



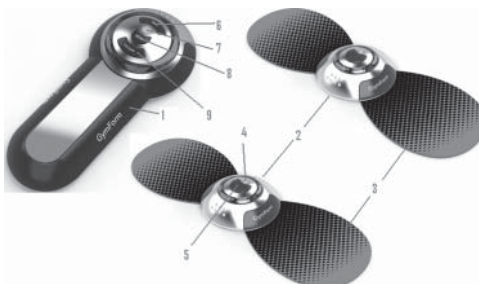
GYM[®] *form*

AB SWIFT

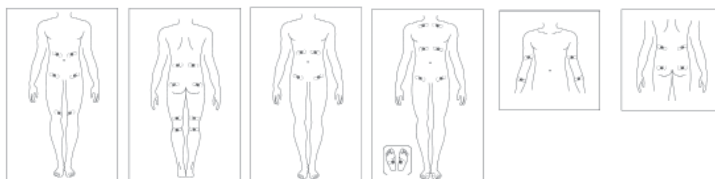



- EN** Instruction manual
- ES** Manual de instrucciones
- FR** Mode d'emploi
- DE** Gebrauchsanweisung
- IT** Istruzioni per l'uso
- PT** Manual de instruções
- NL** Bedieningsanleitung

Product description / Descripción del producto / Description du produit / Beschreibung des Produkts
 Descrizione del prodotto / Productomschrijving / Descrição do produto



Graphic A / Gráfico A / Graphique A / Zeichnung A
 Figura A / Afbeelding A / Gráfico A



Congratulations on your purchase of GYMFORM® AB SWIFT. Your safety is our primary concern, so please ensure that you familiarize yourself with all the information in this manual before using your GYMFORM® AB SWIFT. It is essential that anyone who intends to use this device reads and understands the instructions provided. An informed user is a safe user. Thank you for purchasing GYMFORM® AB SWIFT. We hope you enjoy your sessions.

• WARNING

Before embarking on any exercise programme, including the GYMFORM® AB SWIFT, consult your general practitioner and your physiotherapist. Ensure that you read the instructions, warnings and precautions carefully before using your GYMFORM® AB SWIFT.

GYMFORM® AB SWIFT is designed for healthy adults. However, the device should be used with care. Read the following guidelines and the instruction manual before using the product.

- Applying electrodes in the thorax area may increase the risk of cardiac fibrillation.
- Using the GYMFORM® AB SWIFT while connected to high-frequency surgical equipment may cause burns at the contact points of the GYMFORM® AB SWIFT and may result in damage to the product.
- Operation of a short-wave therapeutic device or microwave oven in the general vicinity (e.g. 1 metre away) may cause instability in the output power of the GYMFORM® AB SWIFT.
- This is a powerful electrical muscle stimulation device and may cause injury if you start with the most advanced exercise programme right away. Start with a lower level and gradually increase the intensity.
- Do not use on children or animals.
- Do not use while driving or sleeping or if you feel drowsy.
- Do not use in the bathroom or in other places with a high amount of moisture or humidity.
- This device may be used by children aged 8 and over, by people with reduced physical, sensory or mental abilities, and by people lacking in experience and knowledge if they are appropriately supervised or given suitable instructions on the safe use of the device and understand the dangers its use entails. Children should not be allowed to play with the device. The cleaning and maintenance to be performed by the user should not be done by children without supervision.
- AVOID using the Gymform® AB SWIFT near devices that emit electromagnetic waves, such as telecommunication antennas, microwave ovens and X-ray equipment. It may interfere with these devices.
- How long the electrodes last will depend on the kind of skin, intensity level used and environmental and storage conditions. For best results, we recommend replacing them after approximately 30 sessions. Spare electrodes are available at the point of sale where you purchased the product. If you notice the electrodes lose power too soon, moisten them with a damp cloth.

DO NOT use GYMFORM® AB SWIFT:

- If you have an electronic implant (such as a pacemaker) or suffer from another heart problem.
- If you are, or think you might be, pregnant.
- If you have cancer, epilepsy or are under medical supervision for a cognitive disorder.

- If you are breastfeeding.
- If you have a high fever.

Women: before using your GYMFORM® AB SWIFT, you should wait:

- At least six months after the birth of your child (after consulting your doctor).
- A month after having an intrauterine device (IUD) fitted.
- At least three months after having a caesarean section (after consulting your doctor).
- Until after the first days of your menstrual period.

Before using GYMFORM® AB SWIFT, you should obtain permission from your doctor or physiotherapist:

- If you suffer from back problems. In this case, the device should only be used at low intensity levels.
- If you suffer from a serious disease or injury not mentioned in this section.
- If you were operated on recently.
- If you are diabetic and take insulin.
- Do not place one receiver on your chest and another on your back in such a way that electricity passes through your heart. Do not place the receiver on genitals, scars, moles, varicose veins or the head.
- Do not place the receiver on recent scars, inflamed skin, infected areas or areas that are susceptible to acne, thrombosis or other vascular problems (e.g. varicose veins), or any part of your body with limited sensitivity.
- Do not place the receiver on areas with injuries or limited mobility (e.g. fractures or sprains).
- Do not place the receiver directly on metal implants. It should be placed on the closest muscle.

Possible Adverse Reactions

There have been isolated reports of skin reactions caused by the use of electro-stimulation devices, including allergies, prolonged skin redness and acne.

If any of these symptoms occur, switch off the device and consult your doctor. If you have never exercised before or have not exercised for a long time: Consult your general practitioner.

Precautions:

- Do not use GYMFORM® AB SWIFT if your body is in contact with water.
- Do not use GYMFORM® AB SWIFT in combination with any other device that transmits electrical current to your body or with any other machine.
- Do not connect the metal snap fasteners or electrodes to any other object.
- Do not modify the product.
- Use only the electrodes supplied by Industex.
- Do not attach two self-adhesive electrodes together.
- If any of the electrodes is not attached properly, you will notice an itching sensation.

SPECIAL FEATURES

1. Compact, wireless easy-to-use design.
2. Working range of up to 2 metres with practically no interference.
3. Thanks to the remote control (radiofrequency technology), the receivers are easy to control regardless of where they are applied on the body.
4. Synchronization of several independent receivers without interference.
5. Synchronization of up to 10 independent receivers without interference. If you acquire additional Gymform AB Swift receivers, you can use a total of 10 at the same time and activate them with the remote control. Make


sure there is a sightline between the remote control and the receivers. If the signal does not reach the receiver, try again by ensuring there is a sightline between the remote control and the receiver.

6. 10 output intensity levels to choose from.
7. 6 different power programmes to choose from.
8. The load-detection function automatically shuts off after 5 seconds without contact with the skin.
9. Made with surface-mount technology to offer better quality and effectiveness.

CONTENTS:

- 2 GYMFORM® AB SWIFT receivers
- 2 Self-adhesive electrodes
- 1 GYMFORM® AB SWIFT remote control
- 1 Instruction manual
- 1 Travel bag


PRODUCT DESCRIPTION:

1. Remote control.
2. Gymform® AB SWIFT receivers.
3. Self-adhesive electrodes.
4. Receiver indicator light.
5. Receiver ON/OFF button. 
6. Button to turn on and increase intensity.
7. Remote control indicator light.
8. Programme button.
9. Button to turn off and reduce intensity.

BEFORE FIRST USE

1. To use the GYMFORM® AB SWIFT, 1 3V CR-2032 battery is required for each receiver (2) and for the remote control (1) (not included). Slide off the cover and insert the battery with the positive end (+) facing up. Close the battery compartment cover.
2. Attach each receiver (2) to each self-adhesive electrode (3) using the 2 snap fasteners and make sure it is properly attached.
3. Remove the protective plastic backing from the self-adhesive electrode (3).
4. Place the self-adhesive electrode (3) on the part of the body to be treated. Figure A provides examples of the areas that can be treated at the same time.
5. Press the receiver ON/OFF button (5) to turn on the receiver. The receiver indicator light (4) will go on to show it is ready to be used.


INSTRUCTIONS

Once you have placed the self-adhesive electrodes (3) on the areas to be treated, you have to turn on the receivers (2) by pressing the button (5) with the symbol , which means ON/OFF. Once you have done this, you can choose from 6 different programmes and 10 intensity levels:

- Button to turn on and increase intensity (6): Press this button to turn on the receivers and increase the stimulation intensity. Each time you press the button, the intensity level will be increased (1-10). There are 10 levels in total.
- Button to turn off and reduce intensity (9): Press this button to turn off the receivers and reduce the stimulation intensity. Each time you press the button, the intensity level will be reduced (1-10). There are 10 levels in total. The receivers can be turned off by pressing the button to the lowest intensity level.
- There are 10 stimulation intensity levels. Level 10 is the one that provides the most stimulation.
- You can change programmes at any time by pressing the

Programme button (8). Each time you press it, a new programme will begin. • There are 6 GYMFORM® AB SWIFT programmes.

Programme 1	Rapid impulses: 18 rapid, consecutive impulses/contractions every 5 seconds/1-second pause between series.
Programme 2	Massage: 16 medium-deep contractions every 10 seconds/1-second pause between series.
Programme 3	Combination of 3 different kinds of contractions every 15 seconds/1-second pause between series. 1) Slow-deep contraction 2) Fast impulse 3) Slow-deep contraction
Programme 4	Combination of 2 different contractions every 2 seconds continuously: 1) Massage: 2 seconds 2) Rapid impulses: 2 seconds
Programme 5	Combination of 4 different contractions every 8 seconds continuously: 1) Rapid impulses 2) Deep contraction 3) Mild contraction 4) Deep contraction
Programme 6	Combination of 8 different contractions every 45 seconds continuously: 1) Slow impulses 2) Deep massage 3) Slow-fast-slow impulses 4) Deep massage 5) Deep impulses 6) Deep massage 7) Mild massage 8) Deep massage

- The maximum recommended time for massaging each part of the body is 10 minutes.
- After using the product, turn off the receivers by pressing the ON/OFF button (5) with the symbol 

Load-detection function

- The receiver indicator light (4) will automatically go out if the device is not in use for 60 seconds. This function prevents the battery from being used if you forget to turn off the receivers.

