

Electrodes placement manual

Guida al posizionamento
degli elettrodi

Guide de positionnement
des électrodes

Anleitung zur Positionierung
der Elektroden

Manual de colocación
de electrodos

Handleiding voor de
plaatsing van elektrodes

- I** AVVERTENZE
- GB** WARNINGS
- F** AVERTISSEMENTS
- D** HINWEISE
- E** ADVERTENCIAS
- NL** WAARSCHUWINGEN

- I** POSIZIONAMENTO ELETTRODI SPORT
- GB** POSITIONING THE SPORT ELECTRODES
- F** POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES SPORT
- D** ANORDNUNG DER ELEKTRODEN SPORT
- E** COLOCACIÓN DE LOS ELECTRODOS SPORT
- NL** PLAATSING VAN SPORT ELEKTRODES

- I** POSIZIONAMENTO ELETTRODI FITNESS
- GB** POSITIONING THE FITNESS ELECTRODES
- F** POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES FITNESS
- D** ANORDNUNG DER ELEKTRODEN FITNESS
- E** COLOCACIÓN ELECTRODOS FITNESS
- NL** PLAATSING VAN FITNESS ELEKTRODES

- I** POSIZIONAMENTO ELETTRODI TENS (PROGRAMMI MEDICALI)
- GB** POSITIONING THE TENS ELECTRODES (MEDICAL PROGRAMMES)
- F** POSITIONNEMENT DES ÉLECTRODES TENS (PROGRAMMES MÉDICAUX)
- D** ANORDNUNG DER ELEKTRODEN TENS (MEDIZINISCHE PROGRAMME)
- E** COLOCACIÓN ELECTRODOS TENS (PROGRAMAS MÉDICOS)
- NL** PLAATSING VAN TENS ELEKTRODES (GENEESKUNDIGE PROGRAMMA'S)



- I** Posizione da assumere durante la stimolazione: in piedi, eretta.
- GB** Position to take up during stimulation: standing up straight.
- F** Position à adopter pendant la stimulation: debout, droit.
- D** Position während der Stimulierung: aufrecht stehend.
- E** Posición a asumir durante la estimulación: de pie, erecto.
- NL** Goede houding tijdens de stimulering: rechte stand.



- I** Posizione da assumere durante la stimolazione: seduti.
- GB** Position to take up during stimulation: sitting.
- F** Position à adopter pendant la stimulation: assis.
- D** Position während der Stimulierung: sitzend.
- E** Posición a asumir durante la estimulación: sentado.
- NL** Goede houding tijdens de stimulering: zithouding.



- I** Posizione da assumere durante la stimolazione: stesi sul letto a pancia in su.
- GB** Position to take up during stimulation: lying on the bed, on your back.
- F** Position à adopter pendant la stimulation: allongé sur le dos sur le lit.
- D** Position während der Stimulierung: auf dem Rücken liegend.
- E** Posición a asumir durante la estimulación: extendido en la camilla, decúbito supino.
- NL** Goede houding tijdens de stimulering: rugligging op een bed.



- I** Posizione da assumere durante la stimolazione: stesi sul letto a pancia in giù.
- GB** Position to take up during stimulation: lying on the bed, on your tummy.
- F** Position à adopter pendant la stimulation: allongé sur le ventre sur le lit.
- D** Position während der Stimulierung: auf dem Bauch liegend.
- E** Posición a asumir durante la estimulación: extendido en la camilla, decúbito pronó.
- NL** Goede houding tijdens de stimulering: buikligging op een bed.

I

Per la posizione degli elettrodi nei vari trattamenti, fare riferimento alle foto. È di fondamentale importanza che l'elettrodo sia perfettamente aderente alla cute: si consiglia pertanto di pulire la cute in corrispondenza dell'area da trattare. Attenzione: zone particolarmente pelose risulteranno isolanti; per una corretta stimolazione si consiglia, in taluni casi, di procedere con depilazione. Se gli elettrodi sono usurati, bisogna sostituirli.

Controindicazioni

Vietato l'uso ai portatori di pace-maker, cardiopatici, epilettici, donne in stato di gravidanza, persone con flebiti in atto, con stati febbrili, con tromboflebiti, persone ansiose, in presenza di gravi malattie.

In presenza di traumi, stress muscolari o qualsiasi altro problema di salute utilizzare il prodotto solo dopo aver consultato il proprio medico e sotto controllo medico.

Effetti collaterali

Non sono noti significativi effetti collaterali. In alcuni casi di persone particolarmente sensibili, dopo il trattamento si manifestano degli arrossamenti cutanei in corrispondenza degli elettrodi: l'arrossamento scompare normalmente pochi minuti dopo il trattamento. Se l'arrossamento persiste consultare un medico.

In rari casi la stimolazione serale provoca su alcuni soggetti un ritardo nell'addormentarsi. In tale caso sospendere il trattamento e consultare un medico.

Avvertenze

- Vietato posizionare gli elettrodi in modo che il flusso della corrente attraversi l'area cardiaca (es: un elettrodo nero sul petto e un elettrodo rosso sulle scapole); è altresì consentito posizionare gli elettrodi lungo i fasci muscolari in area cardiaca come nel rafforzamento pettorali.
- Vietato l'uso del dispositivo con elettrodi posti sopra od in prossimità di lesioni o lacerazioni della cute.
- Vietato posizionare gli elettrodi su seni carotidali (carotide), genitali.
- Vietato posizionare gli elettrodi in prossimità degli occhi e non investire il bulbo oculare con la corrente erogata (un elettrodo diametralmente opposto all'altro rispetto all'occhio); mantenere una distanza minima di 3 cm. dal bulbo oculare.
- Per l'uso degli elettrodi seguire le indicazioni riportate nel presente manuale e sulla confezione degli elettrodi stessi. Utilizzare elettrodi monopaziente, forniti esclusivamente dal produttore o dal rivenditore, ed evitare accuratamente lo scambio di elettrodi fra utilizzatori diversi.
- Usare solo elettrodi forniti dal costruttore; il dispositivo è testato e garantito per l'uso con gli elettrodi in dotazione.
- Elettrodi di sezione inadeguata possono provocare reazioni della pelle o scottature. Solo per le applicazioni sul viso utilizzare elettrodi rotondi forniti in dotazione.
- Non utilizzare gli elettrodi se sono danneggiati anche se aderiscono bene alla cute.
- Vietato l'uso quando l'elettrodo non aderisce più alla cute. Un reiterato utilizzo degli stessi elettrodi può compromettere la sicurezza della stimolazione, infatti può causare un arrossamento cutaneo che persiste parecchie ore dopo la fine della stimolazione.
- Attenzione, nel caso degli elettrodi rotondi e in quelli 35x45mm. durante il trattamento è possibile superare una densità di corrente di 2mA/cm² per ogni elettrodo. In questi casi porre particolare attenzione ad eventuali arrossamenti cutanei.
- In caso di arrossamento cutaneo che persiste parecchie ore dopo la fine del trattamento, sospendere le applicazioni e consultare il proprio medico.

GB

Please refer to the photographs to check where the electrodes should be placed for each of the various treatments. It is essential that the electrodes adhere perfectly to the skin: it is therefore advisable to clean the skin in the area to be treated. Warning: particularly hairy areas will be insulated; in order to achieve the correct stimulation, it is advisable, in some cases, to depilate this area. If the electrodes are worn, they must be replaced.

