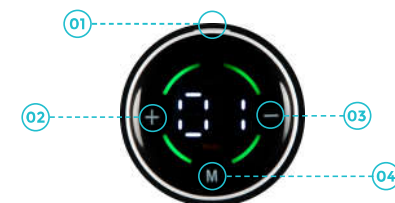




راهنمای استفاده از کنترلر EMS ایتال فیت



- این کنترلر Touch Screen بوده و کاملاً لمسی می باشد. کنترلر دارای ۱۰ برنامه و هر برنامه ۳۹ پله می باشد. برای روشن و خاموش کردن دستگاه دکمه شماره ۱ را به مدت ۳ ثانیه فشار دهید.
- بعد از تنظیمات شدت پالس و برنامه برای قفل کردن صفحه یک ضربه روی شماره ۱ بزنید.
- برای افزایش شدت پالس، + (شماره ۲) را لمس دهید.
- برای کاهش شدت پالس، - دکمه (شماره ۳) لمس شود.
- با هر بار لمس دکمه شماره F (M) برنامه تمرینی تغییر می کند.
- برای شارژ کامل دو ساعت کنترلر شارژ شود.
- کنترلرها بیشتر از ۲ ماه نباید بدون شارژ بمانند. در غیر اینصورت باتری کیفیت خود را از دست می دهد.
- قبل از استفاده کنترلرها حتما شارژ شوند.

انواع برنامه های کنترلر دایره

- این محصول دارای ۱۰ حالت و ۰ تا ۳۹ شدت پالس است.
- برنامه های اتوماتیک مناسب برای ورزش جامع / 02 برنامه چربی سوزی مناسب برای کاهش چربی
 - برنامه عضله سازی، مناسب برای عضله سازی و فرم گرفتن / 04 برنامه استراحت، ریکاوری
 - برنامه مبتدی، مناسب برای ورزش سبک / 06-10 شش تا ده برنامه حرفه ای، مناسب برای ورزش سنگین

دستگاه تقویت عضلات زانو

EMS

موارد عدم استفاده

- دوران بارداری و شیردهی
 - در قسمت هایی از بدن که سوختگی و یا زخم شدید دارد.
 - صرع و سرطان
 - وجود فلز، طلا و جواهرات در ناحیه مورد استفاده
- تذکر:** حداکثر ۲ تا ۴۰ دقیقه در روز استفاده شود. روزانه بیشتر از دو بار استفاده نشود.

گواهینامه ها



برای اطلاعات بیشتر به سایت مراجعه فرمائید.
www.italfitem.com

روش استفاده از دستگاه تقویت عضلات زانو

- پدها را توسط اسبیری مرطوب نمایید.
- برای استفاده زانو بند تنها برای یک پا توجه داشته باشید یک سیم به دکمه بالا و یک سیم به دکمه پایین وصل شود.
- هنگام بستن، قسمت دایره مانند تو خالی دستگاه را روی زانو قرار دهید.
- ابتدا کش وسط باید بسته شود و بعد کش های بالا و پایین بسته شود و در نهایت سوکت سیم رو به کنترلر وصل کنید.
- برای استفاده صحیح به فیلم آموزشی در سایت مراجعه فرمائید.
- **تذکر:** هنگام اتصال و جدا کردن سوکت سیم از کنترلر از خاموش بودن کنترلر اطمینان حاصل کنید.
- **تذکر:** گرم کردن بدن توسط پیاده روی و یا حرکات سبک ورزشی همزمان با بستن دستگاه اثرات آن را فوق العاده می کند.
- دستگاه به هیچ عنوان نباید شسته شود و یا در محل هایی نظیر سونا استفاده نشود.
- از رسیدن آب به دستگاه و ریموت کاملاً جلوگیری شود.
- از گذاشتن مقابل آفتاب یا حرارت بخاری جلوگیری شود.
- اطو نشود.
- بعد از هر دفعه استفاده در هوای آزاد کاملاً خشک شود.



EMS مخفف عبارت Electrical Muscle Stimulation (به معنی تحریک الکتریکی عضله) می باشد، در رابطه با آن عبارت EMS training نیز به کار می رود زیرا در واقع سیستم آموزشی نوینی است که در آن از تحریک الکتریکی عضلات و ورزش ساده و معمولی استفاده شده است.

پالس های تولید شده باعث ایجاد انقباض ماهیچه ها می گردد. تعداد و شدت این انقباض روی عضله قابل تنظیم می باشد. در حین انجام ورزش و حرکات به روش های سنتی و معمولی سیگنال هایی که مغز تولید می کند به عضلات درگیر ورزشکار ارسال می گردد و دستگاه ای ام اس این عملیات را شبیه سازی می کند. نکته مهم این که در کار کردن با EMS، عضلات هیچ تفاوتی نسبت به زمانی که ورزش و حرکات معمولی انجام می دهند، از نظر نوع انقباضی و طرز ایجاد شدن احساس نمی کنند. ای ام اس، عضلات را به صورت غیرارادی فعال کرده و باعث ماهیچه سازی و چربی سوزی می گردد. تجهیزات ای ام اس ایتال فیت با توجه به امکان حرکت در حین استفاده، راندمان را چندین برابر می کند.

این محصول با استفاده از تکنولوژی EMS همراه با پارچه ضد حساسیت تولید شده است. از دستگاه EMS تقویت عضلات زانو در قسمت زانو جهت تقویت و عضله سازی ماهیچه چهارسر ران، ماهیچه همسترینگ و در نتیجه کاهش درد در قسمت زانو می شود و بهتر است به عنوان یک مکمل در کنار ورزش های هوازی و یا قدرتی انجام شود تا به فرایند عضله سازی کمک کند.

این دستگاه برای ورزشکاران، سالمندان و جانبازان مناسب می باشد.