Automatic timer function

- The device is default programmed to run for 10 minutes. It will automatically shut off when the timer reaches the programmed time.
- When the device is in use (with a stimulation intensity of from 1 to 10), the automatic timer function will start. When the device is on, if the programme is changed while it is in use, the time will maintain the same countdown and the device will automatically shut off when the preset time ends.

TECHNICAL SPECIFICATIONS:

Power Supply: 3 3V CR-2032 batteries

Battery:	3V CR-2032
Maximum voltage:	120V (max.)
Output current:	70 mA (RMS)
Output intensity level:	1-10 (10 levels)

Output programmes:	1-2-3-4-5-6												
Automatic shutoff time:	10 minutes or 1 minute when device is inactive												
Automatic load-free shutoff time:	5 seconds												
Timer:	10 minutes												
Working range:	Distance of 1.5 to 2 m												
Impulse frequency:	<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5-15</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>4-15</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>4-15</td> </tr> </table>	1	5	2	45	3	5-15	4	45	5	4-15	6	4-15
1	5												
2	45												
3	5-15												
4	45												
5	4-15												
6	4-15												
Impulse width:	200 µs												
Frequency Rx/Tx	2,425 GHz												

Values measured with a load of 10 KΩ.

Temperature range: -45°C to -80°C
 30%-75% RH (without condensation)
 700 -1060 hPa
 Water protection: IPX0.
 Continuously operating unit.
 Pad dimensions: 150 x 50 mm
 Remote control dimensions: 90 mm (length) x 45 mm (width) x 15 mm (height)
 Weight of remote control (without battery): 15 g
 Dimensions of receiver: diameter 45 mm; height: 15 mm
 Weight of receiver (without battery): 10 gr.



This symbol indicates that the device is protected against electrostatic discharge by BF-type double insulation.



ISO 7000-1641 User Guide

CLEANING AND MAINTENANCE:

DO NOT WASH THE Gymform® AB Swift UNIT: WIPE WITH A DRY OR DAMP CLOTH.

Remove the batteries from your GYMFORM® AB SWIFT if you do not plan to use it for an extended period of time.

MAINTENANCE AND STERILIZATION OF ADHESIVE ELECTRODES

- Do not immerse in water.
- Keep in a cool, dry place at room temperature.
- Do not remove the insulating label.
- After using the device, always replace the protective plastic backings on the self-adhesive electrodes.
- Store in the bag supplied.
- Sterilize by wiping with wet fingers.
- Do not remove the insulating label.

PRECAUTIONS WITH BATTERIES

With use of approximately 10 minutes a day, the battery should last for 15 to 20 uses.
 Ensure the batteries are properly installed before turning the unit on.

Turn off the unit to change the batteries.

Remove the batteries if you are not going to use the device for an extended period of time.

Take the necessary precautions when disposing of the batteries. Do not expose them to fire.

CERTIFICATES AND DIRECTIVES

This product complies with Low Voltage Directive 2006/95/EC, Electromagnetic Compatibility Directive 2004/108/EC, RoHS Directive 2002/95/EC, and R&TTE Directive 1999/5/EC.

DISPOSAL OF MATERIALS

A symbol of a crossed-out wheeled bin means you should find out about and follow local regulations about disposing of this kind of product.

Do not dispose of this product as you would other household waste. Dispose of this device in accordance with the corresponding local regulations. Electrical and electronic devices contain hazardous substances that can have harmful effects on the environment and/or human health and should be recycled properly.

The battery should be disposed of separately. To protect the environment, all batteries, including rechargeable ones, should not be disposed of as you would other household waste. Take them to a disposal centre and ensure it complies with applicable legislation on battery disposal.

Quality Warranty:

This product is covered by a warranty against manufacturing defects subject to the time periods stipulated by the legislation in force in each country.

This warranty does not cover damages resulting from inadequate use, negligent commercial use, abnormal wear and tear, accidents or improper handling.

Australia only: This product has the benefit of certain Consumer Guarantees prescribed by the Australian Consumer Law which provide protection for consumers. There is no separate warranty as referred to above.

ESPAÑOL

Felicidades por haber adquirido GYMFORM® AB SWIFT. Su seguridad es fundamental. Por lo tanto, le pedimos se familiarice con toda la información contenida en este manual antes de utilizar GYMFORM® AB SWIFT. Es indispensable que cualquier persona que desee utilizar este aparato lea y comprenda las instrucciones proporcionadas. Un usuario informado es un usuario seguro. Gracias por comprar GYMFORM® AB SWIFT. Le deseamos que disfrute de sus sesiones.

• ADVERTENCIAS

Antes de emprender cualquier programa de ejercicios, incluyendo GYMFORM® AB SWIFT, consulte con su médico de cabecera y con su fisioterapeuta. Asegúrese de leer las instrucciones, advertencias y precauciones cuidadosamente antes de usar GYMFORM® AB SWIFT.

GYMFORM® AB SWIFT ha sido diseñado para adultos en buen estado de salud. Sin embargo, es necesario utilizarlo con cuidado. Lea las siguientes directrices y el manual de instrucciones antes de utilizar este producto.

- La aplicación de electrodos cerca del tórax puede incrementar el riesgo de fibrilación cardíaca.
- La conexión simultánea de un usuario a un equipo quirúrgico de alta frecuencia puede provocar quemaduras en los puntos de contacto del GYMFORM® AB SWIFT y el producto puede resultar dañado.
- El funcionamiento de un equipo terapéutico de onda corta o de un microondas en las proximidades (1m. por ejemplo) puede provocar inestabilidades en la potencia de salida del GYMFORM® AB SWIFT.
- Este es un aparato de electro estimulación muscular potente, puede producirse lesiones si utiliza directamente el programa de ejercicios más avanzado. Empezar por niveles inferiores y vaya subiendo progresivamente.
- No usar en niños ni en animales.
- No utilizar conduciendo ni durmiendo o si está soñoliento.
- No usar en el cuarto de baño o en otros lugares con alta humedad.
- Este aparato pueden utilizarlo niños con edad de 8 años y superior, y personas con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o falta de experiencia y conocimiento, si se les ha dado la instrucción apropiada respecto al uso del aparato de una manera segura y comprenden los peligros que implica, con una supervisión previa. Los niños no deben jugar con el aparato. La limpieza y el mantenimiento a realizar por el usuario no deben realizarlo los niños sin supervisión.
- EVITE su utilización cerca de aparatos que emitan radiación electromagnética, como pueden ser antenas de telecomunicaciones, hornos microondas, equipos de rayos X, etc. Puede interferir en estos equipos
- La duración de los parches varía según el tipo de piel, la intensidad usada o las condiciones ambientales y de almacenaje. Recomendamos su reemplazo cada 30 sesiones (aproximadamente), para asegurar máximos resultados. Los parches de recambio están disponibles en el mismo centro donde adquirió el producto. Si percibe una pérdida de eficacia de los parches demasiado pronto, humedézcalos con un trapo húmedo.

Usted NO debe utilizar GYMFORM® AB SWIFT:

- Si tiene un implante electrónico (por ejemplo, un marcapasos) o sufre de algún otro problema cardíaco.
- Si está embarazada o cree que puede estarlo.
- Si sufre de cáncer, epilepsia o está bajo supervisión médica por una disfunción cognitiva.
- Durante el período de lactancia.
- Tiene mucha fiebre.

Señoras, para usar GYMFORM® AB SWIFT deben esperar hasta que pasen:

- Al menos seis meses tras el nacimiento de su hijo (previa consulta con su médico).
- Un mes después de la colocación de un anticonceptivo intrauterino.
- Al menos tres meses después de una cesárea (previa consulta con su médico).
- Los primeros días del período.

Para usar GYMFORM® AB SWIFT debe obtener el permiso de su médico o fisioterapeuta:

- Si tiene problemas de espalda. También debe asegurarse de que mantiene la intensidad en los niveles bajos.
- Si sufre una enfermedad o herida grave que no se haya mencionado en esta sección.
- Si ha sido operado recientemente.
- Si toma insulina a causa de la diabetes.
 - No poner un receptor en el pecho y una en la espalda de forma que la electricidad pase a través del corazón. Tampoco colocar ningún receptor en los genitales, cicatrices, lunares, venas varicosas, o en la cabeza.
- No colocarlos sobre cicatrices recientes, piel inflamada, áreas infectadas o susceptibles al acné, trombosis, otros problemas vasculares (venas varicosas), o cualquier parte del cuerpo con sensibilidad limitada.
- No colocar en áreas con lesiones o con movilidad limitada (fracturas o torceduras).
- No poner los receptores directamente sobre implantes metálicos. Deben colocarse sobre el músculo más cercano.

Posibles reacciones adversas:

Existen informes aislados sobre reacciones de la piel por el uso de unidades de electro estimulación, incluyendo alergias, enrojecimiento prolongado de la piel y acné.

Si sufre alguno de estos síntomas apague el aparato y consulte con su médico.

Si nunca ha realizado un programa de ejercicios con anterioridad, o si ha pasado mucho tiempo desde la última vez que lo practicó: Consulte con su médico de cabecera.

Precauciones:

- No use GYMFORM® AB SWIFT cuando su cuerpo esté en contacto con el agua.
- No use GYMFORM® AB SWIFT junto con ningún otro aparato que transfiera corriente eléctrica al cuerpo o con cualquier otra máquina.
- No conecte los corchetes metálicos o los parches a ningún otro objeto.
- No modifique el producto.
- Use sólo los electrodos proporcionados por Industex.
- No pegar dos parches autoadhesivos juntos.
- Si alguno de los dos parches no se ha colocado correctamente, notará una sensación de picor.

