

LANAFORM®

Stim +

Stimulation Equipment



Rechargeable

Rechargeable

Oplaadbaar

INTRODUCTION TO THE PRODUCT

Thank you for purchasing the **Stim+** by LANAFORM®, the low frequency stimulation system. The Stim + is part of the new generation of low frequency appliances intended for electro-stimulation and muscle building.

PLEASE READ ALL THE INSTRUCTIONS PRIOR TO USING YOUR «STIM+», IN PARTICULAR THESE FEW BASIC SAFETY INSTRUCTIONS:

- Only use this appliance for the purposes described in this manual.
- This appliance is not intended for use by persons (including children) whose physical, sensory or mental capabilities are impaired, or by persons lacking experience or knowledge, unless they have had the benefit of prior supervision and instruction in using the device from a person responsible for their safety. Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.
- Please do not use accessories which are not recommended by LANAFORM® or which are not supplied with this appliance.
- If the power lead is damaged, it must be replaced by a special or similar lead available from the supplier or after-sales department.
- Do not use this appliance if the plug is damaged, if it is not working correctly, if it has been dropped or if it is damaged or if it has fallen into water. If this is the case, have the appliance inspected and repaired by the supplier or its after-sales department.
- Should the appliance fall into water, unplug it immediately before retrieving it.
- Do not transport this appliance by carrying it by its power lead and do not use this lead as a handle.
- Always disconnect the appliance from the mains after use or before cleaning it.
- An electrical appliance should never be left plugged in and unsupervised. Disconnect it from the mains if you are not using it.
- Keep the power lead away from hot surfaces.
- Never let anything fall into and never insert anything into one of the air vents.
- Never use this appliance if the ventilation holes are obstructed.
- Never pour any liquid into the openings of this product.
- Do not use this appliance within 2 hours before or after eating or before going to sleep. As the stimulating effect of the massage could disrupt food digestion or delay the onset of sleep.

- Do not use this massage appliance while you are asleep.
- Never use this appliance in contact with water or in a damp location. This could result in the risk of electric shock.
- This appliance is only suitable for indoor use.
- Never use this appliance in a room where aerosol products (sprays) are used or in a room where oxygen is administered.
- Do not use this appliance under a cover or under a cushion. Excessive heat may cause a fire, electrocution of the individual or other injuries.
- If you are worried about your health or if you're under a medical treatment, consult a doctor before using this appliance.
- If you feel any pain while using this appliance, stop using it immediately and consult your doctor.
- Never use this appliance on a part of the body that is swollen or inflamed or if you have any form of skin rash.
- Do not use this appliance if you are pregnant.
- This product is a non-professional massage device, intended exclusively for home use. Do not use this appliance as a substitute for proper medical care.
- Should a fault occur, please do not attempt to repair the «Stim +» yourself. It must be returned to the supplier or after-sales department.
- Do not use the device when you are driving. This could cause a car accident or other problems due to the stimulation.
- Do not use this device after applying lotion, cream or spray (medical or cosmetic).
- It is not recommendable to use the **Stim+** for more than 20 minutes on the same muscle per session. The number of sessions recommended per day should not exceed two.

SPECIAL HEALTH PRECAUTIONS

- Imperatively consult a doctor before using the appliance in the following cases.
 - Nobody suffering from an acute illness, malignant tumour, infectious disease, cardiac condition;
 - Pregnant women;
 - Nobody with a high fever;

- If you have abnormal blood pressure;
 - If you suffer from abnormal skin or dermatology problems;
 - If you are taking treatment, have suffered an accident or are abnormally sensitive.
 - Nobody who has recently undergone a trauma or surgical operation (within the last 6 months)
- Please do not use this product if you have undergone any surgical organ transplant operation.
 - If your body or skin reacts in an abnormal manner, or if you detect redness or irritation, cease use of the appliance and consult your doctor. Follow the instructions of your doctor.
 - Do not place the electrode on any wound or other physical injury. This could cause infection or aggravate the condition of the injuries.
 - Do not use the appliance near to your heart, above the neck, on the head, mouth or genitals, or near to any areas affected by a skin disorder, etc. Use of the device on these areas could cause an accident or discomfort.

THE BENEFITS OF LOW FREQUENCY TREATMENT:

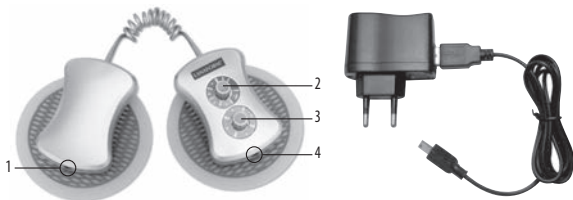
What is a low frequency exactly?

Frequency refers to the number of electrical stimulations per second for the body and is expressed in Hertz (Hz).

A special current constantly circulates within all living objects. The human body is clearly not an exception to this rule. All of the parts of our bodies, including the heart, brain, our muscles, nerves, etc. emit an imperceptible and very weak current, known as bioelectricity. This current plays a key role in the normal functioning of the body.

The low frequency current causes the muscle to contract and relax. When a muscle is relaxed, large quantities of blood are injected. When a muscle contracts, the metabolised blood is expelled. This action encourages the healthy circulation of blood and therefore contraction and relaxation.

DESCRIPTION OF THE APPLIANCE:



1. Charger plug: socket to connect the electrical cable to charge the appliance using the mains supply or USB.
2. Intensity setting knob: turn the switch clockwise to activate the device, the intensity increases on a scale (from 1 to 5) and decreases as you go down the scale, until the device is finally deactivated (OFF position).
3. Mode selection knob: the appliance is programmed with four modes:
 1. Warm-up programme
 2. Beginners programme
 3. Intermediate programme
 4. Advanced programme
4. Connector socket for additional pads (not provided)

METHOD OF USE

First use

1. Prior to the first use, charge the "Stim+" for three hours. The red and green indicator lights light up.
2. When the green indicator lights up, the appliance is fully charged.

Comment: Only charge your battery when completely flat to improve its life cycle.

DIAGRAM OF ELECTRODE POSITIONS

First charge the Stim+.

Warning: Do not forget to remove the protective films from the electrodes prior to the first use.

When using the **Stim+** and when positioning the electrodes, you are recommended to use two electrodes per group of muscles. Electrodes represent positive and negative poles.

We do not recommend placing the two electrodes on either side of your body part. For optimum and safe use, we recommend that you position and connect the electrodes as shown on the diagrams enclosed.



Warning: never apply the electrodes to the head or opposite each other: i.e. do not place the two electrodes on either side of your body part.

GENERAL USE

1. Place the electrodes: Apply the electrodes on the body parts you intend to build up as shown on the diagram.
2. Turn the **Stim+** ON: Turn the intensity knob (knob 2) clockwise from the OFF position. The appliance will start to operate at this point.
3. Select your mode: once you have switched on your **Stim+**, you should select a mode from among the 4 programmes available (warm-up, beginner, intermediate, advanced). Each programme corresponds to the level of the user.
Turn the knob clockwise to select a mode (1 to 4).
4. Set intensity:
Then select the intensity by turning the "Intensity" button clockwise; the intensity increases progressively from 1 to 5.
Turn the intensity knob anti-clockwise; the current will gradually decrease.



We recommend you start with a weak current and increase progressively the first few times you use the appliance. Do not increase the current too rapidly. Once you are used to the stimulation you can increase the intensity progressively.

Always «warm-up» (intensity 1) for a few minutes before each session.

5. Duration of the session: a duration of 20 minutes per session per electrode position is recommended, with one or two sessions per day.

If you wish to modify the position of the adhesive electrode during a session, switch the Intensity knob to the OFF position. You may then reactivate the appliance, to avoid an electric shock.

6. If you wish to stop the session during a treatment, turn the Intensity button to the OFF position, and remove the adhesive electrodes when the appliance is stopped.

MAINTENANCE AND STORAGE

CLEANING

1. Cleaning the main unit:

Use a dry cloth without detergent to remove dirt from the *Stim+*.

2. Cleaning the adhesive sheets

Simply hold the unplugged electrode under clear running water, rinse and rub the adhesive side carefully to remove dust.

3. Storing the adhesive electrodes.

Apply the electrodes to the plastic backing.

STORAGE

- Store the appliance out of the reach of children.
- Do not store the main unit in a location subject to high temperatures, high levels of humidity or direct sunlight. Place it in its box in a dry place.
- Do not dismantle the unit without authorisation; do not drop or knock the main unit.

TROUBLESHOOTING

Breakdown	Checks	Solutions
Low stimulation or the user feels prickling	Check that the electrode is in contact with the skin	Position the adhesive disk of the electrode firmly on the skin
	Check that the surface of the adhesive disk is not dirty	Clean or replace the adhesive disk
	Check that no grease is present on your skin	Clean your skin
The appliance stops its cycle before the end	Check that the battery is charged	Charge the Stim+
The skin treated becomes red, itches or prickles	Check that you are not allergic to the adhesive disk	Check your allergy record for your skin. If your allergic reaction is minor, simply change the position of the adhesive disk or shorten the duration of the treatment. If your allergic reaction is severe, cease all use of the appliance or use anti-allergy medication
Even at maximum intensity, the stimulation is too weak or the user lacks any sensation	Is your skin dirty? Are the electrodes positioned correctly?	Re-use the appliance after cleaning your skin with a wet flannel
The electrodes do not stick anymore		Dip them in water for a few seconds

ADVICE REGARDING THE DISPOSAL OF WASTE

- All the packaging is composed of materials that pose no hazard for the environment and which can be disposed of at your local sorting centre to be used as secondary raw materials. The cardboard may be disposed of in a paper recycling bin. The packaging film must be taken to your local sorting and recycling centre.
- When you have finished using the device, please dispose of it in an environmentally friendly way and in accordance with the law.