Contra-indications

Do not use this appliance if any of the following conditions apply: persons with a pace-maker, persons suffering from heart disease, epileptics, pregnant women, persons with active phlebitis, persons with a fever, or with thrombo-phlebitis, persons suffering from anxiety, or from any serious diseases.

Should there be any muscular trauma or stress, or any other health problem, only use the product after consulting your doctor and use it under medical supervision.

Side effects

No significant side effects are known. In some cases, in particularly sensitive persons, the skin where the electrodes are placed can become reddened: this redness normally disappears a few minutes after the treatment. If the redness persists, contact a doctor. In rare cases, stimulation in the evening can lead to some persons subsequently taking longer to fall asleep. In this case, suspend treatment and consult a doctor.

Warnings

- It is prohibited to place the electrodes so that the current flows across the cardiac area (e.g. a black electrode on the chest and a red electrode on the shoulder blade); however, it is permissible to place the electrodes along the muscle groups in the cardiac area, as in pectoral strengthening.

- It is prohibited to use the apparatus with the electrodes placed on or near lesions or cuts on the skin.
- It is prohibited to place the electrodes on the carotid sinuses (carotid), or on the genitals.
- It is prohibited to place the electrodes near the eyes or to direct the current at the eyeball (by placing one electrode diametrically opposite the other in the eye area); keep at least 3 cm. away from the eyeball.
- Follow the instructions in this manual and on the packaging of the electrodes, when using the electrodes. Use single-patient electrodes, supplied exclusively by the producer or retailer, and strictly avoid the exchange of electrodes between different users.
- Only use electrodes supplied by the manufacturers; the appliance is tested and guaranteed for use with the electrodes that are supplied with it.
- Electrodes of inadequate size can provoke reactions on the skin or even burns. Only use the round electrodes supplied with the appliance for treatment to the face.
- Do not use the electrodes if they are damaged, even if they adhere well to the skin.
- Should an electrode no longer adhere to the skin, do not use it. Repeated use of the same electrodes can jeopardize the safety of the stimulation, and can in fact cause a reddening of the skin that lasts for several hours after the stimulation has finished.
- Warning: during treatment with the round electrodes and those measuring 35x45mm. it is possible to exceed a current density of 2mA/cm² for each electrode. In these cases, pay particular attention to any redness of the skin.
- Should any skin redness persist for several hours after the end of treatment, stop the applications and consult your doctor.

F

Pour connaître la position des électrodes pour les différents traitements, se référer aux photos. Il est d'importance fondamentale que l'électrode adhère parfaitement à la peau : il est donc conseillé de nettoyer la peau au niveau de la zone à traiter.

Attention : les zones particulièrement poilues seront isolantes ; pour une bonne stimulation, il est conseillé, dans de tels cas, de procéder à une épilation. Si les électrodes sont usagées, il faut les remplacer.

Contre-indications.

L'utilisation est interdite aux personnes portant un pace-maker, aux cardiaques, aux épileptiques, aux femmes enceintes, aux personnes souffrant de phlébites, d'état fébrile, de thrombophlébites, aux personnes anxieuses, et en présence de maladies graves.

En présence de traumatismes, de tensions musculaires ou de tout autre problème de santé, n'utiliser le produit qu'après avoir consulté son médecin et sous contrôle médical.

Effets collatéraux

Aucun effet collatéral significatif n'est connu. Dans certains cas chez des personnes particulièrement sensibles, des rougeurs cutanées apparaissent après le traitement au niveau de l'emplacement des électrodes : les rougeurs disparaissent normalement au bout de quelques minutes. Si les rougeurs persistent, consulter un médecin.

Dans certains cas rares, la stimulation effectuée le soir provoque un retardement de l'endormissement. Dans ce cas, suspendre le traitement et consulter un médecin.

Avertissements

- Il est interdit de placer les électrodes de telle sorte que le flux de courant traverse l'aire cardiaque (ex : une électrode noire sur la poitrine et une électrode rouge sur les omoplates); il est également permis de placer les électrodes le long des ceintures musculaires dans la zone cardiaque comme pour renforcer les pectoraux.
- Il est interdit d'utiliser l'appareil avec des électrodes placées sur ou à proximité de lésions ou de lacérations de la peau.
- Il est interdit de placer les électrodes sur les sinus carotidiens (carotide), les parties génitales.
- Il est interdit de placer les électrodes à proximité des yeux et il ne faut pas exposer le bulbe oculaire au courant généré (une électrode diamétralement opposée à l'autre par rapport à l'œil); maintenir une distance minimum de 3 cm du bulbe oculaire.
- Pour l'utilisation des électrodes, suivre les indications reportées dans ce manuel et sur la boîte des électrodes. Utiliser des électrodes mono-patient, fournies exclusivement par le producteur ou le revendeur et éviter soigneusement l'échange d'électrodes entre les différents utilisateurs. Utiliser uniquement les électrodes fournies par le constructeur; le dispositif est testé et garanti pour l'utilisation des électrodes fournies avec.
- Des électrodes de section inadéquate peuvent provoquer des réactions de la peau ou des brûlures. N'utiliser les électrodes rondes fournies que pour les applications sur le visage.
- Ne pas utiliser les électrodes si elles sont endommagées, même si elles adhèrent bien à la peau.
- Il est interdit d'utiliser l'électrode lorsqu'elle n'adhère plus à la peau. Une utilisation répétée des mêmes électrodes peut compromettre la sécurité de la stimulation. En effet, cela peut causer l'apparition de rougeurs cutanées qui persistent plusieurs heures après la fin de la stimulation.
- Attention, dans le cas des électrodes rondes et de celles de 35x45 mm, il est possible, pendant le traitement, de dépasser une densité de courant de 2mA/cm² pour chaque électrode. Dans ces cas, porter une attention particulière aux éventuelles rougeurs cutanées.
- En cas de rougeurs cutanées qui persistent plusieurs heures après la fin du traitement, suspendre les applications et consulter son médecin.

D

Die Anordnung der Elektroden bei den verschiedenen Behandlungen ist dem entsprechenden Foto zu entnehmen. Grundlegende Voraussetzung ist, dass die Elektroden perfekt an der Haut anliegen: es wird deshalb empfohlen, die Haut an der betreffenden Stelle zu reinigen.

Achtung: dichte Behaarung wirkt isolierend, deshalb sollte die Stelle im Zweifelsfall rasiert werden, damit die Stimulation richtig wirkt. Abgenutzte Elektroden müssen ersetzt werden.

Gegenanzeigen

In folgenden Fällen ist die Anwendung verboten: Herzschrittmacher, Herzleiden, Epilepsie, Schwangerschaft, Venenentzündungen, Fieber, Thrombose, Angstzustände, schwere Krankheiten.

Bei Verletzungen, Muskelüberanstrengung oder allen anderen Problemen vor der Anwendung einen Arzt aufsuchen und nur unter ärztlicher Aufsicht anwenden.

Nebenwirkungen

Nennenswerte Nebenwirkungen sind nicht bekannt. In einigen Fällen waren bei besonders empfindlichen Personen Hautrötungen an der Ansetzstelle der Elektroden festzustellen: die Rötung verschwindet in der Regel wenige Minuten nach der Behandlung. Wenn die Hautrötung dauerhaft ist, einen Arzt verständigen.

