

INHALT

Lieferumfang	1	Sicherheitseinrichtungen	5
Symbole	1	Funktionen	5
Signalwörter	1	Benutzung	5
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	2	Reinigung und Aufbewahrung	7
Wann darf das Gerät nicht benutzt werden?	2	Problembeseitigung	7
Sicherheitshinweise	3	Entsorgung	8
Akku aufladen	5	Technische Daten	8

LIEFERUMFANG

(Bild A)

- 1 Bauchmuskelgürtel 1 x
- 2 Aufbewahrungsbeutel 1 x
- 3 Bedienelement inkl. Akku 1 x
- 4 USB-Kabel (A-Stecker an Micro-B-Stecker) 1 x
- 5 Verlängerungsgurt 1 x
 - Gebrauchsanleitung 1 x

Den Lieferumfang auf Vollständigkeit und die Bestandteile auf Transportschäden überprüfen. Bei Schäden nicht verwenden, sondern den Kundenservice kontaktieren.

Eventuelle Folien, Aufkleber oder Transportschutz von abnehmen. **Niemals das Typenschild und eventuelle Warnhinweise entfernen!**

Legendennummern werden folgendermaßen dargestellt: **(1)**

Bildverweise werden folgendermaßen dargestellt: **(Bild A)**

Displayanzeigen werden folgendermaßen dargestellt: **M1**

Tastenbezeichnungen werden folgendermaßen dargestellt: **ON /OFF**



Es wird zusätzlich ein USB-Netzadapter benötigt.

SYMBOLE



Gefahrenzeichen: Diese Symbole zeigen mögliche Gefahren an.



Die dazugehörigen Sicherheitshinweise aufmerksam lesen und befolgen.



Ergänzende Informationen



Gebrauchsanleitung vor Benutzung lesen!



Schaltzeichen für Gleichstrom



Schutzklasse III

SIGNALWÖRTER

Signalwörter bezeichnen Gefährdungen bei Nichtbeachtung der dazugehörigen Hinweise.

GEFAHR – hohes Risiko, hat schwere Verletzung oder Tod zur Folge

WARNUNG – mittleres Risiko, kann schwere Verletzung oder Tod zur Folge haben

HINWEIS – kann Risiko von Sachschäden zur Folge haben

Liebe Kundin, lieber Kunde,
wir freuen uns, dass du dich für den MAXXMEE EMS-Gürtel entschieden hast.
Einfach den Gurt anlegen, eins von 6 Trainings-Programmen auswählen, eine der
9 Intensitätsstufe einstellen und los geht's! Solltest du Fragen zum Gerät sowie zu
Ersatz- / Zubehörteilen haben, kontaktiere den Kundenservice über unsere Website:
www.dspro.de/kundenservice

Wir wünschen dir viel Freude an deinem MAXXMEE EMS-Gürtel.

Informationen zur Gebrauchsanleitung

Lies vor dem ersten Gebrauch des Gerätes diese Gebrauchsanleitung sorgfältig durch und bewahre sie für spätere Fragen und weitere Nutzer auf. Sie ist ein Bestandteil des Gerätes. Hersteller und Importeur übernehmen keine Haftung, wenn die Angaben in dieser Gebrauchsanleitung nicht beachtet werden.

BESTIMMUNGSGEMÄSSER GEBRAUCH

- Dieses Gerät ist zur Stimulation der Haut und des darunter liegenden Gewebes sowie zur elektrischen Muskelstimulation bestimmt.
- Das Gerät ist **nicht** für medizinische oder therapeutische Zwecke konzipiert.
- Das Gerät ist für den privaten Hausgebrauch, nicht für eine gewerbliche Nutzung bestimmt.
- Das Gerät nur wie in der Gebrauchsanleitung beschrieben nutzen. Jede weitere Verwendung gilt als bestimmungswidrig.
- Von der Gewährleistung ausgeschlossen sind alle Mängel, die durch unsachgemäße Behandlung, Beschädigung oder Reparaturversuche entstehen. Dies gilt auch für den normalen Verschleiß.

WANN DARF DAS GERÄT NICHT BENUTZT WERDEN?

- Säuglinge, schlafende oder bewusstlose Personen sowie Tiere dürfen nicht mit dem Gerät behandelt werden.
- Das Gerät nicht bei Fieber verwenden.
- Das Gerät nicht bei Wadenschmerzen verwenden.
- Folgende Personen dürfen das Gerät nur nach Rücksprache mit einem Arzt verwenden:
 - Träger eines Herzschrittmachers oder ähnlicher medizinischer Implantate;
 - Personen mit Herzerkrankungen oder Epileptiker;
 - Personen mit Wirbelsäulenleiden oder Erkrankungen im Rücken,
 - Schwangere und frisch Entbundene;
 - Frauen während ihrer Periode,
 - Personen, die sich einer Operation unterzogen haben, deren Behandlung noch nicht abgeschlossen ist,
 - Personen mit körperlichen Anomalien,
 - Personen mit bösartigem Tumor,
 - Personen, die unter Medikamenteneinfluss stehen,

- Personen, die an Durchblutungsstörungen oder Thrombose leiden;
- Personen, die an Nervenschmerzen oder Lähmungen leiden;
- Personen, die zu einer Risikogruppe gehören bzw. Bedenken bezüglich ihrer Gesundheit haben.
- Das Gerät nicht verwenden auf:
 - gefühllosen Körperstellen;
 - Regionen, die kürzlich operiert wurden oder vernarbt sind;

- verletztter, erkrankter, entzündeter, (sonnen-)verbrannter oder sehr empfindlicher Haut;
- Verletzungen und Schwellungen;
- Akne, Muttermalen, Warzen, Rosazea;
- Das Gerät nicht am Kopf, Hals, im Gesicht, im Intimbereich oder auf dem Brustkorb in der Nähe des Herzens verwenden.
- Bei Unsicherheit, ob das Gerät benutzt werden darf, Rücksprache mit einem verantwortlichen Arzt halten.

SICHERHEITSHINWEISE

- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kindern) mit eingeschränkten sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangels Erfahrung und/oder mangels Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist. Es besteht Verletzungsrisiko durch falsche Benutzung!
- Keine Veränderungen am Gerät vornehmen. Es darf nur durch den Hersteller, Kundenservice oder eine ähnlich qualifizierte Person (z. B. Fachwerkstatt) auseinandergenommen und/oder repariert werden, um Gefährdungen zu vermeiden.



WARNUNG: Dieses Gerät nicht in der Nähe von Badewannen, Duschwannen oder anderen Gefäßen benutzen, die Wasser enthalten. Niemals beim Baden oder Duschen verwenden!



Gefahr – Stromschlaggefahr

- Sollte das Bedienlement ins Wasser fallen, während es an das Stromnetz angeschlossen ist, sofort den USB-

Netzadapter aus der Steckdose ziehen! **Erst danach** das Gerät aus dem Wasser holen und entsorgen.

- Das Gerät und die Anschlussleitung (USB-Kabel und USB-Netzadapter) niemals mit feuchten Händen berühren, wenn das Bedienelement an das Stromnetz angeschlossen ist.



WARNUNG – Gefahr durch Akku

- Sicherstellen, dass das Bedienelement nicht nass werden kann. **Nicht in Wasser tauchen!** Das Bedienelement nicht benutzen, wenn Flüssigkeit eingedrungen ist.
- Nicht benutzen, wenn das Gerät eine Fehlfunktion hatte oder ins Wasser gefallen ist. Vor erneuter Inbetriebnahme in einer Fachwerkstatt überprüfen lassen.
- Das Bedienelement hat einen eingebautem Akku. Es darf nicht ins Feuer geworfen oder hohen Temperaturen über +40°C ausgesetzt werden. Akku nicht auseinandernehmen!
- Sollte der Akku ausgelaufen sein, den Kontakt von Haut, Augen und Schleimhäuten mit der Batteriesäure vermeiden. Bei Kontakt mit Batterie-

säure die betroffenen Stellen sofort mit reichlich klarem Wasser spülen und umgehend medizinische Hilfe holen.



WARNUNG – Brandgefahr

- Das Gerät von brennbaren Materialien und Substanzen fernhalten.
- Das Gerät während des Betriebes nicht abdecken.



WARNUNG – Verletzungsgefahr

- Kinder und Tiere von Verpackungsmaterial fernhalten. Es besteht Erstickungsgefahr.
- Sicherstellen, dass das USB-Kabel stets außer Reichweite von jungen Kindern und Tieren sind. Es besteht Strangulationsgefahr.
- Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen. Es besteht Verletzungsgefahr durch falsche Benutzung.
- Das Gerät nicht verwenden, wenn man an hochfrequente Operationsgeräte angeschlossen ist oder sich in der Nähe solcher Geräte oder hochfrequenter gewerblicher Anlagen befindet.
- Das Gerät nicht in unmittelbarer Nähe von Geräten verwenden, die mit Kurz- oder Mikrowellen arbeiten. Einen Mindestabstand von 1 Meter einhalten.
- Das Gerät darf nicht in der Nähe eines Mobiltelefones verwendet werden. Während der Verwendung des Gerätes kein Mobiltelefon benutzen.
- Das Gerät nicht während des Führens eines Fahrzeugs oder während des Schlafens verwenden.
- Batterien können bei Verschlucken lebensgefährlich sein. Batterien und

Bedienelement für Kinder und Tiere unerreichbar aufbewahren. Wurde eine Batterie verschluckt umgehend medizinische Hilfe holen. Es besteht Verätzungsgefahr durch Batteriesäure!

- Tritt während der Benutzung ein unangenehmes Gefühl auf, die Anwendung umgehend abbrechen!
- Das Gerät nicht mehr verwenden, wenn Hautrötungen oder -verfärbungen auftreten, die länger als 24 Stunden anhalten.

