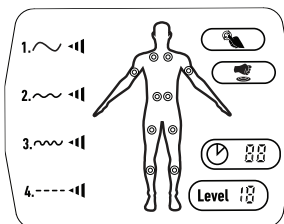
### Használati útmutató

Helyezze az eszközt a szíjtartóba.

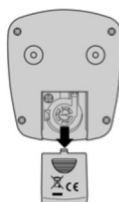
Az eszköz tartóból való eltávolításához nyomja az eszköz tetejét kifelé a szíjból a mágneses kapcsok kioldásához, majd csúsztassa felfelé. (1. ábra).

Óvatosan felfelé csúsztatva nyissa ki az elemfedelet a készülék hátsó részén. (2. ábra).

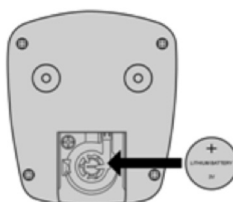
Helyezze az 1 db CR2032 elemet megfelelő pozícióban az elemrekeszbe. (3. ábra).



1. ábra



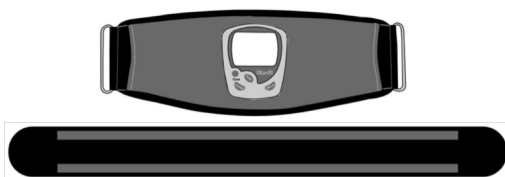
2. ábra



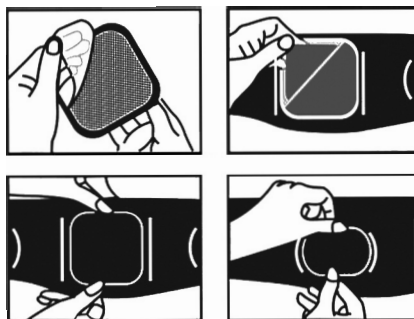
3. ábra

### Működés

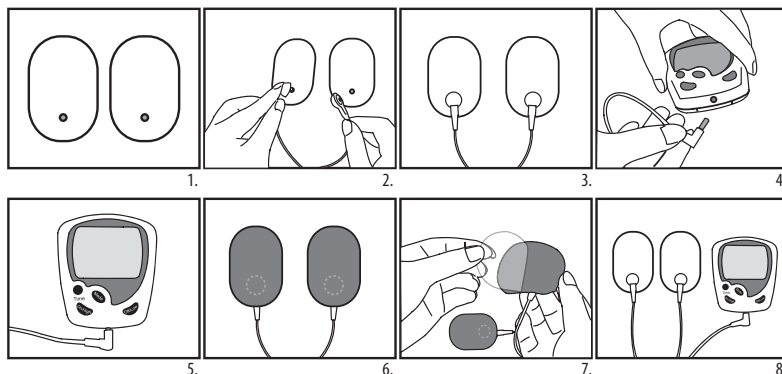
1. Csatlakoztassa a kiegészítő szíjat a fém kapcsokon keresztül a fűszij két végéhez (4. ábra).
2. Emelje le a védőréteget a zselépárnák fekete oldaláról, és nyomja rá teljesen a három fém csatlakozóra a fűszij hátsó részén. A négyzetes gélpárna a középső, az ovális gélpárnák pedig a két szélső pozícióba kerülnek (5. ábra).
3. Távolítsa el a védőréteget a kockás oldalról. Minden védőréteget őrizzen meg, hogy használaton kívül visszahelyezhesse azokat a termékre.
4. Helyezze a szíjat a kívánt területre.
5. A kiegészítő gélpárnák használatáról lásd: „Kis gélpárnák csatlakoztatása”.