CARACTERÍSTICAS ESPECIALES


1. Diseño compacto, sin cables y fácil de utilizar.
2. Intervalo de conexión de hasta 2 metros de distancia sin prácticamente interferencias.
3. Los receptores gracias al mando a distancia (tecnología de radiofrecuencia) pueden controlarse fácilmente con independencia de en qué parte del cuerpo se aplican.
4. Sincronización de múltiples receptores independientes sin interferencias.
5. Sincronización de múltiples receptores independientes hasta 10 sin interferencias. Si usted adquiere receptores adicionales Gymform AB Swift, puede usar hasta un total de 10 receptores al mismo tiempo accionándolos con el mando a distancia. Para ello asegúrese de que el mando a distancia este en línea recta visual con los receptores. Si algún receptor no ha cogido

- la señal, vuelva a intentarlo apuntando en línea recta visual con el mando
- Selección de 10 niveles de intensidad de salida.
 - Selección de 6 programas de distintas potencias.
 - Función de detección de carga que se apaga automáticamente después de 5 segundos de no estar en contacto con la piel.
 - Fabricado con tecnología de montaje superficial para ofrecer una gran calidad y eficacia.

COMPONENTES:

- 2 receptores GYMFORM® AB SWIFT
- 2 parches autoadhesivos
- 1 mando a distancia GYMFORM® AB SWIFT
- 1 manual de instrucciones
- 1 bolsa viaje


DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO:

- Mando a distancia.
- Receptores GYMFORM® AB SWIFT.
- Parches autoadhesivos.
- Indicador del receptor.
- Botón de encendido/apagado del receptor. 
- Botón de encendido y aumento de la intensidad.
- Indicador mando a distancia.
- Botón Programas.
- Botón de apagado y disminución de la intensidad.

ANTES DEL USO


- Para usar GYMFORM® AB SWIFT se necesitan 1 pila CR-2032 de 3 V para cada receptor (2) y para el mando a distancia (1) (no incluidas). Deslice la tapa e introduzca las pilas con la cara positiva (+) hacia arriba. Cierre la tapa del compartimento.
- Acople cada receptor (2) encima de cada parche autoadhesivo (3) mediante los 2 corchetes, asegúrese de una perfecta fijación.
- Quite el film de plástico protector del parche autoadhesivo (3).
- Coloque el parche autoadhesivo (3) en la zona del cuerpo que quiere tratar. En los gráficos A puede ver ejemplos de zonas a tratar de manera simultánea.
- Pulse el botón de encendido/apagado del receptor (5) para encender el receptor; el Indicador del receptor (4) se encenderá, esto significa que está listo para usar.

INSTRUCCIONES

Una vez colocados los parches autoadhesivos (3) en las zonas a tratar tiene que encender los receptores (2), presionando el botón (5) con el símbolo  que significa encendido y apagado, una vez hecho esto usted puede escoger entre 6 programas diferentes y 10 niveles de intensidad mediante el mando a distancia (1):

- Botón de encendido y aumento de la intensidad (6): Pulse este botón para encender los receptores y aumentar la intensidad de la estimulación. Cada vez que lo pulse, la intensidad se incrementará en un nivel (1-10). Hay 10 niveles en total.
- Botón de apagado y disminución de la intensidad (9): Pulse este botón para apagar los receptores y disminuir la intensidad de la estimulación. Cada vez que lo pulse, la intensidad se reducirá en un nivel (1-10). Hay 10 niveles en total. Los receptores se apaga presionando el botón al bajar por completo la intensidad.
- La intensidad de estimulación dispone de 10 niveles. El nivel 10 es el que ofrece un mayor nivel de estimulación.
- Puede cambiar de programa en cualquier momento al pulsar el Botón Programas (8). Cada vez que lo presione empezará un programa nuevo.
- GYMFORM® AB SWIFT tiene 6 programas.

Programa 1	Pulsaciones rápidas: 18 pulsaciones rápidas y consecutivas/contracciones cada 5 segundos/1 segundo de pausa entre series.
Programa 2	Masaje: 16 contracciones medias-profundas cada 10 segundos/1 segundo de pausa entre series.
Programa 3	Combinación de 3 tipos diferentes de contracciones cada 15 segundos/1 segundo de pausa entre series: 1) Contracción lenta-profunda 2) Pulsación rápida 3) Contracción lenta-profunda
Programa 4	Combinación de 2 contracciones diferentes cada 2 segundos de forma continua: 1) Masaje: 2 segundos 2) Pulsaciones rápidas: 2 segundos
Programa 5	Combinación de 4 contracciones diferentes cada 8 segundos de forma continua: 1) Pulsaciones rápidas 2) Contracción profunda 3) Contracción suave 4) Contracción profunda
Programa 6	Combinación de 8 contracciones diferentes cada 45 segundos de forma continua: 1) Pulsaciones lentas 2) Masaje profundo 3) Pulsaciones lentas-rápidas-lentas 4) Masaje profundo 5) Pulsaciones profundas 6) Masaje profundo 7) Masaje suave 8) Masaje profundo

- El tiempo máximo de masaje recomendado para cada parte del cuerpo es de 10 minutos.
- Después de usar el producto apague los receptores apretando el botón 5 de encendido y apagado indicado con el símbolo 
- Función de detección de carga
- El indicador del receptor (4) se apagará automáticamente después de 60 segundos si el aparato no está siendo usado. Esta función permite no gastar la pila si se olvida de apagar los receptores.
- Función de ajuste automático del tiempo
- El dispositivo está programado por defecto para funcionar durante 10 minutos. Se apagará automáticamente cuando el temporizador alcance el tiempo programado.
- Cuando el dispositivo está en uso (con una intensidad de estimulación entre 1 y 10), la función de ajuste automático del tiempo se pone en marcha. Cuando el aparato está encendido, si se cambia de programa mientras se está utilizando, el temporizador mantendrá la misma cuenta atrás y se apagará automáticamente cuando se acabe el tiempo predeterminado.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

Alimentación: 3 pilas CR-2032 de 3 V

Pila:	CR-2032 de 3 V
Tensión máxima:	120 V (máx.)
Corriente de salida:	70 mA (rms)
Nivel de intensidad de salida:	1-10 (10 niveles)
Programas de salida:	1-2-3-4-5-6

Tiempo de apagado automático:	10 minutos o 1 minuto en caso de inactividad												
Tiempo de apagado automático sin carga:	5 segundos												
Temporizador:	10 minutos												
Intervalo de trabajo:	1,5 - 2 m de distancia												
Frecuencia de pulso:	<table border="1"> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>4,5</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5-15</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>4,5</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>4-4,5</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>4-4,5</td> </tr> </tbody> </table>	1	5	2	4,5	3	5-15	4	4,5	5	4-4,5	6	4-4,5
1	5												
2	4,5												
3	5-15												
4	4,5												
5	4-4,5												
6	4-4,5												
Ancho de pulso:	200 µs												
Frecuencia Rx / Tx	2,425 GHz												

Valores medidos con una carga de 10KΩ

Rango de temperatura: -45-80 °C
30%-75% H.R. (sin condensación)
700 -1060hPa

Grado de protección contra el agua IPX0.

Equipo de funcionamiento continuo.

Dimensiones de los pads: 150 x 50 mm

Dimensión mando a distancia: 90 mm (largo) x45mm (ancho) x 15mm (alto)

Peso mando a distancia (sin pila): 15 gr.

Dimensión receptor: diámetro 45mm x 15 mm (alto)

Peso receptor (sin pila):



Este símbolo indica que el aparato está protegido contra descargas electrostáticas con doble aislamiento tipo BF.



ISO 7000-1641 Guía del usuario

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

NO LAVE LA UNIDAD GYMform® AB Swift : FROTAR CON UN PAÑO SECO O HUMEDECIDO.

Retire las pilas del GYMFORM® AB SWIFT si no va a ser utilizado durante un periodo de tiempo prolongado.

MANTENIMIENTO Y ESTERILIZACIÓN DE LOS PARCHES ADHESIVOS-

- No sumergir en agua.
- Guardar en un lugar fresco y seco a temperatura ambiente.
- No arrancar la etiqueta aislante.
- Después de usarlo volver a colocar siempre los plásticos protectores en los parches autoadhesivos.
- Guardar en la bolsa suministrada.
- Esterilizar pasando los dedos humedecidos con agua
- No arrancar la etiqueta aislante.

PRECAUCIONES CON LAS PILAS

Con un uso aproximado de 10 minutos al día, la pila debería durar unos 15-20 usos.

Asegúrese de instalarlas correctamente antes de encender la unidad.

Para cambiar las pilas, apague el aparato.

Retirar las pilas si no se va a usar la unidad durante un largo periodo.

Tomar las precauciones necesarias al deshacerse de las pilas y no arrojarlas al fuego.

CERTIFICADOS Y NORMATIVA

Este producto cumple con la Directiva de Baja Tensión 2006/96/CE, Directiva de Compatibilidad Electromagnética 2004/108/CE, Directiva ROHS 2002/95/CE y la Directiva R&TTE 1999/5/EC.

COMO DESHACERSE DE MATERIALES

El símbolo de un contenedor sobre ruedas tachado indica que Vd. debe informarse y seguir las normativas locales de deshecho de este tipo de productos.

No se deshaga de este producto de la misma forma que lo haría con los residuos generales de su hogar. Debe hacerlo según las normativas locales correspondientes.

Los productos eléctricos y electrónicos contienen sustancias peligrosas que tienen efectos nefastos sobre el medioambiente o la salud humana y deben ser reciclados adecuadamente.

La pila debe desecharse por separado. Para proteger el medio ambiente, las pilas, ni siquiera las pilas recargables, no deben desecharse de la misma forma que los residuos normales del hogar. Llévelas a un punto de recogida y compruebe que cumple la normativa legal aplicable en cuanto al vertido de pilas.

Garantía de calidad:

Este producto queda cubierto por una garantía contra defectos de fabricación sujeta a los plazos de tiempo estipulados por la legislación vigente en cada país.