HINWEIS – Risiko von Material- und Sachschäden

- Eine ausgelaufene Batterie sofort aus dem Bedienelement herausnehmen.
- Am Bedienelement befinden sich Magnete. Diese können empfindliche elektronische Geräte oder magnetische Datenträger beeinträchtigen. Diese daher vom Bedienelement fernhalten.
- Das Gerät nur in geschlossenen Räumen lagern.
- Das Bedienelement keiner Feuchtigkeit aussetzen.
- Das Gerät bei Raumtemperatur benutzen und lagern. Keinen extremen Temperaturen, Temperaturschwankungen, Feuer, Wärmequellen und längere Zeit direkter Sonneneinstrahlung aussetzen.
- Das Gerät und Zubehör vor Stößen schützen.
- Keine schweren Gegenstände auf das Gerät oder sein Zubehör stellen.
- Nur Original-Zubehörteile des Herstellers verwenden, um die Funktionsweise des Gerätes nicht zu beeinträchtigen und eventuelle Schäden zu vermeiden.
- Bei Schäden / Störungen das Gerät sofort ausschalten.

- Das Bedienelement nicht während eines Gewitters an eine Steckdose anschließen.

AKKU AUFLADEN

Beachten!

- Nicht an einem Computer aufladen, da dieser aufgrund des hohen Ladestroms beschädigt werden könnte.

Wenn sich das Bedienelement (3) nicht einschalten lässt, ist der Akku zu schwach und muss geladen werden.

Zum Anschließen an die Steckdose wird ein USB-Netzadapter (5V und ≥ 1 A; nicht im Lieferumfang) benötigt.

1. Das USB-Kabel zuerst in die Micro-USB-Buchse stecken und dann an eine Stromquelle mit USB-Schnittstelle anschließen (vorzugsweise über einen USB-Netzadapter an die Steckdose).

Der Ladevorgang beginnt und die Ladekontrollleuchte am Bedienelement leuchtet rot.

2. Sobald die Ladekontrollleuchte erlischt, ist der Akku aufgeladen. Das USB-Kabel von der Stromquelle und anschließend von der USB-Buchse trennen.

SICHERHEITS-EINRICHTUNGEN

Das Bedienelement (3) verfügt über zwei eingebaute Sicherheitsfunktionen:

- Das Bedienelement schaltet sich nach 10 Sekunden automatisch ab, wenn kein Kontakt zwischen Haut und Silikon-Pad im Gürtel hergestellt wird.
- Das Bedienelement schaltet sich automatisch nach 20 Minuten Benutzung ab.

FUNKTIONEN

EMS steht für elektrische Muskelstimulation. Mit dem Gerät wird die Bauchmuskulatur stimuliert.

Anfänger sollten das Gerät maximal 15 Minuten pro Tag verwenden, um eine Überreizung zu vermeiden!

Fortgeschrittene können das Gerät bis zu 30 Minuten am Tag benutzen. Wir empfehlen maximal 2 Einheiten pro Tag, mit einer Ruhephase von mindestens 4 Stunden zwischen den Einheiten.

Modi

M1 – Warm-up und Cool down

M2 – intensives Training, Stufe Hoch

M3 – intensives Training, Stufe Mittel

M4 – vertiefendes Training, Stufe Mittel

M5 – vertiefendes Training, Stufe Hoch

M6 – umfassendes Training, Stufe Hoch

Jeder Modus verfügt über 9 verschiedene Intensitätsstufen.

BENUTZUNG

Beachten!

- Nicht unmittelbar nach dem Essen anwenden.
- Vor dem Schlafengehen sollte das Gerät nicht benutzt werden. Massagen haben eine stimulierende Wirkung, was ggf. zu Einschlafproblemen führen kann.
- Aus hygienischen Gründen sollte das Gerät nur von einer Person benutzt und nach jeder Benutzung gereinigt werden (siehe Kapitel „Reinigung und Aufbewahrung“). Das Gerät sauber halten.
- Die Haut kann sich während der Behandlung warm anfühlen. Dies ist normal und kein Grund zur Besorgnis.
- Die Silikon-Pads nicht knicken.

- Die Silikon-Pads dürfen während der Anwendung nicht mit Metallteilen, z. B. an Gürteln, Armbanduhren, Schmuck o. Ä. in Berührung kommen.
- Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass bei einigen Personen Hautirritationen oder Hypersensibilität durch die elektrische Muskelstimulation auftreten können. In diesem Fall die Nutzung umgehend abbrechen und ggf. einen Arzt konsultieren.

1. Den Bereich der trainiert werden soll gründlich reinigen und abtrocknen.
2. Den Gürtel so umlegen, dass die Silikon-Pads im Gürtel direkt an der Haut auf den Bauchmuskeln anliegen. Mit dem Klettverschluss den Gürtel fixieren (Bild B).
3. Das Bedienelement (3) mit den Druckknöpfen am Gürtel anbringen (Bild C). Es müssen beide Druckknöpfe fest sitzen, damit das Gerät funktioniert.



Der Gürtel passt für einen Bauchumfang von 65 – 110 cm. Mit dem Verlängerungsgurt (5) kann dieser Umfang auf bis zu 140 cm erweitert werden.

Gerät bedienen

1. Das Bedienelement (3) einschalten: die Taste + am Bedienelement drücken. Im Display wird **M1** und **0** angezeigt und die Betriebsleuchte leuchtet grün. Nach dem Einschalten ist die Intensität der Stimulation auf Stufe **0** und Modus **M1** eingestellt. Es gibt insgesamt 6 verschiedene Modi mit je 9 Intensitätsstufen (siehe Kapitel „Funktionen“).
2. Die Taste + am Bedienelement wiederholt drücken, um die Intensität so weit zu erhöhen, dass die Stimulation gerade noch angenehm ist. Mit der Taste – am Bedienelement die Intensität bei Bedarf verringern.

3. Um den Modus zu wechseln, die Taste **M** am Bedienelement kurz drücken. Nach jedem Moduswechsel wird die Intensität automatisch auf Stufe **0** gestellt und muss wieder manuell erhöht werden.
4. Zum Ausschalten des Bedienelementes die Taste – am Bedienelement mehrfach drücken, bis das Display sich ausschaltet und die Betriebsleuchte erlischt.



Das Gerät schaltet sich nach 20 Minuten automatisch aus.

5. Das Gerät nach jeder Benutzung reinigen (siehe Kapitel „Reinigung und Aufbewahrung“).

Was du beim Training mit EMS beachten solltest

- Das wichtigste Vorab: Das Training mit elektrischer Muskelstimulation (EMS) unterstützt dein reguläres Sportprogramm ideal. Es kann klassisches Training jedoch nicht ersetzen!
- Die EMS stärkt ausschließlich deine Kraft und ersetzt kein Ausdauertraining. Damit du den ganzen Körper sinnvoll trainierst, solltest du auch deine Kondition gezielt stärken.
- Der Kraftaufbau sollte nicht nur über die EMS laufen. Gezieltes klassisches Krafttraining in Kombination mit EMS verstärkt die Effekte.
- Gerade wenn du eine bestimmte Sportart durch EMS stärken willst, solltest du während des Trainings Bewegungen nachahmen, die für diese Sportart typisch sind. Damit trainierst du deine Koordination.
- Beim EMS-Training ist viel Trinken besonders wichtig. Denn zum einen können sich während des Trainings große Wassermengen in den Muskeln sammeln. Damit du also keine Kreislaufprobleme bekommst, denk immer daran ausreichend zu trinken. Und zum anderen erhöht EMS-Training

die Ausschüttung des Enzyms Creatin-Kinase (CK), was über die Nieren abgebaut wird. Ausreichend Flüssigkeit im Körper unterstützt die Nieren.

- Lege ausreichende Erholungsphasen zwischen deinen Trainingseinheiten ein. Wir empfehlen, gerade für Einsteiger, nicht häufiger als ein- oder zweimal pro Woche zu trainieren.
- EMS-Training ist nicht dafür da, Schmerzen zu erdulden, um vermeintliche größere Effekte zu erzielen. Dies kann der Gesundheit mehr schaden, als ihr zu nutzen. Daher nie zu viel und nicht auf zu hoher Intensität trainieren.

REINIGUNG UND AUFBEWAHRUNG

Beachten!

- Das Gerät nach jedem Gebrauch so lagern, dass Kinder es nicht benutzen können.
 - Es darf keine Flüssigkeit in das Bedienelement eindringen. Das Bedienelement niemals ins Wasser tauchen!
 - Zum Reinigen des Gerätes keine scheuernden oder ätzenden Reinigungsmittel oder -pads verwenden. Diese können die Oberflächen beschädigen.
-
- Das Bedienelement (3) nach der Anwendung vom Gürtel (1) entfernen.
 - Den Gürtel gemäß Waschzettel reinigen.
 - Das Bedienelement ggf. mit einem leicht feuchten, weichen Tuch reinigen.
 - Alle Teile vor Feuchtigkeit, Schmutz und direktem Sonnenlicht geschützt an einem trockenen, Kindern und Tieren unzugänglichen Ort aufbewahren.

PROBLEMBEHEBUNG

Sollte das Gerät nicht ordnungsgemäß funktionieren, überprüfen, ob ein Problem selbst behoben werden kann. Lässt sich mit den nachfolgenden Schritten das Problem nicht lösen, den Kundenservice kontaktieren.



Nicht versuchen, ein elektrisches Gerät selbst zu reparieren!

Das Bedienelement (3) funktioniert nicht. / Das Display zeigt nichts an.

