

FR AB ENERGIZER MODE D'EMPLOI

Félicitations! Vous êtes à présent l'heureux propriétaire de l'unité d'entraînement à stimulation électronique la plus avancée sur le marché en ce moment. ATTENTION: lisez bien la notice d'emploi avant d'utiliser l'Ab Energizer.

Les unités Ab Energizer Electronic Stimulation Units (ESU) sur le bandeau d'entraînement donnent de légères pulsations électroniques, qui provoquent la contraction et décontraction de vos muscles. Différents muscles demandent différentes forces de contraction. Il est donc important de comprendre que les moments de repos entre les contractions (= la détente des muscles) sont une part majeure de l'entraînement. Notre Ab Energizer n'est pas un simple stimulateur de muscles. Cet appareil avancé possède deux stimulateurs situés de manière anatomiques qui provoquent une contraction et détente douce de vos muscles. Vous verrez vos muscles bouger réellement. L'appareil en marche ne vibre pas et est silencieux. L'Ab Energizer est un appareil portable que vous pouvez utiliser où et quand vous le voulez. L'Ab Energizer n'est pas un dispositif médical ou thérapeutique.

Fonctionnement

Enduisez les parties que vous voulez entraîner avec une grande quantité de gel de contact et fixez le bandeau. Vous pouvez utiliser l'Ab Energizer pour le ventre, la taille, les cuisses et les fesses. Fixez le bandeau sur l'endroit enduit de gel et réglez le programme et l'intensité de l'ESU en l'adaptant à la partie du corps que vous voulez entraîner. L'Ab Energizer se concentre immédiatement sur le groupe de muscles choisi pour l'isoler et l'entraîner.

ATTENTION: NE RETIREZ PAS LES AUTOCOLLANTS À L'INTÉRIEUR DU BANDEAU D'ENTRAÎNEMENT
IMPORTANT: CONSULTEZ VOTRE MÉDECIN AVANT L'EMPLOI.
PAS ADAPTÉ AUX ENFANTS.

Fixez correctement les unités sur le bandeau avant de placer le bandeau sur le corps avec le gel de contact. Un fois le programme démarré, Ab Energizer finira le programme complet. Pour votre sécurité, veuillez prendre soin d'enduire les parties concernées d'une grande quantité de gel de contact. Sans gel, ou avec trop peu de gel, vous risquez des frictions. Il est donc conseillé d'utiliser beaucoup de gel.

Description des modes Voyants lumineux et touches de commande

- Quatre voyants lumineux. L1, L2, L3, L4
- La touche ON/INC permet d'allumer l'appareil et d'augmenter progressivement l'intensité des vibrations
- La touche OFF/DEC permet d'éteindre l'appareil et de diminuer progressivement l'intensité des vibrations
- La touche PROGRAM permet de commuter entre les six modes (Mode A/B/C/D/E/F)

Mode d'emploi

1. Avec une pile bouton CR2032.
2. Mettre une pile dans le compartiment de la batterie (borne positive en bas), fermer le couvercle, détacher le film de plastique sur l'autocollant visqueux, puis apposer le patch de massage à la position désirée.
3. Appuyer une fois sur la touche ON/INC, le voyant s'allume, puis appuyer sur la touche PROGRAM afin de sélectionner votre mode de travail. Appuyer de nouveau sur ON/INC pour augmenter l'intensité. Arrêter ou réduire l'intensité en appuyant sur la touche OFF/DEC à maintes reprises.

Spécifications des commandes

1. 10 options d'intensité et 6 options de mode de travail de massage.
2. Affichage LED.
3. Travail normal pendant environ 15 minutes, puis arrêt automatique.
4. Appuyer sur la touche ON/ INC, le voyant s'allume. Si aucune touche n'est activée dans les 15 secondes, l'appareil s'arrête automatiquement, le voyant lumineux s'éteint.
5. Éloignez de votre peau pendant 15 secondes, l'appareil s'arrête automatiquement, le voyant lumineux s'éteint.
6. L'appareil est sous tension, appuyer sur la touche ON/INC pour commencer le massage. La valeur par défaut de l'intensité vibratoire est LEVEL 1, le mode de travail par défaut est A. Pour sélectionner un autre mode, appuyer sur la touche PROGRAM à plusieurs reprises selon le schéma réciproque du voyant et du mode de travail.
7. Lorsque l'appareil atteint le temps préréglé ou s'éloigne de la peau pour s'arrêter temporairement, appuyer sur la touche ON/INC pour allumer l'appareil. L'appareil se remet en marche, le voyant s'allume, mais ne clignote pas. Coller le patch de massage sur la peau, appuyer sur la touche ON/INC à plusieurs reprises, la travail commence et le voyant clignote, le mode de travail est celui avant la pause. Continuer d'appuyer sur la touche afin d'augmenter le mode de vibration progressivement et atteindre éventuellement le mode de vibration le plus élevé : LEVEL 10.