LIMITED WARRANTY

LANAFORM® guarantees this product against any material or manufacturing defect for a period of two years from the date of purchase, except in the circumstances described below.

The LANAFORM® guarantee does not cover damage caused as a result of normal wear to this product. In addition, the guarantee covering this LANAFORM® product does not cover damage caused by abusive or inappropriate or incorrect use, accidents, the use of unauthorized accessories, changes made to the product or any other circumstance, of whatever sort, that is outside LANAFORM®'s control.

LANAFORM® may not be held liable for any type of circumstantial, indirect or specific damage.

All implicit guarantees relating to the suitability of the product are limited to a period of two years from the initial date of purchase as long as a copy of the proof of purchase can be supplied.

On receipt, LANAFORM® will repair or replace your appliance at its discretion and will return it to you. The guarantee is only valid through LANAFORM®'s Service Centre®. Any attempt to maintain this product by a person other than LANAFORM®'s Service Centre will render this guarantee void.

INTRODUCTION AU PRODUIT

Nous vous remercions d'avoir choisi le **Stim+** de LANAFORM®, l'équipement de stimulation à basse fréquence.

Le **Stim+** est issu de la nouvelle génération d'appareils à basse fréquence destinés à l'électrostimulation et à la musculation.

FR

VEUILLEZ LIRE TOUTES LES INSTRUCTIONS AVANT D'UTILISER VOTRE « STIM+ », EN PARTICULIER CES QUELQUES CONSIGNES DE SECURITE FONDAMENTALES :

- N'utilisez cet appareil que dans le cadre du mode d'emploi décrit dans ce manuel.
- Cet appareil n'est pas prévu pour être utilisé par des personnes (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou des personnes dénuées d'expérience ou de connaissance, sauf si elles ont pu bénéficier, par l'intermédiaire d'une personne responsable de leur sécurité, d'une surveillance ou d'instructions préalables concernant l'utilisation de l'appareil. Il convient de surveiller les enfants pour s'assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- N'utilisez pas d'accessoires qui ne soient pas recommandés par LANAFORM® ou qui ne soient pas fournis avec cet appareil.
- Si le cordon d'alimentation est endommagé, il doit être remplacé par un cordon spécial ou similaire disponible chez le fournisseur ou son service après-vente.
- N'utilisez pas cet appareil si la prise de courant est endommagée, s'il ne fonctionne pas correctement, s'il est tombé sur le sol, s'il est endommagé ou encore s'il est tombé dans l'eau. Faites alors examiner et réparer l'appareil auprès du fournisseur ou de son service après-vente.
- Débranchez immédiatement un appareil tombé dans l'eau avant de le récupérer.
- Ne transportez pas cet appareil en le portant par son cordon électrique ou n'utilisez pas ce cordon comme poignée.
- Débranchez toujours l'appareil après l'avoir utilisé ou avant de le nettoyer.
- Un appareil électrique ne doit jamais rester branché sans surveillance. Débranchez-le lorsque vous ne l'utilisez pas.
- Éloignez le cordon électrique des surfaces chaudes.
- Ne laissez jamais rien tomber ou n'insérez jamais aucun objet dans l'une des ouvertures d'aération.
- N'utilisez jamais cet appareil avec les ouvertures d'aération obstruées.

- Ne versez jamais aucun liquide dans l'une des ouvertures de ce produit.
- N'utilisez pas cet appareil moins de 2 heures avant et après les repas ou avant d'aller dormir. Car l'effet stimulant du massage pourrait troubler la digestion des aliments ou retarder le sommeil.
- N'utilisez jamais cet appareil de massage pendant votre sommeil.
- N'utilisez jamais cet appareil en contact avec l'eau ou dans un milieu humide. Cela pourrait engendrer un risque de choc électrique.
- Cet appareil convient pour un usage intérieur uniquement.
- N'utilisez jamais cet appareil dans une pièce où des produits aérosols (sprays) sont employés ou dans une pièce où de l'oxygène est administré.
- N'utilisez pas cet appareil sous une couverture ou sous un coussin. Une chaleur excessive peut provoquer un incendie, l'électrocution de la personne ou des blessures.
- Si votre santé vous préoccupe ou si vous suivez un traitement médical, consultez un médecin avant d'utiliser cet appareil.
- Si vous ressentez une douleur quelconque durant l'utilisation de cet appareil, stoppez immédiatement l'usage de celui-ci et consultez votre médecin.
- N'utilisez jamais cet appareil sur une partie du corps qui est gonflée ou enflammée ou en cas d'éruption cutanée.
- N'utilisez pas cet appareil si vous êtes enceinte.
- Ce produit est un appareil de massage non professionnel, destiné exclusivement à un usage familial. N'utilisez pas cet appareil en remplacement de soins médicaux.
- Ne réparez pas vous-même le « Stim + » en cas de dysfonctionnement. Il doit être rapporté chez le fournisseur ou son service après-vente.
- N'utilisez pas l'appareil lorsque vous conduisez. Un accident de circulation et des problèmes pourraient survenir en raison de la stimulation.
- N'utilisez pas cet appareil suite à l'application de lotion, crème ou spray (à caractère médical ou cosmétique).
- Il est déconseillé d'utiliser le stim + pendant plus de 20 minutes sur un même muscle par séance. Le nombre de séances recommandées par jour ne doit pas être supérieur à deux.

PRECAUTIONS PARTICULIÈRES RELATIVES A LA SANTE

- Veuillez, dans les cas suivants, consulter impérativement le médecin avant d'utiliser l'appareil.

- Personne souffrant d'une maladie aiguë ; d'une tumeur maligne ; d'une maladie infectieuse ; d'une maladie cardiaque ;
 - Les femmes enceintes ;
 - Personne fortement fiévreuse ;
 - Personne avec une pression artérielle anormale ;
 - Personne confrontée à un problème de sensibilité cutanée ou de peau anormale ;
 - Autres patients en traitement, ayant subi un accident ou ressentant une sensibilité anormale.
 - Personne ayant subi un traumatisme ou une intervention chirurgicale récente (moins de 6 mois)
- Veuillez ne pas utiliser ce produit si vous avez subi une intervention chirurgicale de transplantation d'un organe quel qu'il soit.
 - Si votre corps ou votre peau réagit anormalement et que vous constatez l'apparition de rougeur ou irritation, veuillez arrêter l'utilisation de l'appareil, consulter votre médecin et conformez-vous à ses instructions.
 - N'appliquez pas l'électrode sur une plaie ou toute autre blessure ou lésion corporelle. Cela pourrait causer des infections ou aggraver l'état des lésions.
 - Abstenez-vous d'utiliser l'appareil à proximité du cœur, au-dessus de la nuque, sur la tête, la bouche ou les organes génitaux, ainsi qu'à proximité de parties affectées par une maladie de la peau, etc. Pareille utilisation pourrait causer un accident ou un malaise général.

INTÉRÊT DES TRAITEMENTS À BASSE FRÉQUENCE :

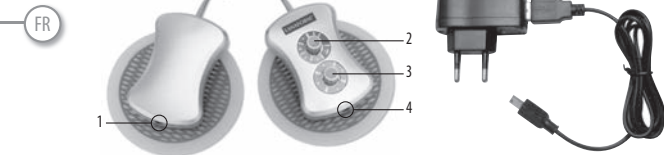
Qu'est-ce que la basse fréquence ?

La fréquence est le nombre de stimulations électriques par seconde pour le corps, exprimée en Hertz (Hz).

Un courant spécial circule en permanence au sein de tout être vivant. Le corps humain ne fait bien évidemment pas exception à cette règle. Toutes les parties de notre corps, dont le cœur, le cerveau, les muscles, les nerfs, etc. émettent un courant imperceptible et très faible, appelé bioélectricité. Il joue un rôle majeur dans le fonctionnement normal de l'organisme.

Le courant basse fréquence entraîne la contraction et le relâchement du muscle. Lorsque le muscle est relâché, le sang est injecté en grande quantité. Lorsqu'il se contracte, le sang métabolisé est expulsé. Cette action favorise la circulation harmonieuse du sang et donc sa contraction et son relâchement.