Der Akku ist leer.

- ▶ Den Akku aufladen.

Das Bedienelement (3) schaltet sich immer wieder aus.

Es besteht kein Kontakt zwischen Haut und Silikon-Pads im Gürtel (1).

- ▶ Auf den richtigen Sitz der Silikon-Pads achten. Es muss Hautkontakt bestehen. Es dürfen sich keine Haare, keine Kleidung, kein Schmuck usw. zwischen Haut und Silikon-Pads befinden.

Das Bedienelement (3) ist nicht korrekt am Gürtel (1) angebracht.

- ▶ Überprüfen, ob das Bedienelement korrekt an den Druckknöpfen angebracht ist.

Der Akku ist zu schwach.

- ▶ Den Akku aufladen.

Das Display zeigt Modus und Intensität an, aber es werden keine Impulse zur Muskelstimulation gesendet.

Die Silikon-Pads im Gürtel (1) sitzen nicht richtig.

- ▶ Die Position der Silikon-Pads so lange verändern, bis der Punkt mit der stärksten Muskelkontraktion gefunden wurde.

Die Intensitätsstufe ist zu niedrig eingestellt.

- ▶ Die Intensitätsstufe erhöhen.

Die Silikon-Pads sind verschmutzt.

- ▶ Die Silikon-Pads reinigen.

Der Akku ist zu schwach.

- ▶ Den Akku aufladen.

ENTSORGUNG



Das Verpackungsmaterial umweltgerecht entsorgen und der Wertstoffsammlung zuführen.



Batterien sind vor der Entsorgung des Gerätes aus der Fernbedienung zu entnehmen und getrennt vom Gerät an entsprechenden Sammelstellen abzugeben.



Dieses Gerät unterliegt der europäischen Richtlinie 2012/19/EU für Elektro- und Elektronik-Altgeräte (WEEE). Den Bedienelement mit eingebautem Akku nicht als normalen Hausmüll, sondern umweltgerecht über einen behördlich zugelassenen Entsorgungsbetrieb entsorgen.

TECHNISCHE DATEN

Artikelnummer:	09074
Modellnummer:	QSF78
ID Gebrauchsanleitung:	Z 09074 M DS V1 1120 uh

Bedienelement

Spannungsversorgung:	3,7V DC (1 x Li-Ion Akku, 180mAh)
Ladedauer:	ca. 1 h
Betriebsdauer:	ca. 150 min; nach 20 min automatisches Abschalten
Schutzart:	IP44
Benötigter Netzadapter:	5V und ≥ 1 A
Schutzklasse:	III



Alle Rechte vorbehalten.

CONTENTS

Items Supplied	9	Safety Devices	13
Symbols	9	Functions	13
Signal Words	9	Use	13
Intended Use	10	Cleaning and Storage	15
When May the Device Not Be Used?	10	Troubleshooting	15
Safety Notices	11	Disposal	16
Charging Up the Battery	12	Technical Data	16

ITEMS SUPPLIED

(Picture A)

- 1 Abdominal muscle belt 1 x
- 2 Storage bag 1 x
- 3 Operating element incl. battery 1 x
- 4 USB cable (A connector to Micro B connector) 1 x
- 5 Extension strap 1 x
 - Operating instructions 1 x

Check the items supplied for completeness and the components for transport damage. If you find any damage, do not use the device but contact our customer service department.

Remove any films, stickers or transport protection. **Never remove the rating plate and any possible warnings!**

Key numbers are shown as follows: (1)

Picture references are shown as follows:

(Picture A)

Displays are shown as follows: *M1*

Button designations are shown as follows:
ON /OFF



A USB mains adapter is also required.

SYMBOLS



Danger symbols: These symbols indicate possible dangers. Read the associated safety notices carefully and follow them.



Supplementary information



Read the operating instructions before use!



Symbol for direct current



Protection class III

SIGNAL WORDS

Signal words indicate hazards if the associated notices are not followed.

DANGER – high risk, results in serious injury or death

WARNING – medium risk, may result in serious injury or death

NOTICE – may result in risk of damage to material

Dear Customer,

We are delighted that you have chosen the MAXXMEE EMS belt.

Simply put on the belt, select one of six training programmes, set one of the nine intensity levels, and off you go! If you have any questions about the device and about spare parts/accessories, contact the customer service department via our website:

www.dspro.de/kundenservice

We hope you have a lot of fun with your MAXXMEE EMS belt.

Information About the Operating Instructions

Before using the device for the first time, please read through these operating instructions carefully and keep them for future reference and other users. They form an integral part of the device. The manufacturer and importer do not accept any liability if the information in these operating instructions is not complied with.

INTENDED USE

- This device is intended to be used for stimulating the skin and the tissue beneath and for electrical muscle stimulation.
- The device is **not** designed for medical or therapeutic purposes.
- The device is intended for personal domestic use only and is not intended for commercial applications.
- The device should only be used as described in the operating instructions. Any other use is deemed to be improper.
- The warranty does not cover faults caused by incorrect handling, damage or attempted repairs. The same applies to normal wear and tear.

WHEN MAY THE DEVICE NOT BE USED?

- Infants, people who are sleeping or unconscious and animals must not be treated with the device.
- Do not use the device if you have a fever.
- Do not use the device if you have calf pain.
- The following people may use the device only following consultation with a doctor:
 - people who are fitted with a pace-maker or similar medical implants;
 - people with heart disease or who suffer from epilepsy;
 - people who have spinal disorders or back complaints,
 - women who are pregnant or have just given birth;
 - women during their period,
 - people who have undergone an operation for which the treatment is not yet complete,
 - people with physical abnormalities,
 - people with a malignant tumour,
 - people under the influence of medication,

- people who suffer from circulation problems or thrombosis;
- people with nerve damage or paralysis;
- people who belong to a risk group or who have concerns about their health.
- Do not use the device on:
 - body parts with no feeling;
 - regions which have recently been operated on or are scarred;
- injured, infected, inflamed, (sun-) burnt or very sensitive skin;
- injuries and areas of swelling;
- acne, birthmarks, warts, rosacea;
- Do not use the device on your head, neck, face, genital area or on the rib cage close to your heart.
- If you are unsure whether the device may be used, consult a responsible doctor.

SAFETY NOTICES

- This device is not intended to be used by people (including children) with reduced sensory or mental abilities or a lack of experience and/or knowledge, unless they are supervised by a person who is responsible for their safety or have received instruction from this person on how to use the device safely. There is a danger of injury from incorrect use!
- Do not make any modifications to the device. It may only be taken apart and / or repaired by the manufacturer, customer service department or a similarly qualified person (e.g. specialist workshop) in order to avoid any hazards.



WARNING: Do not use this device near a bathtub, shower or any vessel containing water. Never use while bathing or showering!



Danger – Danger of Electric Shock

- If the operating element falls into water while it is connected to the mains power, pull the USB mains adapter out of the plug socket immediately! **Only after this** should you pull the device out of the water and dispose of it.
- Never touch the device and the connecting cable (USB cable and USB

mains adapter) with wet hands when the operating element is connected to the mains power.



WARNING – Danger from Rechargeable Batteries

- Make sure that the operating element cannot become wet. **Do not immerse in water!** Do not use the operating element if liquid has got inside.
- Do not use the device if it has malfunctioned or fallen into water. Have it checked in a specialist workshop before using it again.
- The operating element has a built-in battery. It must not be thrown into a fire or exposed to high temperatures of over +40°C. Do not take the battery apart!
- If the battery leaks, do not allow your skin, eyes and mucous membranes to come into contact with the battery acid. If you touch battery acid, rinse the affected areas with abundant clear water straight away and seek medical assistance immediately.



WARNING – Danger of Fire

- Keep the device away from combustible materials and substances.
- Do not cover the device during operation.



WARNING – Danger of Injury

Keep children and animals away from the packaging material. There is a danger of suffocation.

- Make sure that the USB cable is always kept out of the reach of young children and animals. There is a danger of strangulation.
- Children must be supervised to ensure that they do not play with the device. There is a danger of injury from incorrect use.
- Do not use the device if you are attached to high-frequency surgical devices or are in the vicinity of such devices or high-frequency commercial equipment.
- Do not use the device in the immediate vicinity of devices which operate using short waves or microwaves. Maintain a minimum gap of 1 metre.
- The device must not be used near a mobile phone. Do not use a mobile phone while using the device.
- Do not use the device while driving a vehicle or while sleeping.
- Batteries can be deadly if swallowed. Batteries and the operating element should be kept out of the reach of children and animals. If a battery is swallowed, seek medical assistance immediately. There is a danger of burns from battery acid!
- If you experience an unpleasant feeling while using the device, stop using it immediately!
- Stop using the device if you experience skin redness or discolouration that lasts for more than 24 hours.

NOTICE – Risk of Damage to Material and Property

- Remove a dead battery from the operating element immediately.
- There are magnets on the operating element. These may interfere

with sensitive electronic devices or magnetic data storage media. They should therefore be kept away from the operating element.

- Store the device only in closed rooms.
- Do not expose the operating element to any moisture.
- Use and store the device at room temperature. Do not expose it to extreme temperatures, temperature fluctuations, fire, heat sources and direct sunlight for a prolonged period.
- Protect the device and accessories from impacts.
- Do not place heavy objects on the device or its accessories.
- Use only original accessories from the manufacturer in order to guarantee that there is no interference that may prevent the device from working and to avoid possible damage.
- In the event of damage / faults, switch the device off immediately.
- Do not connect the operating element to a plug socket during a thunderstorm.

CHARGING UP THE BATTERY

Please Note!

- Do not charge up on a computer because the computer might be damaged by the high charging current.

