

beurer EM 20 EMS-Pad Neck



DEUTSCH

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch, bevorhen Sie sie für spätere Gebrauch auf. Machen Sie sie allen Benutzern zugänglich und beachten Sie die folgenden Anweisungen. Das EMS-Pad hat keine beweglichen Teile und ist vollständig auf der Haut, muss direkt getaucht werden. Andernfalls kann die partiell offene Stromdichte zu Hautirritationen führen.

- Lesen Sie bitte diese Bedienungsanleitung sorgfältig, bevor Sie das Gerät benutzen.**

	LOT-Nummer
	Abblaufdatum
	Hersteller
	1 x Batterie CR2032

Achtung Gebrauchsanweisung lesen.

Anwendungstyp I/II BF

1. Zum Kennenlernen

1.1 Was ist das EMS-Pad?
Das EMS-Pad NECK ist ein selbsthaftendes EMS-Gerät, das speziell zur Entspannung von Nacken- und Schultermuskulatur entwickelt wurde. Dank der integrierten EMS-Technologie kann die Anwendung punktförmig erfolgen. Das aus Silikon gummierte schlauchartige EMS-Pad im ergonomischen Design ist schnell dank dem flexiblem und passt sich perfekt an die zu behandelnde Körperpartie. Das High-Tech-Schaltkreis sorgt für energieeffiziente Behandlungen von jeweils 20 Minuten (pro Batterie bis zu 20 Behandlungen).

1.2 Was ist das EMS?

Die elektrische Muskelstimulation (EMS) ist eine weit verbreitete und allgemein anerkannte Methode und findet seit Jahren in der Sport- und Rehabilitationstechnik Anwendung. Im Sport- und Fitnessbereich wird EMS unter anderem eingesetzt zum Verbesserung der Qualität der Leistungsfähigkeit von Muskulatur, zum Muskelaufbau und zur Körperproportionierung des gesamten menschlichen Ergbnisses. Die Anwendung der EMS geht in zwei Richtungen. Zum einen kann eine gezielte Kräftigung der Muskulatur hervorgerufen werden (aktivierende Anwendung) und zum anderen kann eine entspannende, erholende Wirkung (relaxierende Anwendung) erzielt werden.

Zur aktivierenden Anwendung gehören:

- Muskulatur zur Erhöhung der Ausdauerleistung und/oder
- Muskulatur zur Unterstützung der Kräftigung bestimmter Muskeln oder Muskulaturgruppen
- Zur relaxierenden Anwendung gehören:
- Muskulatur zur Lösung von muskulären Verspannungen
- Verbesserung der Muskulatur bei Muskelschwäche
- Beschleunigung der Muskelregeneration nach hoher muskulärer Leistung (z.B. nach einem Marathon).



beurer EM 20 Cousin EMS pour la nuque



FRANÇAIS

Lisez attentivement cette notice, conservez-la pour un usage ultérieur, mettez-la à disposition de tous les utilisateurs et faites-la connaître à tous les utilisateurs. L'augmentation partielle de la densité du courant peut provoquer des irritations cutanées.

	Numéro de LOT
	Date de péremption
	Fabricant
	1 pile CR2032

Attention lisez l'notice sur le mode d'emploi.

Appareil de type I/II BF

1. Familiarisation avec l'appareil

1.1 Qu'est-ce que le cousin EMS?
Le cousin EMS-NECK est un appareil EMS autocollant innovant, conçu spécialement pour la détente des muscles de la nuque et des épaules. La technologie EMS qui empêche permet de l'utiliser avec une précision réglable. Le cousin EMS a une gamme étendue de qualités de stimulation, ce qui permet d'obtenir un complément d'un massage classique pour améliorer la performance des groupes musculaires et adapter les programmes corporels aux résultats esthétiques souhaités. L'utilisation de l'EMS fait deux directions: Une des directions peut susciter un renforcement ciblé de la musculature (utilisation active) et l'autre direction peut produire un effet de détente et de récupération (utilisation passive).

1.2 Qu'est-ce que l'EMS?

L'électrostimulation des muscles (EMS) est une méthode très répandue et globalement reconnue, utilisée depuis des années dans la médecine sportive et la rééducation. En sport et en fitness, l'EMS est utilisée en complément d'un massage classique pour améliorer la performance des groupes musculaires et adapter les programmes corporels aux résultats esthétiques souhaités. L'utilisation de l'EMS fait deux directions: Une des directions peut susciter un renforcement ciblé de la musculature (utilisation active) et l'autre direction peut produire un effet de détente et de récupération (utilisation passive).