DESCRIPTION DE L'APPAREIL :



1. Prise pour chargeur: orifice où connecter le câble électrique pour charger sur secteur ou sur USB.
2. Roulette de réglage de l'intensité: tournez l'interrupteur dans le sens des aiguilles d'une montre pour activer l'appareil ; l'intensité augmente en fonction de l'accroissement de l'échelle (de 1 à 5) et se réduit lorsque les valeurs de l'échelle diminuent, jusqu'à ce que finalement, l'appareil soit désactivé (position OFF).
3. Roulette de sélection du mode : l'appareil dispose de quatre modes individuels, à savoir :
 1. Programme d'échauffement
 2. Programme débutant
 3. Programme intermédiaire
 4. Programme avancé
4. Prise de connexion pour pads supplémentaires (non fournis)

MÉTHODE D'UTILISATION

Première Utilisation

1. Avant la première utilisation, faites charger le « **Stim+** » pendant trois heures. Les témoins lumineux, rouge et vert, s'allument.
2. Lorsque le témoin vert s'éteint, cela signifie que le produit est complètement chargé.

Remarque : Pour une meilleure longévité de votre batterie, chargez-la lorsqu'elle est complètement déchargée.

SCHÉMA DE POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES

Chargez au préalable le **Stim+**.

Attention : n'oubliez pas d'enlever les films de protection des électrodes avant la première utilisation.

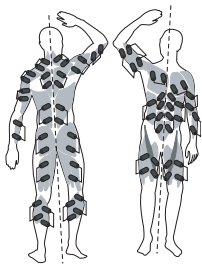
Lors de l'utilisation du **Stim+** et lorsque vous appliquez les électrodes, il est recommandé d'utiliser deux électrodes par groupe musculaire. Ils représentent le pôle positif et négatif. Nous déconseillons aussi l'utilisation des deux pôles de part et d'autre de la ligne médiane du corps. Pour une utilisation optimale et sans danger, nous vous conseillons de répartir et de connecter les électrodes comme indiqué sur les schémas ci-joints.



Attention : Ne jamais appliquer les électrodes ni au niveau de la tête, ni de façon contralatérale (en opposition) : c'est-à-dire ne pas utiliser les deux pôles de part et d'autre de la ligne médiane du corps.

UTILISATION GÉNÉRALE

1. Placez les électrodes : appliquez respectivement les électrodes sur les parties que vous souhaitez faire travailler comme indiqué sur le schéma.
2. Allumez le **Stim+** : tournez le bouton Intensité (bouton 2) depuis la position OFF dans le sens des aiguilles d'une montre. A ce moment, l'appareil est en mode fonctionnement.
3. Sélection du mode : une fois que vous avez allumé votre Stim +, vous devez sélectionner un mode parmi les 4 programmes disponibles (échauffement, débutant, intermédiaire et avancé). Chaque programme correspond au niveau de l'utilisateur. Tournez le bouton dans le sens des aiguilles d'une montre pour choisir votre mode entre 1 et 4.



4. Réglage de l'intensité :

Sélectionnez ensuite l'intensité en tournant le bouton « Intensité » dans le sens des aiguilles d'une montre ; l'intensité augmente progressivement de 1 à 5.

Tournez le bouton « Intensité » dans le sens contraire des aiguilles d'une montre ; l'intensité diminue progressivement.

Lors des premières utilisations, nous vous recommandons de commencer par une intensité faible et d'augmenter l'intensité doucement. Il ne faut pas augmenter l'intensité trop rapidement. Une fois que vous êtes habitué à la stimulation vous pouvez augmenter l'intensité progressivement.

Pratiquez toujours un « échauffement » (intensité 1) pendant quelques minutes lors de chaque entraînement.

5. Durée de l'entraînement : la durée d'utilisation conseillée pour une position est de 20 minutes par séance, une à deux fois par jour.

Si vous souhaitez modifier la position durant l'utilisation, c'est-à-dire modifier la position de l'électrode adhésive, il convient de replacer le bouton « Intensité » en position OFF. Réactivez ensuite l'appareil, afin d'éviter tout choc électrique.

6. Si vous souhaitez arrêter en cours de traitement, remplacez le bouton « Intensité » en position OFF veuillez enlever les électrodes adhésives lorsque l'appareil est arrêté.

ENTRETIEN ET RANGEMENT

NETTOYAGE

1. Nettoyage de l'unité principale :

Utilisez un chiffon sec sans aucun détergent pour enlever les salissures présentées sur le **Stim+**.

2. Nettoyage des feuilles adhésives

Maintenez simplement l'électrode débranchée sous un filet d'eau claire et prenez soin de la rincer et de frotter délicatement la face adhésive afin d'y soustraire les poussières.

3. Rangement de la feuille adhésive.

Appliquez les électrodes sur le support en plastique.

RANGEMENT

- Rangez l'appareil hors de portée des enfants.

- Ne rangez pas l'unité principale à un endroit exposé à des températures élevées, à un taux d'humidité élevé et aux rayons directs du soleil. Placez-la dans sa boîte et dans un endroit sec.

- Ne démontez pas l'unité sans autorisation ; abstenez-vous de faire tomber l'unité principale ou de la heurter violemment.

PANNES DU PRODUIT ET RÉOLUTIONS.

FR

Pannes	Vérifications	Solutions
La stimulation faiblit ou l'utilisateur ressent des picotements	Assurez-vous que l'électrode soit bien en contact avec la peau	Placez le disque adhésif de l'électrode solidement sur la peau
	Vérifiez que la surface du disque adhésif n'ait pas été contaminée	Nettoyez ou remplacez le disque adhésif
	Vérifiez que la surface du corps n'ait pas été enduite de corps gras	Nettoyez la surface du corps
Au cours du traitement, l'appareil interrompt le cycle avant la fin	Assurez-vous de l'état de charge de la batterie	Chargez le Stim+
La peau de la partie en traitement devient rouge, provoque des démangeaisons ou des picotements	Vérifiez que votre peau n'est pas allergique au disque adhésif	Vérifiez et consultez les antécédents d'allergie de votre peau. Si l'allergie est modérée, il vous suffit de changer la position du disque adhésif ou de raccourcir la durée de traitement. Si l'allergie est importante, cessez toute utilisation de l'appareil ou soumettez-vous à un traitement antiallergique
Même après avoir augmenté l'intensité, la stimulation est encore trop faible ou l'utilisateur ne ressent rien	La peau est-elle trop sale ? Le placement des électrodes est-elle correcte ?	Réutilisez l'appareil après nettoyage de la peau au moyen d'un linge humide
Les électrodes ne collent plus		Trempez-les dans l'eau pendant quelques secondes

CONSEILS RELATIFS À L'ÉLIMINATION DES DÉCHETS

- L'emballage est entièrement composé de matériaux sans danger pour l'environnement qui peuvent être déposés auprès du centre de tri de votre commune pour être utilisés comme matières secondaires. Le carton peut être placé dans un bac de collecte papier. Les films d'emballage doivent être remis au centre de tri et de recyclage de votre commune.
- Lorsque vous ne vous servez plus de l'appareil, éliminez-le de manière respectueuse de l'environnement et conformément aux directives légales.

GARANTIE LIMITÉE

LANAFORM® garantit que ce produit est exempt de tout vice de matériau et de fabrication à compter de sa date d'achat et ce pour une période de deux ans, à l'exception des précisions ci-dessous.

La garantie LANAFORM® ne couvre pas les dommages causés suite à une usure normale de ce produit. En outre, la garantie sur ce produit LANAFORM® ne couvre pas les dommages causés à la suite de toute utilisation abusive ou inappropriée ou encore de tout mauvais usage, accident, fixation de tout accessoire non autorisé, modification apportée au produit ou de toute autre condition, de quelle que nature que ce soit, échappant au contrôle de LANAFORM®.

LANAFORM® ne sera pas tenue pour responsable de tout type de dommage accessoire, consécutif ou spécial.

Toutes les garanties implicites d'aptitude du produit sont limitées à une période de deux années à compter de la date d'achat initiale pour autant qu'une copie de la preuve d'achat puisse être présentée.

Dès réception, LANAFORM® réparera ou remplacera, suivant le cas, votre appareil et vous le renverra. La garantie n'est effectuée que par le biais du Centre Service de LANAFORM®. Toute activité d'entretien de ce produit confiée à toute personne autre que le Centre Service de LANAFORM® annule la présente garantie.

KENNISMAKING MET HET PRODUCT

Wij danken u voor de aankoop van de **Stim+** van LANAFORM®, het stimulatietoestel met lage frequentie.

Het **Stim+** is een van de nieuwe generatie toestellen met lage frequentie voor elektrostimulatie en spierontwikkeling.