In seltenen Fällen führt die Stimulierung abends zu Störungen beim Einschlafen. In diesem Fall die Behandlung abbrechen und einen Arzt verständigen.

Hinweise.

- Es ist verboten, die Elektroden so anzuordnen, dass der Strom durch den Herzbereich fließt (z.B.: eine schwarze Elektrode auf der Brust und eine rote Elektrode an der Schulter); es ist hingegen erlaubt, die Elektroden entlang der Muskelstränge im Herzbereich anzuordnen, etwa zur Stärkung der Brustmuskulatur.
- Es ist verboten, die Elektroden auf oder in unmittelbarer Nähe von Hautverletzungen anzusetzen.
- Es ist verboten, die Elektroden an der Halsschlagader und an den Genitalien anzusetzen.
- Es ist verboten, die Elektroden in unmittelbarer Nähe der Augen anzusetzen. Strom nicht durch den Augapfel führen (einander gegenüberliegende Elektroden um die Augen); mindestens 3 cm Abstand zum Augapfel lassen.
- Bei der Anwendung der Elektroden die Angaben in dieser Anleitung und in der Packungsbeilage beachten. Elektroden immer nur für denselben Patienten verwenden und nur solche Elektroden verwenden, die direkt vom Hersteller oder Wiederverkäufer stammen. Ein und dieselben Elektroden auf keinen Fall für verschiedenen Patienten verwenden.
- Nur Elektroden des Herstellers verwenden. Das Gerät wird für den Einsatz mit den mitgelieferten Elektroden getestet und garantiert.
- Elektroden mit ungeeignetem Querschnitt können zu Reaktionen der Haut oder Verbrennungen führen. Nur für das Gesicht die beiliegenden runden Elektroden verwenden.
- Defekte Elektroden nicht verwenden, auch wenn sie gut an der Haut anliegen.
- Die Anwendung ist verboten, wenn die Elektroden nicht mehr gut an der Haut anliegen. Die wiederholte Anwendung dieser Elektroden kann die Sicherheit bei der Stimulierung beeinträchtigen und zu Hautrötungen führen, die stundenlang anhalten.
- Vorsicht bei den runden Elektroden und bei solchen mit Querschnitt 35x45mm. Während der Behandlung kann die Stromdichte über 2mA/cm² pro Elektrode steigen. In diesen Fällen besonders auf eventuelle Hautrötungen achten.
- Bei anhaltenden Hautrötungen die Behandlung abbrechen und einen Arzt aufsuchen.

E

Para la correcta colocación de los electrodos en función de los diferentes tratamientos, consulte las fotografías. Es de fundamental importancia que el electrodo esté perfectamente adherido a la piel; por tal motivo, se recomienda limpiar la piel de la zona a tratar.

Atención: el vello de algunas zonas puede ser aislante; en algunos casos, para una correcta estimulación, se recomienda depilar. Si los electrodos están desgastados, es necesario sustituirlos.

Contraindicaciones

Está prohibido el uso del aparato a los sujetos que usan marcapasos, cardiopáatas, epilépticos, ansiosos y mujeres embarazadas, así como a las personas con flebitis, estados febriles, tromboflebitis y en caso de graves enfermedades. En caso de traumas, estrés muscular o cualquier otro problema de salud, utilice el producto sólo luego de haber consultado al médico y bajo control del mismo.

Efectos colaterales

No se conocen efectos colaterales significativos. En algunas personas particularmente sensibles, luego del tratamiento se manifiestan enrojecimientos cutáneos en las zonas correspondientes a los electrodos: habitualmente dicho enrojecimiento desaparece pocos minutos después del tratamiento. Si el enrojecimiento persiste, consulte al médico. En raros casos, la estimulación nocturna provoca dificultad para dormir. Si así fuera, suspenda el tratamiento y consulte a su médico.

Advertencias

- Prohibido colocar los electrodos en modo que el flujo de corriente atraviese el área cardíaca (por ejemplo: un

- electrodo negro en el pecho y un electrodo rojo en los omóplatos); está permitido colocar los electrodos a lo largo de los haces musculares en el área cardíaca, como en el caso del fortalecimiento de los pectorales.
- Prohibido el uso del dispositivo con electrodos colocados sobre o cerca de lesiones o desgarros de la piel.
 - Prohibido colocar los electrodos en los senos carotídeos (carótidas) y en los genitales.
 - Prohibido colocar los electrodos cerca de los ojos; el bulbo ocular no debe ser atravesado por la corriente (por ejemplo: colocando un electrodo diametralmente opuesto al otro con respecto al ojo); mantenga una distancia mínima de 3 cm del bulbo ocular.
 - Para el uso de los electrodos, siga las instrucciones indicadas en el presente manual y en el envase de los electrodos. Utilice electrodos diferentes para cada paciente, suministrados exclusivamente por el productor o por el revendedor, y evite estrictamente el intercambio de electrodos entre usuarios diferentes.
 - Use sólo electrodos suministrados por el constructor; el dispositivo está probado y garantizado para el uso con los electrodos suministrados.
 - Los electrodos de sección incorrecta pueden provocar reacciones de la piel o quemaduras. Utilice los electrodos redondos, suministrados con el aparato, sólo para las aplicaciones en el rostro.
 - No utilice electrodos dañados, incluso si se adhieren correctamente a la piel.
 - Prohibido usar el aparato cuando los electrodos no se adhieren a la piel. Un uso reiterado de los electrodos puede comprometer la seguridad de la estimulación, causando un enrojecimiento cutáneo que persiste durante varias horas luego del tratamiento.
 - Atención: cuando se utilizan los electrodos redondos y los de 35x45 mm, es posible superar una densidad de corriente de 2 mA/cm² por cada electrodo. En este caso, preste especial atención a eventuales enrojecimientos cutáneos.
 - En caso de enrojecimientos cutáneos que persisten varias horas luego del tratamiento, suspenda las aplicaciones y consulte a su médico.

(NL)

Op de foto's is de positie van de elektrodes bij de verschillende typen behandelingen te zien. Het is uiterst belangrijk dat de elektrode een perfect contact met de huid maakt: daarom raden wij aan om de huid in de te behandelen zone goed schoon te maken.

Let op: sterk behaarde huidzones hebben een isolerend effect; voor een goede stimulering is het in sommige gevallen raadzaam om de huid te epilieren. Versleten elektrodes moeten vervangen worden.

Contra-indicaties

Het gebruik is verboden voor dragers van een pace-maker en bij hartkwalen, epilepsie, zwangerschap, flebitis, koorts, tromboflebitis, angststoornissen en ernstige ziektes.

Bij blessures, spieraandoeningen en ieder ander gezondheidsprobleem mag het product alleen onder medisch toezicht worden gebruikt.

Bijwerkingen

Er zijn geen relevante bijwerkingen bekend. Bij sommige uiterst gevoelige personen kan roodheid van de huid optreden op de plaats waar de elektrodes geplaatst zijn: de roodheid verdwijnt normaliter enige minuten na het einde van de behandeling. Raadpleeg een arts als de roodheid aanhoudt.

