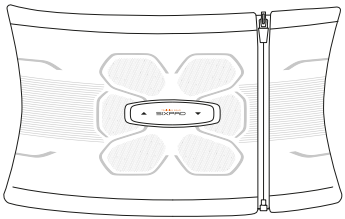
TRAINING GEAR

SIXPAD

Powersuit

Краткое руководство



Powersuit Abs

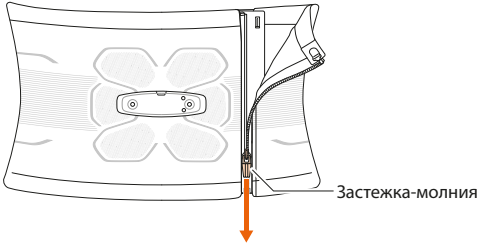
S : SE-AT00A-S
M : SE-AT00B-M
L : SE-AT00C-L
LL : SE-AT00D-LL

1 Увлажните контактные поверхности электродов

- Распыляйте водопроводную воду на электроды с расстояния 2–3 см до тех пор, пока они не будут увлажнены надлежащим образом. Недостаточно увлажненные электроды могут вызвать сильный импульс или боль.
- Если вода недостаточно проникла в электроды, электрический импульс может ощущаться слабее. Запрещается резко повышать уровень, подождите, пока вода поступит в электроды.
- Перед включением устройства проверьте, что оно исправно. Использование поврежденного устройства может вызвать сильный импульс или болевые ощущения.

Расстегните застежку-молнию на основном блоке (поясе) и распылите водопроводную воду на каждый из электродов с задней стороны семь раз.

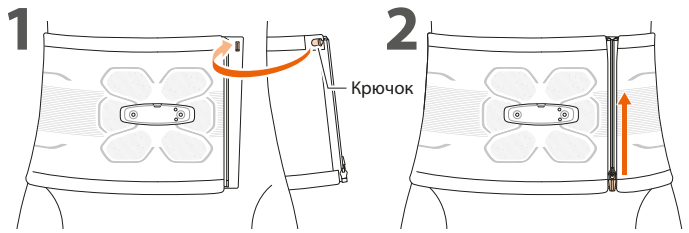
1



2

2 Наденьте основной блок (пояс)

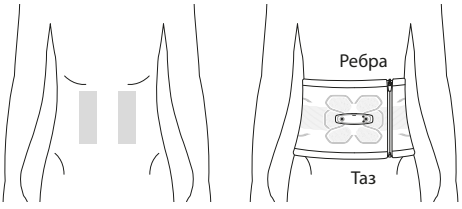
Отрегулируйте положение электродов, застегните крючок и закройте молнию.



Проверка и регулировка рабочего положения

Отрегулируйте положение так, чтобы электроды соприкасались с зоной, показанной на рисунке. Если вы почувствуете, что стимуляции недостаточно, переместите электроды на 1-2 см вверх, вниз, влево или вправо (перед перемещением электродов выключите питание).

- Возможно, вам потребуется отрегулировать высоту электродов так, чтобы они располагались между ребрами (верхняя граница) и тазом (нижняя граница), не касаясь ни ребер, ни таза.



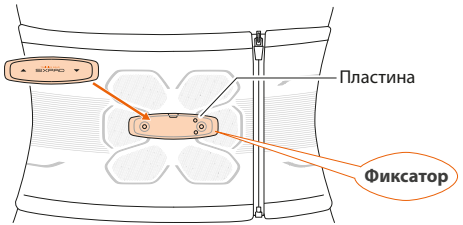
- Отрегулируйте положение электродов так, чтобы исключить их контакт с татуировками или ранами. Вероятен риск получения ожогов.

3 Прикрепите контроллер

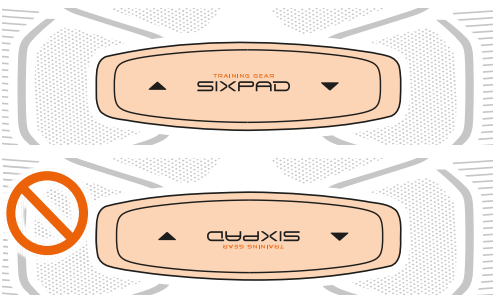
- Разрешается подключать к этому изделию только контроллер Powersuit Abs. В противном случае можно повредить изделие.
- При использовании или подключении контроллера необходимо исключить случайный контакт предметов с кнопками тренажера. Это может привести к несчастному случаю, травме или повреждениям кожи.

Прикрепите контроллер к пластине, следя за правильностью расположения.

1



Убедитесь, что контроллер правильно направлен при креплении. Существует риск повредить пояс или контроллер, если вы попытаетесь с силой прикрепить его в неправильном положении.



4 Тренировка

- Мы рекомендуем не более одной тренировочной программы в день.
- При первом использовании используйте на слабом уровне. Как только вы почувствуете себя комфортно, отрегулируйте уровень.
- Всегда используйте изделие таким образом, чтобы блок управления можно было легко снять в случае необходимости.
- Прикрепите электроды непосредственно к коже. Если между электродами и кожей есть зазор, электричество будет проходить неравномерно по всей поверхности электродов и вы можете почувствовать сильные стимулы или боль.
- Не допускайте, чтобы подол одежды, например спортивной, оказывался между блоком и вашим телом. Если часть электродов закрыта одеждой, электричество будет проходить по электроду неравномерно и вы можете почувствовать сильные стимулы или боль.

Включите питание и установите уровень.