GELIEVE ALLE INSTRUCTIES TE LEZEN VOORDAT U UW “STIM+” GEBRUIKT EN IN HET BIJZONDER DEZE BELANGRIJKE VEILIGHEIDSVOORSCHRIFTEN:

DU

- Gebruik dit toestel alleen volgens de gebruiksvorschriften in deze handleiding.
- Dit toestel mag niet gebruikt worden door personen (onder wie ook kinderen) met verminderde lichamelijke, zintuiglijke of mentale capaciteiten, of door personen zonder ervaring of kennis, tenzij onder toezicht van of met vooraf gegeven aanwijzingen betreffende het gebruik van het toestel door een persoon die verantwoordelijk is voor hun veiligheid. Let erop dat kinderen niet met het toestel spelen.
- Gebruik geen hulpstukken die niet door LANAFORM® zijn aanbevolen of die niet met het toestel zijn meegeleverd.
- Indien het netsnoer beschadigd is, dient het vervangen te worden door een speciaal of soortgelijk snoer dat beschikbaar is bij de leverancier of de klantenservice.
- Gebruik dit toestel niet als het stopcontact beschadigd is, als het toestel zelf niet goed functioneert, als het toestel op de grond gevallen is, of als het beschadigd of in water gevallen is. Laat een beschadigd toestel altijd controleren en repareren bij de leverancier of de klantenservice alvorens het te gebruiken.
- Haal, voordat u een in het water gevallen toestel eruit haalt, onmiddellijk de stekker uit het stopcontact.
- Houd het toestel niet bij het snoer vast wanneer u het verplaatst. Gebruik dit snoer ook niet als handvat.
- Haal altijd de stekker uit het stopcontact nadat u het toestel heeft gebruikt of voordat u het schoonmaakt.
- Een elektrisch toestel mag nooit in het stopcontact blijven steken als er geen toezicht is. Haal altijd de stekker uit het stopcontact wanneer u het toestel niet gebruikt.
- Houd het snoer uit de buurt van warme oppervlakken.
- Laat nooit iets vallen of steek nooit iets in de luchtopeningen.

- Gebruik dit toestel nooit wanneer de luchtopeningen verstopt zijn.
- Doe nooit vloeistof in de openingen van dit product.
- Gebruik dit toestel niet 2 uur vóór of na de maaltijd of voordat u gaat slapen. Het stimulerende effect van de massage kan de spijsvertering bemoeilijken of ervoor zorgen dat u later in slaap valt.
- Gebruik dit toestel nooit terwijl u slaapt.
- Gebruik dit toestel nooit in contact met water of in een vochtige omgeving. Dit kan een elektrische schok veroorzaken.
- Dit toestel is alleen geschikt om binnen te gebruiken.
- Gebruik dit toestel nooit in een ruimte waar met een spuitbus (spray) is gespoten of in een ruimte die van extra zuurstof is voorzien.
- Gebruik dit toestel niet onder een deken of kussen. Extreme hitte kan zorgen voor brand, elektrocutie van de persoon of voor verwondingen.
- Als u geen goede gezondheid heeft of als u op medische behandeling volgt, dient u eerst een arts te raadplegen alvorens dit toestel te gebruiken.
- Als u pijn voelt terwijl u het toestel gebruikt, stop dan onmiddellijk het gebruik en raadpleeg uw arts.
- Gebruik dit toestel nooit op een deel van het lichaam dat opgezwollen of ontstoken is of wanneer u last hebt van huiduitslag.
- Gebruik dit toestel niet als u zwanger bent.
- Dit product is een massagetoestel dat uitsluitend bedoeld is voor huishoudelijk gebruik en niet voor professioneel gebruik. Gebruik dit toestel niet als vervanger van medische zorg.
- Repareer de "Stim +" niet zelf als deze disfunctioneert. Het toestel dient naar de leverancier of de klantenservice te worden gebracht.
- Gebruik dit toestel niet tijdens het rijden. De stimulatie kan een verkeersongeluk en problemen veroorzaken.
- Gebruik dit toestel niet na het aanbrengen van een lotion, crème of spray (zowel voor medisch als voor cosmetisch gebruik).
- Het wordt afgeraden om de stim + langer dan 20 minuten per sessie op eenzelfde spier te gebruiken. Het aantal aanbevolen sessies per dag is maximaal twee.

SPECIALE VOORZORGEN MET BETREKKING TOT DE GEZONDHEID

- Gelieve in de volgende gevallen uw arts te raadplegen alvorens het toestel te gebruiken.
 - Personen met een acute ontsteking; met een kwaadaardige tumor; met een infectieziekte; met een hartziekte;
 - Zwangere vrouwen;
 - Personen met hoge koorts;
 - Personen met een abnormale bloeddruk;
 - Personen met een gevoelige of afwijkende huid;
 - Andere patiënten onder behandeling die een ongeluk hebben gehad of last hebben van een abnormale overgevoeligheid.
 - Personen die recentelijk een trauma of chirurgische ingreep hebben gehad (minder dan 6 maanden geleden)
- U dient dit product niet te gebruiken als u een chirurgische ingreep hebt ondergaan voor orgaantransplantatie.
- Als uw lichaam of huid abnormaal reageert en als u vaststelt dat deze rood wordt of geïrriteerd raakt, stop dan onmiddellijk het gebruik van het toestel, raadpleeg uw arts en houd u aan zijn aanwijzingen.
- Breng de elektrode niet aan op een wond, verwonding of lichamelijk letsel. Dit kan infecties veroorzaken of het letsel verergeren.
- Gebruik dit toestel niet vlakbij het hart, boven de nek, op het hoofd, de mond en de geslachtsorganen en ook niet vlakbij lichaamsdelen die aangetast zijn door een huidziekte e.d. Een dergelijk gebruik kan een ongeluk of algehele misselijkheid veroorzaken.

VOORDELEN VAN BEHANDELINGEN MET EEN LAGE FREQUENTIE:

Wat is lage frequentie?

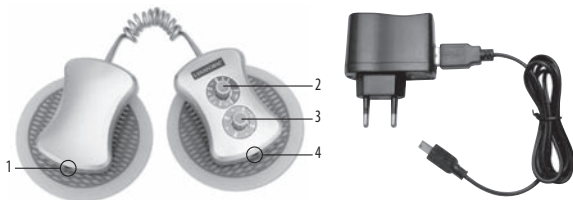
De frequentie is het aantal elektrische stimulaties per seconde voor het lichaam, uitgedrukt in Hertz (Hz).

In elk levend wezen stroomt permanent een speciale stroom. Ook het menselijk lichaam vormt hierop geen uitzondering. Alle delen van ons lichaam, waaronder het hart, de hersenen, de spieren, de zenuwen, etc. geven een onmerkbaar en zeer zwakke stroom af die bio-elektriciteit wordt genoemd. Deze stof speelt een belangrijke rol bij de normale werking van het organisme.

De stroom met lage frequentie zorgt voor de samentrekking en ontspanning van een spier.

Wanneer de spier ontspant, wordt het bloed er in grote hoeveelheden in geïnjecteerd. Wanneer de spier samentrekt, wordt het gemetaboliseerde bloed uitgescheiden. Dit bevordert de harmonieuze bloedsomloop en dus het samentrekken en ontspannen van de spieren.

BESCHRIJVING VAN HET TOESTEL:



1. Aansluiting voor de oplader: opening voor het plaatsen van de elektrische oplaadkabel op stroom of USB.
2. Wieltje om de intensiteit af te stellen: draai de schakelaar met de wijzers van de klok mee om het toestel te activeren; de intensiteit neemt toe naargelang de schaal hoger wordt (van 1 tot 5) en neemt af wanneer de schaalwaarden verminderen, totdat het toestel gedeactiveerd is (OFF-stand).
3. Wieltje om de modus te selecteren: het toestel beschikt over vier afzonderlijke modi, namelijk:
 1. Warming-up programma
 2. Beginnersprogramma
 3. Intermediair programma
 4. Gevorderden programma
4. Verbindingsstekker voor extra aansluitpunten (apart verkocht).

GEbruIKSWIJZE

Eerste Gebruik

1. Laad vóór het eerste gebruik de "Stim+" gedurende drie uur op. Het rode en het groene controlelampje gaan aan.
2. Wanneer het groene controlelampje uitgaat, betekent dit dat het product volledig is opgeladen.

Opmerking: Voor een langere levensduur van uw accu laadt u de accu op wanneer deze helemaal leeg is.

SCHEMA VOOR HET PLAATSEN VAN DE ELEKTRODEN

Laad de **Stim+** van tevoren op.

Let op: haal vóór het eerste gebruik de beschermfilms van de elektroden af.

Bij het gebruik van de **Stim+** en bij het aanbrengen van de elektroden wordt aanbevolen om twee elektroden per spiergroep te gebruiken. Ze vertegenwoordigen de positieve en negatieve pool.

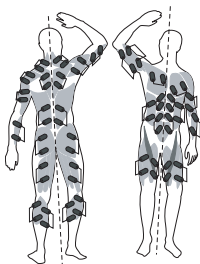
Ook raden wij het gebruik van de twee polen aan weerszijden van de mediaanlijn van het lichaam af. Voor een optimaal gebruik zonder gevaar raden wij u aan om de elektroden te verdelen en aan te sluiten zoals aangegeven op de schema's hiernaast.



Let op: Breng de elektroden niet aan op het hoofd en ook niet contralateraal (aan de tegengestelde zijde): dat wil zeggen, gebruik de twee polen niet aan weerszijden van de mediaanlijn van het lichaam.

ALGEMEEN GEBRUIK

1. Plaats de elektroden: breng vervolgens de elektroden aan op de lichaamsdelen die u wilt laten werken zoals aangegeven op het schema.
2. Zet de **Stim+** aan: draai de intensiteitknop (knop 2) vanaf de OFF-stand met de wijzers van de klok mee. Het toestel is dan in de werkingsmodus.
3. De modus selecteren: na het aanzetten van uw Stim + selecteert u een modus uit de 4 beschikbare programma's (opwarming, beginner, intermediair en geavanceerd). Elk programma komt overeen met het niveau van de gebruiker.
Draai de knop met de wijzers van de klok mee om uw modus van 1 tot 4 te kiezen.