In een zeldzaam geval kan het gebruik in de avond moeite bij het in slaap vallen veroorzaken. Onderbreek in dat geval de behandeling en raadpleeg een arts.

Waarschuwingen

- Verboden de elektrodes zodanig te plaatsen dat er stroom door het hartgebied loopt (bijv. een zwarte elektrode op de borst en een rode elektrode op een schouderblad). Het is wel toegestaan om de elektrodes langs de spierbundels die zicht in het hartgebied bevinden te plaatsen, bijvoorbeeld voor het versterken van de borstspieren.
- Verboden de elektrodes op of nabij een huidletsel te plaatsen.
- Verboden de elektrodes op de sinus caroticus (slagader in de hals) en geslachtsdelen te plaatsen.
- Verboden de elektrodes dichtbij de ogen te plaatsen of zodanig dat er stroom door de oogbal loopt (twee elektrodes aan weerszijden van het oog). Houd minstens 3 cm afstand van de oogbal.
- Gebruik de elektrodes in overeenstemming met de instructies die in deze handleiding en op de verpakking van de elektrodes staan. Gebruik uitsluitend elektrodes die door de fabrikant of verkoper geleverd zijn en zorg dat er voor iedere gebruiker een set elektrodes beschikbaar is. Let erop dat de elektrodes van de gebruikers niet verwisseld worden.
- Gebruik uitsluitend elektrodes die door de fabrikant geleverd zijn. Het apparaat is getest en gegarandeerd met het gebruik van de meegeleverde elektrodes.
- Te kleine elektrodes kunnen huidirritaties en -verbrandingen veroorzaken. De meegeleverde ronde elektrodes mogen alleen op het gezicht geplaatst worden.
- Gebruik geen beschadigde elektrodes, ook niet als zij nog goed contact maken met de huid.
- Verboden elektrodes te gebruiken die geen goed contact maken met de huid. Een herhaaldelijk gebruik van een dergelijke elektrode kan roodheid van de huid veroorzaken die na het einde van de behandeling nog vele uren kan voortduren.
- Let op: Bij het gebruik van ronde elektrodes en elektrodes van 35x45mm kan een stroomdichtheid van 2mA/cm² per elektrode worden overschreden. Let in dit geval goed op eventuele huidirritaties.
- Als de huid meerdere uren na het einde van de behandeling nog rood is, moet de behandeling worden onderbroken en een arts worden geraadpleegd.

①

Programmi SPORT e BEAUTY

Nei programmi di forza, resistenza, agonista-antagonista, rassodamento, tonificazione, definizione, dopo la prima fase in cui viene riscaldato il muscolo, segue una seconda fase in cui vengono eseguiti in sequenza impulsi di contrazione e impulsi di recupero attivo.

Nella fase in cui l'elettrostimolatore produce la contrazione del muscolo, mantenere gli arti bloccati nella posizione descritta nella foto ed eseguire una contrazione volontaria del muscolo: esercizio isometrico. In questo modo, oltre a rendere meno fastidiosa la contrazione, è possibile aumentare l'intensità rendendo più efficace l'esercizio.

L'intensità della contrazione dipende dal grado di allenamento della persona: si parte da un livello minimo di 20mA per i meno allenati e si sale fino ai livelli massimi. Basti pensare ai pesi da palestra: c'è chi alza 10Kg e chi ne alza 100Kg.



②

SPORT and BEAUTY Programmes

In the programmes aimed at strength, resistance, agonist-antagonist, firming, toning and defining, after the first phase in which the muscles are warmed up, there follows a second phase in which sequences of contraction impulses and active recuperation impulses are carried out.

In the phase in which the electro-stimulator produces the contraction of the muscle (inserire il grafico con la barra di scorrimento – insert the graphics with the running bar), keep the limbs still, without moving them, in the position shown in the photo and carry out a voluntary contraction of the muscle: an isometric exercise. Besides making the contraction less annoying, this exercise makes it possible to increase the intensity and therefore make the exercise more efficient.

The intensity of the contraction depends on each person's level of training: it starts from a minimum level of 20mA suitable for those who are less fit and goes up to the maximum levels. Just think of the weights in the gym: some people can lift 10 kg, but others can lift 100 kg.



ARTO BLOCCATO/LIMBS STATIC



③

Programmes SPORT et BEAUTY

Dans les programmes de force, résistance, agoniste-antagoniste, raffermissement, tonification, définition, après la première phase lors de laquelle le muscle est réchauffé, vient une deuxième phase au cours de laquelle sont effectuées à la suite des impulsions de contraction et des impulsions de récupération active.

Lors de la phase pendant laquelle l'électro-stimulateur produit la contraction du muscle, maintenir

les membres bloqués dans la position décrite dans la photo et exécuter une contraction volontaire du muscle: exercice isométrique. De cette manière, en plus de rendre la contraction moins fastidieuse, il est possible d'augmenter l'intensité en rendant l'exercice plus efficace.

L'intensité de la contraction dépend du degré d'entraînement de la personne: on part d'un niveau minimum de 20mA pour les moins entraînés et l'on monte jusqu'aux niveaux maximum. Il suffit de penser aux poids que l'on soulève dans les salles de musculation: certains soulèvent 10 kg et d'autres 100kg.



(D)

Programme SPORT und BEAUTY

Bei den Programmen Kraft, Durchhaltekraft, Beuge-/Streckmuskel, Straffung, Verfestigung, Definition folgt auf die Aufwärmphase eine zweite Phase mit Impulssequenzen zur Kontraktion und Impulsen zum aktiven Muskelaufbau. In der Phase, in der das Gerät die Kontraktion des Muskels auslöst, die Gliedmaßen in der im Foto angegebenen Position festhalten und den Muskel bewusst zusammenziehen: isometrische Übung. Auf diese Weise ist die Kontraktion weniger unangenehm und außerdem kann dadurch die Intensität und somit die Wirksamkeit der Übung erhöht werden. Die Intensität der Kontraktion hängt vom Trainingszustand des Patienten ab: weniger Trainierte beginnen beim untersten Niveau mit 20mA, andere können bis zum obersten Niveau gehen. Denken Sie beispielsweise an Hanteltraining: manche Leute schaffen 10Kg, andere 100Kg.



(E)

Programas SPORT y BEAUTY

En los programas de fuerza, resistencia, agonista-antagonista, endurecimiento, tonificación y definición, a una primera fase en la cual se calienta el músculo, sigue una segunda fase en la cual se suministran, en secuencia, impulsos de contracción y de recuperación activa.

En la fase en la cual el electroestimulador causa la contracción del músculo, mantenga los miembros bloqueados en la posición descrita en la foto, y realice una contracción voluntaria del músculo (ejercicio isométrico). De este modo, la contracción resulta menos molesta y es posible aumentar la intensidad, haciendo más eficaz el ejercicio.

La intensidad de la contracción depende del grado de entrenamiento de la persona, tal como ocurre en los gimnasios (hay quienes levantan 10 kg y quienes levanta 100 kg); el nivel mínimo, para los menos entrenados, es de 20 mA.



(NL)

SPORT en BEAUTY programma's

De programma's voor kracht, uithoudingsvermogen, agonist-antagonist, versteviging, tonificatie, definitie, hebben een eerste fase waarin de spieren worden opgewarmd en een tweede fase waarin contractie-impulsen en actieve ontspanningsimpulsen elkaar opvolgen.