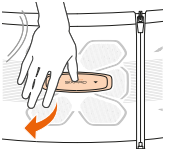
- Включите питание, удерживая кнопку ▲
- Нажмите кнопку ▲/кнопку ▼, чтобы изменить интенсивность тренировки (20 уровней)

1

2

- Программа тренировки длится около 23 минут, после чего она автоматически завершится. Если вы хотите остановить тренировку во время ее выполнения, нажмите и удерживайте кнопку ▼.

⚠ Если во время тренировки вы почувствуете какие-либо отклонения от нормы в своем теле или в блоке, или если вы не сможете управлять блоком с помощью контроллера, немедленно отсоедините контроллер от основного блока, удалив его, и прекратите использование.

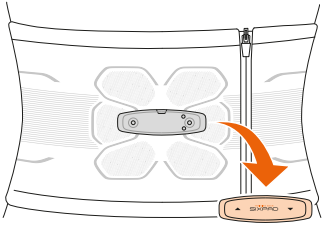


5 Завершение

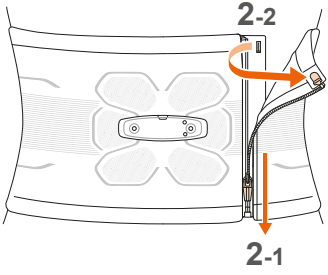
- Храните основной блок (пояс) и контроллер в недоступном для маленьких детей месте, а также вдали от домашних животных.

Снимите контроллер, расстегните молнию, отцепите крючок и снимите основной блок (пояс).

1



2



Дата публикации: 2021/12 1-е издание
SEAT1J01QG100_EUML5

MTG

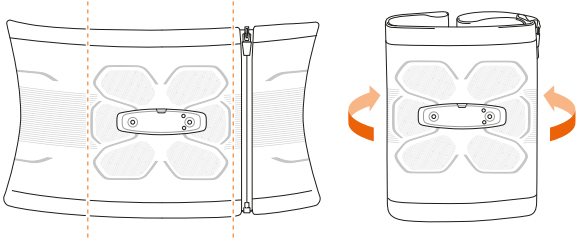
6 Хранение

- Убедитесь, что вы не храните основной блок (пояс) во влажном состоянии после тренировки.

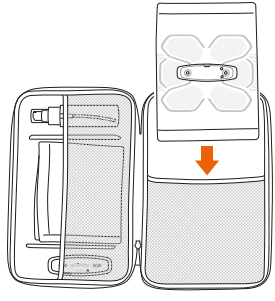
После мытья полностью высушите его, затем сложите втрое и положите в чехол для хранения.

- Информацию о том, как отключить основной блок (пояс), см. в разделе «Как сохранить изделие в хорошем состоянии» в прилагаемом Руководстве по безопасности.
- Очистка и пользовательское обслуживание не должны производиться детьми без контроля взрослых.
- Будьте аккуратны, чтобы не погнуть электроды, которые будут соприкасаться с прессом, или косточки на спинке изделия.

1



2



Звуковые сигналы контроллера и их значения

Тип	Значение
1 звуковой сигнал	Включение/выключение
	Тренировка приостановлена/закончена
1 короткий звуковой сигнал	Регулировка уровня
2 быстрых коротких звуковых сигнала	Достигнут максимальный/минимальный уровень
Короткие звуковые сигналы (непрерывные)	Не закреплено должным образом → Подтвердите следующее • Достаточно ли увлажнены электроды? • Не закрывает ли подол одежды, например спортивной, электроды?
Быстрые, короткие звуковые сигналы (непрерывные)	Во встроенном аккумуляторе не осталось заряда → Зарядите аккумулятор

Статус и значение светодиодных индикаторов контроллера

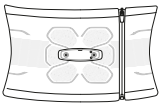
Выпуск	Значение
Зеленый свет (примерно 1 секунда)	Питание включено
Мигающий зеленый свет	Тренировка
Красный индикатор	Зарядка
Мигающий красный свет	Ошибка зарядки
Выключено	Зарядка завершена
	Тренировка приостановлена/закончена
	Отключение питания

Программа тренировки

- Программа тренировки автоматически длится около 23 минут (в режиме 20 Гц).
- При тренировке используется комбинация двух форм волны. Каждые пять минут форма волны меняется, тем самым меняя ощущения, и стимуляция, которую вы чувствуете, постепенно усиливается.

Входящие в комплект предметы

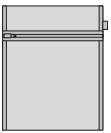
Основной блок (1)



Контроллер Powersuit Abs

Аксессуары

Бутылка с распылителем* (1)



Сетка для стирки (1)

Чехол (1)

Руководство по безопасности (1)

Краткое руководство (1)

*Форма бутылки с распылителем может отличаться от представленной на рисунке.

Характеристики

Номер модели

S	SE-AT00A-S
M	SE-AT00B-M
L	SE-AT00C-L
LL	SE-AT00D-LL

Руководство по размерам

	Талия
S	58–74
M	72–90
L	88–106
LL	104–120

Единица: см

Рекомендуемый диапазон температур для использования

5–35 °C

Материалы

- Ткань блока: Полиэстер 85 %, полиуретан 15 %
- Электроды: Полиэстер 93 %, полиуретан 7 %
- Нескользящая резиновая поверхность: Нейлон 90 %, полиуретан 10 %
- Пластина: ПП, нержавеющая сталь
- Бутылка с распылителем: ПЭТ
- Сетка для стирки: Полиэстер 100 %
- Чехол: Полиэстер, ЭВА, полиуретан, нейлон, цинк

Входящие в комплект предметы и аксессуары

- Входящие в комплект предметы: Основной блок
- Аксессуары: Бутылка с распылителем, сетка для стирки, чехол, руководство по безопасности, краткое руководство

Произведено

MTG Co., Ltd. (Япония) Страна происхождения: Китай