4. De intensiteit instellen:

Selecteer vervolgens de intensiteit door de knop «Intensiteit» met de wijzers van de klok mee te draaien; de intensiteit neemt geleidelijk toe van 1 tot 5. Draai de knop «Intensiteit» tegen de wijzers van de klok in; de intensiteit vermindert geleidelijk aan. Tijdens de eerste keren dat dit product wordt gebruikt, raden wij u aan om met een lage intensiteit te beginnen en deze voorzichtig te verhogen. De intensiteit mag niet te snel worden verhoogd. Wanneer u eenmaal gewend bent aan de stimulatie, kunt u de intensiteit geleidelijk aan verhogen.

Voer tijdens elke sessie altijd een «opwarming» (intensiteit 1) van enkele minuten uit.

5. Duur van de sessie: de aanbevolen gebruiksduur voor een stand is 20 minuten per sessie, een tot twee keer per dag.

Als u de stand tijdens het gebruik wilt wijzigen, dat wil zeggen de stand van de zelfklevende elektrode, moet u de knop «Intensiteit» terug in de OFF-stand zetten. Reactiveer vervolgens het toestel om een elektrische schok te voorkomen.

6. Als u tijdens een sessie wilt stoppen, zet u de knop «Intensiteit» in de OFF-stand terug. U dient de zelfklevende elektroden eraf te halen als het toestel is stopgezet.

ONDERHOUD EN OPBERGEN

REINIGING

1. Reiniging van de hoofdunit:

Gebruik een droge doek zonder reinigingsmiddel om het vuil van de **Stim+** te verwijderen.

2. Reiniging van de zelfklevende vellen

Houd de niet meer op de stroom aangesloten elektrode onder helder stromend water, spoel deze zorgvuldig af en wrijf voorzichtig over de zelfklevende kant om de stofdeeltjes eraf te halen.

3. Het zelfklevende vel opbergen.

Breng de elektroden aan op de kunststoffen steun.

OPBERGEN

- Berg het toestel buiten het bereik van kinderen op.
- Berg de hoofdunit niet op een plaats op met een hoge temperatuur en/of een hoge vochtigheidsgraad en stel de hoofdunit ook niet bloot aan zon. Berg deze in de doos op een droge plaats op.
- Haal de unit niet zonder toestemming uit elkaar; laat de unit niet vallen en stoot de unit ook niet op bruuske wijze tegen iets aan.

PRODUCTPROBLEMEN EN OPLOSSINGEN.

Problemen	Verificaties	Oplossing
De stimulatie neemt af of de gebruiker heeft last van een kriebelend gevoel	Zorg ervoor dat de elektrode goed op de huid zit	Plaats de zelfklevende schijf van de elektrode stevig op de huid
	Verifieer of de oppervlakte van de zelfklevende schijf niet verontreinigd is	Reinig of vervang de zelfklevende schijf
	Verifieer of er geen vet is op het oppervlak van het lichaam	Reinig het lichaamsoppervlak
Tijdens de behandeling onderbreekt het toestel de cyclus vóór het einde	Controleer de ladingstoestand van de accu	Laad de Stim+ op
De huid van het behandelde lichaamsdeel wordt rood, jeukt of voelt kriebelig aan	Verifieer of uw huid allergisch is voor de zelfklevende schijf	Verifieer en raadpleeg uw huidallergieantecedenten. Als er sprake is van een lichte allergie, hoeft u slechts de stand van de zelfklevende schijf te veranderen of de duur van de behandeling in te korten. Als er sprake is van een hoge mate van allergie, dient u het gebruik van dit toestel te staken of een anti-allergiebehandeling te ondergaan
Zelfs nadat de intensiteit is verhoogd, is de stimulatie te zwak of voelt de gebruiker niets	Is de huid te vuil? Zijn de elektroden op de juiste wijze geplaatst?	Gebruik het toestel nadat u de huid met een vochtige doek hebt gereinigd
De elektroden kleven niet meer		Dep ze enkele seconden onder in water

ADVIES OVER AFVALVERWIJDERING

- De verpakking is volledig samengesteld uit milieuvriendelijke materialen die afgeleverd kunnen worden in het sorteercentrum van uw gemeente om gebruikt te worden als secundaire materialen. Het karton mag in een inzamelingscontainer voor papier geplaatst worden. De verpakkingsfolie kan ingeleverd worden bij het sorteer- en recyclagecentrum van uw gemeente.
- Wanneer u het toestel niet langer gebruikt, dient u dit op milieuvriendelijke wijze en overeenkomstig de wettelijke richtlijnen te verwijderen.

BEPERKTE GARANTIE

LANAFORM® garandeert dat dit product geen onderdelen met gebreken en fabricagefouten bevat voor een periode van twee jaar vanaf de aankoopdatum, met uitzondering van de onderstaande gevallen.

LANAFORM® dekt geen schade veroorzaakt door een normale slijtage van dit product.

Deze garantie op een product van LANAFORM® dekt geen schade, veroorzaakt door een slecht of verkeerd gebruik van het toestel, een ongeluk, het bevestigen van niet-toegestane toebehoren, het aanpassen van het product of om het even welke andere omstandigheid, van welke aard ook, waar LANAFORM® geen controle over heeft.

LANAFORM® kan niet aansprakelijk worden gesteld voor gevolgschade, niet-rechtstreekse schade of specifieke schade van welke aard ook.

Alle garanties die impliciet te maken hebben met de geschiktheid van het product zijn beperkt tot een periode van twee jaar, te rekenen vanaf de oorspronkelijke aankoopdatum in zover een aankoopbewijs voorgelegd kan worden.

Na ontvangst zal LANAFORM® het toestel herstellen of vervangen, naargelang het geval, en zal het u nadien ook terugsturen. De garantie wordt enkel uitgeoefend via het LANAFORM® Service Center. Elke onderhoudsactiviteit op dit product die wordt toevertrouwd aan elke andere persoon dan iemand van het LANAFORM® Service Center annuleert deze garantie.

UVOD U PROIZVOD

Hvala vam na kupnji uređaja **Stim+** tvrtke LANAFORM®, stimilirajući sustav niske frekvencije. Stim + je dio nove generacije niskofrekventnih uređaja namijenjenih za elektrostimulaciju i izgradnju mišića.

MOLIMO, PROČITAJTE SVE UPUTE PRIJE UPORABE VAŠEG «STIM+-a», POSEBNO OVIH NEKOLIKO OSNOVNIH UPUTA O SIGURNOSTI:

- Koristite uređaj samo u svrhe opisane u ovom priručniku.
- Ovaj uređaj nije namijenjen za uporabu od osoba (uključujući djecu) čije su fizičke, osjetilne ili mentalne sposobnosti narušene, ili od osoba koje nemaju iskustva ili znanja osim ako nisu pod nadzorom ili upoznate s uporabom uređaja od osobe odgovorne za njihovu sigurnost. Djecu treba nadzirati kako se ne bi igrala s uređajem.
- Molimo, ne koristite dodatnu opremu koju ne preporučuje LANAFORM® ili koja nije isporučena s ovim uređajem.
- Ako je kabel za napajanje oštećen, morate ga zamijeniti posebnim ili sličnim kabelom koji možete nabaviti od dobavljača ili postprodajnog odjela.
- Ne koristite uređaj ako je oštećen kabel, ako ne radi pravilno, ako je ispušten ili oštećen ili ako je pao u vodu. U tom slučaju, uređaj treba pregledati i popraviti dobavljač ili njegov postprodajni odjel.
- Ako bi uređaj pao u vodu, odmah ga isključite iz struje prije nego posegnete za njim.
- Ne prenosite ovaj uređaj noseći ga za kabel niti ne koristite kabel kao dršku.
- Uvijek isključite uređaj iz napajanje nakon uporabe ili prije čišćenja.
- Električni uređaj nikada ne treba ostaviti uključen u struju i bez nadzora. Ako ga ne koristite, isključite ga iz struje.
- Držite električni kabel daleko od vrućih površina.
- Nikada ne dopustite da drugi predmeti padnu na uređaj i nikada ne umećete dijelove u otvore.
- Nikada ne koristite ovaj uređaj ako su rupe za ventilaciju zaklonjene (začepljene).
- Nikada ne ulijevajte tekućinu u otvore ovog proizvoda.
- Ne koristite ovaj proizvod unutar 2 sata prije ili nakon jela ili prije odlaska na počinak. Budući da bi stimilirajući učinak masaže mogao poremetiti probavu hrane ili odgoditi početak sna.
- Ne koristite ovaj masažer dok spavate.