OFF/DEC BUTTON MODE BUTTON

ON/INC BUTTON

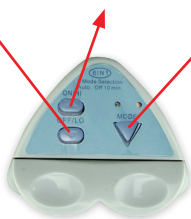
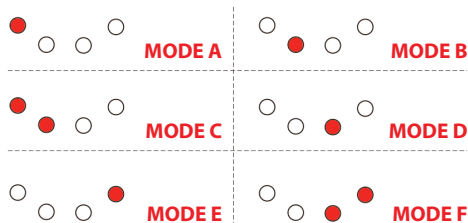


SCHÉMA RÉCIPROQUE DU VOYANT LUMINEUX ET MODE DE TRAVAIL



EN AB ENERGIZER INSTRUCTION MANUAL

Congratulations! You are now the proud owner of the most advanced electronic stimulation training unit currently available on the market. IMPORTANT: first read these instructions for use carefully before starting to use the Ab Energizer.

Ab Energizer Electronic Stimulation Units (ESU) issue soft electronic impulses in combination with the training belt that allow your muscles to contract and relax. Different muscles demand different degrees of contraction. It is, therefore, important to understand that the period of rest between the contractions (= the relaxation of the muscles) is the main part of the total workout. Our Ab Energizer is not a like other muscle stimulators. This advanced device uses two anatomically situated stimulators that will contract and relax in a mild and soft manner. You can really see your muscles move. Do not expect any vibrations or noise from the stimulation device when it is operational. The Ab Energizer is a mobile device that you can use anytime anywhere. The Ab Energizer is not a medical or therapeutic device.

How it works

Rub a generous amount of contact gel on the places that you want to train and attach the belt. You can use the Ab Energizer around your stomach, waist, thighs or buttocks. Attach the belt to the place where you rubbed in the gel and set the program and intensity of the ESU at the place that you will be training. The Ab Energizer will immediately focus on the relevant muscle group and will, thus, help to isolate and train the muscle group.

NOTE: DO NOT REMOVE LABELS FROM THE INSIDE OF THE TRAINING BELT.
IMPORTANT: BEFORE USING THE DEVICE PLEASE CONSULT YOUR DOCTOR.
NOT SUITABLE FOR CHILDREN.

You must press the units on the belt correctly and, next, position the belt with contact gel on your body. By starting the program, the Ab Energizer will complete its full program. We would, therefore, like to make you aware that the contact gel must always be generously rubbed on the places where you use the Ab Energizer for safety reasons. If little or no contact gel is used, it is possible that areas will appear that have been affected by friction. It is, therefore, advisable to apply the gel generously.

Mode Descriptions Indicator Light and Control Button

- Four Indicator Light: L1, L2, L3, L4
- ON/INC Button can turn off the power and gradually increase the intensity of vibration
- OFF/DEC Button can turn off the power and gradually reduce the intensity of vibration
- PROGRAM Button can switch between the six modes (Mode A/B/C/D/E/F)

Operating Instructions

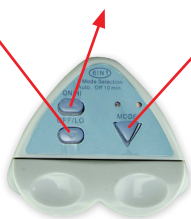
1. With a CR2032 button battery.
2. Get a battery into the battery compartment (positive terminal down), close the battery door, open the plastic sheet on the viscous sticker, and then affix the massage patch to your desired position.
3. Press ON/INC button once and the indicator light on, then press PROGRAM button, so that select your desired working mode. Press the ON/INC again to increase intensity. Shut down or reduce the intensity, press the OFF/DEC button repeatedly.