If the operating element (3) cannot be switched on, the battery is too weak and needs to be charged.

To connect the device to the plug socket, a USB mains adapter (5V and $\geq 1A$; not supplied with the device) is required.

1. First plug the USB cable into the Micro-USB socket and then connect to a power source with USB interface

(preferably via a USB mains adapter to the plug socket).

The charging process begins and the charge control lamp on the operating element lights up red.

- As soon as the charge control lamp goes out, the battery is charged. Disconnect the USB cable from the power source and then from the USB socket.

SAFETY DEVICES

The operating element (3) has two built-in safety functions:

- The operating element automatically switches off after 10 seconds if no contact is established between the skin and silicone pad in the belt.
- The operating element automatically switches off after 20 minutes of use.

FUNCTIONS

EMS stands for electrical muscle stimulation. The device is used to stimulate the abdominal muscles.

Beginners should use the device for no more than 15 minutes a day to prevent overstimulation!

Advanced users can use the device for up to 30 minutes a day. We recommend no more than 2 units per day, with a rest phase of at least 4 hours between the units.

Modes

- M1** – Warm-up and cool down
- M2** – Intensive training, high level
- M3** – Intensive training, medium level
- M4** – Advanced training, medium level
- M5** – Advanced training, high level
- M6** – Complete training, high level

Each mode has 9 different intensity levels.

USE

Please Note!


- Do not use straight after eating.
- The device should not be used before going to sleep. Massages have a stimulating effect, which may lead to problems getting to sleep.
- For reasons of hygiene, the device should only be used by one person and cleaned after each use (see the "Cleaning and Storage" chapter). Keep the device clean.
- The skin may feel warm during the treatment. This is normal and not a cause for concern.
- Do not bend the silicone pads.
- The silicone pads must not come into contact during use with metal parts, e.g. on belts, wrist watches, jewellery or similar items.
- We explicitly point out that with some people skin irritations or hypersensitivity may occur as a result of the electrical muscle stimulation. In this case, stop using the device immediately and consult a doctor if necessary.

- Thoroughly clean and then dry the area which is to be trained.
- Place the belt around you so that the silicone pads in the belt rest directly on the skin over the abdominal muscles. Fix the belt using the hook-and-loop fastener (Picture B).
- Attach the operating element (3) to the belt using the press studs (Picture C). Both press studs must fit securely for the device to work.



The belt is suitable for a waist circumference of 65 – 110 cm. This circumference can be extended up to 140 cm with the extension strap (5).

Operating the Device

1. Switch on the operating element (3): press the + button on the operating element. **M1** and **0** is shown on the display and the operating lamp lights up green. When the device is switched on, the intensity of the stimulation is set to level **0** and mode **M1**. In total there are 6 different modes, each with 9 intensity levels (see the "Functions" chapter).
 2. Press the + button on the operating element repeatedly to increase the intensity to the level where stimulation still feels pleasant. Use the – button on the operating element to reduce the intensity if necessary.
 3. To switch mode, briefly press the **M** button on the operating element. After each change of mode, the intensity is automatically set to level **0** and needs to be manually increased again.
 4. To switch off the operating element, press the – button on the operating element several times until the display switches off and the operating lamp goes out.
-  The device automatically switches off after 20 minutes.
5. Clean the device after each use (see the "Cleaning and Storage" chapter).

What You Should Note When Training With EMS

- The most important thing first: Training with electrical muscle stimulation (EMS) is the perfect accompaniment to your regular sports regime. However, it is not a substitute for traditional training!
- The EMS only boosts your strength and is not a substitute for endurance training. To ensure that you train your whole body in a sensible way, you

should also focus on strengthening your stamina.

- You should build up strength not only using EMS. Targeted traditional strength training combined with EMS will boost the effect.
- Particularly if you want to improve your performance in a particular sport through EMS, you should replicate movements that are typical of this sport during the training. This will help you to train your coordination.
- It is particularly important to drink a lot during EMS training. This is because firstly large amounts of water can collect in the muscles during the training. So to ensure you do not experience any circulation problems, you should always remember to drink enough. And secondly EMS training increases the secretion of the enzyme creatine kinase (CK), which is eliminated via the kidneys. Having sufficient fluid in the body aids the kidneys.
- Include sufficient recovery phases between your training sessions. We recommend, particularly for beginners, that you train no more than once or twice a week.
- EMS training is not designed for you to endure pain in order to produce supposed better results. This can damage your health more than it benefits it. You should therefore never train too much and not at an intensity level that is too high.

CLEANING AND STORAGE

Please Note!

- After each use, store the device in a place where children cannot use it.
- No liquid must get into the operating element. Never immerse the operating element in water!
- Do not use any caustic or abrasive cleaning agents or pads to clean the device. These may damage the surfaces.

- Remove the operating element (3) from the belt (1) after use.
- Clean the belt in accordance with the washing label.
- Clean the operating element with a slightly damp, soft cloth.
- Store all parts in a dry place which is protected from moisture, dirt and direct sunlight and is out of the reach of children and animals.

TROUBLESHOOTING

If the device does not work properly, check whether you are able to rectify the problem yourself. If the problem cannot be solved with the steps below, contact the customer service department.



Do not attempt to repair an electrical device yourself!

The operating element (3) does not work. / The display does not show anything.

The battery is empty.

- ▶ Charge up the battery.

The operating element (3) repeatedly switches off.

There is no contact between the skin and silicone pads in the belt (1).

- ▶ Make sure that the silicone pads fit correctly. There must be skin contact. There must not be any hairs, clothing, jewellery etc. between the skin and silicone pads.

The operating element (3) is not attached to the belt (1) correctly.

- ▶ Check whether the operating element is correctly attached to the press studs.

The battery is too weak.

- ▶ Charge up the battery.

The display shows the mode and intensity, but no pulses for muscle stimulation are emitted.

The silicone pads in the belt (1) are not fitted correctly.

- ▶ Keep changing the position of the silicone pads until the spot with the strongest muscle contraction has been found.

The intensity level is set too low.

- ▶ Increase the intensity level.

The silicone pads are dirty.

- ▶ Clean the silicone pads.

The battery is too weak.

- ▶ Charge up the battery.

DISPOSAL



Dispose of the packaging material in an environmentally friendly manner so that it can be recycled.



Batteries should be removed from the remote control prior to disposal of the device and disposed of separately from the device at suitable collection points.



This device is governed by the European Directive 2012/19/EU on waste electrical and electronic equipment (WEEE). Do not dispose of the operating element with a built-in battery as normal domestic waste, but rather in an environmentally friendly manner via an officially approved waste disposal company.

TECHNICAL DATA

Article number: 09074
 Model number: QSF78
 ID of operating instructions: Z 09074 M DS V1 1120 uh

Operating element

Voltage supply: 3.7V DC (1 x Li-ion battery, 180mAh)
 Charge time: approx. 1 h
 Operating time: approx. 150min; automatic switch-off after 20min
 Type of protection: IP44
 Mains adapter required: 5V and ≥ 1 A
 Protection class: III



All rights reserved.

SOMMAIRE

Composition	17	Dispositifs de sécurité	21
Symboles	17	Fonctions	21
Mentions d'avertissement	17	Utilisation	22
Utilisation conforme	18	Nettoyage et rangement	23
Quand faut-il s'abstenir d'utiliser l'appareil ?	18	Résolution des problèmes	23
Consignes de sécurité	19	Mise au rebut	24
Rechargement des accus	21	Caractéristiques techniques	24

COMPOSITION

(Illustration A)

- 1 Ceinture de musculation abdominale 1 x
- 2 Pochon de rangement 1 x
- 3 Élément de commande avec accus 1 x
- 4 Cordon USB (fiche USB A mâle vers fiche micro-B) 1 x
- 5 Rallonge 1 x
 - Mode d'emploi 1 x

S'assurer que l'ensemble livré est complet et que les composants ne présentent pas de dommages imputables au transport.

En cas de dommages, ne pas utiliser l'appareil et contacter le service après-vente.

Enlever les éventuels films protecteurs, adhésifs et protections de transport. **Ne jamais ôter la plaque signalétique de l'appareil ni les éventuelles mises en garde apposées.**

Les numéros de légende sont représentés de la façon suivante : (1)

Les renvois aux illustrations sont représentés de la façon suivante : (Illustration A)

Les messages qui s'affichent sont représentés de la façon suivante : M1

Les descriptions de touches sont représentées de la façon suivante : ON / OFF (marche / arrêt)



Un adaptateur réseau USB est également nécessaire.

SYMBOLES



Symboles de danger : ces symboles signalent des possibles dangers. Lire et observer attentivement les consignes de sécurité correspondantes.



Informations complémentaires



Consulter le mode d'emploi avant utilisation !



Signe de commutation pour le courant continu



Classe de protection III

MENTIONS D'AVERTISSEMENT

Les mentions d'avertissement désignent les risques qu'implique le non respect des consignes correspondantes.

DANGER – Risque accru induisant des blessures graves, voire mortelles

AVERTISSEMENT – Risque moyen pouvant induire des blessures graves, voire mortelles

AVIS – Risque de dégâts matériels

Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons d'avoir fait l'acquisition de la ceinture EMS MAXXMEE.

Il suffit d'appliquer la ceinture, de choisir l'un des 6 programmes d'entraînement et de le régler sur l'un des 9 niveaux d'intensité, et tout peut commencer ! Pour toute question concernant cet appareil et ses pièces de rechange et accessoires, veuillez contacter le service après-vente à partir de notre site Web :

www.dspro.de/kundenservice

Nous espérons que votre ceinture EMS MAXXMEE vous donnera entière satisfaction !