- Ovaj uređaj nikada ne koristite u kontaktu s vodom ili na vlažnom mjestu. To bi moglo rezultirati rizikom strujnog udara.
- Ovaj je uređaj prikladan samo za upotrebu u unutrašnjih prostorijama.
- Nikada ne upotrebljavajte ovaj uređaj u prostoriji u kojoj se upotrebljavaju aerosoli (sredstva za raspršivanje) ili u kojoj se daje kisik.
- Ne koristite ovaj uređaj ispod poklopca ili jastuka. Prekomjerna toplina može uzrokovati požar, električni udar ili druge ozljede.
- Ako ste zabrinuti za svoje zdravlje ili ako ste pod medicinskim tretmanom, prije upotrebe ovog uređaja konzultirajte se s liječnikom.
- Osjećate li bol pri uporabi ovog uređaja, prestanite ga koristiti i posavjetujte se sa vašim liječnikom.
- Nikada ne koristite ovaj uređaj na dijelu tijela koje je natečeno ili upaljeno ili u slučaju kožnog osipa.
- Ne upotrebljavajte uređaj ako ste trudni.
- Ovaj je uređaj neprofesionalni uređaj za masažu, namijenjen isključivo za kućnu upotrebu. Ne koristite ovaj uređaj kao zamjenu za pravilnu medicinsku njegu.
- Dogodi li se kvar, molimo ne pokušavajte sami popraviti «Stim +». Potrebno ga je vratiti dobavljaču ili odjelu za brigu o reklamacijama.
- Ne koristite uređaj u vožnji. To može uzrokovati prometnu nesreću ili druge probleme uslijed stimulacije.
- Ne koristite uređaj nakon nanošenja losiona, kreme ili spreja (medicinskih ili kozmetičkih).
- Ne preporuča se koristiti **Stim+** više od 20 minuta na istom mišiću po tretmanu. Preporučeni broj tretmana u danu ne bi smio prelaziti dva tretmana.

POSEBNE ZDRAVSTVENE PREDOSTROŽNOSTI

- Posavjetujte se sa liječnikom prije uporabe uređaja u sljedećim slučajevima:
 - Nitko tko pati od akutne bolesti, malignog tumora, zarazne bolesti, problema sa srcem;
 - Trudnice
 - Nitko s visokom tjelesnom temperaturom;
 - Ako vam je krvni tlak izvan normalnih okvira.

- Ako patite od neuobičajenih kožnih ili dermatoloških problema.
- Ako se liječite, pretrpjeli ste nesreću ili ste iznimno osjetljivi.
- Nitko tko je nedavno bio podvrgnut kirurškoj operaciji ili traumi (unutar posljednjih 6 mjeseci)
- Molimo ne koristite ovaj proizvod ako ste bili podvrgnuti bilo kojoj kirurškoj transplantaciji organa.
- Ako vaše tijelo ili koža reagira na neuobičajen način ili ako primjetite crvenilo ili iritaciju, prekinite s uporabom uređaja i posavjetujte se s vašim liječnikom. Slijedite upute vašeg liječnika.
- Ne postavljajte elektrodu na ranu ili drugu tjelesnu ozljedu. To bi moglo uzrokovati infekciju ili pogoršati stanje ozljede.
- Ne koristite uređaj u blizini vašeg srca, iznad vrata, na glavi, ustima ili genitalijama, ili u blizini područja zahvaćenog kožnim poremećajem, itd. Uporaba uređaja na ovim područjima može prouzrokovati nesreću ili nelagodu.

DOBROBITI TRETMANA S NISKOM FREKVENCIJOM

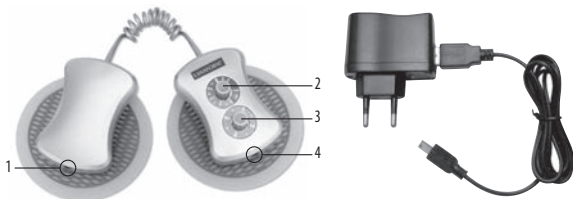
Što je niska frekvencija?

Frekvencija se odnosi na broj električnih stimulacija u sekundi za tijelo i izražena je u hercima (Hz).

Posebna struja neprekidno cirkulira u svim živim stvarima. Jasno je da ljudsko tijelo nije iznimka ovom pravilu. Svi dijelovi našega tijela, uključujući srce, mozak, naše mišiće, živce, itd., emitiraju neprimjetnu i vrlo slabu struju, poznatiju kao bioelektricitet. Ova struja igra ključnu ulogu u normalnom funkcioniranju tijela.

Struja niske frekvencije uzrokuje kontrakciju i opuštanje mišića. Kada je mišić opušten, ubrzavaju se velike količine krvi. Pri kontrakciji mišića, izmijenjena krv se izbacuje. Ovaj postupak potiče zdravo cirkuliranje krvi a time i kontrakciju i opuštanje.

OPIS UREĐAJA:



CR

1. Punjač: priključite za spajanje električnog kabela za punjenje uređaja pomoću glavnog napajanja ili USB-a.
2. Dugme za podešavanje snage: okrenite prekidač u smjeru kazaljke na satu da biste aktivirali uređaj, snaga se povećava na ljestvici (od 1 do 5) i smanjuje kako se spuštate na ljestvici, sve dok se uređaj konačno ne deaktivira (OFF položaj).
3. Ručica za odabir načina: uređaj je programiran s četiri načina:
 1. Program za zagrijavanje
 2. Početnički program
 3. Srednji program
 4. Napredni program
4. Utičnica za dodatne jastučiće (nije priloženo)

METODA KORIŠTENJA

Prva uporaba

1. Prije prve upotrebe, napunite "Stim+" tri sata. Crvena i zelena lampica se uključe.
2. Kada se uključi zeleni indikator, uređaj je potpuno napunjen.

Komentar: Za produljenje radnog vijeka baterije, punite je samo kada je potpuno ispražnjena.

SHEMA POLOŽAJA ELEKTRODA

Najprije napunite **Stim+**.

Upozorenje: Ne zaboravite s elektroda prije prvog korištenja ukloniti zaštitne tanke prevlake. Pri uporabi uređaja **Stim+** i prilikom postavljanja elektroda, preporučujemo da koristite dvije

electrode po mišićnoj skupini. Elektrode predstavljaju pozitivne i negativne polove.

Ne preporučujemo postavljanje dvije elektrode sa strana vaših dijelova tijela. Za optimalni i sigurnu uporabu, preporučujemo da postavite i spojite elektrode kao što je prikazano na priloženim shemama.

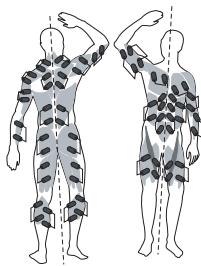


Upozorenje: nikada ne stavljajte elektrode na glavu ili jedne nasuprot druge: tj. ne postavljajte dvije elektrode sa strana vaših dijelova tijela.

CR

OPĆEA UPORABA

1. Postavite elektrode: Nanesite elektrode na dijelove tijela koje namjeravate izgraditi kako što je prikazano na shemi.
2. Uključite **Stim+**: Okrenite dugme za podešavanje snage (dugme 2) u smjeru kazaljke na satu iz položaja OFF (isključeno). Uređaj počinje s radom na ovom mjestu.
3. Odaberite vaš naèin: Jednom kada ste uključili svoj **Stim+**, potrebno je izabrati naèin rada između 4 dostupna programa (zagrijavanje, početnièki, srednji, napredni). Svaki program odgovara razini korisnika. Okrenite ruèicu u smjeru kazaljke na satu za odabir naèina (1 do 4).
4. Namjestite jaèinu:



Tada izaberite snagu okretanjem dugmeta «Intensity» (snaga, intenzitet) u smjeru kazaljke na satu; snaga se progresivno povećava od 1 do 5.

Okrenite ruèicu za jaèinu u suprotnom smjeru od kazaljke na satu; struja postupno opada.

Preporučujemo vam da poènete sa slabom strujom i progresivno poveæate prvih nekoliko puta korištenja ureðaja. Ne poveæavajte struju prebrzo. Èim se naviknete na stimulaciju, moæete progresivno poveæati snagu.

Uvijek provedite «zagrijavanje» (jaèina 1) nekoliko minuta prije svake sesije.

5. Trajanje sesije: Preporučuje se trajanje od 20 minuta po sesiji po položaju elektrode, s jednom ili dvije sesije dnevno.

Želite li promijeniti položaj adhezivne elektrode za vrijeme tretmana, prebacite dugme za podešavanje snage u položaj OFF (isključeno). Zatim možete ponovo aktivirati uređaj kako biste izbjegli električni udar.

6. Želite li zaustaviti sesiju za vrijeme tretmana, okrenite gumb za jačinu u položaj ISKLJUČENO i uklonite adhezivne elektrode po zaustavljanju uređaja.

ODRŽAVANJE I ODLAGANJE

ČIŠĆENJE

1. Čišćenje glavnog uređaja:

Da biste uklonili prljavštinu sa **Stim+**, koristite suhu krpu bez deterdženta.

2. Čišćenje adhezivnih elektroda

Jednostavno držite isključenu elektrodu pod mlazom tekuće vode, isperite i pažljivo istrljajte adhezivnu stranu kako biste uklonili prašinu.

3. Odlaganje adhezivnih elektroda.

Stavite elektrode na plastičnu podlogu.

ODLAGANJE

- Odložite uređaj van domašaja djece.

- Ne odlažite glavni uređaj na mjesto koje je podložno visokim temperaturama, visokim razinama vlažnosti ili direktnoj sunčevoj svjetlosti. Postavite ju u njezinu kutiju na suhom mjestu.

- Ne rastavljajte uređaj bez odobrenja; nemojte ispuštati ili snažno udarati glavni uređaj.