4. ábra



5. ábra



### KIS GÉLPÁRNÁK CSATLAKOZTATÁSA

#### Működés

1. Csatlakoztassa az elektromos vezetéket az elektródák gélpárnájához a megfelelő gombbal.
2. Csatlakoztassa az elektromos vezetéket a készülék kimeneti csatlakozójához.
3. Távolítsa el a védőréteget a gélpárnáról, és ragassza az elektródát a kívánt területre. (A védőfóliát őrizz meg, mert a gélpárna tárolásához szüksége lesz rá.)
4. Nyomja meg az „ON/HI” gombot a készülék bekapcsolásához. A kikapcsoláshoz nyomja meg az „OFF/LO” gombot.
5. Nyomja meg (akár többször is) a „MODE” gombot a kívánt program kiválasztásához. Összesen 6 program közül választhat: formázás, hullám, löktetés, impulzus, gyúrás és paskolás. A kiválasztott üzemmódot a nyíl jelzi.
6. Az intenzitást az „ON/HI” gombbal növelheti és az „OFF/LO” gombbal csökkentheti. Az LCD kijelzőn megjelenik a kiválasztott intenzitás szint. (Az eszköz csak akkor kapcsol be, ha rá van kötve a gélpárnákra, és azok a bőrre vannak ragasztva.)
7. Az izom-összehúzódás előtt bizsergést érez. A bizsergés az izom-összehúzódás megkezdődésekor megszűnik. Állítsa be az intenzitást saját igényeinek megfelelően. Az izmok erőteljes, de fájdalommentes összehúzódását kell tapasztalnia. Ha stimuláció közben az üzemmódváltó gombbal módosítja a stimulációs eljárást, az intenzitás automatikusan 1-es szintre áll vissza.
8. Nyomja meg a „TIME” gombot az időzítő automatikus kikapcsolásra való beállításához (5/10/15/20/25/30 perc).

**MEGJEGYZÉS:** Ha a szíjat és a párnákat egyszerre használja, és valamelyiket a készülék kikapcsolása nélkül leválasztja, megnő az intenzitás. Ha a stimulációt kényelmetlennek érzi, csökkentse az intenzitást.

#### Izomstimuláló programok

**Formázás** – Rövid, mély lökések a felkarok formázásához

**Hullám** – A felületeket szimulálja, ideális a has erősítéséhez

**Löktetés** – Nagy intenzitású program a comb és a fenék formázásához

**Impulzus** – Pulzáló program a csípő és derék körüli problémás területekhez

**Gyúrás** – Mélymasszázs az izmok ellazításához

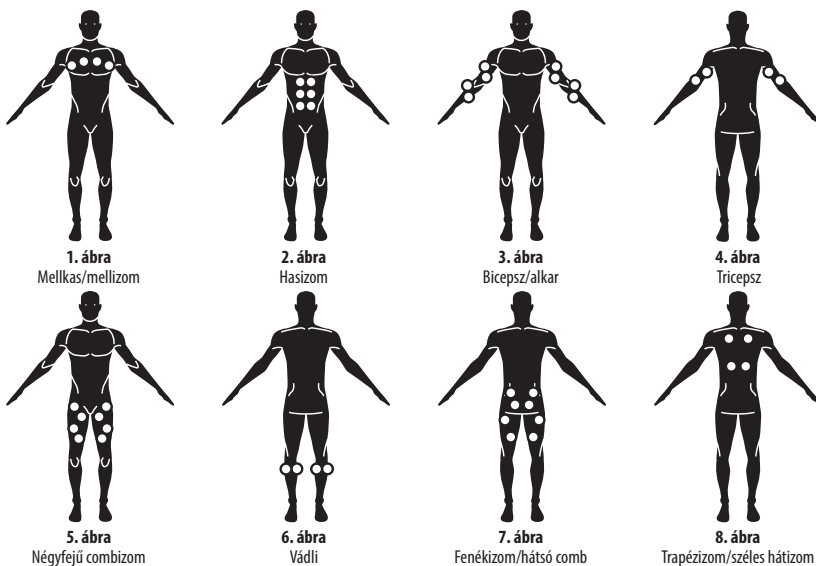
**Paskolás** – Az izmok feszültségének oldásához.

#### Automatikus kikapcsolás

Ha a szíj vezető területe nem ér a bőrhöz, az intenzitás csak 1-es szintre állítható.

Ha használat közben leveszik a szíjat, az intenzitás automatikusan 1-es szintre áll vissza.