Informations sur le mode d'emploi

Veuillez lire attentivement le présent mode d'emploi avant la première utilisation de l'appareil et le conserver précieusement pour toute question ultérieure ainsi que pour les autres utilisateurs. Il fait partie intégrante de l'appareil. Le fabricant et l'importateur déclinent toute responsabilité en cas de non-observation des instructions consignées dans le mode d'emploi.

UTILISATION CONFORME

- Cet appareil est destiné à la stimulation de l'épiderme et des tissus sous-jacents ainsi qu'à la stimulation électrique musculaire.
- Cet appareil **n'est pas** conçu à des fins médicales ou thérapeutiques.
- Cet appareil est conçu pour un usage domestique, non professionnel.
- Il doit être utilisé uniquement tel qu'indiqué dans le présent mode d'emploi. Toute autre utilisation est considérée comme non conforme.
- Tout défaut imputable à une utilisation non conforme, à une détérioration ou à des tentatives de réparation est exclu de la garantie. L'usure normale est également exclue de la garantie.

QUAND FAUT-IL S'ABSTENIR D'UTILISER L'APPAREIL ?

- Les nourrissons, les personnes endormies ou inconscientes et les animaux ne doivent pas être traités avec cet appareil.
- Ne pas utiliser l'appareil en cas de fièvre.
- Ne pas utiliser l'appareil en cas de douleurs aux mollets.
- Les personnes suivantes ne doivent utiliser cet appareil que sur accord préalable d'un médecin :
 - les personnes portant un stimulateur cardiaque ou un implant médical similaire ;
 - les personnes souffrant d'une maladie cardiaque ou d'épilepsie ;
 - les personnes souffrant d'affections de la colonne vertébrale ou de maladies du dos ;
 - les femmes enceintes et les femmes ayant récemment accouché ;
 - les femmes en période de menstruation ;

- les personnes ayant subi une opération et étant encore en convalescence ;
 - les personnes souffrant de malformations physiques ;
 - les personnes atteintes d'une tumeur maligne ;
 - les personnes sous l'influence de médicaments ;
 - les personnes souffrant de troubles de la circulation sanguine ou de thrombose ;
 - les personnes souffrant de lésions nerveuses, de paralysie ;
 - les personnes appartenant à un groupe à risque ou ayant des doutes se rapportant à leur santé.
- Ne pas utiliser l'appareil sur :
 - des parties du corps insensibles ;
 - des zones récemment opérées ou cicatrisées ;
 - un épiderme blessé, atteint d'une affection, enflammé, brûlé (par le soleil) ou très sensible ;
 - des blessures et des œdèmes ;
 - des boutons d'acné, des grains de beauté, des verrues, de la couperose.
 - Ne pas utiliser l'appareil sur la tête, le cou, le visage, les parties génitales ou la cage thoracique à proximité du cœur.
 - En cas de doute sur l'aptitude à utiliser l'appareil, prière de s'en entretenir avec un médecin compétent.

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Cet appareil n'est pas conçu pour une utilisation par des personnes (enfants compris) ne disposant pas de leur intégrité sensorielle ou mentale ou manquant d'expérience ou de connaissances. De telles personnes ne peuvent utiliser cet appareil que sous la surveillance d'un adulte chargé de leur sécurité et qui leur expliquera le cas échéant comment s'en servir. Risque de blessure en cas de manipulation erronée !
- Ne procéder à aucune modification sur l'appareil. C'est au seul fabricant, service après-vente ou à une personne aux qualifications similaires (par ex. un atelier spécialisé) qu'il revient de le réparer et/ou de le démonter afin d'éviter tout danger.



AVERTISSEMENT : ne pas utiliser cet appareil à proximité de baignoires, bacs à douche ou autres récipients contenant de l'eau. Ne jamais l'utiliser sous la douche ou dans le bain !



Danger – Risque d'électrocution

- Si l'élément de commande devait tomber à l'eau pendant qu'il est encore raccordé au secteur, retirer immédiatement l'adaptateur secteur USB de la prise. Extraire **ensuite seulement** l'appareil de l'eau pour le mettre au rebut.
- Ne jamais saisir l'appareil ni le cordon de raccordement (câble USB et adaptateur secteur USB) avec les mains humides lorsque l'élément de commande est raccordé au secteur.



AVERTISSEMENT – Risque émanant des accus

- S'assurer que l'élément de commande ne puisse pas être mouillé. **Ne pas l'immerger dans l'eau !** Ne pas utiliser l'élément de commande si du liquide a pénétré en son sein.
- Ne pas utiliser l'appareil en cas de dysfonctionnement ou s'il est tombé dans l'eau. Avant toute remise en service, le faire contrôler dans un atelier spécialisé.

- L'élément de commande est équipé d'accus intégrés. Ces accus ne doivent pas être jetés au feu ni exposés à des températures élevées supérieures à +40 °C. Ne pas démonter les accus !
- Si les accus fuient, éviter tout contact de la peau, des yeux ou des muqueuses avec l'électrolyte. En cas de contact avec l'électrolyte, rincer immédiatement et abondamment à l'eau claire les zones touchées, puis faire appel sans attendre aux secours médicaux.



AVERTISSEMENT – Risque d'incendie

- Conserver l'appareil à l'écart de toute matière et substance inflammable.
- Ne pas couvrir l'appareil pendant son fonctionnement.



AVERTISSEMENT – Risque de blessure

- Ne pas laisser les emballages à la portée des enfants et des animaux. Risque de suffocation !
- S'assurer de toujours tenir le câble USB hors de portée des jeunes enfants et des animaux. Risque de strangulation !
- Surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil. Risque de blessure en cas de manipulation erronée !
- Ne pas utiliser l'appareil en étant relié à des appareils d'opération à haute fréquence ou posté à proximité de tels appareils ou d'installations commerciales à haute fréquence.
- Ne pas utiliser l'appareil à proximité directe de dispositifs employant des ondes courtes ou des micro-ondes. Il convient de respecter un écartement minimum d'un mètre.

- L'appareil ne doit pas être utilisé à proximité d'un téléphone portable. Ne pas se servir d'un téléphone portable pendant l'utilisation de l'appareil.
- L'appareil ne doit pas être utilisé pendant la conduite d'un véhicule ni pendant le sommeil.
- L'ingestion des piles peut être mortelle. Conserver l'élément de commande et les piles hors de portée des enfants et des animaux. En cas d'ingestion d'une pile, faire immédiatement appel aux secours médicaux. Risque de brûlures causées par l'électrolyte des piles !
- En cas de sensation désagréable durant l'utilisation, interrompre immédiatement l'application !
- Ne plus utiliser l'appareil si des rougeurs ou des décolorations de l'épiderme perdurent pendant plus de 24 heures.

AVIS – Pour éviter tout risque de dégâts matériels

- Toute pile qui fuit doit être immédiatement retirée de l'élément de commande.
- L'élément de commande contient des aimants. Ceux-ci peuvent entraver le bon fonctionnement d'appareils électroniques sensibles ou de supports de données magnétiques. Par conséquent, tenir ces derniers à distance de l'élément de commande.
- Stocker l'appareil uniquement à l'intérieur.
- Ne pas exposer l'élément de commande à l'humidité.
- Conserver et utiliser l'appareil à température ambiante. Ne pas l'exposer à des températures extrêmes ou fluctuantes, au feu, au rayonnement direct et prolongé du soleil ni à d'autres sources de chaleur.

- Protéger l'appareil et les accessoires des chocs.
- Ne déposer aucun objet lourd sur l'appareil ou ses accessoires.
- Uniquement utiliser des accessoires d'origine du fabricant afin de ne pas entraver le bon fonctionnement de l'appareil et d'éviter tout éventuel dommage.
- En cas de détériorations / dysfonctionnements, immédiatement arrêter l'appareil.
- Pendant un orage, ne pas brancher l'élément de commande sur une prise.

RECHARGEMENT DES ACCUS

À observer !

- Ne pas recharger l'appareil par le biais d'un ordinateur car ceci pourrait l'endommager du fait de la forte intensité de charge.

Si l'élément de commande (3) ne s'enclenche pas, les accus sont trop faibles et doivent être rechargés.

Un adaptateur secteur USB (5 V et ≥ 1 A ; non inclus à la livraison) est requis pour le branchement sur une prise.

1. Insérer d'abord le câble USB dans le port micro USB puis le raccorder à une source de courant disposant d'une interface USB (de préférence via un adaptateur secteur USB à la prise de courant).
L'opération de charge commence et le témoin de contrôle de charge sur l'élément de commande s'allume en rouge.
2. Dès que le témoin de contrôle de charge s'éteint, cela signifie que les accus sont rechargés.
Débrancher le câble USB d'abord de la source de courant puis du port USB.

DISPOSITIFS DE SÉCURITÉ

L'élément de commande (3) est doté de deux fonctions de sécurité intégrées :

- L'élément de commande s'arrête automatiquement au bout de 10 secondes en l'absence de contact entre la peau et le patch en silicone au niveau de la ceinture.
- L'élément de commande s'arrête automatiquement au bout de 20 minutes d'utilisation.

FONCTIONS

EMS veut dire « stimulation électrique musculaire ». L'appareil permet de stimuler les muscles abdominaux.

Les débutants doivent se restreindre à une utilisation de l'appareil de 15 minutes par jour afin d'éviter la surstimulation.

Les initiés peuvent utiliser l'appareil jusqu'à 30 minutes par jour. Nous recommandons d'exécuter au maximum 2 unités par jour en observant une phase de repos d'au moins 4 heures entre les unités.