RJEŠAVANJE POTEŠKOĆA

KVAR	PROVJERE	RJEŠENJA
Slaba stimulacija ili korisnik osjeća peckanje	Provjerite da li je elektroda u kontaktu sa kožom	Prvo namjestite adhezivni disk elektrode na kožu
	Provjerite da površina adhezivnog diska nije prljava	Očistite ili zamijenite adhezivni disk
	Provjerite da nema masti na vašoj koži	Očistite vašu kožu

Uređaj zaustavlja svoj ciklus prije kraja	Provjerite napunjenost baterije	Napunite Stim+
Tretirana koža je crvena, svrbi ili pecka	Provjerite da niste alergični na adhezivni disk	Provjerite bilješke o vašim alergijama kože. Ako je vaša alergijska reakcija manja, promijenite položaj adhezivnog diska ili skratite trajanje tretmana. Ako je vaša alergijska reakcija ozbiljna, prekinite s korištenjem uređaja ili anti-alergijskog liječenja
Čak i pri maksimalnoj jačini, stimulacija je preslaba ili korisnik ništa ne osjeća.	Da li vam je koža prljava? Jesu li elektrode pravilno postavljene?	Ponovo koristite uređaj nakon čišćenja vaše kože s vlažnim ručnikom.
Elektrode se više ne lijepe		Umočite ih u vodu nekoliko sekunda

SAVJETI O UKLANJANJU OTPADA

- Ambalaža se u potpunosti sastoji od materijala koji nisu opasni po okoliš i mogu se predati u sabirni centar u Vašoj općini kako bi se upotrijebili kao sekundarni materijali. Karton se može baciti u kontejner za skupljanje papira. Ambalažnu foliju potrebno je predati sabirnom i reciklažnom centru u Vašoj općini.
- Kada više nećete upotrebljavati aparat, zbrinite ga neškodljivo po okoliš i u skladu sa zakonskim odredbama.

OGRANIČENO JAMSTVO

LANAFORM® jamči da ovaj proizvod nema nikakve greške u materijalu ni proizvodne greške za razdoblje od dvije godine od datuma kupnje proizvoda, osim u niže navedenim slučajevima.

Jamstvo tvrtke LANAFORM® ne pokriva štete nastale uslijed normalnog habanja ovog proizvoda. Osim toga, ovo jamstvo na ovaj proizvod tvrtke LANAFORM® ne pokriva štete nastale uslijed pretjeranog ili nepravilnog korištenja, nesreće, nadogradnje nedopuštenih nastavaka, neovlaštene modifikacije proizvoda ili u bilo kojim situacijama neovisnim od volje LANAFORM®. Tvrtka LANAFORM® ne može se smatrati odgovornom za bilo kakvo posljedično ili posebno oštećivanje nastavaka.

Sva jamstva koja se odnose na sposobnost proizvoda ograničena su na razdoblje od dvije godine od početnog datuma kupnje samo uz predočenje kopije dokaza o kupnji.

Po prijemu, tvrtka LANAFORM® će, ovisno o Vašem slučaju, popraviti ili zamijeniti uređaj i vratiti ga. Jamstvo se ostvaruje putem servisnog centra tvrtke LANAFORM®. Bilo kakva radnja održavanja ovog proizvoda povjerena nekoj drugoj osobi osim Servisnom centru tvrtke LANAFORM® poništava ovo jamstvo.

UVOD V IZDELEK

Hvala, ker ste kupili **Stim+** podjetja LANAFORM®, nizkofrekvenčni stimulacijski sistem.

Stim + je del nove generacije nizkofrekvenčnih naprav, namenjenih elektro-stimulaciji in oblikovanju mišic.

PRED UPORABO NAPRAVE «STIM+» PREBERITE VSA NAVODILA, ŠE POSEBEJ TEH NEKAJ OSNOVNIH VARNOSTNIH NAVODIL:

- To napravo uporabljajte samo v namene, ki so opisani v tem priročniku.
- Naprave ne smeje uporabljati osebe (vključno z otroki), ki imajo zmanjšane fizične, čutne ali umske zmožnosti, ali osebe, ki nimajo ustreznih izkušenj ali znanja, razen če jim oseba, ki je odgovorna za varnost, zagotovi nadzor ali predhodna navodila glede rabe naprave. Otroci morajo biti pod nadzorom, da se ne igrajo z napravo.
- Prosimo, da ne uporabljate pripomočkov, ki jih ne priporoča LANAFORM® ali ki jih niste prejeli skupaj s to napravo.
- Če se poškoduje električni kabel, ga morate zamenjati s posebnim ali podobnim električnim kablom, ki ga dobite pri dobavitelju ali pri oddelku za poprodajne storitve.
- Naprave ne uporabljajte, če je vtič poškodovan, ne deluje pravilno, je padel na tla, se je poškodoval ali če je padel v vodo. V takšnem primeru naj napravo pregleda in popravi dobavitelj ali njihov poprodajni oddelek.
- Če naprava pade v vodo, izklopite njeno napajanje, preden jo vzamete iz vode.
- Naprave ne prenašajte in ne uporabljajte tako, da držite njen napajalni kabel.
- Napravo morate pred čiščenjem vedno izključiti iz električnega omrežja.
- Električne naprave ne smete pustiti priključene brez nadzora. Če naprave ne uporabljate, jo izključite iz električnega omrežja.
- Napajalni kabel naj se ne dotika vročih površin.
- V zračnik ne vstavljajte ničesar in ne dovolite, da kaj pade vanj.
- Če so odprtine za zračenje blokirane, ne uporabljajte naprave.
- V odprtine tega izdelka ne vlivajte tekočin.
- Naprave ne uporabljajte manj kot 2 uri pred ali po obroku ali pred spanjem. Stimulacijski učinek masaže lahko namreč zmoti prebavo hrane ali zamakne začetek spanca.
- Masažne naprave ne uporabljajte med spanjem.

SN

- Naprave nikoli ne uporabljajte, ko ste v stiku z vodo ali ko ste na vlažnem mestu. To lahko povzroči nevarnost električnega udara.
- Naprava je namenjena samo notranji uporabi.
- Te naprave nikdar ne uporabljajte v prostoru, kjer se uporabljajo aerosolna razpršila ali pa se dovaja kisik.
- Te naprave ne uporabljajte pod prevleko, odejo ali blazino. Prekomerna vročina lahko povzroči požar, smrt zaradi električnega udara ali druge poškodbe.
- Če ste zaskrbljeni glede svojega zdravja ali če se trenutno zdravite, se pred uporabo tega izdelka posvetujte z zdravnikom.
- Če med uporabo te naprave začutite bolečino, takoj prenehajte z njeno uporabo in se posvetujte z zdravnikom.
- Te naprave nikoli ne uporabljajte na delu telesa, ki je zatečen, razdražen ali če imate izpuščaj na koži.
- Ne uporabljajte te naprave, če ste noseči.
- Ta izdelek ni profesionalna masažna naprava in je namenjena samo za domačo rabo. Ta naprava ni nadomestek za ustrezno medicinsko nego.
- Če pride do okvare naprave «Stim +», je ne poskušajte popraviti sami. Vrniti jo morate dobavitelju ali prodajnemu oddelku.
- Naprave ne uporabljajte med vožnjo. To lahko povzroči nesrečo ali druge težave zaradi stimulacije.
- Naprave ne uporabljajte po nanosu losjona, kreme ali spreja (medicinskega ali kozmetičnega).
- Več kot 20-minutna uporaba naprave **Stim+** na eni mišici v isti vadbi ni priporočena. Število priporočenih dnevni vadb naj ne presega dveh vadb.

POSEBNA ZDRAVSTVENA OPOZORILA

- V naslednjih primerih se posvetujte z zdravnikom, preden uporabite napravo:
 - Nihče, ki je zbolel za akutno boleznijo, malignim tumorjem, nalezljivo boleznijo, boleznijo srca;
 - Nosečnice;
 - Nihče z visoko vročino;

- če imate abnormalen krvni tlak;
 - če imate abnormavno kožo ali pa dermatološke težave;
 - če se zdravite, ste bili udeleženi v nesreči ali pa ste abnormavno občutljivi.
 - Nihče, ki je pred kratkim preстал travmo ali kirurško operacijo (v roku zadnjih 6 mesecev).
- Prosimo, da tega izdelka ne uporabljate, če ste prestali kakršnokoli kirurško presaditev organov.
 - Če se vaše telo ali koža odzove nenormalno ali če zaznate rdečico ali razdraženost, prenehajte uporabljati napravo in se posvetujte z zdravnikom. Sledite navodilom vašega zdravnika.
 - Elektrode ne postavite na rano ali drugo fizično poškodbo. To lahko povzroči vnetje ali poslabša stanje poškodb.
 - Naprave ne uporabljajte blizu srca, nad vratom, na glavi, ustih ali genitalijah, ali blizu območij, kjer imate kožne bolezni. Uporaba naprave na teh območjih lahko povzroči nesrečo ali nelagodje.