Ha nem helyezik vissza a bőrre, az egység 30 másodperc elteltével automatikusan kikapcsol. A készülék automatikus időzítővel rendelkezik. 10 perc masszázst után automatikusan kikapcsol. Ha a 10 perces időközön belül módosítja a masszázsmódot, az időzítő az eredeti hátralévő idő alapján számol vissza.



#### Javaslatok a stimuláláshoz:

1. A HoMedics izomstimuláló rendszert használja hetente 5-ször.
2. Az egyes edzések ne legyenek 30 percnél hosszabbak
3. Használja a még kényelmes legerősebb intenzitást, mivel minél keményebben dolgoznak az izmok, annál jobbak lesznek az eredmények.
4. A HoMedics izomstimuláló rendszert a normál, egészséges életforma részeként használja. Figyeljen oda az egészséges étkezésre, és növelje az aktivitását.

#### FIGYELEM!

- A szíjat ne mossa mosógépben, csak törölje le száraz ruhával, és a gélpárnára használat után mindig helyezze vissza a védőfóliát.

#### MEGJEGYZÉS AZ ELEMEREKRE VONATKOZÓAN

- A szívgás és a robbanás megakadályozása érdekében soha ne tölts fel az elemeket, ne tegye ki őket hőnek, és ne szedje őket szét.
- Ha a készüléket hosszú ideig nem használja, vegye ki az elemet az esetleges szívgás elkerülése érdekében.
- Ha folyadék szívgás az elemekből, dobja őket ki. Alaposan tisztítsa meg az elemtartót egy száraz ruhával.

## MŰSZAKI ADATOK

Kimeneti Áram	23mA (10k Ohm terhelésig)
Impulzussebesség	4Hz, 27Hz
Impulzushossz (Szélesség)	200uS
Időzítő	5, 10, 15, 20, 25 és 30 perc beállítástól függően
Hullámforma	DC egyfázisú
Maximális Teljesítmény Impulzusonként	200uS (max)



PRED POUŽITÍM SI PREČÍTAJTE VŠETKY POKYNY.  
ULOŽTE TIETO POKYNY NA BUDÚCE POUŽITIE.

## DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA

PRI POUŽÍVANÍ ELEKTRICKÝCH VÝROBKOV, NAJMÄ KEĎ SÚ V DOMÁCNOSTI DETI, MUSÍTE VŽDY DODRŽIŤ ZÁKLADNÉ BEZPEČNOSTNÉ OPATRENIA VRÁTANE NASLEDUJÚCICH:

- Toto zariadenie nesmú používať deti a osoby trpiace zníženými telesnými, myslovými alebo mentálnymi schopnosťami alebo s nedostatočnými skúsenosťami a znalosťami bez dohľadu alebo pokynov od osoby zodpovedajúcej za ich bezpečnosť. Dbajte na to, aby sa deti nehrali s prístrojom.
- NEVÝŤAHUJTE zariadenie, ktoré spadlo do vody alebo inej tekutiny. Vypnite elektrické ističe a okamžite ho odpojte od elektrickej zásuvky. Uchovávajte v suchu – NEPOUŽÍVAJTE vo vlhkých ani mokrych podmienkach.
- NIKDY nevkladajte do zariadenia kolíky ani iné kovové predmety.
- Zariadenie nepoužívajte na iný účel, ako je uvedený v tejto brožúre. NEPOUŽÍVAJTE vybavenie iné ako odporúčané spoločnosťou HoMedics.
- NIKDY nepoužívajte zariadenie, ktoré má poškodený kábel alebo zástrčku, ak správne nefunguje, ak spadlo alebo bolo poškodené alebo ak spadlo do vody. V takom prípade ho vráťte do servisného strediska spoločnosti HoMedics na odskúšanie a opravu.
- Udržiavajte kábel ďalej od vyhrievaných povrchov.
- Nadmerné používanie môže viesť k nadmernému zahrievaniu a skráteniu životnosti výrobku. V takom prípade prestaňte jednotku používať a pred ďalším použitím ju nechajte vychladnúť.
- NIKDY nevhadzujte ani nekladajte žiadne predmety do žiadnych otvorov.
- NEPOUŽÍVAJTE zariadenie v priestoroch, kde sa používajú aerosóly (spreje) alebo sa privádza kyslík.
- NEPOUŽÍVAJTE zariadenie pod dekou ani vankúšom. Nadmerné teplo môže spôsobiť požiar, smrť v dôsledku zásahu elektrickým prúdom alebo zranenie osôb.
- NEPRENÁŠAJTE toto zariadenie za kábel ani nepoužívajte kábel ako rukoväť.
- NEDRVTE. Vyhňte sa ostrým hranám.
- Zariadenie sa NEPOKÚŠAJTE opraviť. Neobsahuje žiadne časti, ktoré by mohol opraviť používateľ. V prípade potreby opravy pošlite zariadenie do servisného strediska spoločnosti HoMedics. Servis tohto zariadenia môže vykonávať iba autorizovaný servisný/personál spoločnosti HoMedics.
- Zariadenie neuchovávajte na miestach, z ktorých môže spadnúť alebo byť stiahnuté do vane alebo umývadla. Do zariadenia nenalievajte vodu ani iné tekutiny.
- Nedodržanie uvedeného môže mať za následok riziko požiaru alebo úrazu.
- V dôsledku nesprávneho použitia môžu vzniknúť popáleniny.

## BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA:

PRED POUŽITÍM ZARIADENIA SI POZORNE PREČÍTAJTE TÚTO ČASŤ.

- Ak máte akékoľvek obavy o svoje zdravie, pred použitím tohto zariadenia sa poraďte s lekárom.
- Jedinci s kardiostimulátorom a tehotné ženy by sa pred použitím tohto zariadenia mali poradiť s lekárom. Neodporúča sa používať diabetikom.
- Toto zariadenie NEPOUŽÍVAJTE na deti, invalidov a osoby spiacie a v bezvedomí. NEPOUŽÍVAJTE na necitlivú pokožku, ani u osôb so slabou cirkuláciou krvného obehu.
- Toto zariadenie nesmie ZA ŽIADNYCH OKOLNOSTÍ používať osoba trpiaca ochorením, ktoré by ju obmedzilo v schopnosti ovládať ovládacie prvky, alebo ktorá má obmedzené zmyslové schopnosti v dolnej polovici tela.
- Ak pri používaní tohto zariadenia cítite akékoľvek ťažkosti, prestaňte ho používať a poraďte sa s lekárom.
- Toto nie je profesionálne zariadenie. Je určené na osobnú potrebu na poskytnutie jemnej stimulácie svalov. NEPOUŽÍVAJTE ho ako náhradu za lekársku pomoc.
- NEPOUŽÍVAJTE ho pred spaním. Zariadenie má stimulačný účinok a môže oddialiť spánok.
- Pri používaní zariadenia neprekračujte odporúčanú dobu.
- Pri použití vyhrievaných plôch musíte byť opatrní. Ak sa vám výrobok zdá byť príliš horúci, vypnite ho a obráťte sa na servisné stredisko spoločnosti HoMedics.
- Dlhodobé účinky chronickej elektrostimulácie nie sú známe.
- Nepoužívajte v tehotenstve.
- Nepoužívajte po pôrode. Po narodení svojho dieťa počkajte aspoň šesť týždňov (najprv to prekonzultujte so svojim lekárom).
- Nepoužívajte počas menštruácie.
- Nepoužívajte, ak trpíte srdcovými ťažkosťami.
- Nepoužívajte, ak trpíte domnelou alebo diagnostikovanou epilepsiou.
- Nepoužívajte, ak máte sklerózu multiplex.
- Nestimulujte ponad nervy karotického sínú (ani ponad prednú časť hrdla). Platí to hlavne pre osoby so známou citlivosťou na reflex karotického sínú.
- Neumiestňujte nad prednú časť krku alebo úst.
- Nepoužívajte na hlavu.
- Prúd neaplikujte cez hrud.
- Nepoužívajte na opuchnuté, infikované alebo zapálené miesta, ani na vyrážky.
- Uchovávajte mimo dosahu detí.
- Nepoužívajte nad čerstvo zahojenou pokožku.
- Nepoužívajte krátko po chirurgickom zákroku.
- Nepoužívajte, ak kvôli strate normálnej pokožky došlo k poškodeniu senzorického nervu. U niektorých osôb môže dôjsť k podráždeniu pokožky alebo k precitlivosti, spôsobenej elektrostimuláciou alebo použitým elektrickým vodivým médiom.
- Zariadenie má vyhrievanú plochu. Osoby necitlivé na teplo musia byť pri používaní zariadenia opatrné.

