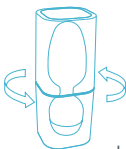




Használati Útmutató

Használat előtt

1 – TELJESEN TÖLTSE FEL A KÉSZÜLÉKET



Helyezze a készüléket a tartójába. Dugja be a mikro-USB kábelt a tartó eszközbe, és csatlakoztassa egy USB kimenetelhez. Amikor világít a tartó feletti lámpa, az eszköz töltődik. A lámpa kialszik, amikor az eszköz teljesen fel van töltve. Emy teljes feltöltése 2 órát vesz igénybe. A készülék hegye töltés közben felmelegedhet, de ez nem befolyásolja annak használatát.

2 – TÖLTSE LE AZ ALKALMAZÁST



kiválasztásához!

Töltse le az 'Emy - Medical Kegel exercises' applikációt az App Store-ból vagy a Google Playből. Kövesse az utasításokat saját fiók létrehozásához és az edzési programja

A használat előkészítése

3 – A KÉSZÜLÉK TISZTÍTÁSA

Használjon enyhe szappant és vizet (ne használjon súrolószert).

4 – BLUETOOTH BEKAPCSOLÁSA



Nyissa meg az Emy alkalmazást okostelefonján és kattintson a „Start a session – With the device” gombra.

5 –BEKAPCSOLÁSHOZ RÁZZA MEG AZ ESZKÖZT

A villogó lámpa jelzi, hogy az eszköz párosításra vár egy okostelefonnal.

6 – HELYEZZE FEL A KÉSZÜLÉKET

Az eszköz labda részét alul tartva helyezze a hüvelybe. Ha bármilyen probléma merül fel az eszköz behelyezésekor, használjon víz alapú síkosítót. A medencefenék egyszeri összehúzásával ellenőrizheti, hogy az eszköz helyesen van-e behelyezve.

7 – HELYEZZE MAGÁT KÉNYELEMBE

Minden készen áll az edzésre! Az első használatok során egy félig fekvő helyzet a legjobb és egyben az ajánlott helyzet Emy használatához. Feküdjön le, emelje meg a nyakát (például párnával), és kissé nyissa ki combjait. Ne felejtjük el, hogy a testmozgás közben megfelelően lélegezzünk, és engedjük ellazulni az összes többi izmot (has, fenék stb. ...).



Használat

Különböző típusú gyakorlatok léteznek különböző eszközökkel, ezeket a gyakorlatokat a medencefenék újra képzésével foglalkozó szakemberekkel együttműködve fejlesztették ki Franciaországban, hogy a legjobb módszerekkel (például erőintenzitás váltogatás, ismétlések, sebesség változtatások, kitartás fokozás) a medencefenék izmainak megerősítésére és fejlesztésére szolgáljanak.

8 – NÉZZE MEG AZ OKTATÓ VIDEÓKAT

Segítenek abban, hogy megértse a különböző mozgásokat, amelyeket a gyakorlatok során el kell végeznie, az intim edzés megkezdése előtt.

9 – VÁLASSZON GYAKORLATSORT

Számos gyakorlatsor elérhető. Válasszon egyet, és hajtsa végre a gyakorlatokat a szerződéskötés és a képernyőn megjelenő utasítások követése alapján.

Tanácsok és karbantartás

A GYAKORLAT ALATT

Ügyeljen arra, hogy megfelelően összehúzza a medencefenék izmait; a gyomrot, combot és a feneket lazítsuk. Ne feledje, hogy az edzések során megfelelően lélegezzen. Lélegezzen be, amikor elengedi az izmait és lélegezzen ki, amikor összehúzódik a medencefenék.

KAPCSOLAT

Az antenna, ami a jelet az okostelefonra továbbítja, az eszköz külső részén található. Vigyázzon, ne takarja túlságosan le az eszközt. A stabil kapcsolat fenntartása érdekében tartsa az okostelefonját kevesebb, mint 2 méterre a készüléktől. Ha az okostelefon edzés közben lekapcsol, a gyakorlatsor szünetet tart, és az eszköz automatikusan újra csatlakozik.

TISZTÍTÁS

A gyakorlatok befejezése után mossa le a készüléket enyhe szappannal és vízzel. Mielőtt a tokjába helyezné, ellenőrizze, hogy az eszköz teljesen száraz. Tárolja olyan helyen, ahol a hőmérséklet 0 és 45 ° C között van.

A használattal kapcsolatos óvintézkedések

Ne sterilizálja forrásban lévő vízben!

Ne használjon súrolószert!

Ne használja fürdőkádban!

Ne tegye mikrohullámú sütőbe vagy mosógépbe!

Ne kölcsönözze a készülékét másoknak!

Ne hagyja a készüléket a hüvelyben 60 percnél tovább!

Ne használja a készüléket

-ha kevesebb, mint hét héttel ezelőtt szült!

-ha fájdalmat érez a készülék használata közben, vagy behelyezésekor!

-ha urogenitális rákban szenved, súlyos húgyhólyag ürítési zavara van vagy húgycsőtől független okú inkontinenciája van!

Az alkalmazással kapcsolatos óvintézkedések és ellenjavallatok megtalálhatók a felhasználói kézikönyvben:

www.docs.fizimed.com

Garancia

Az Emy termék kétéves garanciával rendelkezik. Hiba esetén forduljon közvetlenül a viszonteladóhoz.

További információ



Ez egy rövid útmutató. Mielőtt elkezdi használni az eszközt, kérjük, figyelmesen olvassa el a rendelkezésre álló, részletes, felhasználói útmutatót:

www.docs.fizimed.com

Ha bármilyen kérdése van, kérjük, olvassa el a FAQ részt a:
www.docs.fizimed.com