Modes

M1 – échauffement et récupération

M2 – entraînement intensif, niveau élevé

M3 – entraînement intensif, niveau moyen

M4 – entraînement approfondi, niveau moyen

M5 – entraînement approfondi, niveau élevé

M6 – entraînement complet, niveau élevé

Chaque mode dispose de 9 différents niveaux d'intensité.

UTILISATION

À observer !

- Ne pas utiliser directement après un repas.
 - Mieux vaut ne pas utiliser l'appareil avant d'aller se coucher. Les massages exercent un effet stimulant qui peut éventuellement poser des problèmes pour s'endormir ensuite.
 - Pour des raisons d'hygiène, l'appareil doit être utilisé par une seule et même personne et nettoyé après chaque utilisation (voir paragraphe « Nettoyage et rangement »). Garder l'appareil propre.
 - L'épiderme peut s'échauffer pendant l'application. Ceci est normal et n'est pas inquiétant.
 - Ne pas plier les patchs en silicone.
 - Durant l'application, les patchs en silicone ne doivent pas entrer en contact avec des parties en métal, comme par ex. des ceintures, des montres-bracelets, des bijoux, etc.
 - Nous attirons expressément l'attention sur le fait que la stimulation électrique musculaire peut causer chez certaines personnes des irritations de la peau ou de l'hypersensibilité. Dans de tels cas, interrompre immédiatement l'utilisation et consulter le cas échéant un médecin.
-
1. Nettoyer et sécher soigneusement la zone à entraîner.
 2. Placer la ceinture de sorte à ce que les patchs en silicone au niveau de la ceinture reposent directement sur la peau aux endroits des abdominaux. Fixer la ceinture à l'aide de la fermeture auto-agrippante (illustration B).
 3. Appliquer l'élément de commande (3) sur la ceinture à l'aide des boutons-pression (illustration C). Les deux boutons-pression doivent être correc-

tement enfoncés pour que l'appareil fonctionne.



La ceinture s'adapte à une circonférence abdominale entre 65 et 110 cm. La rallonge (5) permet d'augmenter la circonférence à 140 cm.

Utilisation de l'appareil

1. Enclencher l'élément de commande (3) : appuyer sur la touche + de l'élément de commande. **M1** et **0** s'affichent à l'écran et le témoin de fonctionnement s'allume en vert. À l'enclenchement, l'intensité de la stimulation est au niveau **0** et le mode **M1** est programmé. Il existe au total 6 modes différents avec chacun 9 niveaux d'intensité (voir paragraphe « Fonctions »).
2. Presser plusieurs fois la touche + de l'élément de commande pour augmenter l'intensité jusqu'à ce que la stimulation reste encore agréable. La touche – de l'élément de commande sert au besoin à baisser l'intensité.
3. Pour changer de mode, appuyer brièvement sur la touche **M** de l'élément de commande.
Après chaque changement de mode, l'intensité revient automatiquement au niveau **0** et doit à nouveau être augmentée manuellement.
4. Pour éteindre l'élément de commande, appuyer plusieurs fois sur la touche – de l'élément de commande jusqu'à ce que l'écran et le témoin de fonctionnement s'éteignent.



L'appareil s'arrête automatiquement au bout de 20 minutes.

5. Nettoyer l'appareil après chaque utilisation (voir paragraphe « Nettoyage et rangement »).

Ce que vous devez retenir concernant l'entraînement par EMS

- Tout d'abord, le point essentiel : l'entraînement par stimulation électrique des muscles (EMS) constitue un parfait renfort de votre programme de sport régulier. Il ne saurait toutefois se substituer à un entraînement classique.
- L'EMS accroît exclusivement la force mais ne remplace pas les exercices d'endurance. Tout entraînement complet du corps doit également viser à renforcer la condition physique de façon ciblée.
- Le renforcement musculaire ne s'obtient pas uniquement par le biais de l'EMS. C'est la combinaison d'exercices de musculation classiques ciblés avec l'EMS qui produit les meilleurs effets.
- Si vous souhaitez renforcer par l'EMS vos aptitudes à la pratique d'un sport en particulier, vous devez imiter pendant l'entraînement les mouvements typiques de ce sport. Cela vous fait travailler la coordination.
- Bien s'hydrater est particulièrement important pour l'entraînement par EMS. En effet, de grandes quantités d'eau peuvent engorger les muscles au fil de l'entraînement. Donc, pour éviter tout problème cardio-vasculaire, pensez toujours à boire suffisamment. De plus, l'entraînement par EMS favorise la production de l'enzyme appelée créatine kinase qui est éliminée par les reins. Le fait d'hydrater suffisamment son corps favorise la fonction rénale.
- Intercalez des phases de repos suffisantes entre les unités d'entraînement. Nous recommandons aux débutants, principalement, de ne pas s'entraîner plus d'une ou deux fois par semaine.
- L'entraînement par EMS n'est pas fait pour supporter la douleur et obtenir des effets soi-disant supérieurs. Ceci nuit plus à la santé que cela n'y contribue. Il ne faut donc jamais s'entraîner trop ni trop intensément.

NETTOYAGE ET RANGEMENT

À observer !

- Entreposer l'appareil après chaque utilisation de sorte qu'il ne puisse pas être utilisé par des enfants.
 - Aucun liquide ne doit pénétrer dans l'élément de commande. Ne jamais immerger l'élément de commande dans l'eau !
 - Pour nettoyer l'appareil, ne pas utiliser de produits ni de tampons de nettoyage corrosifs ou abrasifs qui pourraient endommager les surfaces.
-
- Après utilisation, retirer l'élément de commande (3) de la ceinture (1).
 - Laver la ceinture conformément aux consignes sur l'étiquette.
 - Le cas échéant, nettoyer l'élément de commande avec un chiffon doux légèrement humide.
 - Protéger tous les éléments de l'humidité, de la salissure et des rayons directs du soleil en les rangeant au sec dans un endroit inaccessible aux enfants et aux animaux.

RÉSOLUTION DES PROBLÈMES

Si l'appareil ne fonctionne pas correctement, examiner le problème pour constater s'il est possible d'y remédier soi-même. À défaut de résoudre le problème selon les indications suivantes, contacter le service après-vente.



Ne pas essayer de réparer soi-même un appareil électrique !

L'élément de commande (3) ne fonctionne pas. / L'écran n'affiche rien.

Les accus sont vides.

- Recharger les accus.

L'élément de commande (3) ne cesse de s'éteindre.

Il n'y a aucun contact entre la peau et les patches en silicone au niveau de la ceinture (1).

- ▶ Veiller au bon positionnement des patches en silicone. Ils doivent être au contact de la peau. Aucun cheveu, vêtement, bijou, etc. ne doit se trouver entre la peau et les patches en silicone.

L'élément de commande (3) n'est pas correctement fixé à la ceinture (1).

- ▶ Contrôler si l'élément de commande est correctement en place sur les boutons-pression.

Les accus sont trop faibles.

- ▶ Recharger les accus.

L'écran affiche le mode et l'intensité, mais aucune impulsion pour la stimulation des muscles n'est envoyée.

Les patches en silicone au niveau de la ceinture (1) ne sont pas correctement en place.

- ▶ Modifier la position des patches en silicone jusqu'à trouver le point provoquant la contraction musculaire la plus forte.

Le niveau d'intensité est trop faible.

- ▶ Augmenter le niveau d'intensité.

Les patches en silicone sont sales.

- ▶ Nettoyer les patches en silicone.

Les accus sont trop faibles.

- ▶ Recharger les accus.

MISE AU REBUT



Se débarrasser des matériaux d'emballage dans le respect de l'environnement en les déposant à un point de collecte prévu à cet effet.



Avant la mise au rebut de l'appareil, il faut retirer les piles de la télécommande et remettre séparément l'appareil et les piles aux points de collecte appropriés.



Cet appareil est assujéti à la directive européenne 2012/19/UE applicable aux déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE). L'élément de commande avec ses accus intégrés ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères et doit être mis au rebut dans le respect de l'environnement par une entreprise de recyclage agréée.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Référence article :	09074
Numéro de modèle :	QSF78
ID mode d'emploi :	Z 09074 M DS V1 1120 uh

Élément de commande

Tension d'alimentation :	3,7 V CC (1 x accus Li-Ion, 180 mAh)
Temps de charge :	env. 1 h
Durée de fonctionnement :	env. 150 min ; arrêt automatique au bout de 20 min
Indice de protection :	IP44
Adaptateur secteur requis :	5 V et ≥ 1 A
Classe de protection :	III



INHOUD

Omvang van de levering	25	Veiligheidsinrichtingen	29
Symbolen	25	Functies	29
Signaalwoorden	25	Gebruik	29
Doelmatig gebruik	26	Reinigen en opbergen	31
Wanneer mag het apparaat niet worden gebruikt?	26	Oplossen van problemen	31
Veiligheidsaanwijzingen	27	Verwerking	32
Accu opladen	29	Technische gegevens	32

OMVANG VAN DE LEVERING

(Afbeelding A)

- 1 Buikspiergordel 1 x
- 2 Tasje 1 x
- 3 Bedieningselement incl. accu 1 x
- 4 USB-kabel (A-stekker aan micro-B-stekker) 1 x
- 5 Verlengriem 1 x
 - Bedieningshandleiding 1 x

Controleer of de levering compleet is en of de onderdelen geen transportschade hebben opgelopen. Gebruik het apparaat niet als het is beschadigd, maar neem contact op met de klantenservice.

Verwijder eventuele folie, stickers of transportbeveiliging. **Verwijder nooit het typeplaatje en eventuele waarschuwingen!**

Legdanummers worden als volgt voorgesteld: **(1)**

Verwijzingen naar afbeeldingen worden als volgt voorgesteld: **(Afbeelding A)**

Display-indicaties worden als volgt voorgesteld: **M1**

De knoppen worden als volgt voorgesteld: **ON / OFF (aan / uit)**



Voor dit apparaat is een USB-net-adapter vereist.