L'utilisation active comprend:

- musculation pour renforcer l'endurance et/ou
- musculation pour un complément d'un massage spécifique ou de groupes musculaires, afin d'améliorer les changements corporels souhaités.

L'utilisation passive comprend:

- relaxation des muscles pour éliminer les tensions musculaires.
- amélioration en cas d'apparition de douleurs musculaires.
- amélioration de la récupération musculaire après une performance musculaire importante (par ex. après un marathon).

Les appareils EMS fonctionnent en transmission du courant à travers la peau. Le film-gel peut être modifié en transmission qui suit une usage naturel. Si



beurer EM 20 Pad EMS Neck



La preghiamo di leggere attentamente le presenti istruzioni per l'uso, conservarle per impieghi futuri, renderle accessibili ad altri utenti e attenersi alle indicazioni.

Prima di utilizzare l'apparecchio, leggere attentamente le istruzioni per l'uso.

	Codice lotto
	Data di scadenza
	Produttore
	1 batteria CR2032

Attenzione Leggere le istruzioni per l'uso.

Parte applicativa tipo BF

1. Introduzione

1.1 Che cos'è il EMS?
L'innovativo pad EMS NECK è un apparecchio EMS autoriscaldante, specificamente studiato per il rilassamento muscolare e per la stimolazione. Il pad EMS è fornito con un sistema di stimolazione EMS integrato. L'applicazione può avvenire in modo molto preciso. Realizza- to in gomma siliconica per l'uso medico, il pad EMS presenta un design ergonomico, sottile ma a sufficienza resistente per essere utilizzato in modo sicuro per il trattamento. Il circuito di comunicazione high-tech consente trattamenti di 20 minuti con uno sfruttamento efficiente dell'energia (fino a 20 trattamenti per batteria).

1.2 Che cos'è l'EMS e come funziona?

EMS (Electrical Muscle Stimulation, stimolazione muscolare elettrica), è un trattamento elettrolitico di corrente elettrica, utilizzato da diversi anni nel campo della medicina sportiva e riabilitativa. Nel settore sportivo e del fitness, l'EMS viene utilizzato in aggiunta a un massaggio muscolare tradizionale per aumentare la potenza muscolare e adattare le proporzioni fisiche all'aspetto estetico desiderato. L'impiego dell'EMS ha una duplice applicazione: in un lato consente di rafforzare la muscolatura e di aumentare il tono muscolare, in particolare in un lato consente di rilassare (muscolatura) e di alleviare il dolore (muscolatura) (uso passivo).

Alcuni esempi di azioni attivate:

- Mantenimento muscolare per l'aumento delle prestazioni di resistenza e
- allungamento muscolare per l'incremento degli impulsi muscolari e di gruppi muscolari per ottenere il cambiamento desiderato delle proporzioni fisiche.

Alcuni esempi di azione rilassante:

- Rilassamento muscolare a fini dell'uso sciagliamenti di eventuali contratture.
- Miglioramento in caso di affaticamento muscolare.
- Accelerazione della rigenerazione muscolare in seguito a prestazioni muscolari estenuanti (ad esempio, dopo una maratona).



beurer EM 20 Миостимулятор EMS в области шеи и плеча



РУССКИЙ

Внимательно прочтите данную инструкцию по применению, сохраните ее и предоставьте ее пользователям, которые не имеют доступа к другим пользователям, и следуйте ее указаниям.

Перед использованием прибора внимательно прочтите инструкцию по применению.

	Серийный номер
	Срок годности
	Производитель
	1 батарея CR2032

Внимание! Прочтите инструкцию по применению.

Аппарат типа I/II BF

1. Для ознакомления

1.1 Что такое миостимулятор EMS?
Иновационный миостимулятор EMS в области шеи и плеча представляет собой самонагревающий прибор EMS для расслабления мускулатуры шеи и плеч. Используя технологию EMS, устройство более точно воздействует. Миостимулятор EMS состоит из силиконового коврика медицинского качества и представляет из себя гибкий, но достаточно прочный материал. Благодаря своей удобной форме, он идеально подходит для использования в домашних условиях. Высокотехнологичная схема управления обеспечивает высокую работу кожных электродов в широком диапазоне продолжительности от 20 минут (до 20 применений на 1 батарее).

1.2 Что такое EMS и в чем ее преимущества?

Электрическая стимуляция мышц (EMS) представляет собой широко используемый метод электротерапии, который применяется для снятия мышечных спазмов и в спортивной и реабилитационной медицине. При запуске прибора с помощью EMS можно добиться в кратчайшие сроки следующих результатов:

Преимущества применения миостимулятора:

- повышения выносливости мышц
- повышения скорости восстановления мышц и групп мышц с целью достижения желаемых пропорций тела.

