



## دستگاه تقویت عضلات شانه

EMS



[www.italfitems.com](http://www.italfitems.com)

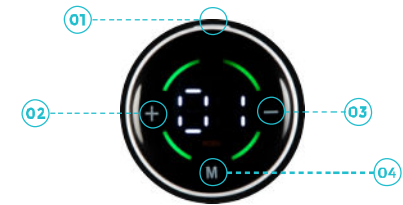
italfitiran

۰۲۱۸۸۵۱۵۲۹۲ - ۳

۰۹۱۲۰۰۸۷۶۰۳



## راهنمای استفاده از کنترلر EMS اییتال فیت



- این کنترلر Touch Screen بوده و کاملاً لمسی می باشد. کنترلر دارای ۱۰ برنامه و هر برنامه ۳۴ 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 ۴ (M) برنامه تمرینی تغییر می کند.
- برای شارژ کامل دو ساعت کنترلر شارژ شود.
- کنترلرها بیشتر از ۲ ماه نباید بدون شارژ بماند، در غیر اینصورت با طری کیفیت خود را از دست می دهد.
- قبل از استفاده کنترلرها حتما شارژ شود.

## انواع برنامه های کنترلر دایره

- این محصول دارای ۱۰ حالت و ۰ تا ۳۴ شدت پالس است.
- 01 برنامه های اتوماتیک مناسب برای ورزش جلع / 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 فیر داخل عروق
  - صرع و سرطان
  - وجود فلز، طلا و جواهرات در ناحیه مورد استفاده
- تذکر:** حداکثر ۲ تا ۷ دقیقه در روز استفاده شود، روزانه بیشتر از دویار 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 بلندی 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.italfitems.com](http://www.italfitems.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 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 دیگر 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 شدنش 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 اییتال 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.

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