In de fase waarin de spiersamentrekking plaatsvindt moeten de ledematen stil worden gehouden in de houding die op de foto's getoond is en moeten de spieren vrijwillig samengetrokken worden: isometrische oefening. Op deze manier geeft het samentrekken van de spieren zo min mogelijk last en kan de intensiteit worden opgevoerd om de doeltreffendheid van de oefening te vergroten. De intensiteit van de samentrekking moet aangepast zijn aan het trainingsniveau van de persoon. Minder getrainde personen moeten met het minimumniveau van 20mA beginnen. Het maximumniveau is geschikt voor goed getrainde personen. Denk maar aan het gewichtheffen: sommigen kunnen maar 10kg optillen en anderen 100kg.



ARTO IN MOVIMENTO/ LIMBS IN MOTION



01

Addominali



- Ⓒ Abdominals
- Ⓕ Abdominaux
- Ⓓ Bauchmuskulatur
- Ⓔ Abdominales
- Ⓖ Bulkspieren



48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

02

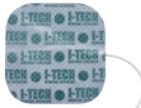
Bicipite brachiale



- Ⓒ Biceps brachi
- Ⓕ Biceps brachial
- Ⓓ Armbizeps
- Ⓔ Bíceps braquial
- Ⓖ Biceps brachii



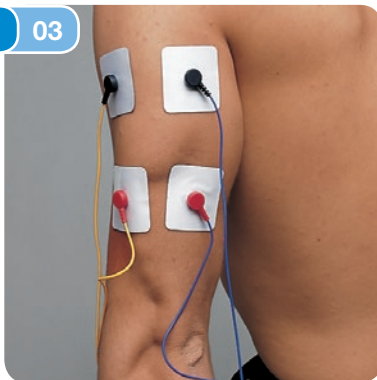
48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

Tricipite

03

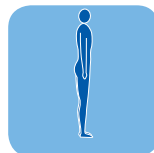
- Ⓒ Triceps
- Ⓕ Triceps
- Ⓓ Trizeps
- Ⓔ Triceps
- Ⓖ Triceps brachii



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm



Estensori della mano

04

- Ⓒ Extensors: hand
- Ⓕ Extenseurs de la main
- Ⓓ Streckmuskeln der Hand
- Ⓔ Extensores de la mano
- Ⓖ Strekkers van de hand

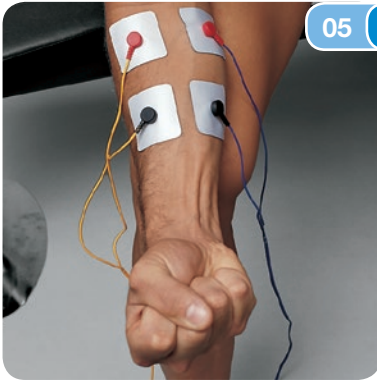


41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm





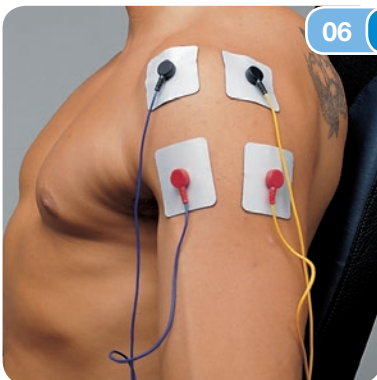
05

Flessori della mano

- Ⓒ Flexors: hand
- Ⓕ Fléchisseurs de la main
- Ⓓ Beugemuskeln der Hand
- Ⓔ Flexores de la mano
- Ⓖ Buigers van de hand



48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

06

Deltoide

- Ⓒ Deltoid
- Ⓕ Deltoïde
- Ⓓ Deltamuske
- Ⓔ Deltoïdes
- Ⓖ Deltoïdeus



48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

Pettorale

07

- (GB) Pectoral
- (E) Pectoral
- (F) Pectoral
- (NL) Borstspieren
- (D) Brustmuskulatur



ATTENZIONE: Non posizionare gli elettrodi in modo che il flusso di corrente attraversi l'area cardiaca (es. 2 elettrodi neri sul petto 2 elettrodi rossi sulla schiena).

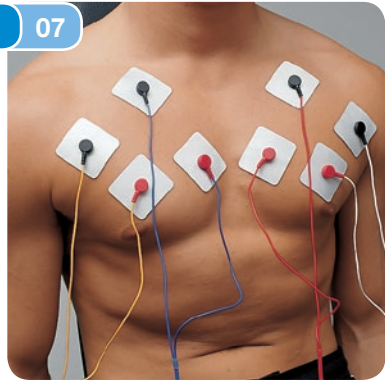
WARNING: Do not place the electrodes so that the current flows through the cardiac area (e.g. 2 black electrodes on the chest, 2 red electrodes on the back).

ATTENTION: Ne pas placer les électrodes de telle sorte que le flux de courant travers l'aire cardiaque (ex : 2 électrodes noires sur la poitrine, 2 électrodes rouges sur le dos).

ACHTUNG: Die Elektroden nicht so ansetzen, dass der Strom durch den Herzbereich fließt (z.B. 2 schwarze Elektroden auf der Brust, 2 rote Elektroden auf dem Rücken).

ATENCIÓN: No coloque los electrodos de modo que el flujo de corriente atraviese el área cardiaca (por ejemplo: 2 electrodos negros en el pecho y 2 electrodos rojos en la espalda).

LET OP: Plaats de elektrodes de modo dat de elektrische stroom door het hartgebied loopt (bijv. 2 zwarte elektrodes op de borst en 2 rode elektrodes op de rug).



48 x 48 mm

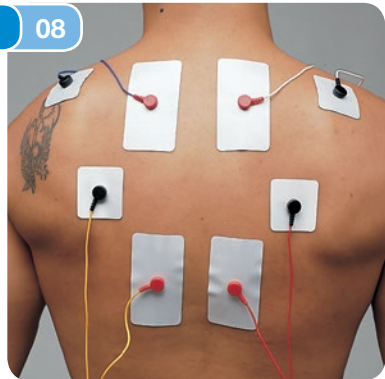


41 x 41 mm
48 x 48 mm

Trapezio

08

- (GB) Trapezius
- (F) Trapèze
- (D) Kapuzenmuskel
- (E) Trapecio
- (NL) Trapezius



50 x 90 mm



48 x 48 mm

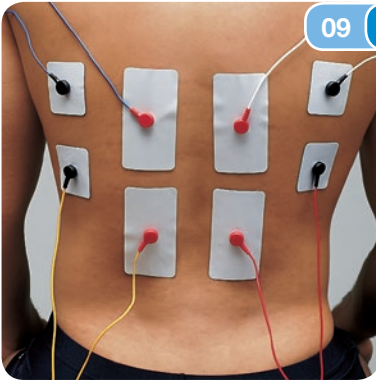


40 x 80 mm
50 x 90 mm



41 x 41 mm
48 x 48 mm





09

Gran dorsale

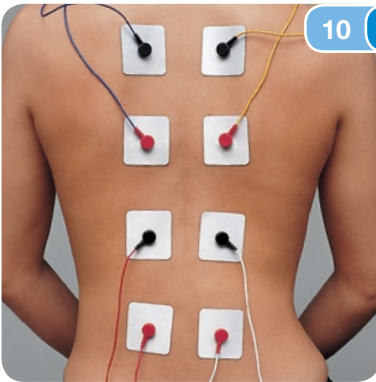
- Ⓞ GB Large dorsal (latissimus dorsi)
- Ⓞ F Grand dorsal
- Ⓞ D Großer Rückenmuskel
- Ⓞ E Dorsal mayor
- Ⓞ NL Latissimus dorsi