Esta garantía no cubre los daños resultantes de un uso inadecuado, uso comercial negligente, desgaste anormal, accidentes o manipulación indebida.

Félicitations pour l'acquisition de GYMFORM® AB SWIFT. Votre sécurité étant essentielle, nous vous recommandons de vous familiariser avec les informations contenues dans ce manuel avant d'utiliser GYMFORM® AB SWIFT. Il est indispensable que toute personne souhaitant se servir de cet appareil lise et comprenne les instructions que nous fournissons. Un utilisateur informé est un utilisateur en sécurité. Merci d'avoir acheté GYMFORM® AB SWIFT. Nous souhaitons d'excellentes sessions.

• AVERTISSEMENTS

Avant de commencer un programme d'exercices, y compris avec GYMFORM® AB SWIFT, consultez votre médecin ou votre kinésithérapeute. Avant de vous servir de GYMFORM® AB SWIFT, veuillez lire attentivement les instructions, avertissements et précautions.

GYMFORM® AB SWIFT a été conçu pour des adultes en bonne santé. Il est toutefois indispensable de l'utiliser avec précaution. Avant de vous en servir, lisez les directives suivantes ainsi que le manuel d'instructions.

- La mise en place d'électrodes près du thorax peut augmenter le risque de fibrillation cardiaque.
- La connexion simultanée d'un utilisateur à un appareil chirurgical de haute fréquence peut entraîner des brûlures au niveau des points de contact de GYMFORM® AB SWIFT, et cela pourrait également endommager l'appareil.
- Le fonctionnement d'un dispositif thérapeutique à ondes courtes ou d'un micro-ondes à proximité (environ 1 mètre) peut provoquer une instabilité de la puissance de sortie de GYMFORM® AB SWIFT.
- GYMFORM® AB SWIFT est un appareil d'électrostimulation musculaire puissant susceptible de provoquer des lésions si vous utilisez dès le départ le programme d'exercices plus avancé. Commencez par des niveaux plus bas et augmentez progressivement.
- Ne pas utiliser sur des enfants et des animaux.
- Ne pas utiliser au volant, lorsque vous dormez ou vous êtes somnolent(e).
- Ne pas utiliser dans la salle de bains ou dans des endroits très humides.
- Cet appareil peut être utilisé par des enfants à partir de 8 ans et par des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou des personnes sans expérience ni connaissances, uniquement s'ils ont reçu les instructions appropriées concernant l'emploi de l'appareil de manière sûre et qu'ils comprennent les dangers qu'il comporte, et s'ils ont été supervisés au préalable. Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants sans la surveillance d'un adulte.
- Éviter d'utiliser GYMFORM® AB SWIFT à proximité d'autres appareils émettant une radiation électromagnétique, tels que les antennes de télécommunications, les fours micro-ondes, les appareils à rayons X, etc. car il pourrait se créer des interférences.
- La durée des patches dépend du type de peau, de l'intensité sélectionnée et des conditions environnementales et de stockage. Pour obtenir des résultats optimaux, nous recommandons de les remplacer au bout de 30 séances plus ou moins. Les patches de rechange sont disponibles dans le centre où vous avez acheté l'appareil. Si vous ressentez une perte d'efficacité des patches trop tôt, humidifiez-les avec un chiffon légèrement mouillé.

Vous NE devez PAS utiliser GYMFORM® AB SWIFT si :

- Vous portez un implant électronique (par exemple, un pacemaker) ou si vous souffrez d'un problème cardiaque.

- Vous êtes enceinte ou pensez que vous pouvez l'être.
 - Vous êtes atteint(e) d'un cancer, d'épilepsie ou si vous êtes sous surveillance médicale pour dysfonctionnement cognitif.
 - Vous allaitez.
 - Vous avez de la fièvre.
- Mesdames, avant d'utiliser GYMFORM® AB SWIFT, vous devez attendre :
- Au moins six mois après la naissance de votre enfant (et après avoir consulté votre médecin) ;
 - Un mois après la mise en place d'un stérilet ;
 - Au moins trois mois après une césarienne (et après avoir consulté votre médecin) ;
 - Après les premiers jours de votre menstruation.

Pour utiliser GYMFORM® AB SWIFT, vous devez auparavant recevoir l'autorisation de votre médecin ou de votre kinésithérapeute si :

- Vous avez des problèmes de dos. Dans ce cas, utilisez l'appareil avec des niveaux d'intensité faibles.
- Vous êtes atteint(e) d'une maladie ou avez une blessure grave n'ayant pas été mentionnée dans cette section.
- Vous avez subi récemment une opération chirurgicale.
- Vous prenez de l'insuline en raison d'un diabète.
 - Ne placez pas un récepteur sur la poitrine et un autre dans le dos, de sorte que l'électricité passe à travers le cœur. De même, ne placez pas de récepteur sur les organes génitaux, des cicatrices, des grains de beauté, des veines variqueuses et sur la tête.
- Ne placez pas de récepteur sur des cicatrices récentes, une peau rougie, une plaie infectée ou une peau à tendance acnéique, une thrombose, d'autres problèmes vasculaires (veines variqueuses), ni sur toute autre partie du corps dont la sensibilité est limitée.
- Ne pas placer de récepteur sur des lésions ou des parties du corps dont la mobilité est limitée (fractures ou tumeurs).
- Ne pas placer de récepteur directement sur des implants métalliques, mais sur le muscle le plus proche.

Possibles réactions adverses :

Certains rapports isolés indiquent des réactions de la peau à la suite de l'utilisation d'appareils d'électrostimulation, par exemple des allergies, des rougeurs prolongées et de l'acné.

Si l'un de ces symptômes survient, éteignez l'appareil et consultez votre médecin. Si vous n'avez jamais suivi de programme d'exercices ou si vous n'en avez pas réalisé depuis longtemps, consultez votre médecin.

Précautions

- N'utilisez pas GYMFORM® AB SWIFT lorsque votre corps est en contact avec l'eau.
- Ne vous servez pas de GYMFORM® AB SWIFT en même temps qu'un autre appareil transférant du courant électrique au corps ou en même temps qu'un autre appareil.
- Ne branchez les crochets métalliques et les électrodes à aucun autre objet.
- Ne modifiez pas le produit.
- Utilisez uniquement les électrodes fournies par Industex.
- Ne collez pas deux électrodes auto-adhésives ensemble.
- Si l'un des deux électrodes n'est pas placé correctement, vous noterez une sensation de picotements.

CARACTÉRISTIQUES PARTICULIÈRES

1. Forme compacte, sans câbles et facile à utiliser.
2. Intervalle de connexion de jusqu'à 2 mètres de distance sans pratiquement aucune interférence.
3. Grâce à la télécommande (technologie de radiofréquence), les récepteurs peuvent être contrôlés facilement, indépendamment de l'endroit du corps où ils sont disposés.
4. Synchronisation de plusieurs récepteurs indépendants sans interférences.
5. Synchronisation de plusieurs récepteurs indépendants de jusqu'à 10 sans

10

interférences. Si vous achetez d'autres récepteurs GYMFORM® AB SWIFT, vous pouvez utiliser jusqu'à 10 récepteurs en même temps en les actionnant au moyen de la télécommande. Vérifiez que cette dernière se trouve en ligne droite par rapport aux récepteurs. Si un récepteur ne capte pas le signal, essayez de nouveau en le visant en ligne droite avec la télécommande.

6. Sélection de 10 niveaux d'intensité de sortie.
7. Sélection de 6 programmes de différentes puissances.
8. Fonction de détection de la charge qui s'éteint automatiquement après 5 secondes sans contact avec la peau.
9. Appareil fabriqué avec une technologie de montage superficiel pour offrir qualité et efficacité.

COMPOSANTS

- 2 récepteurs GYMFORM® AB SWIFT
- 2 électrodes auto-adhésives
- 1 télécommande GYMFORM® AB SWIFT
- 1 manuel d'instructions
- 1 sac de transport

DESCRIPTION DU PRODUIT

1. Télécommande
2. Récepteurs GYMFORM® AB SWIFT
3. Electrodes auto-adhésives
4. Voyant du récepteur
5. Bouton marche/arrêt du récepteur
6. Bouton de mise en marche et d'augmentation de l'intensité
7. Voyant télécommande
8. Bouton Programmes
9. Bouton d'arrêt et de diminution de l'intensité.

AVANT UTILISATION

1. Pour utiliser GYMFORM® AB SWIFT, vous avez besoin d'une pile CR-2032 de 3 V pour chaque récepteur (2) et une pour la télécommande (1) (non fournies). Faites glisser le couvercle et introduisez les piles, face positive (+) vers le haut. Refermez le couvercle du compartiment.
2. Couplez chaque récepteur (2) sur chaque électrode auto-adhésive (3) au moyen des 2 crochets et vérifiez qu'ils sont bien fixés.
3. Retirez le film plastique protecteur de l'électrode auto-adhésive (3).
4. Placez l'électrode auto-adhésive (3) sur la partie du corps à faire travailler. Les graphiques A présentent des exemples de parties du corps à faire travailler simultanément.
5. Appuyez sur le bouton de marche/arrêt du récepteur (5) pour allumer ce dernier. Le voyant du récepteur (4) s'allume, indiquant que le récepteur est prêt à être utilisé.

INSTRUCTIONS

Après avoir placé les électrodes auto-adhésives (3) sur les parties du corps à faire travailler, allumez les récepteurs (2) en appuyant sur le bouton (5) comportant le symbole de marche-arrêt. Ensuite, vous pouvez sélectionner parmi 6 programmes différents et 10 niveaux d'intensité au moyen de la télécommande (1).