## Nepriaznivé vedľajšie účinky

Pri použití elektrickej stimulácie svalov bolo zaznamenané podráždenie pokožky a popáleniny pod elektródami.

## Toto nie je zdravotnícka pomôcka

Toto zariadenie sa má používať len na bežné kondicionovanie tela. Používaním tohto produktu nevznikajú žiadne predpokladané, ani zaručené nároky lekárskeho charakteru.

## ÚDRŽBA:

### Čistenie

Odpojte zariadenie a nechajte ho pred čistením vychladnúť. Na čistenie používajte iba mäkkú, jemne navlhčenú špongiu.

- Zabráňte kontaktu vody alebo akýchkoľvek iných tekutín so zariadením.
- Pri čistení neponárajte zariadenie do žiadnej tekutiny.
- Na čistenie nikdy nepoužívajte abrazívne čistiace prostriedky, kefy, leštiace prípravky na sklo ani nábytok, riedidlá a podobne.

### Skladovanie

Uložte zariadenie do škatule na bezpečné suché a chladné miesto. Zabráňte kontaktu s ostrými okrajmi alebo špicatými predmetmi, ktoré by mohli prerzať alebo prederaviť látkovú povrch. Napájací kábel NIKDY neomotávajte okolo zariadenia, aby sa zabránilo jeho zalomeniu. NEVEŠAJTE jednotku za kábel.

## Vysvetlenie k smernici OEEZ



Toto označenie pripomína, že výrobok sa v EÚ nemá likvidovať s komunálnym odpadom. Ak chcete predchádzať možnému poškodeniu životného prostredia alebo ľudského zdravia z dôvodu neregulovaného nakladania s odpadom, výrobok odovzdajte na recykláciu. Podporíte tak trvalo udržateľné opätovné využitie materiálových zdrojov. Použitý výrobok odneste do príslušného recyklačného strediska alebo sa obráťte na predajňu, v ktorej ste ho zakúpili. Predajca môže sprostredkovať odovzdanie výrobku na ekologicky bezpečnú recykláciu.

## Battery Directive



This symbol indicates that batteries must not be disposed of in the domestic waste as they contain substances which can be damaging to the environment and health. Please dispose of batteries in designated collection points. When the product reaches the end of its life, please remove the batteries from the product and dispose of them as directed above.