Control Specifications

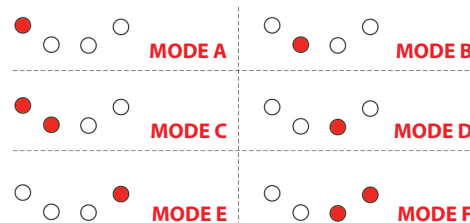
1. With 10 massage intensity and 6 massage working mode options.
2. LED display.
3. Normal working for about 15 minutes, then automatic power off
4. Press ON / INC button, indicator light on. If not press other keys within 15 seconds, automatically shut down, indicator light off.
5. Leave your skin 15 seconds, automatically shut down, indicator light off.
6. The power is on , press ON / INC button will begin to massage. The default vibration intensity is LEVEL 1, The default working mode is A, To select the other mode, press the PROGRAM button repeatedly according to the reciprocal diagram of indicator light and working mode.
7. When it reaches the set time or leave your skin to temporarily stop, must press ON/INC button to turn on the power. It returns to work, LED is bright but not blinking, Stick the massage patch on your skin, press ON/INC button repeatedly, it begin to work and indicator light blinks, working mode is the one before pausing, Continue pressing this button, the vibration mode will increase gradually and reach the highest vibration mode LEVEL 10 eventually.

OFF/DEC BUTTON MODE BUTTON

ON/INC BUTTON



RECIPROCAL DIAGRAM OF INDICATOR LIGHT AND WORKING MODE



AB ENERGIZER GEBRUIKSAANWIJZING

Gefeliciteerd! U bent nu de trotse bezitter van de meest geavanceerde elektronische stimulatie trainingsunits die op dit moment op de markt is. BELANGRIJK: lees eerst deze gebruiksaanwijzing goed door voordat u de Ab Energizer gaat gebruiken.

De Ab Energizer Electronic Stimulation Units (ESU) geven in combinatie met de trainingsband zachte elektronische impulsen af, die uw spieren laten samentrekken en ontspannen. Verschillende spieren vragen om verschillende mate van samentrekken. Het is dan ook belangrijk om te begrijpen dat de rusttijd tussen de samentrekkingen (= het relaxen van de spieren) een voornaam onderdeel is van de totale workout. Onze Ab Energizer is geen gewone spierstimulator. Dit geavanceerde apparaat gebruikt een tweetal anatomisch gesitueerde stimulators die mild en zacht uw spieren samentrekken en ontspannen. U kunt uw spieren echt zien bewegen. Verwacht geen vibratie of geluid van het stimulatie apparaat wanneer deze in werking is. De Ab Energizer is een mobiel apparaat dat u elk moment van de dag kunt gebruiken waar u maar wilt. De Ab Energizer is geen medisch of therapeutisch apparaat.

Zo werkt het

Smeer een ruime hoeveelheid Contactgel op de plaatsen die u wilt gaan trainen en bevestig de band. U kunt de Ab Energizer gebruiken rond buik, taille, dijnen of billen. Bevestig de band op de met gel ingesmeerde plek en stel het programma en intensiteit van de ESU in op de plek die u gaat trainen. De Ab Energizer concentreert zich direct op de bewuste spiergroep en helpt zo om de spiergroep te isoleren en te trainen.

LET OP: VERWIJDER GEEN STICKERS VAN DE BINNENZIJDE VAN DE TRAININGSBAND.

BELANGRIJK: RAADPLEEG VOOR GEBRUIK EERST UW ARTS.

NIET GESCHIKT VOOR KINDEREN.

U dient de units correct op de band te drukken en vervolgens de band met contact gel op het lichaam te plaatsen. Door het programma te starten zal de Ab Energizer zijn volledige programma afwerken. Wij willen u er dan ook op attenderen dat uit veiligheidsoverwegingen de contact gel altijd veelvuldig gesmeerd moet worden op de plaatsen waar u de Ab Energizer gebruikt. Bij weinig of geen gebruik van de contact gel is het ontstaan van wrijvingsplekken mogelijk. Het is dan ook raadzaam de gel in ruime mate te gebruiken.

Beschrijving van de standen LED-indicators en knop Control

- Vier LED-indicators: L1, L2, L3, L4
- Met de knop ON/INC kunt u het apparaat inschakelen en de intensiteit van de vibratie geleidelijk verhogen
- Met de knop OFF/DEC kunt u het apparaat uitschakelen en de intensiteit van de vibratie geleidelijk verlagen
- Met de knop PROGRAM kunt u een van de zes standen selecteren (Stand A/B/C/D/E/F)

Gebruiksaanwijzing

1. Met CR2032-knoopcelbatterij.
2. Plaats een batterij in het batterijcompartiment (positieve terminal naar beneden), sluit het batterijcompartiment, verwijder het plastic laagje van de kleefpatch en plaats de massagepatch op de gewenste plaats.
3. Druk eenmaal op de knop ON/INC. De LED-indicator gaat branden. Druk vervolgens op de knop PROGRAM, zodat u de gewenste stand kunt selecteren. Druk nogmaals op de knop ON/INC om de intensiteit te verhogen. Als u het apparaat wilt uitschakelen, of de intensiteit wilt verlagen, drukt u herhaaldelijk op de knop OFF/DEC.