- Bouton de mise en marche et d'augmentation de l'intensité (6). Appuyez sur ce bouton pour allumer les récepteurs et augmenter l'intensité de la stimulation. Chaque fois que vous appuyez sur ce bouton, l'intensité augmente d'un niveau (1-10). Il y a 10 niveaux en tout.
- Bouton d'arrêt et de diminution de l'intensité (9). Appuyez sur ce bouton pour éteindre les récepteurs et diminuer l'intensité de la stimulation. Chaque fois que vous appuyez sur ce bouton, l'intensité diminue d'un niveau (1-10). Il y a 10 niveaux en tout. Pour éteindre les récepteurs, appuyez de nouveau sur ce bouton après avoir réduit l'intensité au minimum.
- L'intensité de stimulation comporte 10 niveaux. Le niveau 10 est celui qui procure un niveau maximum de stimulation.

- Vous pouvez changer de programme à tout moment en appuyant sur le bouton Programmes (8). Chaque fois que vous appuyez sur ce bouton, un programme nouveau démarre.
- GYMFORM® AB SWIFT comporte 6 programmes.

Programme 1	Pulsations rapides. 18 pulsations rapides et consécutives/contractions toutes les 5 secondes/1 seconde de pause entre les séries.
Programme 2	Massage. 16 contractions moyennées à profondes toutes les 10 secondes/1 seconde de pause entre les séries.
Programme 4	Combinaison de 2 contractions différentes toutes les 2 secondes de façon continue. 1) Massage : 2 secondes 2) Pulsations rapides : 2 secondes
Programme 5	Combinaison de 4 contractions différentes toutes les 8 secondes de façon continue. 1) Pulsations rapides 2) Contraction profonde 3) Contraction légère 4) Contraction profonde
Programme 6	Combinaison de 8 contractions différentes toutes les 45 secondes de façon continue. 1) Pulsations lentes 2) Massage profond 3) Pulsations lentes-rapides-lentes 4) Massage profond 5) Pulsations profondes 6) Massage profond 7) Massage léger 8) Massage profond

- La durée maximum de massage recommandée pour chaque partie du corps est de 10 minutes.
- Après utilisation, éteignez les récepteurs en appuyant sur le bouton (5) de marche-arrêt comportant le symbole.
- Fonction de détection de la charge
- Le voyant du récepteur (4) s'éteint automatiquement au bout de 60 secondes si l'appareil n'est pas utilisé. Cette fonction permet de ne pas user la pile si vous oubliez d'éteindre les récepteurs.
- Fonction de réglage automatique du temps
- Le dispositif est programmé par défaut pour fonctionner pendant 10 minutes. Il s'éteint automatiquement lorsque la minuterie atteint la durée programmée.
- Lorsque vous utilisez l'appareil avec une intensité de stimulation comprise entre 1 et 10, la fonction de réglage automatique du temps se met en marche. Lorsque l'appareil est allumé, et si vous changez de programme en cours d'utilisation, la minuterie conserve le même compte à rebours et l'appareil s'éteint automatiquement lorsque la durée prédéterminée est écoulée.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Alimentation : 3 piles CR-2032 de 3 V

Pile :	CR-2032 de 3 V
Tension maximale :	120 V (maxi.)
Courant de sortie :	70 mA (rms)
Niveau d'intensité de sortie :	1-10 (10 niveaux)
Programmes de sortie :	1-2-3-4-5-6
Temps d'arrêt automatique :	10 minutes ou 1 minute en cas d'inactivité

Temps d'arrêt automatique sans charge :	5 secondes												
Minuterie :	10 minutes												
Intervalle de travail :	1,5 – 2 m de distance												
Fréquence d'impulsion :	<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5-15</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>4-45</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>4-45</td> </tr> </table>	1	5	2	45	3	5-15	4	45	5	4-45	6	4-45
1	5												
2	45												
3	5-15												
4	45												
5	4-45												
6	4-45												
Largeur d'impulsion :	200 µs												
Fréquence Rx/TX :	2,425 GHz												

Valeurs mesurées avec une charge de 10 KΩ

Plage de température : -45-80° C
 30 %-75 % H.R. (sans condensation)
 700 -1 060 hPa
 Classe de protection contre l'eau : IPX0.
 Appareil à fonctionnement continu.
 Dimensions des pads : 150 x 50 mm
 Dimensions télécommande : 90 mm (long) x 45 mm (large) x 15 mm (haut)
 Poids télécommande (sans pile) : 15 g
 Dimensions récepteur : diamètre 45 mm x 15 mm (haut)
 Poids récepteur (sans pile) : 10 g



Ce symbole indique que l'appareil est protégé contre les décharges électrostatiques par une double isolation de type BF.



ISO 7000-1641 Manuel d'instructions

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Retirez les piles de GYMFORM® AB SWIFT si vous savez que vous n'allez pas l'utiliser pendant une période prolongée.

ENTRETIEN ET STÉRILISATION DES ÉLECTRODES AUTO-ADHÉSIVES- Ne pas les plonger dans l'eau.

- Les ranger dans un endroit frais et sec à température ambiante.
- Ne pas arracher l'étiquette isolante.
- Après utilisation, remettre en place les plastiques protecteurs sur les électrodes auto-adhésives.
- Les ranger dans le sac fourni.
- Pour stériliser les patches, passer les doigts humides dessus.
- Ne pas arracher l'étiquette isolante.

PRÉCAUTIONS À PRENDRE AVEC LES PILES

Avec une utilisation d'environ 10 minutes par jour, la pile devrait permettre 15-20 utilisations.

Avant d'allumer l'appareil, assurez-vous que les piles sont placées correctement.

Pour remplacer les piles, éteignez l'appareil.
 Retirez les piles de l'appareil si vous savez que vous n'allez pas l'utiliser pendant une période prolongée.
 Prenez les précautions nécessaires lorsque vous jetez les piles. Ne les mettez pas au feu.

CERTIFICATS ET NORME

Ce produit respecte les directives 2006/96/CE (directive basse tension), 2004/108/CE (directive compatibilité électromagnétique), ROHS 2002/95/CE et R&TTE 1999/5/CE.

MISE AU REBUT DE L'APPAREIL

Le symbole de la poubelle à roues barrée d'une croix indique que vous devez respecter les réglementations locales concernant le recyclage de ce type de produit.



Ne le jetez pas avec les ordures ménagères. Il doit être recyclé séparément conformément aux réglementations locales.

Les appareils électriques et électroniques contiennent des substances nocives pour l'environnement et la santé. Ils doivent être recyclés dans des conditions appropriées.

La pile doit être mise au rebut à part. Dans le but de préserver l'environnement, ne jetez pas les piles, même les piles rechargeables, avec les ordures ménagères. Portez-les à un point de ramassage des piles usées et vérifiez qu'il respecte les normes légales en vigueur pour ce qui est de la mise au rebut des piles.

Garantie de qualité

Ce produit est couvert par une garantie contre les défauts de fabrication, dont la durée dépend de la législation en vigueur dans chaque pays.

Cette garantie ne couvre pas les dommages résultant d'une utilisation inappropriée, d'une négligence de la part du commerçant, d'une usure anormale, d'accidents ou d'une mauvaise manipulation.

DEUTSCH

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb von GYMFORM® AB SWIFT. Ihre Sicherheit ist die Hauptsache. Deswegen bitten wir Sie, sich vor Gebrauch von GYMFORM® AB SWIFT mit allen in dieser Anleitung enthaltenen Informationen vertraut zu machen. Es ist unerlässlich, dass jede Person, die dieses Gerät verwenden möchte, die mitgelieferten Anweisungen liest und versteht. Ein informierter Benutzer ist ein sicherer Benutzer. Vielen Dank für den Kauf von GYMFORM® AB SWIFT. Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei den Trainingseinheiten.

• HINWEISE

Bevor Sie irgendein Übungsprogramm starten, fragen erst Ihren Hausarzt und Ihren Physiotherapeuten. Das gilt auch für das Training mit GYMFORM® AB SWIFT.

Versichern Sie sich, dass Sie die Anleitungen, Hinweise auf Vorsichtsmaßnahmen und anderen Hinweise sorgfältig gelesen haben, bevor Sie GYMFORM® AB SWIFT gebrauchen.

GYMFORM® AB SWIFT wurde für Erwachsene entworfen, deren Gesundheitszustand gut ist. Es ist jedoch notwendig, das Gerät vorsichtig zu benutzen. Lesen Sie vor Gebrauch des Produkts die nachstehenden Leitlinien und die Gebrauchsanleitung.

- Ein Anbringen von Pads in der Nähe des Brustkorbs kann das Risiko von Herzflimmern erhöhen.
- Gleichzeitiges Anschließen eines Benutzers an ein chirurgisches Hochfrequenzgerät kann an den Kontaktstellen mit GYMFORM® AB SWIFT zu Verbrennungen führen und das Produkt kann beschädigt werden.
- Funktioniert ein therapeutisches Kurzwellengerät oder ein Mikrowellengerät in der Nähe (zum Beispiel in einer Entfernung von 1 m) kann das zu Instabilität der Ausgangsleistung von GYMFORM® AB SWIFT führen.
- GYMFORM® AB SWIFT ist ein leistungsstarkes Elektrostimulationsgerät. Es kann zu Verletzungen kommen, wenn Sie direkt das fortgeschrittenste Übungsprogramm verwenden. Fangen Sie mit den unteren Stufen an und wählen Sie schrittweise eine immer höhere Stufe.
- Nicht für Kinder oder Tiere verwenden.
- Nicht beim Autofahren oder im Schlaf verwenden oder wenn Sie schläfrig sind.
- Nicht im Badezimmer oder an anderen Orten mit hoher Feuchtigkeit verwenden.
- Dieses Gerät darf von mindestens 8 Jahre alten Kindern und Personen mit reduzierten körperlichen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten bzw. Personen mit fehlender Erfahrung oder fehlendem Wissen verwendet werden, wenn diese Personen in geeigneter Weise in den sicheren Gebrauch des Geräts eingewiesen wurden, so dass sie die damit einhergehenden Gefahren verstehen und wenn sie vorher beaufsichtigt werden. Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Die vom Nutzer durchzuführende Reinigung und Pflege dürfen Kinder nicht ohne Aufsicht durchführen.
- VERMEIDEN Sie die Benutzung von GYMFORM® AB SWIFT in der Nähe von Geräten, die elektromagnetische Strahlung abgeben, wie zum Beispiel Telekommunikationsantennen, Mikrowellenherde, Röntgengeräte usw. GYMFORM® AB SWIFT kann bei diesen Geräten Interferenzen verursachen.
- Die Haltbarkeit der Pads variiert je nach Hauttyp, verwendeter Intensität oder Umwelt- und Lagerbedingungen. Wir empfehlen, die Pads (ca.)

alle 30 Trainingseinheiten auszuwechseln, um maximale Ergebnisse sicherzustellen. Ersatzpads sind dort erhältlich, wo Sie das Produkt gekauft haben. Beobachten Sie, dass die Wirksamkeit der Pads zu schnell nachlässt, befeuchten Sie sie mit einem feuchten Tuch.