Преимущества в целях расслабления:

- расслабления мышц после интенсивных тренировок
- ускорения процесса восстановления мускулатуры
- повышения скорости восстановления мускулатуры

3. Показания к применению миостимулятора:

- тренировка мускулатуры для повышения выносливости мышц
- тренировка мускулатуры для повышения скорости восстановления мышц и групп мышц с целью достижения желаемых пропорций тела.

4. Противопоказания к применению миостимулятора:

- повышенная температура тела
- повышенное артериальное давление
- повышенное кровяное давление
- повышенное кровяное давление

Beurer GmbH,
Sollinger Str. 218,
89077 Ulm, Germany
www.beurer.de
Mail: info@beurer.de

• Временами это может раздражать, раздражать или даже вызывать аллергическую реакцию. Если вы заметили раздражение, немедленно прекратите использование.

• Если вы заметили раздражение, немедленно прекратите использование.

beurer EM 20 EMS Neck Pad

Bitte read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

Please read these instructions carefully before using the device.

	LOT number
	Empty date
	Manufacturer
	1 x CR2032 battery

Important! Read the instructions for use.

Application part, type BF

1. Getting to know your device

The innovative EMS Neck Pad is a self-adhesive EMS device that has been specially developed for relaxing the neck and shoulder muscles. The device can be applied with accuracy thanks to the use of EMS technology. Made from medical-quality silicone rubber, the elegantly designed EMS pad is extremely slim and flexible and adapts perfectly to the area of treatment. The high-tech circuit provides energy-efficient treatments of 20 minutes each (up to 20 treatments per battery).

Electrical muscle stimulation (EMS) is a widespread and generally recognized method and has been used in sports medicine and rehabilitation for years. In sports and fitness, EMS is used to complement conventional muscle training, to improve the performance of muscle groups and to adjust physical proportions to achieve the desired aesthetic results. There are two different types of EMS application: One is for muscle strengthening and the other is for relaxation. The EMS pad is designed to achieve a relaxing, restful effect (relaxing application).

The activating application involves:

- Muscle training to increase endurance and/or
- training for strength and building up specific muscles or muscle groups, and to achieve the desired changes in physical proportions.

The relaxing application involves:

- Muscle relaxation to relieve muscle tension.
- Improving symptoms of muscular fatigue.
- Acceleration of muscle regeneration after high muscle performance (e.g. after a marathon).

Beurer GmbH,
Sollinger Str. 218,
89077 Ulm, Germany
www.beurer.de
Mail: info@beurer.de

• Временами это может раздражать, раздражать или даже вызывать аллергическую реакцию. Если вы заметили раздражение, немедленно прекратите использование.

• Если вы заметили раздражение, немедленно прекратите использование.

beurer EM 20 EMS Neck Pad

Bitte read these instructions for use carefully and keep them for later use, be sure to make them accessible to other users and observe the information they contain.

Please read these instructions carefully before using the device.

	LOT number
	Empty date
	Manufacturer
	1 x CR2032 battery

Important! Read the instructions for use.

Application part, type BF

1. Getting to know your device
The innovative EMS Neck Pad is a self-adhesive EMS device that has been specially developed for relaxing the neck and shoulder muscles. The device can be applied with accuracy thanks to the use of EMS technology. Made from medical-quality silicone rubber, the elegantly designed EMS pad is extremely slim and flexible and adapts perfectly to the area of treatment. The high-tech circuit provides energy-efficient treatments of 20 minutes each (up to 20 treatments per battery).

Electrical muscle stimulation (EMS) is a widespread and generally recognized method and has been used in sports medicine and rehabilitation for years. In sports and fitness, EMS is used to complement conventional muscle training, to improve the performance of muscle groups and to adjust physical proportions to achieve the desired aesthetic results. There are two different types of EMS application: One is for muscle strengthening and the other is for relaxation. The EMS pad is designed to achieve a relaxing, restful effect (relaxing application).

The activating application involves:

- Muscle training to increase endurance and/or
- training for strength and building up specific muscles or muscle groups, and to achieve the desired changes in physical proportions.

The relaxing application involves:

- Muscle relaxation to relieve muscle tension.
- Improving symptoms of muscular fatigue.
- Acceleration of muscle regeneration after high muscle performance (e.g. after a marathon).

Beurer GmbH,
Sollinger Str. 218,
89077 Ulm, Germany
www.beurer.de
Mail: info@beurer.de