Gebruiksspecificaties

1. Met 10 massage-intensiteiten en 6 verschillende massagstanden.
2. LED-display.
3. Standaard wordt het apparaat na 15 werking uitgeschakeld.
4. Druk op de knop ON / INC button en de LED-indicator gaat branden. Als u in de daaropvolgende 15 seconden niet op een andere knop drukt, wordt het apparaat automatisch uitgeschakeld. De LED-indicator gaat dan uit.
5. Als u het apparaat gedurende 15 seconden van uw huid haalt, wordt het apparaat automatisch uitgeschakeld. De LED-indicator gaat dan uit.
6. Als het apparaat is ingeschakeld, drukt u op de knop ON/INC om de massage te starten. De standaardvibratie-intensiteit is LEVEL 1. De standaardmassagestand is A. Om de stand te selecteren, drukt u herhaaldelijk op de knop PROGRAM totdat de LED-indicator brandt op de juiste intensiteit en de gewenste stand is ingeschakeld.
7. Wanneer de ingestelde tijd is verstreken of u het apparaat enige tijd van uw huid haalt voor een pauze, drukt u wanneer u wilt hervatten op de knop ON/INC om het apparaat weer in te schakelen. Het programma gaat verder. Als de LED-indicator brandt, maar niet knippert, plakt u de massagepatch op uw huid en drukt u herhaaldelijk op de knop ON/INC. Het apparaat wordt ingeschakeld, de LED-indicator knippert en het apparaat gaat verder in de stand die werd gebruikt voor de pauze. Als u deze knop blijft indrukken, zal de vibratie-intensiteit geleidelijk worden verhoogd tot maximaal LEVEL 10.

OFF/DEC BUTTON MODE BUTTON

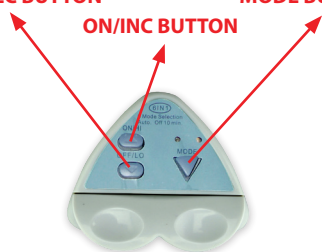
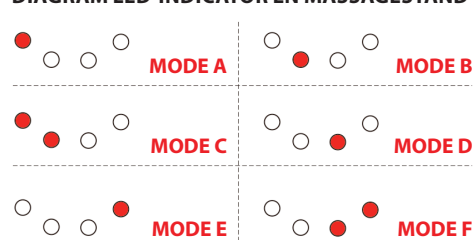


DIAGRAM LED-INDICATOR EN MASSAGESTAND



AB ENERGIZER GEBRAUCHSANWEISUNG

Herzlichen Glückwunsch! Sie sind nun stolzer Besitzer der fortschrittlichsten elektronischen Stimulationstrainingsunits, die momentan am Markt sind. WICHTIG: Lesen Sie zuerst die Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie den Ab Energizer in Gebrauch nehmen.

Der Ab Energizer Electronic Stimulation Unit (ESU) gibt in Verbindung mit dem Trainingsband sanfte elektronische Impulse, wodurch Ihre Muskeln sich im Wechsel zusammenziehen und entspannen. Verschiedene Muskeln brauchen eine unterschiedliche Art des Zusammenziehens. Es ist dann auch wichtig zu verstehen, dass die Ruhezeiten (= Entspannung der Muskeln) zwischen den Kontraktionen der Muskeln ein wichtiger Bereich des gesamten Trainingsprogramms ist. Unsere Ab Energizer ist kein üblicher Muskelstimulator. Dieses fortschrittliche Gerät verwendet zwei anatomisch angebrachte Stimulatoren, die sanft und mild Ihre Muskeln zusammenziehen und entspannen lassen. Sie sehen Ihre Muskeln wirklich bewegen. Erwarten Sie keinesfalls eine Vibration, oder einen Laut des Stimulationsergäts, wenn es seine Arbeit verrichtet. Der Ab Energizer ist ein mobiles Gerät, das Sie täglich zu jeder Stunde verwenden können, wann und wo Sie wollen. Der Ab Energizer ist kein medizinisches oder therapeutisches Gerät.

So funktioniert es

Verteilen Sie eine großzügige Menge Kontaktgel an den Stellen, die Sie trainieren wollen und befestigen Sie das Band. Sie können den Ab Energizer für Bauchumfang, Taille, Oberschenkel und Gesäß anwenden. Befestigen Sie das Band an dem mit Kontaktgel eingeriebenen Platz und stellen Sie das Programm und die Intensität des ESU ein auf den Körperteil, den Sie nun trainieren wollen. Der Ab Energizer konzentriert sich sofort auf die bestimmte Muskelgruppe und hilft somit die Muskelgruppe zu isolieren und zu trainieren.