## RIEŠENIE PROBLÉMOV

Problém	Možná příčina	Riešenie
NA DISPEJI SA NIČ NEZOBRAZUJE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batéria nie je nainštalovaná</li> <li>- Batéria je nainštalovaná nesprávne</li> <li>- Batéria je úplne vybitá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nainštalujte batériu</li> <li>- Skontrolujte správnu polaritu batérie</li> <li>- Vymeňte batériu</li> </ul>
NA DISPLEJI SA NEZOBRAZUJE ŽIADNA FUNKCIA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chýba kontakt s pokožkou</li> <li>- Prístroj nie je na gélovú podložku uchytený správne</li> <li>- Úroveň intenzity je nastavená na 0</li> <li>- Mikroprocesor zamrzol</li> <li>- Batéria je takmer vybitá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Na vodivú plochu naneste gél s obsahom vody a podložku priložte priamo na pokožku</li> <li>- Skontrolujte, či obidva konektory jednotky sú pevne spojené s podložkou</li> <li>- Stlačením tlačidla ON/OFF zvýšte intenzitu</li> <li>- Prístroj vynulujte vytiahnutím batérie na 1 minútu, potom ju založte späť</li> <li>- Vymeňte batériu</li> </ul>
LCD DISPLEJ JE V PORIADKU, ALE NIČ SA NEDEJE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intenzita je nastavená na nízku úroveň</li> <li>- Na podložke je málo vodivého gélu</li> <li>- Použitý gél neobsahuje vodu</li> <li>- Podložka je opotrebovaná alebo sú na nej olejové sedimenty</li> <li>- Batéria je takmer vybitá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Niekoľkonásobným stlačením tlačidla ON/OFF zvýšte intenzitu</li> <li>- Medzi podložku a pokožku naneste viac gélu s obsahom vody</li> <li>- Prečítajte si štítok na používanom géle. Presvedčte sa, či je na ňom nápis „voda“ alebo „aqua“.</li> <li>- Podložku vyčistite alebo vymeňte (pozri tip nižšie)</li> <li>- Vymeňte batériu</li> </ul>
NIEKTORÉ TLAČIDLÁ NEFUNGUJÚ SPRÁVNE.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mikroprocesor zamrzol</li> <li>- Batéria je takmer vybitá</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prístroj vynulujte vytiahnutím batérie na 1 minútu, potom ju založte späť.</li> <li>- Vymeňte batériu</li> </ul>

## VLASTNOSTI PRODUKTU:



1. Trvanlivý hlavný pás
2. Predĺžovací driekový pás
3. Upevňovací pás so suchým zipsom
4. Mikroprocesor s veľkým displejom
5. 5 Gélové podložky
6. Zväzok káblov
7. Batéria CR2032, 1 ks
8. Používateľská príručka

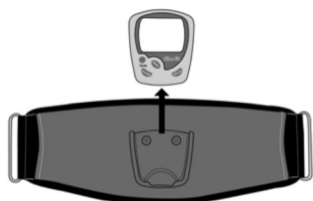
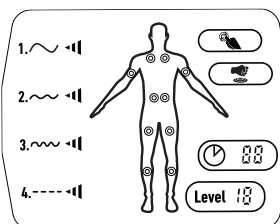
### Návod na obsluhu

Prístroj zasuniete do držiaka na páse.

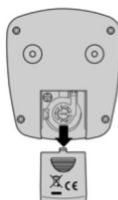
Prístroj z držiaka uvoľníte zatlačením na jeho hornú stranu smerom od pásu. Tým sa uvoľní od magnetických príchytiek, potom ho vysuniete nahor. (Obr. 1).

Na zadnej strane prístroja otvorte kryt batérie - jemne ho zatlačte smerom nadol. (Obr. 2).

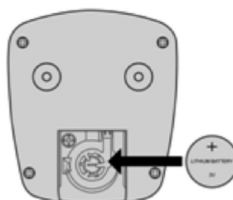
Do batériového priestoru vložte jednu batériu CR2032. Dbajte na správnu polohu pólov. (Obr. 3).