Sie dürfen GYMFORM® AB SWIFT benutzen:

- Wenn Sie ein implantiertes elektronisches Gerät (zum Beispiel einen Herzschrittmacher) tragen oder irgendein anderes Herzproblem haben.
- Wenn Sie schwanger sind oder glauben, dass Sie schwanger sein könnten.
- Wenn Sie an Krebs oder Epilepsie leiden oder aufgrund einer kognitiven Störung unter ärztlicher Aufsicht sind.
- Während der Stillzeit.
- Wenn Sie hohes Fieber haben.

Hinweis für Frauen: Um GYMFORM® AB SWIFT gebrauchen zu können, müssen Sie folgende Zeitspannen abwarten:

- Mindestens sechs Monate nach der Geburt Ihres Kindes (bitte erst mit Ihrem Arzt Rücksprache nehmen).
- Einen Monat nachdem ein Intrauterinressor eingesetzt wurde.
- Mindestens drei Monate nach einem Kaiserschnitt (bitte erst mit Ihrem Arzt Rücksprache nehmen).
- Die ersten Tage der Menstruation.

Sie müssen für den Gebrauch von GYMFORM® AB SWIFT die Erlaubnis Ihres Arztes oder Physiotherapeuten einholen:

- Wenn Sie Rückenprobleme haben. Sie müssen sich auch versichern, dass Sie immer eine niedrige Intensitätsstufe eingestellt haben.
- Wenn Sie eine schwere Krankheit oder Verletzung haben, die in diesem Abschnitt nicht erwähnt wird.
- Wenn Sie vor kurzem operiert wurden.
- Wenn Sie wegen Diabetes Insulin bekommen.

-Bringen Sie nicht einen Empfänger auf der Brust und einen weiteren auf dem Rücken an, so dass der Strom durch das Herz geht. Bringen Sie auch keinen Empfänger an Genitalien, auf Narben, Muttermalen, Krampfadern oder am Kopf an.

- Nicht an frischen Narben, entzündeter Haut, entzündeten Stellen oder zu Akne neigenden Stellen, Thrombosen, Stellen mit anderen Gefäßproblemen (Krampfadern) bzw. an irgendeinem Körperteil mit begrenztem Empfindungsvermögen anbringen.
- Nicht an verletzten Bereichen oder Bereichen mit begrenzter Beweglichkeit (Brüche oder Verstauchungen) anbringen.
- Den Empfänger nicht direkt auf metallische Implantate legen, sondern auf den nächstgelegenen Muskel.

Mögliche Nebenwirkungen:

Es gibt einzelne Berichte über durch den Gebrauch von Elektrostimulationsgeräten ausgelöste Hautreaktionen, einschließlich Allergien, länger anhaltende Rötung der Haut und Akne.

Wenn Sie unter einem dieser Symptome leiden, stellen Sie das Gerät aus und fragen Sie Ihren Arzt.
 Haben Sie vorher noch nie ein Übungsprogramm absolviert oder ist das letzte schon lange her: Fragen Sie Ihren Hausarzt.

Vorsichtsmaßnahmen:

- Gebrauchen Sie GYMFORM® AB SWIFT nicht, wenn Ihr Körper Kontakt mit Wasser hat.

- Gebrauchen Sie GYMFORM® AB SWIFT nicht zusammen mit irgendeinem anderen Gerät, das Strom in den Körper leitet oder zusammen mit irgendeiner anderen Maschine.
- Schließen Sie die Metallklammern oder die Pads an keinem anderen Gegenstand an.
- Verändern Sie nichts an dem Produkt.
- Verwenden Sie nur die von Industex gelieferten Pads.
- Kleben Sie keine zwei selbstklebenden Pads zusammen.
- Wenn eins der beiden Pads nicht richtig platziert wurde, spüren Sie ein Jucken.

SPEZIELLE MERKMALE

1. Kompaktes Design, kabellos, einfach zu gebrauchen.
2. Verbindungsintervall von bis zu 2 Metern Entfernung praktisch ohne Interferenzen.
3. Die Empfänger können dank Fernbedienung (Radiofrequenztechnologie) einfach gesteuert werden, unabhängig vom Körperteil, an dem sie angebracht werden.
4. Synchronisation mehrerer unabhängiger Empfänger ohne Interferenzen.
5. Synchronisation mehrerer - bis zu 10 - unabhängiger Empfänger ohne Interferenzen. Wenn Sie zusätzliche Empfänger für GYMFORM® AB SWIFT kaufen, können Sie insgesamt bis zu 10 Empfänger gleichzeitig benutzen und mit der Fernbedienung betätigen. Versichern Sie sich dazu, dass die Fernbedienung auf einer geraden Sichtlinie mit den Empfängern liegt. Hat irgendein Empfänger das Signal nicht erhalten, versuchen Sie es erneut und halten Sie dabei die Fernbedienung auf einer geraden Sichtlinie in Richtung Empfänger.
6. Auswahl von 10 Ausgangsintensitätsstufen.
7. Auswahl von 6 Programmen mit unterschiedlicher Leistungsstärke.
8. Lasterkennungsfunktion, die sich automatisch abschaltet, nachdem 5 Sekunden lang kein Hautkontakt bestanden hat.
9. Hergestellt mit Oberflächenmontagetechnik für hohe Qualität und Wirksamkeit.

BESTANDTEILE:

- 2 Empfänger GYMFORM® AB SWIFT
- 2 selbstklebende Pads
- 1 Fernbedienung GYMFORM® AB SWIFT
- 1 Handbuch
- 1 Reisetasche

BESCHREIBUNG DES PRODUKTS:


1. Fernbedienung
2. Empfänger GYMFORM® AB SWIFT
3. Selbstklebende Pads
4. Empfängeranzeige
5. Ein-/Aus-Taste des Empfängers 
6. Taste zum Einschalten und zur Erhöhung der Intensität
7. Fernbedienungsanzeige
8. Programmtaste
9. Taste zum Ausschalten und zur Verringerung der Intensität

VOR DEM GEBRAUCH

1. Zum Gebrauch von GYMFORM® AB SWIFT wird je eine 3-Volt-Batterie vom Typ CR-2032 für jeden Empfänger (2) und für die Fernbedienung (1) benötigt (nicht im Lieferumfang inbegriffen). Schieben Sie den Deckel auf und legen Sie die Batterie mit dem Pluspol (+) nach oben ein. Schließen Sie den Deckel des Batteriefaßs.
2. Befestigen Sie jeden Empfänger (2) mit den 2 Metallklammern an jedem selbstklebenden Pad (3). Versichern Sie sich, dass die Empfänger richtig festgemacht sind.


3. Ziehen Sie die Plastikschutzfolie vom selbstklebenden Pad (3) ab.
4. Platzieren Sie das selbstklebende Pad (3) auf dem Körperbereich, den Sie behandeln möchten. Auf den Zeichnungen A können Sie Beispiele für gleichzeitig zu behandelnde Körperbereiche sehen.
5. Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste des Empfängers (5), um den Empfänger anzustellen: Die Empfängeranzeige (4) leuchtet auf. Das bedeutet, dass der Empfänger betriebsbereit ist.

ANLEITUNG

müssen Sie die Empfänger (2) einschalten. Drücken Sie dazu die Taste (5) mit dem Symbol  für Ein- und Ausschalten. Danach können Sie mit der Fernbedienung (1) unter 6 verschiedenen Programmen und 10 Intensitätsstufen wählen:

- Taste zum Einschalten und zur Erhöhung der Intensität (6): Drücken Sie diese Taste zum Einschalten der Empfänger und um die Stimulationsintensität zu erhöhen. Jedes Mal, wenn die Taste gedrückt wird, erhöht sich die Intensität um eine Stufe (1-10). Es gibt insgesamt 10 Stufen.
- Taste zum Ausschalten und zur Verringerung der Intensität (9): Drücken Sie diese Taste zum Ausschalten der Empfänger und um die Stimulationsintensität zu verringern. Jedes Mal, wenn die Taste gedrückt wird, verringert sich die Intensität um eine Stufe (1-10). Es gibt insgesamt 10 Stufen. Die Empfänger werden ausgeschaltet, wenn die Taste gedrückt und die Intensität vollständig reduziert wird.
- Für die Stimulationsintensität stehen 10 Stufen zur Verfügung. Stufe 10 bietet die höchste Stimulationsstufe.
- Sie können durch Drücken der Programmtaste (8) jederzeit das Programm wechseln. Jedes Mal, wenn die Taste gedrückt wird, beginnt ein neues Programm.
- GYMFORM® AB SWIFT hat 6 Programme.