ACHTUNG: ENTFERNEN SIE KEINE AUFKLEBER AN DER INNENSEITE DES TRAININGBANDES.

WICHTIG: FRAGEN SIE ZUERST IHREN ARZT, BEVOR SIE DAS GERÄT VERWENDEN.

NICHT GEEIGNET FÜR KINDER.

Die Units müssen richtig auf das Band gedrückt werden, bevor das Band mit Kontaktgel am Körper angebracht wird. Sobald Sie das Programm beginnen, wird der Ab Energizer sein komplettes Programm abarbeiten. Wir möchten Sie dann auch darauf aufmerksam machen, dass aus Sicherheitsgründen das Kontaktgel häufig auf den Stellen Ihres Körpers verteilt werden müssen, wo Sie den Ab Energizer verwenden wollen. Bei nur wenig, oder gar keinem Gel kann Reibung an den Stellen entstehen. Es ist daher ratsam, das Gel großzügig zu verwenden.

Beschreibung Kontrolllampe und Steuertaste

- Vier Kontrolllampen: L1, L2, L3, L4
- ON/INC-Taste: Einschalten bzw. stufenweise Erhöhung der Vibrationsintensität
- OFF/DEC-Taste: Ausschalten bzw. stufenweise Reduzierung der Vibrationsintensität
- PROGRAM-Taste: Umschalten zwischen sechs Betriebsarten (A/B/C/D/E/F)

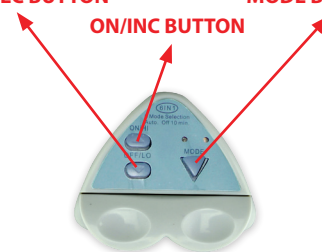
Betriebsanleitung

1. Betrieb mit einer CR2032-Knopfbatterie.
2. Eine Batterie in das Batteriefach einlegen (positive Klemme nach unten), die Abdeckung des Batteriefachs schließen, die Kunststoffabdeckung des Stickers abnehmen und die Massage-Elektroden an der gewünschten Stelle anbringen.
3. Durch Drücken der ON/INC-Taste wird die Kontrolllampe eingeschaltet. Anschließend die PROGRAM-Taste drücken, um die gewünschte Betriebsart auszuwählen. Die ON/INC-Taste nochmals drücken, um die Intensität zu erhöhen. Zum Ausschalten oder Reduzieren der Intensität die OFF/DEC-Taste wiederholt drücken.

Spezifikationen

1. 10 Intensitätsniveaus und 6 Betriebsarten.
2. LED-Anzeige.
3. Nach 15 Minuten schaltet sich das Gerät automatisch aus.
4. Drückt man die ON/INC-Taste wird die Kontrolllampe eingeschaltet. Wenn keine anderen Tasten innerhalb von 15 Sekunden betätigt werden, schaltet sich das Gerät automatisch aus und die Kontrolllampe erlischt.
5. Nach 15 Sekunden fehlendem Hautkontakt schaltet sich das Gerät automatisch aus und die Kontrolllampe erlischt.
6. Das Gerät ist eingeschaltet. Drücken Sie die ON/INC-Taste, um mit dem Training bzw. der Massage zu beginnen. Die Standardintensität ist LEVEL 1, die standardmäßige Betriebsart A. Sie können eine andere Betriebsart wählen, indem Sie die PROGRAM-Taste wiederholt drücken, bis das gewünschte Kontrolllampen- und Betriebsart-schema erreicht ist.
7. Bei automatischem Ausschalten wegen Zeitüberschreitung oder fehlendem Hautkontakt drücken Sie einfach die ON/INC-Taste, um das Gerät wieder einzuschalten. Das Gerät ist wieder betriebsbereit, die LED leuchtet, blinkt aber nicht. Positionieren Sie die Elektrode auf Ihrer Haut, drücken Sie die ON/INC-Taste wiederholt. Der Betrieb beginnt und die Kontrollleuchte blinkt. Die Betriebsart vor dem automatischem Ausschalten wird nun fortgeführt. Drücken Sie die Taste wiederholt, um die Vibrationsintensität stufenweise zu erhöhen. LEVEL 10 ist das höchste Niveau.

OFF/DEC BUTTON MODE BUTTON



KONTROLLEUCHTEN- UND BETRIEBSARTSCHEMA