SYMBOLLEN



Gevaaersymbolen: deze symbolen wijzen op mogelijke gevaren. Lees de bijhorende veiligheidsaanwijzingen aandachtig door en neem deze in acht.



Aanvullende informatie



Lees vóór gebruik de bedieningshandleiding!



Symbool voor gelijkspanning



Veiligheidsklasse III

SIGNAALWOORDEN

Signaalwoorden duiden op gevaren die ontstaan als de bijhorende instructies niet in acht worden genomen.

GEVAAR – hoog risico, heeft ernstige verwonding of de dood tot gevolg

WAARSCHUWING – gemiddeld risico, kan ernstige verwonding of de dood tot gevolg hebben

LET OP – kan risico van materiële schade tot gevolg hebben

Beste klant,

Wij danken je dat je hebt gekozen voor de aankoop van de MAXXMEE EMS-gordel.

Doe de gordel gewoon om, kies een van de 6 trainingsprogramma's, stel een van de 9 intensiteitsniveaus in en je kunt meteen beginnen! Neem bij vragen over het apparaat en over reserveonderdelen / toebehoren via onze website contact op met onze klantenservice:

www.dspro.de/kundenservice

Wij wensen je veel plezier met je MAXXMEE EMS-gordel.

Informatie over de bedieningshandleiding

Lees vóór het eerste gebruik van het apparaat deze bedieningshandleiding zorgvuldig door en bewaar deze voor latere vragen en andere gebruikers. Deze is een bestanddeel van het apparaat. Fabrikant en importeur aanvaarden geen aansprakelijkheid wanneer de informatie in deze bedieningshandleiding niet in acht wordt genomen.

DOELMATIG GEBRUIK

- Dit apparaat is bedoeld voor stimulatie van de huid en het onderliggende weefsel en voor elektrische spierstimulatie.
- Het apparaat is **niet** ontworpen voor medische of therapeutische doeleinden.
- Het apparaat is bedoeld voor privégebruik, niet voor commerciële toepassingen.
- Gebruik het apparaat uitsluitend zoals beschreven in de bedieningshandleiding. Elk ander gebruik geldt als oneigenlijk.
- Alle gebreken die ontstaan door ondeskundige behandeling, beschadiging of reparatiepogingen zijn uitgesloten van garantie. Dit geldt ook voor de normale slijtage.

WANNEER MAG HET APPARAAT NIET WORDEN GEBRUIKT?

- Kinderen, slapende of bewusteloze personen en dieren mogen niet met het apparaat worden behandeld.
- Gebruik het apparaat niet bij koorts.
- Gebruik het apparaat niet bij pijn aan de kuiten.
- De volgende personen mogen het apparaat alleen gebruiken na overleg met een arts:
 - dragers van een pacemaker of vergelijkbare medische implantaten;
 - personen met hartaandoeningen of epileptici;
 - personen met wervelkolomaandoeningen of rugklachten;
 - zwangere en pas bevallen vrouwen;
 - vrouwen tijdens hun menstruatie;
 - personen die een operatie hebben ondergaan waarvan de behandeling nog niet is afgerond;
 - personen met lichamelijke afwijkingen;
 - personen met een kwaadaardige tumor;
 - personen die onder invloed zijn van medicijnen;

- personen die lijden aan doorbloedingsstoornissen of trombose;
- personen die lijden aan zenuwstoornissen of verlamming;
- personen die tot een risicogroep behoren resp. twijfels koesteren ten aanzien van hun gezondheid.
- Zet het apparaat niet in op:
 - gevoelloze lichaamsdelen;
 - lichaamsdelen die onlangs werden geopereerd of met littekens;
- verwonde, zieke, ontstoken, (door de zon) verbrande of erg gevoelige huid;
- verwondingen en zwellingen;
- acne, moedervlekken, wratten, rosacea;
- Gebruik het apparaat niet aan het hoofd, de hals, in het gezicht, bij de schaamdelen of aan de borstkas in de buurt van het hart.
- Overleg bij twijfel of het apparaat mag worden gebruikt met een verantwoordelijke arts.

VEILIGHEIDSAANWIJZINGEN

- Dit apparaat is niet bedoeld om te worden gebruikt door personen (inclusief kinderen) met beperkte zintuiglijke of mentale vaardigheden of bij gebrek aan ervaring en/of kennis, tenzij ze onder toezicht staan van een voor hun veiligheid verantwoordelijke persoon of zij door deze persoon aanwijzingen hebben gekregen hoe het apparaat moet worden gebruikt. Er bestaat verwondingsgevaar door verkeerde inzet!
- Voer geen veranderingen uit aan het apparaat. Ter vermindering van gevaren mag het apparaat alleen door de fabrikant, de klantenservice of door een gelijkaardig gekwalificeerde persoon (bijv. in een speciaalzaak) uit elkaar gehaald en/of gerepareerd worden.



WAARSCHUWING: gebruik dit apparaat niet in de buurt van badkuipen, douchebakken of andere bakken waar water in zit. Gebruik het nooit tijdens het baden of onder de douche!



Gevaar – Gevaar voor een elektrische schok

- Trek onmiddellijk de USB-netadapter uit de contactdoos, wanneer het bedieningselement in het water valt

terwijl het nog is aangesloten op het stroomnet! Haal het apparaat **pas daarna** uit het water en gooi het weg.

- Raak het apparaat en het aansluit snoer (USB-kabel en USB-netadapter) nooit aan met vochtige handen als het apparaat is aangesloten op het stroomnet.



WAARSCHUWING – Gevaar door accu's

- Zorg ervoor dat het bedieningselement niet nat kan worden. **Dompel het niet onder in water!** Gebruik het bedieningselement niet als er vloeistof is binnengedrongen.
- Gebruik het apparaat niet als het een defect vertoont, of als het in het water is gevallen. Laat het controleren in een speciaalzaak alvorens het opnieuw in gebruik te nemen.
- Het bedieningselement heeft een ingebouwde accu. Het mag niet in het vuur worden geworpen of aan temperaturen boven de +40°C blootgesteld worden. Haal de accu niet uiteten!
- Wanneer de accu heeft gelekt, dan moet contact van huid, ogen en slijmvliezen met het accuzuur worden vermeden. Spoel bij contact met

accu zuur de getroffen plaatsen direct met veel schoon water en raadpleeg onmiddellijk een arts.



WAARSCHUWING – Brandgevaar

- Houd het apparaat uit de buurt van brandbare materialen en stoffen.
- Dek het apparaat niet af tijdens bedrijf.



WAARSCHUWING – Verwondingsgevaar

- Houd verpakkingsmateriaal buiten het bereik van kinderen en dieren. Er bestaat verstikkingsgevaar.
- Zorg ervoor dat de USB-kabel steeds buiten bereik is van jonge kinderen en dieren. Er bestaat gevaar voor wurging.
- Houd kinderen in de gaten om ervoor te zorgen dat zij niet met het apparaat spelen. Er bestaat verwondingsgevaar door verkeerd gebruik.
- Gebruik het apparaat niet wanneer men is aangesloten aan hoogfrequente operationele apparatuur, of als men zich in de buurt van zulke apparaten of hoogfrequente apparatuur bevindt.
- Gebruik het apparaat niet in de directe nabijheid van apparaten die werken met korte- of microgolf. Houd een minimum afstand aan van 1 meter.
- Het apparaat mag niet worden gebruikt in de buurt van een mobiele telefoon. Gebruik tijdens de inzet van het apparaat geen mobiele telefoon.
- Gebruik het apparaat niet tijdens het auto rijden of slapen.
- Batterijen kunnen levensgevaarlijk zijn als ze worden ingeslikt. Bewaar de batterijen en het bedieningselement buiten bereik van kinderen en dieren. Als een batterij werd ingeslikt, raadpleeg dan onmiddellijk een arts.

Er bestaat verwondingsgevaar door accu zuur!

- Als tijdens het gebruik een onaangenaam gevoel optreedt, dan moet de behandeling onmiddellijk worden gestopt!
- Gebruik het apparaat niet meer als de huid rood wordt of verkleurt en dit langer dan 24 uur aanhoudt.

LET OP– Gevaar voor materiële schade

- Haal een uitgelopen batterij meteen uit het bedieningselement.
- Op het bedieningselement zitten magneten. Deze kunnen gevoelige elektronische apparatuur of magnetische gegevensdragers negatief beïnvloeden. Houd deze dus uit de buurt van het bedieningselement.
- Bewaar het apparaat uitsluitend in gesloten ruimtes.
- Stel het bedieningselement niet bloot aan vocht.
- Gebruik en bewaar het apparaat bij kamertemperatuur. Stel het apparaat niet bloot aan extreme temperaturen, temperatuurschommelingen, vuur, warmtebronnen en langer direct instralend zonlicht.
- Bescherm het apparaat en het toebehoren tegen schokken.
- Plaats geen zware voorwerpen op het apparaat of het toebehoren.
- Gebruik alleen origineel toebehoren van de fabrikant, om negatieve effecten op de werking van het apparaat en eventuele schade te vermijden.
- Schakel het apparaat bij schade/storingen direct uit.
- Sluit het bedieningselement niet aan op een contactdoos tijdens een onweer.

ACCU OPLADEN

Opgelet!

- Laad niet op via een computer, aangezien deze door de hoge laadstroom schade zou kunnen oplopen.

Wanneer het bedieningselement (3) niet kan worden ingeschakeld, dan is de accu te zwak en moet deze worden geladen.