Programm 1	Schnelle Impulse: 18 schnelle, aufeinander folgende Impulse/ Kontraktionen alle 5 Sekunden/ 1 Sekunde Pause zwischen den Reihen
Programm 2	Massage: 16 mitteltiefe Kontraktionen alle 10 Sekunden/ 1 Sekunde Pause zwischen den Reihen
Programm 3	Kombination von 3 verschiedenen Kontraktionstypen alle 15 Sekunden/ 1 Sekunde Pause zwischen den Reihen: 1) Langsame tiefe Kontraktion 2) Schneller Impuls 3) Langsame tiefe Kontraktion
Programm 4	Kombination von 2 verschiedenen Kontraktionen alle 2 Sekunden, ununterbrochen: 1) Massage: 2 Sekunden 2) Schnelle Impulse: 2 Sekunden
Programm 5	Kombination von 4 verschiedenen Kontraktionen alle 8 Sekunden, ununterbrochen: 1) Schnelle Impulse 2) tiefe Kontraktion 3) Sanfte Kontraktion 4) tiefe Kontraktion
Programm 6	Kombination von 8 verschiedenen Kontraktionen alle 45 Sekunden, ununterbrochen: 1) Langsame Impulse 2) Tiefenmassage 3) Impulse langsam-schnell-langsam 4) Tiefenmassage 5) Tiefe Impulse 6) Tiefenmassage 7) Sanfte Massage 8) Tiefenmassage

- Die empfohlene maximale Massagezeit für jeden Körperteil beträgt 10 Minuten.
- Schalten Sie nach Gebrauch des Geräts die Empfänger aus, indem Sie die mit dem Symbol  gekennzeichnete Taste zum Ein- und Ausschalten (5) drücken.

Lasterkennungsfunktion

- Die Empfängeranzeige (4) schaltet sich nach 60 Sekunden automatisch aus, wenn das Gerät nicht in Gebrauch ist. Dank dieser Funktion wird die Batterie nicht aufgebraucht, wenn man vergisst, die Empfänger auszuschalten.

Automatische Zeiteinstellungsfunktion

- Das Gerät ist standardmäßig so programmiert, dass es 10 Minuten lang funktioniert. Es stellt sich automatisch aus, wenn die Zeitschaltuhr die programmierte Zeit erreicht.
- Ist das Gerät in Gebrauch (mit einer Stimulationsintensität von 1 bis 10), startet die automatische Zeiteinstellungsfunktion. Ist das Gerät eingeschaltet und man ändert während des Gebrauchs das Programm, fährt die Zeitschaltuhr mit dem gleichen Countdown fort und schaltet sich automatisch aus, wenn die voreingestellte Zeit erreicht ist.

TECHNISCHE DATEN

Versorgung: 3 3-Volt-Batterien vom Typ CR-2032

Batterie:	CR-2032, 3 V												
Höchstspannung:	120 V (maximal)												
Ausgangsstrom:	70 mA (RMS)												
Stufe Ausgangsintensität:	1-10 (10 Stufen)												
Ausgangsprogramme:	1-2-3-4-5-6												
Automatische Abschaltzeit:	10 Minuten oder 1 Minute bei Inaktivität												
Automatische Abschaltzeit ohne Last:	5 Sekunden												
Zeitschaltuhr:	10 Minuten												
Arbeitsintervall:	1,5 – 2 m Entfernung												
Impulsfrequenz:	<table border="1"> <tbody> <tr><td>1</td><td>5</td></tr> <tr><td>2</td><td>45</td></tr> <tr><td>3</td><td>5-15</td></tr> <tr><td>4</td><td>45</td></tr> <tr><td>5</td><td>4-45</td></tr> <tr><td>6</td><td>4-45</td></tr> </tbody> </table>	1	5	2	45	3	5-15	4	45	5	4-45	6	4-45
1	5												
2	45												
3	5-15												
4	45												
5	4-45												
6	4-45												
Impulsbreite:	200 µs												
RX-/ TX-Frequenz	2,425 GHz												

Mit einer Last von 10 kΩ gemessene Werte

Temperaturbereich: -45–80 °C
30 % - 75 % r.F. (ohne Kondensation)
700 - 1060 hPa
Schutzart gegen Wasser: IPX0
Dauerbetriebsgerät
Abmessungen der Pads: 150 x 50 mm
Abmessungen Fernbedienung: 90 mm (Länge) x 45 mm (Breite) x 15 mm (Höhe)
Gewicht Fernbedienung (ohne Batterie): 15 g
Abmessungen Empfänger: Durchmesser 45 mm x 15 mm (Höhe)
Gewicht Empfänger (ohne Batterien): 10 g



Dieses Symbol zeigt an, dass das Gerät mit einer doppelten Isolierung vom Typ BF gegen elektrostatische Entladungen geschützt ist.

Abb. 1



ISO 7000-1641 Leitfaden für den Benutzer

REINIGUNG UND PFLEGE

WASCHEN SIE GYMFORM® AB SWIFT NICHT: REIBEN SIE DAS GERÄT MIT EINEM TROCKENEN ODER ANGEFEUCHTETEN TUCH AB. Nehmen Sie die Batterien aus dem GYMFORM® AB SWIFT, wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen.

PFLEGE UND STERILISIERUNG DER SELBSTKLEBENDEN PADS: Nicht in Wasser tauchen.

- An einem kühlen, trockenen Ort bei Zimmertemperatur aufbewahren.
- Isolieretikett nicht abziehen.
- Nach dem Gebrauch jedes Mal wieder die Plastikschutzfolie an den selbstklebenden Pads anbringen.
- In der mitgelieferten Tasche aufbewahren.
- Zum Sterilisieren mit Wasser befeuchteten Fingern abwischen.
- Isolieretikett nicht abziehen.

VORSICHTSMASSNAHMEN BEZÜGLICH DER BATTERIEN

Bei einer Verwendung von ca. 10 Minuten am Tag müsste die Batterie für ca. 15 - 20 Verwendungen reichen.

Stellen Sie sicher, dass Sie die Batterien richtig eingelegt haben, bevor Sie das Gerät anstellen.

Apparat ausstellen, bevor die Batterien gewechselt werden.

Batterien herausnehmen, wenn das Gerät längere Zeit nicht benutzt wird. Notwendige Vorsichtsmaßnahmen zur Entsorgung der Batterien ergreifen. Batterien nicht ins Feuer werfen.

BESCHREIBUNGEN UND VORSCHRIFTEN

Dieses Produkt erfüllt die Niederspannungsrichtlinie 2006/96/EG, die Richtlinie über elektromagnetische Verträglichkeit 2004/108/EG, die RoHS-Richtlinie 2002/95/EG und die R&TTE-Richtlinie 1999/5/EG.

HINWEIS ZUR RICHTIGEN MATERIALENTSORGUNG

Das Symbol eines auf Rollen stehenden Containers, der durchgestrichen ist, bedeutet, dass Sie sich über die geltenden Bestimmungen zur örtlichen Entsorgung dieser Art von Produkten informieren müssen.

Entsorgen Sie dieses Produkt nicht mit Ihrem Hausmüll. Sie müssen bei der Entsorgung die vor Ort geltenden Bestimmungen beachten.



Elektrische und elektronische Produkte enthalten gefährliche Substanzen, die eine äußerst schädliche Wirkung auf die Umwelt oder die menschliche Gesundheit haben können und fachgerecht recycelt werden müssen.

Die Batterie muss separat entsorgt werden. Um die Umwelt zu schützen, dürfen Batterien und wiederaufladbare Batterien nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden. Bringen Sie sie zu einer Sammelstelle und prüfen Sie, dass die geltenden gesetzlichen Vorschriften zur Entsorgung von Batterien eingehalten werden.

Complimenti per la scelta e grazie per l'acquisto di GYMFORM® AB SWIFT. La sicurezza è fondamentale, per cui le consigliamo di leggere attentamente questo manuale e di familiarizzarsi con il prodotto prima di utilizzare GYMFORM® AB SWIFT. È indispensabile che tutte le persone che vogliono utilizzare questo apparecchio leggano e comprendano bene le istruzioni fornite. Un utente informato è un utente sicuro. Le auguriamo di trarre il massimo profitto da ogni sessione con GYMFORM® AB SWIFT.

• AVVERTENZE

Prima di iniziare qualsiasi programma di esercizi con GYMFORM® AB SWIFT, consultare il proprio medico curante o un fisioterapista.

Prima di utilizzare GYMFORM® AB SWIFT leggerne attentamente le istruzioni, le avvertenze e le precauzioni.

GYMFORM® AB SWIFT deve essere utilizzato solo da persone adulte in buono stato di salute, e sempre con la dovuta cautela. Prima di utilizzare il prodotto leggere le indicazioni e le istruzioni che seguono.

- La collocazione di elettrodi nei pressi del torace può incrementare il rischio di fibrillazione cardiaca.
- Il collegamento simultaneo di un utente a un dispositivo chirurgico ad alta frequenza può provocare ustioni nei punti di contatto del corpo con GYMFORM® AB SWIFT e danni all'apparecchio.
- Il funzionamento di un apparecchio terapeutico ad onde corte o di un microonde nelle vicinanze (ad esempio, ad 1 metro) può provocare oscillazioni nella potenza d'uscita di GYMFORM® AB SWIFT.
- Questo è un apparecchio di elettrostimolazione muscolare potente. Se s'inizia direttamente con il programma di esercizi più avanzato c'è il rischio di lesioni. Cominciare dai livelli d'intensità più bassi e aumentare progressivamente.
- Non utilizzare su bambini o animali.
- Non utilizzare mentre si guida, né quando si dorme o si è assonnati.
- Non utilizzare in bagno, né in altri luoghi con un'elevata umidità.
- Questo apparecchio può essere utilizzato anche da bambini di età superiore agli 8 anni e da persone con capacità fisiche, sensoriali o mentali ridotte o prive di esperienza o conoscenza previa dell'apparecchio, se si trovano sotto la diretta sorveglianza di una persona responsabile della loro sicurezza o abbiano ricevuto istruzioni appropriate per utilizzare l'apparecchio in modo sicuro e abbiano compreso i pericoli che questo implica. Non lasciare che i bambini giochino con l'apparecchio. Non lasciare che i bambini realizzino da soli la normale pulizia e la manutenzione che deve effettuare l'utente.
- EVITARNE l'uso nei pressi di apparecchi che emettono radiazioni elettromagnetiche, come ad esempio antenne di telecomunicazione, forni a microonde, apparecchiature a raggi X, ecc., giacché può interferire sul loro funzionamento.
- La durata degli elettrodi varia secondo il tipo di pelle, l'intensità usata o le condizioni ambientali e di conservazione. Per garantire sempre i massimi risultati, ne consigliamo la sostituzione ogni 30 sessioni circa. Gli elettrodi di ricambio sono reperibili nello stesso stabilimento presso il quale è stato acquistato il prodotto. Se si nota una troppo precoce perdita di efficacia degli elettrodi, passarsi sopra un panno umido.