48 x 48 mm



50 x 90 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm40 x 80 mm
50 x 90 mm

10

Paravertebrali

- Ⓞ GB Paravertebrals
- Ⓞ F Zones paravertébrales
- Ⓞ D Wirbelbereich
- Ⓞ E Paravertebrales
- Ⓞ NL Lange rugspieren



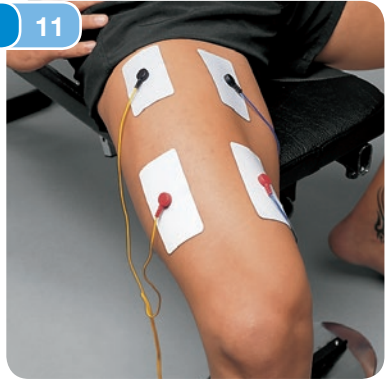
48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

Quadricipiti

11

- Ⓒ GB Quadriceps
- Ⓕ F Quadriceps
- Ⓓ D Quadrizeps
- Ⓔ E Cuádriceps
- Ⓖ NL Quadriceps



40 x 80 mm
50 x 90 mm



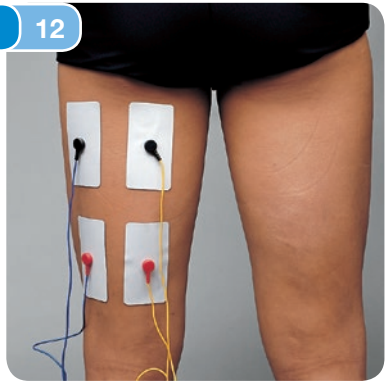
50 x 90 mm



Bicipiti femorali

12

- Ⓒ GB Biceps femoris
- Ⓕ F Biceps cruraux
- Ⓓ D Oberschenkelbizeps
- Ⓔ E Bíceps femorales
- Ⓖ NL Biceps femoris



40 x 80 mm
50 x 90 mm



50 x 90 mm





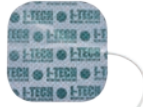
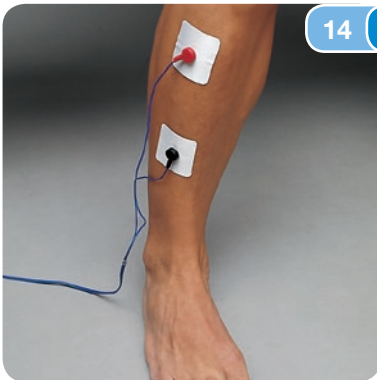
13

Polpacci

- Ⓞ GB Calves
- Ⓞ F Mollets
- Ⓞ D Wade
- Ⓞ E Pantorrilla
- Ⓞ NL Kuiten



48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

14

Tibiale anteriore

- Ⓞ GB Anterior tibial
- Ⓞ F Jambier antérieur
- Ⓞ D Schienbein
- Ⓞ E Tibial anterior
- Ⓞ NL Tibialis anterior



48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

Braccia (bicipite)

15

- Ⓒ Arms (biceps)
- Ⓕ Bras (biceps)
- Ⓓ Arme (Biceps)
- Ⓔ Brazos (biceps)
- Ⓒ NL Armen (biceps)



41 x 41 mm
48 x 48 mm



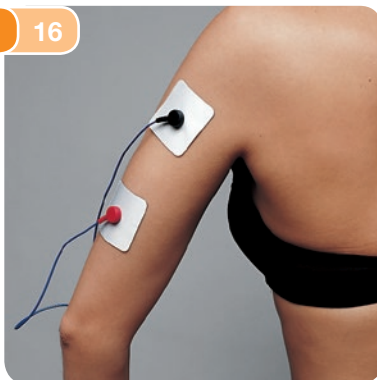
48 x 48 mm



Braccia (tricipite)

16

- Ⓒ Arms (triceps)
- Ⓕ Bras (triceps)
- Ⓓ Arme (Trizpes)
- Ⓔ Brazos (tríceps)
- Ⓒ NL Armen (triceps)



41 x 41 mm
48 x 48 mm

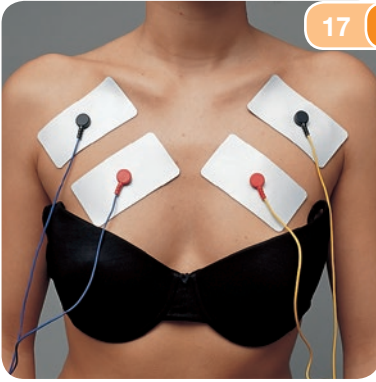


48 x 48 mm



17

Seno



(GB) Breast

(E) Seno

(F) Poitrine

(NL) Borsten

(D) Brust



50 x 90 mm

40 x 80 mm
50 x 90 mm



ATTENZIONE: Non posizionare gli elettrodi in modo che il flusso di corrente attraversi l'area cardiaca (es. 2 elettrodi neri sul petto 2 elettrodi rossi sulla schiena).

WARNING: Do not place the electrodes so that the current flows through the cardiac area (e.g. 2 black electrodes on the chest, 2 red electrodes on the back).

ATTENTION: Ne pas placer les électrodes de telle sorte que le flux de courant travers l'aire cardiaque (ex : 2 électrodes noires sur la poitrine, 2 électrodes rouges sur le dos).

ACHTUNG: Die Elektroden nicht so ansetzen, dass der Strom durch den Herzbereich fließt (z.B. 2 schwarze Elektroden auf der Brust, 2 rote Elektroden auf dem Rücken).

ATENCIÓN: No coloque los electrodos de modo que el flujo de corriente atraviese el área cardíaca (por ejemplo: 2 electrodos negros en el pecho y 2 electrodos rojos en la espalda).

LET OP: Plaats de elektrodes nooit zodanig dat de elektrische stroom door het hartgebied loopt (bijv. 2 zwarte elektrodes op de borst en 2 rode elektrodes op de rug).

18

Cosce (quadricipiti)



(GB) Thighs (quadriceps)

(F) Cuisses (quadriceps)

(D) Schenkel (Quadrizeps)

(E) Muslos (cuádriceps)

(NL) Dijbeen (quadriceps)



48 x 48 mm



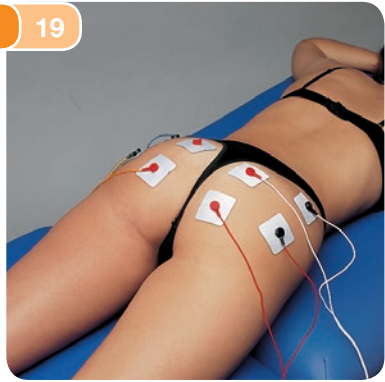
41 x 41 mm
48 x 48 mm



Glutei

19

- ⓐ Gluteus
- ⓑ Fessiers
- ⓒ Gesäßmuskeln
- ⓓ Glúteos
- ⓔ Bilspiere



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm



Addominali

20

- ⓐ Abdominals
- ⓑ Abdominaux
- ⓒ Bauchmuskulatur
- ⓓ Abdominales
- ⓔ Buikspieren



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm





21/A

Drenaggio cosce e polpacci

- Ⓒ GB Thighs and calves: draining
- Ⓕ F Drainage cuisses et mollets
- Ⓓ D Drainage Schenkel und Waden
- Ⓔ E Drenaje muslos y pantorrilla
- Ⓖ NL Drainage van het dijbeen en de kuit



ATTENZIONE: Bagnare bene le fasce prima dell'uso (immergerle in acqua tiepida)

WARNING: Wet the bands before use (submerge them in warm water).