Obr. 1



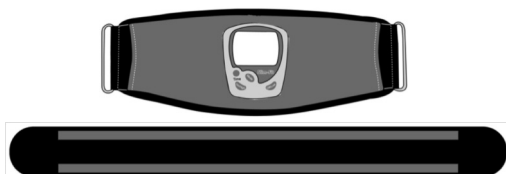
Obr. 2



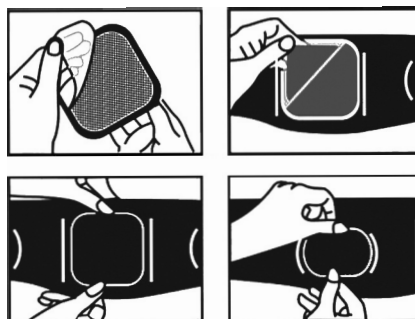
Obr. 3

### Použitie

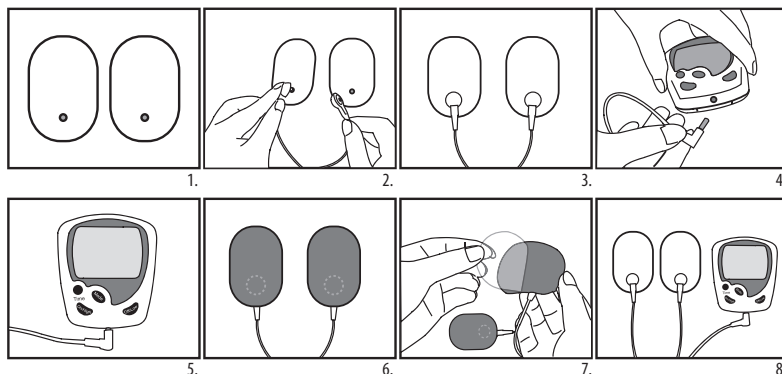
1. Predĺžovací pás pripojíte ku kovovým sponám na oboch koncoch hlavného pásu (Obr. 4).
2. Z čiernej strany gélových podložiek odlúpnite ochrannú vrstvu a podložky dôkladne prilepte ku trom kovovým kontaktom na zadnej strane hlavného pásu. Štvorcovú gélovú podložku doprostred a oválne gélové podložky po oboch stranách (Obr. 5).
3. Odstráňte čelnú ochrannú vrstvu z kockovanej strany a nezabudnite si odložiť všetky ochranné vrstvy, aby ste ich mohli znovu použiť, keď sa produkt nebude používať.
4. Pás položte na požadované miesto.
5. Použitie dodatočných tonizačných podložiek je uvedené v časti „Pripojenie malých gélových podložiek“.



Obr. 4



Obr. 5



### PRIPOJENIE MALÝCH GÉLOVÝCH PODLOŽIEK

#### Použitie

1. Pomocou zaistovacieho tlačidla pripojte elektrický kábel k elektróde gélovej podložky.
2. Elektrický kábel pripojte k výstupnému konektoru zariadenia.
3. Odstráňte ochrannú vrstvu gélovej podložky a podložku prilepte na požadovanú plochu. (Nezabudnite si ochrannú fóliu uložiť kvôli skladovaniu gélovej podložky).
4. Zariadenie zapnete stlačením tlačidla „ON/HI“. Zariadenie vypnete stlačením tlačidla „OFF/LO“.
5. Preferovaný program si vyberiete opakovaným stlačením tlačidla „MODE“. Na výber máte 6 rôznych programov - Sekanie, Vlnenie, Intenzívne vlnenie, Impulz, Hnetenie a Vibrovanie. Šípka ukazuje na vybraný režim.
6. Intenzitu môžete opatrne zvyšovať alebo znižovať stláčaním tlačidla „ON/HI“ alebo „OFF/LO“. LCD displej zobrazí úroveň intenzity, ktorú ste si vybrali. **(Toto zariadenie sa zapne len pri pripojení ku gélovým podložkám, ktoré sú v kontakte s pokožkou).**
7. Pred stiahnutím svalov pocítite trpnutie. Po stiahnutí svalov trpnutie ustúpi. Intenzitu nastavte podľa svojej úrovne komfortu. Mali by ste cítiť silné, ale príjemné sťahovanie svalov. Ak sa počas tonizovania stlačí tlačidlo režimu kvôli zmene tonizačnej schémy, intenzita sa automaticky resetuje na „1“.
8. Stlačením tlačidla „TIME“ nastavíte časovač na automatické vypnutie, ktoré je dostupné v intervale 5/10/15/20/25/30 minút.

**POZNÁMKA:** Ak pri súčasnom použití pásu a podložiek odpojte pás alebo podložky bez vypnutia, pocítite nárast výkonu. Ak sa vám stimulácia bude zdať nepríjemná, znížte jej intenzitu.