PREDNOSTI NIZKOFREKVENČNE TERAPIJE:

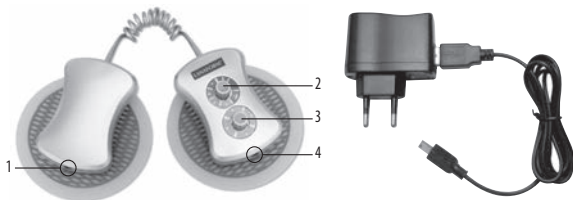
Kaj je nizka frekvenca?

Frekvenca se nanaša na število električnih stimulacij na sekundo za telo in je izražena v hercih (Hz).

V vseh živečih organizmih kroži določen tok. Človeško telo tu ni izjema. Vsi deli naših teles, vključno s srcem, možgani, našimi mišicami, živci itd. oddajajo skoraj nezaznaven in zelo šibak tok, ki je znan tudi kot bioelektrika. Ta tok igra ključno vlogo v normalnem funkcioniranju telesa.

Nizkofrekvenčni tok povzroči krčenje in sproščanje mišic. Ko so mišice sproščene, vanje pridejo velike količine krvi. Ko se mišice skrčijo, je metabolizirana kri iztisnjena iz njih. To dejanje spodbuja zdravo kroženje krvi in s tem krčenje in sproščanje.

OPIS NAPRAVE:



1. Polnilni vtič: Vtič za priključek električnega kabla za napajanje naprave z napajalnikom ali USB.
2. Gumb za nastavitev intenzivnosti: gumb zavrtite desno za vklop naprave, intenzivnost se povečuje, ko se pomikate po lestvici navzgor (od 1 do 5), in se zmanjšuje, ko se pomikate po lestvici navzdol, na koncu pa se naprava ugasne (položaj IZKLOP).
3. Gumb za izbiro načina: Naprava je programirana za štiri načine:
 1. Program za ogrevanje
 2. Program za začetnike
 3. Vmesni program
 4. Napredni program
4. Vtič za priključke dodatnih blazinic (ni priložen)

UPORABA

Prva raba

1. Pred prvo uporabo polnite "Stim+" tri ure. Prižge se rdeča in zelena indikatorska lučka.
2. Ko se prižge zelena indikatorska lučka, je naprava popolnoma napolnjena.

Komentar: Baterijo polnite samo, kadar je popolnoma izpraznjena, da izboljšate njen življenjski cikel.

DIAGRAM POLOŽAJA ELEKTROD

Prvo polnjenje izdelka **Stim+**.

Opozorilo: Pred prvo uporabo ne pozabite odstraniti zaščitnega filma z elektrod.

Ko uporabljate **Stim+** in ko postavljate elektrode, je priporočeno, da uporabite po dve elektrodi na mišično skupino. Elektrode predstavljajo pozitivne in negativne pole.

Ne priporočamo, da postavite elektrode na vsako stran dela telesa. Za optimalno in varno rabo priporočamo, da postavite in priključite elektrode, kot je prikazano na diagramih.

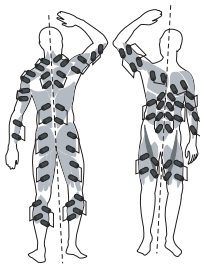


Opozorilo: elektrod nikdar ne namestite na glavo ali eno nasproti druge: ne postavite elektrod na vsako stran dela telesa.

SN

SPLOŠNA RABA

1. Postavite elektrode: Postavite elektrode na dele telesa, ki jih želite razviti, kot je prikazano na diagramu.
2. Vključite **Stim+** ON: Gumb za intenziteto (gumb 2) zavrtite v smeri urinega kazalca iz položaja IZKLOP. Naprava bo zdaj začela delovati.
3. Izberite svoj način: Ko vključite napravo **Stim+**, morate izbrati enega od 4 programov, ki so na voljo (ogrevalni, začetni, vmesni, napredni). Vsak program ustreza ravni uporabnika.
Obrnite gumb v smeri urinega kazalca, da izberete način (1 do 4).
4. Nastavite intenziteto:
Nato izberite intenzivnost tako, da gumb "Intenzivnost" obrnete v smeri urinega kazalca; intenzivnost se postopoma povečuje od 1 do 5.
Obrnite gumb za intenziteto v nasprotni smeri urinega kazalca, da zmanjšate tok.



Priporočamo, da začnete s šibkim tokom in ga progresivno povečujete prvič nekajkrat, ko uporabljate napravo. Toka ne povečujte prehitro. Ko se navadite na stimulacijo, lahko intenzivnost postopoma povečujete.

Vedno se ogrevajte (intenziteta 1) nekaj minut pred vsako seanso.

5. Trajanje seanse: Priporočeno je trajanje 20 minut na seanso na položaj elektrode, z eno ali dvema seansama na dan.

Če želite med vadbo spremeniti položaj samolepilne elektrode, gumb intenzivnosti preklopite v položaj IZKLOP. Nato lahko ponovno aktivirate napravo, da se izognete električnemu šoku.

6. Če želite ustaviti terapijo, obrnite gumb za intenziteto na OFF in odstranite elektrode, ko se naprava zaustavi.

VZDRŽEVANJE IN SHRANJEVANJE

ČIŠČENJE

1. Čiščenje glavne enote:

Nečistočo lahko z naprave **Stim+** odstranite s suho krpo brez detergenta.

2. Čiščenje samolepilnih lističev

Odklopljene elektrode postavite pod tekočo vodo, jih izperite in previdno podrgnite lepilno stran, da odstranite prah.

3. Shranjevanje elektrod.

Elektrode prilepite na plastično podlago.

SHRANJEVANJE

- Napravo vedno shranjujte izven dosega otrok.
- Ne shranjujte glavne enote na lokaciji z visokimi temperaturami, visoko vlažnostjo ali neposredno sončno svetlobo. Izdelek dajte v škatlo in jo shranite v suhem prostoru.
- Ne razstavljajte enote brez pooblastila in ne spuščajte ali udarjajte glavne enote.

ODPRAVLJANJE TEŽAV

NAPAKA	PREVERBE	REŠITEV
Nizka stimulacija ali pa uporabnik čuti zbadanje	Preverite, da je elektroda v stiku s kožo	Postavite adhezivni disk elektrode na kožo
	Preverite, da površina adhezivnega diska ni umazana	Zamenjajte ali očistite adhezivni disk
	Preverite, da na koži ni masti	Očistite kožo
Naprava zaustavi svoj cikel pred koncem	Preverite, ali je baterija napolnjena	Polnjenje Stim+
Koža postane rdeča, srbi ali pika	Preverite, da niste alergični na adhezivni disk	Preverite svojo anamnezo glede alergij. Če je vaša alergična reakcija blažja, preprosto spremenite položaj adhezivnega diska ali pa skrajšajte obravnavo. Če je alergična reakcija močna, prenehajte uporabljati napravo ali pa uporabite zdravila proti alergijam
Celo pri maksimalni intenziteti je stimulacija šibka ali pa uporabnik ne čuti nič	Je vaša koža umazana? So elektrode pravilno postavljene?	Očistite kožo z mokro brisačo, nato pa ponovno uporabite napravo
Elektrode ne držijo več		Za nekaj sekund jih pomočite v vodo



PRIPADAJOČI NASVETI ZA ODSTRANJEVANJE ODPADKOV

- Embalaža je v celoti sestavljena iz materialov, ki niso nevarni okolju i n ki jih lahko odlagate kot sekundarne materiale v vašem komunalnem centru za sortiranje. Karton lahko odložite v zbiralni zabojnik za papir. Ovojne folije je treba odlagati v vašem komunalnem centru za sortiranje in recikliranje.
- Ko ne boste več uporabljali aparata, ga odstranite na okolju ustrezen način in v skladu z zakonskimi predpisi.

OMEJENA GARANCIJA

LANAFORM® jamči, da ta izdelek nima nobene napake v materialu in izdelavi, in sicer od datuma nakupa dalje za obdobje dveh let, z izjemo spodaj navedenih primerov.

Garancija LANAFORM® ne krije škode, ki bi nastala zaradi normalne obrabe tega izdelka. Poleg tega garancija za ta LANAFORM®-ov izdelek ne krije škode, ki je posledica kakršnekoli zlonamerne ali nepravilne uporabe, nezgode, namestitve neodobrene dodatne opreme, modifikacije izdelka ali kakršnekoli druge situacije, na katero LANAFORM® ne more vplivati.

LANAFORM® ne bo odgovarjal za kakršnokoli vrsto naključne, posledične ali posebne škode.

Vse implicitne garancije za ustreznost izdelka so omejene na obdobje dveh let od datuma prvega nakupa, v kolikor je mogoče predložiti kopijo dokazila o nakupu.

Po sprejemu bo LANAFORM® popravil ali zamenjal vaš aparat, odvisno od primera, in vam ga poslal nazaj. Garancija se izpolni samo preko servisnega centra LANAFORM®. V primeru, da je kakršnokoli vzdrževanje tega izdelka izvajala katerakoli druga oseba, ne pa servisni center LANAFORM®, se ta garancija izniči.

SA LANAFORM NV

**Zoning de Cornémont
rue de la Légende. 55
B-4141 LOUVEIGNE
BELGIUM**

Tél. +32 (0)4 360 92 91

Fax +32 (0)4 360 97 23

info@lanaform.com

www.lanaform.com