ATTENTION: Bien mouiller les bandes avant l'utilisation (les immerger dans de l'eau tiède)

ACHTUNG: Bandagen vorher gut durchnässen (in lauwarmes Wasser tauchen).

ATENCIÓN: moje bien las bandas antes de usarlas (sumérjalas en agua tibia).

LET OP: Maak de banden goed nat voor het gebruik (dompel ze in lauw water)



21/B

Drenaggio cosce

- Ⓒ GB Thighs: drainage
- Ⓕ F Drainage cuisses
- Ⓓ D Drainage Schenkel
- Ⓔ E Drenaji Muslos
- Ⓖ NL Drainage van het dijbeen



ATTENZIONE: Bagnare bene le fasce prima dell'uso (immergerle in acqua tiepida)

WARNING: Wet the bands before use (submerge them in warm water).

ATTENTION: Bien mouiller les bandes avant l'utilisation (les immerger dans de l'eau tiède)

ACHTUNG: Bandagen vorher gut durchnässen (in lauwarmes Wasser tauchen).

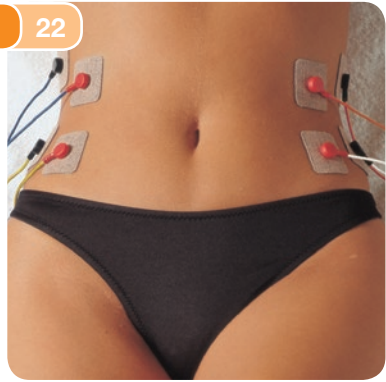
ATENCIÓN: moje bien las bandas antes de usarlas (sumérjalas en agua tibia).

LET OP: Maak de banden goed nat voor het gebruik (dompel ze in lauw water)

Obliquo dell'addome

22

- Ⓒ Obliques: abdomen
- Ⓕ Oblique de l'abdomen
- Ⓓ Schräger Bauchmuskel
- Ⓔ Abdominal oblicuo
- Ⓖ Schuine buikspieren



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm



Cuscinetti/anca

23

- Ⓒ Area: fat deposits/hips
- Ⓕ Zone: bourrelets/hanches
- Ⓓ Bereich: Pölsterchen/Becken
- Ⓔ Zona: pliegues /cadera
- Ⓖ Zone: heup



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm



24

Microlifting Facciale



- Ⓒ GB Microlifting: facial muscles
- Ⓕ F Microlifting muscle facial
- Ⓓ D Mikrolifting Gesichtsmuskulatur
- Ⓔ E Microlifting músculo facial
- Ⓒ NL Microlifting gezichtsspieren



Ø 30 mm
Ø 32 mm



ATTENZIONE: Vietato posizionare gli elettrodi in prossimità degli occhi e non investire il bulbo oculare con la corrente erogata (un elettrodo diametralmente opposto all'altro rispetto all'occhio); mantenere una distanza minima di 3 cm dal bulbo oculare.

WARNING: It is prohibited to place the electrodes near the eyes or to direct the current at the eyeball (by placing one electrode diametrically opposite the other in the eye area); keep at least 3 cm away from the eyeball.

ACHTUNG: Es ist verboten, die Elektroden in unmittelbarer Nähe der Augen anzusetzen. Strom nicht durch den Augapfel führen (einander gegenüberliegende Elektroden um die Augen); mindestens 3 cm Abstand zum Augapfel lassen.

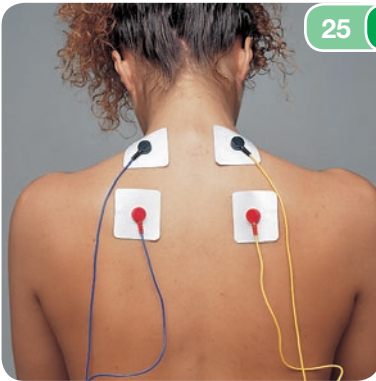
ATENCIÓN: Prohibido colocar los electrodos cerca de los ojos; el bulbo ocular no debe ser atravesado por la corriente (por ejemplo: colocando un electrodo diametralmente opuesto al otro con respecto al ojo); mantenga una distancia mínima de 3 cm del bulbo ocular.

LET OP: Verboden de elektrodes dichtbij de ogen te plaatsen of zodanig dat er stroom door de oogbal loopt (twee elektrodes aan weerszijden van het oog). Houd minstens 3 cm afstand van de oogbal.

25

Cervicale

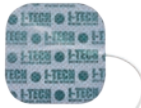
(per programma medicale)



- Ⓒ GB Area: cervical (for medical programme)
- Ⓕ F Zone: cervicale (pour programme médical)
- Ⓓ D Bereich: Halswirbel (medizinisches Programm)
- Ⓔ E Zona: cervical (para programa médico)
- Ⓒ NL Zone: hals (geneeskundig programma)



48 x 48 mm



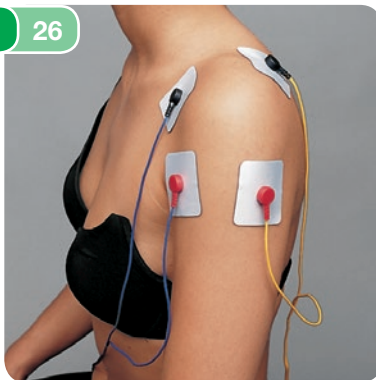
41 x 41 mm
48 x 48 mm

Spalla (periartrite)

26

(per programma medicale)

- Ⓒ Area: shoulder (peri-arthritis)
(for medical programme)
- Ⓕ Zone: épaule (périarthrite)
(pour programme médical)
- Ⓓ Bereich: Schulter (Periarthritis)
(medizinisches Programm)
- Ⓔ Zona: hombro (periartritis)
(para programa médico)
- Ⓖ Zone: schouder (periartritis)
(geneeskundig programma)



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm

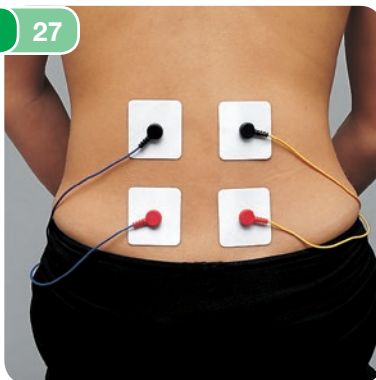


Lombare (lombalgia)

27

(per programma medicale)