#### Programy tonizovania

**Sekanie** - krátke, hlboké rázy pre efektívne tonizovanie horných častí ramien

**Vlnenie** - replikuje postupné vlnenie, ideálne pre tonizáciu brucha

**Intenzívne vlnenie** - vysoká intenzita pre tvarovanie stehien a zadku

**Pulz** - pocit pulzovania, ideálny pre problémové oblasti okolo bokov a drieku

**Hnetenie** - hlbková masáž pokožky uvoľňuje svaly

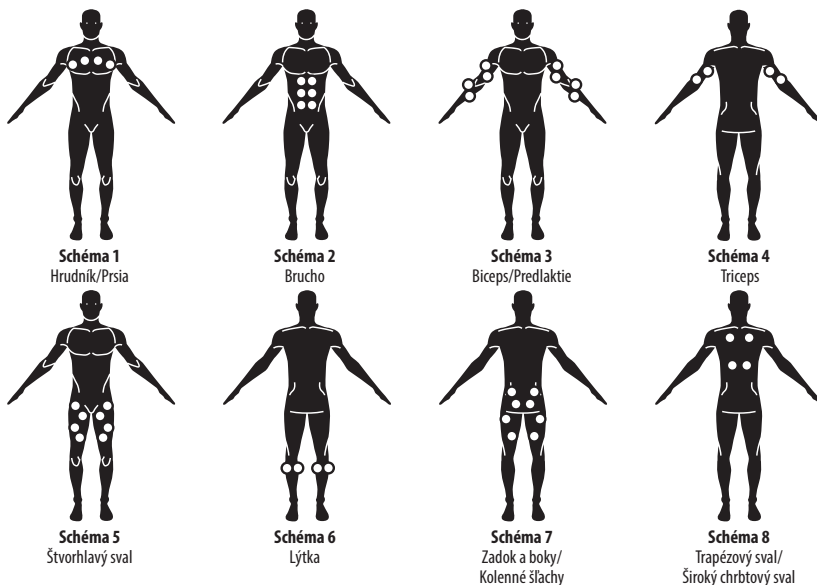
**Vibrovanie** - uvoľňuje celkové napätie svalov a stres.

#### Funkcie automatického vypnutia

Keď sa vodivá plocha pásu nedotýka pokožky, intenzita sa dá nastaviť len na „1“.

Ak sa pás počas používania zloží, intenzita sa automaticky resetuje na „1“.

Ak sa príslušenstvo znovu nedostane do kontaktu s pokožkou, zariadenie sa po 30 sekundách vypne. Tento prístroj má automatický časovač. Vypne sa po 10 minútach masáže. Ak v priebehu 10 minút zmeníte režim masáže, časovač bude odpočítavať od pôvodného zostatkového času.



#### Návrhy na tonizovanie:

1. Športový tonizačný systém HoMedics používajte 5 krát týždenne.
2. Jedno cvičenie by nemalo trvať dlhšie ako 30 minút.
3. Pri cvičení používajte najsilnejšiu intenzitu, akú znesiete. Čím viac budete svoje svaly zatažovať, tým lepšie výsledky dosiahnete, nezabudnite však na to, že stimulácia by nikdy nemala byť nepríjemná.
4. Športový tonizačný systém HoMedics používajte ako súčasť svojho normálneho, zdravého životného štýlu. Zlepšite svoje stravovanie a pokúste sa zvýšiť množstvo fyzických cvičení.

#### UPOZORNENIE

- **Pás neperte v pračke, len ho poutierajte suchou handričkou. Gélové podušky udržiavajte v čistote tak, že ich po použití zakryjete ochrannou fóliou.**

#### POZNÁMKA K BATÉRIÁM

- Batérie nikdy nedobíjajte, nezohrievajte ani neotvárajte. Predídete tak riziku vytečenia alebo výbuchu.
- Ak produkt nebudete dlhšiu dobu používať, vyberte z neho batériu, aby sa nevybila alebo nevytekla.
- Ak z batérií vyteká kvapalina, vyhodte ich. Priestor pre batérie dôkladne vytrite suchou handričkou.

## TECHNICKÉ ŠPECIFIKÁCIE

Výstupný Prúd	23mA (up to 10k ohms load)
Frekvencia Impulzu	4Hz ,27Hz
Trvanie Impulzu (Šírka)	200uS
Časovač	5,10,15,20,25 and 30 minutes depending on your selection
Tvar Vlny	DC single phasic
Maximálna Dávka Na Impulz	200uS(Máx)





