



## دستگاه تقویت عضلات شانه

EMS



www.italfitem.com

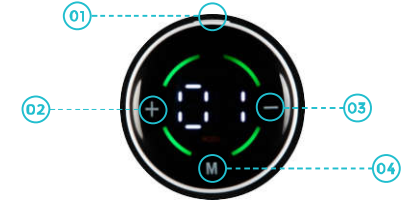
italfitiran

۰۲۱۸۸۵۱۵۲۹۲ - ۳

۰۹۱۲۰۰۸۷۶۰۳



## راهنمای استفاده از کنترلر EMS ایتال فیت



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

## انواع برنامه های کنترلر دایره

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

## موارد عدم استفاده

- در دوران بارداری و شیردهی
- در قسمت هایی از بدن که سوختگی و یا زخم شدید دارد.
- نوسان ضربان
- عمل قلب و یا استفاده از فنر داخل عروق
- صرع و سرطان
- وجود فلز، طلا و جواهرات در ناحیه مورد استفاده
- **تذکر:** حداکثر ۷ تا ۲۰ دقیقه در روز استفاده شود، روزانه بیشتر از دوبار استفاده نشود.

## دستگاه تقویت عضلات شانه

افتادگی شانه ها امروزه از مشکلات شایعی است که برای بسیاری از افراد ممکن است رخ بدهد. علاوه بر شکل ظاهری و تناسب اندامی غیر صحیح، این عارضه می تواند با درد نیز همراه باشد.

عواملی مانند وضعیت بد ستون فقرات، گوز پشتی یا اسکولیوز، ضعیف بودن عضلات اندام فوقانی سبب کشیده شدن و کوتاه شدن یک یا دو شانه می شود.

همچنین افرادی که قد بلندتری دارند به دلیل تمایل بیشتر به خم شدن، بیشتر در معرض این عارضه هستند.

روش های درمانی گوناگونی مانند انجام تمرینات اصلاحی ورزشی، ماساژ درمانی، طب سوزنی و ... وجود دارند که هر کدام می توانند مفید واقع شوند.

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

برای اطلاعات بیشتر به سایت مراجعه فرمائید.

www.italfitem.com

## روش استفاده از دستگاه تقویت عضلات شانه

- پدها را توسط اسپری مرطوب کنید.
- برای بستن صحیح دستگاه به فیلم آموزشی سایت مراجعه کنید.
- **تذکر ۱:** هنگام اتصال و جدا کردن سوکت سیم از کنترلر، از خاموش بودن کنترلر اطمینان حاصل فرمایید.
- **تذکر ۲:** گرم کردن بدن توسط پیاده روی و یا حرکات سبک ورزشی هنگام 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 ریختن 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.