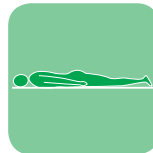
- Ⓒ Area: lumbar (lumbalgia)
(for medical programme)
- Ⓕ Zone: lombaire (lombalgie)
(pour programme médical)
- Ⓓ Bereich: Lenden (Lendenschmerzen)
(medizinisches Programm)
- Ⓔ Zona: lumbar (lumbago)
(para programa médico)
- Ⓖ Zone: lenden (lage rugpijn)
(geneeskundig programma)



41 x 41 mm
48 x 48 mm



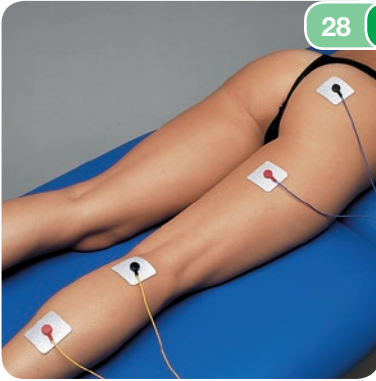
48 x 48 mm



28

Lunghezza gamba (sciatalgia)

(per programma medicale)



- (GB) Area: the length of the leg (sciatica)
(for medical programme)
- (F) Zone: la longueur de la jambe
(sciatalgie). (pour programme médical)
- (D) Bereich: Bein in der Länge (Ischias)
(medizinisches Programm)
- (E) Zona: la longitud de la pierna (ciática)
(para programa médico)
- (NL) Zone: het hele been (ischialgie)
(geneeskundig programma)



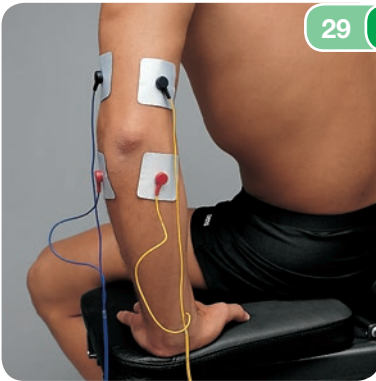
48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

29

Gomito (epicondilite)

(per programma medicale)



- (GB) Area: elbow (epicondylitis)
(for medical programme)
- (F) Zone: coude (épicondylite)
(pour programme médical)
- (D) Bereich: Ellenbogen (Tennisarm)
(medizinisches Programm)
- (E) Zona: codo (epicondilitis)
(para programa médico)
- (NL) Zone: elleboog (epicondilitis)
(geneeskundig programma)



48 x 48 mm

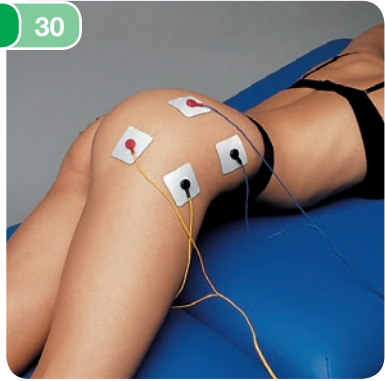
41 x 41 mm
48 x 48 mm

Anca (dolori all'anca)

30

(per programma medicale)

- Ⓒ Area: hip (hip pain)
(for medical programme)
- Ⓕ Zone: hanche (douleurs à la hanche)
(pour programme médical)
- Ⓖ Bereich: Becken (Beckenschmerzen)
(medizinisches Programm)
- Ⓔ Zona: cadera (dolores de cadera),
(para programa médico)
- Ⓖ Zone: heup (heuppijn)
(geneeskundig programma)



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm

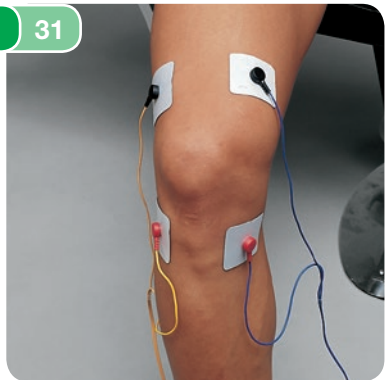


Ginocchio (dolori al ginocchio)

31

(per programma medicale)

- Ⓒ Area: knee (knee pain)
(for medical programme)
- Ⓕ Zone: genou (douleurs au genou)
(pour programme médical)
- Ⓖ Bereich: Knie (Knieschmerzen)
(medizinisches Programm)
- Ⓔ Zona: rodilla (dolores de rodilla)
(para programa médico)
- Ⓖ Zone: knie (kniepijn)
(geneeskundig programma)



41 x 41 mm
48 x 48 mm



48 x 48 mm



32

Caviglia (distorsione/contusione)

(per programma medicale)



- Ⓒ GB Area: ankle (sprains/bruising)
(for medical programme)
- Ⓕ F Zone: cheville (entorse/contusion)
(pour programme médical)
- Ⓓ D Bereich: Fessel (Verstauchung/Prellung)
(medizinisches Programm)
- Ⓔ E Zona: tobillo (distorsión/contusión)
(para programa médico)
- Ⓒ NL Zone: enkel (verzwikking/kneuzing)
(geneeskundig programma)



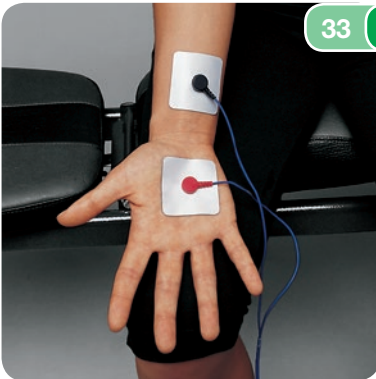
48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

33

Polso (tunnel carpale)

(per programma medicale)



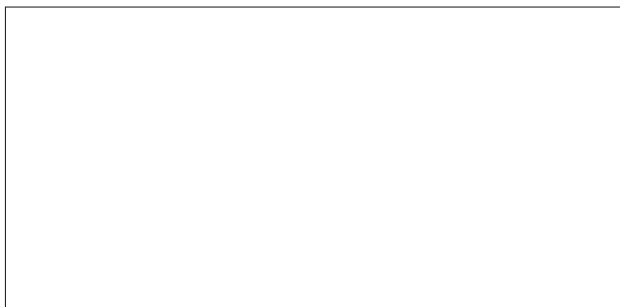
- Ⓒ GB Area: wrist (carpal tunnel)
(for medical programme)
- Ⓕ F Zone: poignet (tunnel carpien)
(pour programme médical)
- Ⓓ D Bereich: Handgelenk (Handwurzeltunnel)
(medizinisches Programm)
- Ⓔ E Zona: muñeca (túnel carpiano)
(para programa médico)
- Ⓒ NL Zone: pols (carpale tunnel)
(geneeskundig programma)



48 x 48 mm

41 x 41 mm
48 x 48 mm

RIVENDITORE



Leggere le controindicazioni dei prodotti prima dell'utilizzo.
Contenuto informativo riservato a personale medico.

I-TECH
MEDICAL DIVISION

IACER Srl

Via S. Pertini, 24/A 30030 Martellago (VE) Italy Tel. +39 041 5401356 Fax +39 041 5402684
www.iacer.it www.itechmedicaldivision.com iacer@iacer.it

I marchi I-TECH / MIO CARE nella loro veste grafica sono proprietà di IACER S.r.l.
La società si riserva il diritto di effettuare modifiche sui prodotti senza preavviso.

MNPG161-00