Voor het aansluiten op een contactdoos is een USB-netadapter (5V en ≥ 1 A; niet in levering inbegrepen) nodig.

1. Steek de USB-kabel eerst in de micro-USB-bus en sluit hem dan aan op een stroombron met USB-aansluiting (bij voorkeur via een USB-netadapter op een contactdoos).
Het laden begint en het controlelampje op het bedieningselement brandt rood.
2. Zodra het controlelampje uitgaat, is de accu opgeladen.
Trek de USB-kabel uit de stroombron en vervolgens uit de USB-bus.

VEILIGHEIDSINRICHTINGEN

Het bedieningselement (3) heeft twee ingebouwde veiligheidsfuncties:

- Het schakelt na 10 seconden automatisch uit, wanneer er geen contact wordt gemaakt tussen huid en silicone-pad in de gordel.
- Het bedieningselement schakelt automatisch uit, nadat het 20 minuten werd gebruikt.

FUNCTIES

EMS staat voor elektrische spierstimulatie. Met het apparaat worden de buikspieren gestimuleerd.

Beginners mogen het apparaat maximaal 15 minuten per dag inzetten, om een overprikkeling te vermijden!

Gevorderden kunnen het apparaat tot 30 minuten per dag gebruiken. Wij raden maximaal 2 sessies per dag met een rustfase van minstens 4 uur tussen de sessies aan.

Modi

M1 – Warm-up und Cool down (opwarmen en afkoelen)

M2 – intensieve training, niveau Hoog

M2 – intensieve training, niveau Medium

M2 – verdiepende training, niveau Medium

M2 – verdiepende training, niveau Hoog

M2 – uitgebreide training, niveau Hoog

Elke modus beschikt over 9 verschillende intensiteitsniveaus.

GEBRUIK

Opgelet!

- Gebruik het apparaat niet vlak na het eten.
- Het apparaat mag niet worden gebruikt voordat je gaat slapen. Massages hebben een stimulerende werking, wat evt. een nadelig effect heeft op het in slaap vallen.
- Om hygiënische redenen mag het apparaat slechts door één persoon worden gebruikt en moet het na elk gebruik worden gereinigd (zie hoofdstuk 'Reinigen en opbergen'). Houd het apparaat schoon.
- De huid kan tijdens de behandeling warm aanvoelen. Dit is normaal en geen reden tot bezorgdheid.

- Knik de silicone-pads niet.
- De silicone-pads mogen tijdens de toepassing niet in aanraking komen met metalen delen, bijv. van riemen, polshorloges, sieraden e.d.
- Wij wijzen er uitdrukkelijk op dat bij sommige personen huidirritaties of overgevoeligheid kunnen optreden door de elektrische spierstimulatie. Staak het gebruik in dit geval onmiddellijk en raadpleeg evt. een arts.

1. Het gedeelte dat je wil trainen, moet grondig gereinigd en afgedroogd worden.
2. Doe de gordel zo om dat de silicone-pads in de gordel direct tegen de huid op de buikspieren liggen. Maak de gordel vast met de klittenbandsluiting (afbeelding B).
3. Breng het bedieningselement (3) met de drukknopen aan op de gordel (afbeelding C). Beide drukknopen moeten vastzitten, anders werkt het apparaat niet.



De gordel past voor een buikomvang van 65 – 110 cm. Met de verlengriem (5) kan deze omvang worden uitgebreid tot 140 cm.

Apparaat bedienen

1. Het bedieningselement (3) inschakelen: druk op knop + op het bedieningselement. Op het display verschijnt **M1** en **0** en het bedrijfslampje brandt groen. Na het inschakelen is de intensiteit van de stimulatie op niveau **0** en als modus **M1** ingesteld. Er zijn in totaal 6 verschillende modi met elk 9 intensiteitsniveaus (zie hoofdstuk 'Functies').
2. Druk meerdere keren op knop + op het bedieningselement om de intensiteit zo te verhogen dat de stimulatie net nog aangenaam is. Met knop – op het bedieningsele-

ment kun je de intensiteit indien nodig reduceren.

3. Om van modus te veranderen druk je kort op knop **M** op het bedieningselement.

Na elke moduswissel wordt de intensiteit automatisch op niveau **0** gezet en deze moet dan handmatig worden verhoogd.

4. Om het bedieningselement uit te zetten druk je meerdere keren op knop – op het bedieningselement tot het display uitschakelt en het bedrijfslampje uitgaat.



Het apparaat schakelt na 20 minuten automatisch uit.

5. Reinig het apparaat na elk gebruik (zie hoofdstuk 'Reinigen en opbergen').

Waar je bij het trainen met EMS op moet letten

- Het belangrijkste vooraf: training met elektrische buikspierstimulatie (EMS) is de ideale begeleiding van je normale sportprogramma. Maar het kan een klassieke training niet vervangen!
- De EMS versterkt uitsluitend je kracht en is geen vervanging van conditietraining. Om je hele lichaam zinvol te trainen, dien je ook je conditie doelgericht te versterken.
- De kracht dient niet alleen via de EMS opgebouwd te worden. Doelgerichte klassieke krachttraining in combinatie met EMS versterkt de effecten.
- Met name wanneer je een bepaalde tak van sport door EMS wilt versterken, dien je tijdens de training bewegingen na te doen die typisch zijn voor deze sport. Daarmee train je je coördinatie.
- Bij de EMS-training is veel drinken bijzonder belangrijk. Ten eerste kunnen de spieren tijdens de training namelijk grote hoeveelheden water opnemen. Om dus geen problemen zoals duize-

lig worden te krijgen, moet je er altijd aan denken, genoeg te drinken. En ten tweede komt bij EMS-training het enzym creatinekinase (CK) vrij, dat via de nieren wordt afgebroken. Voldoende vloeistof in het lichaam ondersteunt de nieren.

- Las voldoende rustfasen in tussen de trainingssessies. Met name beginners raden we aan om niet vaker dan een à twee keer per week te trainen.
- EMS-training is niet bedoeld om pijn te lijden en dan te denken dat je zo meer effect behaalt. Dit is eerder schadelijk dan goed voor de gezondheid. Train daarom nooit te veel en niet met een te hoge intensiteit.

REINIGEN EN OPBERGEN

Opgelet!

- Berg het apparaat na elk gebruik zo op dat kinderen het niet kunnen gebruiken.
 - Er mag geen vloeistof binnendringen in het bedieningselement. Dompel het bedieningselement nooit onder in water!
 - Gebruik om het apparaat te reinigen geen bijtende of schurende reinigingsmiddelen of -pads. Deze kunnen de oppervlakken beschadigen.
-
- Verwijder het bedieningselement (3) na gebruik van de gordel (1).
 - Reinig de gordel volgens het wasetiket.
 - Reinig het bedieningselement evt. met een ietwat vochtige, zachte doek.
 - Bewaar alle delen beschermd tegen vocht, vuil en direct zonlicht op een droge, voor kinderen en dieren ontoegankelijke plek.

OPLOSSEN VAN PROBLEMEN

Wanneer het apparaat niet op de juiste wijze functioneert, kun je nagaan of je een probleem zelf kunt oplossen. Neem contact op met de klantenservice als het probleem met de hieronder genoemde stappen niet kan worden opgelost.



Probeer niet om een elektrisch apparaat zelf te repareren!

Het bedieningselement (3) doet het niet. / Het display geeft niets aan.

De accu is leeg.

- ▶ Laad de accu op.

Het bedieningselement (3) schakelt steeds weer uit.

Er is geen contact tussen huid en silicone-pads in de gordel (1).

- ▶ Zorg ervoor dat de silicone-pads goed zitten. Er moet contact met de huid bestaan. Er mogen geen haren, geen kleding, geen sieraden enz. tussen huid en silicone-pads zitten.

Het bedieningselement (3) is niet correct aangebracht aan de gordel (1).

- ▶ Controleer of het bedieningselement correct aan de drukknopen is aangebracht.

De accu is te zwak.

- ▶ Laad de accu op.

Het display geeft modus en intensiteit aan, maar er worden geen impulsen voor de spierstimulatie verstuurd.

De silicone-pads in de gordel (1) zitten niet goed.

- ▶ Wijzig de positie van de silicone-pads net zo lang tot het punt met de sterkste spiercontractie werd gevonden.

Het intensiteitsniveau is te laag ingesteld.

- ▶ Verhoog het intensiteitsniveau.

De silicone-pads zijn vuil.

- ▶ Reinig de silicone-pads.

De accu is te zwak.

- ▶ Laad de accu op.

VERWERKING



Lever het verpakkingsmateriaal milieuvriendelijk in bij een recyclepunt.



Batterijen moeten vóór de verwerking van het apparaat uit de afstandsbediening genomen en gescheiden van het apparaat bij de desbetreffende inzamelpunten ingeleverd worden.



Dit apparaat valt onder de Europese richtlijn 2012/19/EU voor afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (Waste Electrical and Electronical Equipment - WEEE). Het bedieningselement met ingebouwde accu mag niet bij het normale huisafval worden gedaan, maar moet milieuvriendelijk worden verwerkt door een officieel erkend afvalverwerkingsbedrijf.

TECHNISCHE GEGEVENS

Artikelnummer: 09074
 Modelnummer: QSF78
 ID bedieningshandleiding: Z 09074 M DS V1 1120 uh

Bedieningselement

Voeding: 3,7V DC (1 x li-ion accu, 180mAh)
 Oplaadduur: ca. 1 h
 Bedrijfsduur: ca. 150 min; na 20 min automatische uitschakeling
 Beschermingsgraad: IP44
 Benodigde netadapter: 5V en ≥ 1 A
 Veiligheidsklasse: III



Alle rechten voorbehouden.