NON utilizzare GYMFORM® AB SWIFT nei seguenti casi:

- Se si porta uno stimolatore elettronico (ad esempio un pace-maker) o si ha qualche altro problema cardiaco.
- Durante la gravidanza o se si crede di essere incinta.
- Se si ha un tumore, epilessia o si è sotto controllo medico a causa di una

disfunzione conoscitiva.

- Durante l'allattamento.
- Se si ha febbre alta.

Le donne, prima di utilizzare GYMFORM® AB SWIFT devono lasciar passare:

- Almeno sei mesi dal parto (e previo nullaosta del proprio medico curante).
- Un mese dalla collocazione di un contraccettivo intrauterino (IUD).
- Almeno tre mesi da un taglio cesareo (e previo nullaosta del proprio medico curante).
- I primi giorni del ciclo mestruale.

Per utilizzare Gymform® AB SWIFT si deve avere il nullaosta del proprio medico curante o di un fisioterapista:

- Se si hanno problemi di schiena. In questi casi ci si deve inoltre assicurare di mantenere l'intensità su livelli bassi.
- Se si ha qualche malattia o ferita grave non citata in questa sezione.
- Se si è stati sottoposti di recente a un intervento chirurgico.
- Se si prende insulina a causa del diabete.

- Non collocare un ricevitore sul petto e uno sulla schiena, facendo in modo che l'elettricità passi attraverso il cuore. Non collocare nemmeno nessun ricevitore sui genitali, né su cicatrici, né, vene varicose o sulla testa.

- Non collocare i ricevitori su cicatrici recenti, pelle infiammata, aree infette o acneiche, aree soggette e trombosi o con altri problemi vascolari (ad esempio, vene varicose), o su qualsiasi parte del corpo con sensibilità limitata.
- Non collocare su aree con lesioni o con mobilità limitata (fratture o storte).
- Non collocare il ricevitore direttamente su protesi metalliche, ma ubicarlo sul muscolo più prossimo.

Possibili controindicazioni:

Sono stati descritti casi isolati di reazioni cutanee (come allergie, arrossamenti cutanei persistenti e acne) dovute all'uso di un apparecchio di elettrostimolazione.

Se compare qualcuno di questi sintomi, spegnere l'apparecchio e consultare il proprio medico curante.

Se non si è mai realizzato un programma di esercizi in precedenza, o è già passato molto tempo dall'ultima volta che ciò è avvenuto, consultare prima il proprio medico curante.

Precauzioni:

- Non utilizzare GYMFORM® AB SWIFT se il corpo è in contatto con l'acqua.
- Non utilizzare GYMFORM® AB SWIFT assieme a qualsiasi altro dispositivo che invii corrente elettrica al corpo, né assieme a qualsiasi altro apparecchio.
- Non collegare i bottoni automatici metallici o gli elettrodi su nessun oggetto.
- Non modificare il prodotto.
- Utilizzare solo elettrodi originali Industex.
- Non attaccare due elettrodi assieme.
- Se uno dei due elettrodi non è stato ben collocato, si noterà una sensazione di bruciore.

CARATTERISTICHE SPECIALI


1. Compatto, wireless e di facile uso.
2. Funzionamento wireless con una portata sino a 2 metri senza praticamente interferenze.
3. Grazie al telecomando a radiofrequenza i ricevitori possono essere facilmente controllati, indipendentemente dalla parte del corpo su cui si applicano.

4. Possibilità di sincronizzare diversi ricevitori indipendenti senza interferenze.
5. Possibilità di sincronizzare sino a 10 ricevitori indipendenti senza interferenze. Se si acquistano ricevitori GYMFORM® AB SWIFT supplementari, se ne possono utilizzare simultaneamente sino ad un totale di 10, azionandoli con il telecomando. A tal fine, accertarsi che il telecomando si trovi visivamente in linea retta con i ricevitori. Se qualche ricevitore non ha captato il segnale, riprovare puntando il telecomando verso il ricevitore.
6. 10 livelli d'intensità di uscita.
7. 6 programmi di diversa potenza.
8. Funzione che rileva l'assenza di assorbimento, che spegne automaticamente l'apparecchio dopo 5 secondi senza contatto con la pelle.
9. Fabricato con tecnologia a montaggio superficiale per offrire una grande qualità ed efficacia.

COMPONENTI:

- 2 ricevitori GYMFORM® AB SWIFT
- 2 elettrodi adesivi
- 1 telecomando GYMFORM® AB SWIFT
- 1 manuale d'istruzioni
- 1 borsa da viaggio


DESCRIZIONE DEL PRODOTTO:

1. Telecomando.
2. Ricevitori GYMFORM® AB SWIFT.
3. Elettrodi adesivi.
4. Spia luminosa del ricevitore.
5. Pulsante di accensione/spengimento del ricevitore. 
6. Pulsante di accensione e aumento dell'intensità.
7. Spia luminosa del telecomando.
8. Pulsante per la selezione del programma.
9. Pulsante di spegnimento e diminuzione dell'intensità.

PRIMA DELL'USO

1. Per il funzionamento di Gymform® AB Swift sono necessarie: una pila tipo CR-2032 da 3 V per ogni ricevitore (2) e una per il telecomando (1) (non fornite). Far scorrere il coperchio del vano pila e inserire la pila con il lato positivo (+) rivolto verso l'esterno. Quindi richiudere il coperchio.
2. Applicare un ricevitore (2) ad ognuno degli elettrodi adesivi (3), con i 2 bottoni automatici, accertandosi che rimanga perfettamente fissato.
3. Togliere la plastica di protezione dall'elettrodo adesivo (3).
4. Collocare l'elettrodo adesivo (3) sulla zona del corpo che si vuole trattare. Nella figura A si possono vedere esempi delle zone che si possono trattare in modo simultaneo.
5. Per accendere il ricevitore, premere il pulsante di accensione/spengimento (5): la spia luminosa del ricevitore (4) si accenderà, per indicare che è pronto per l'uso.


ISTRUZIONI

Una volta collocati gli elettrodi adesivi (3) sulle zone da trattare, accendere i ricevitori (2), premendo il pulsante di accensione/spengimento (5), contraddistinto dal simbolo . Una volta fatto ciò, selezionare con il telecomando (1) tra 6 differenti programmi e 10 livelli d'intensità:

- Pulsante di accensione e aumento dell'intensità (6): premere questo pulsante per accendere i ricevitori e aumentare l'intensità della stimolazione. Ogni volta che si preme il pulsante, l'intensità aumenterà di un livello (1-10). Sono disponibili 10 livelli in totale.

- Pulsante di spegnimento e diminuzione dell'intensità (9): premere questo pulsante per spegnere i ricevitori e diminuire l'intensità della stimolazione. Ogni volta che si preme il pulsante, l'intensità diminuirà di un livello (1-10). Sono disponibili 10 livelli in totale. I ricevitori si spegneranno premendo di nuovo il pulsante una volta raggiunto il livello minimo d'intensità.
- L'intensità di stimolazione dispone di 10 livelli. Il livello 10 è quello che offre la maggiore intensità di stimolazione.
- È possibile cambiare programma in qualsiasi momento premendo il pulsante per la selezione del programma (8). Ogni volta che si preme il pulsante inizierà un nuovo programma.
- GYMFORM® AB SWIFT dispone di 6 programmi.

Programma 1	Impulsi veloci: 18 impulsi veloci consecutivi/contrazioni ogni 5 secondi, con 1 secondo di pausa tra le serie.
Programma 2	Massaggio: 16 contrazioni medie-profonde ogni 10 secondi, con 1 secondo di pausa tra le serie.
Programma 3	Combinazione di 3 diversi tipi di contrazione ogni 15 secondi, con 1 secondo di pausa tra le serie: 1) Contrazione lenta profonda 2) Impulso veloce 3) Contrazione lenta profonda
Programma 4	Combinazione di 2 diversi tipi di contrazione ogni 2 secondi, in modo continuo: 1) Massaggio: 2 secondi 2) Impulsi veloci: 2 secondi
Programma 5	Combinazione di 4 diversi tipi di contrazione ogni 8 secondi, in modo continuo: 1) Impulsi veloci 2) Contrazione profonda 3) Contrazione delicata 4) Contrazione profonda
Programma 6	Combinazione di 8 diversi tipi di contrazione ogni 45 secondi, in modo continuo: 1) Impulsi lenti 2) Massaggio profondo 3) Impulsi lenti - veloci - lenti 4) Massaggio profondo 5) Impulsi profondi 6) Massaggio profondo 7) Massaggio delicato 8) Massaggio profondo

- Il tempo massimo di massaggio consigliato per ogni parte del corpo è di 10 minuti.
- Una volta terminato l'uso del prodotto, spegnere i ricevitori premendo il pulsante di accensione/spengimento (5), contraddistinto dal simbolo .

Funzione di rilevamento di assenza di assorbimento

- La spia luminosa (4) dei ricevitori si spegnerà automaticamente dopo 60 secondi se non si sta utilizzando l'apparecchio. Questa funzione permette di evitare il consumo della pila se ci si dimentica di spegnere l'apparecchio.

Funzione di spegnimento automatico programmato

- Di default il dispositivo è programmato per funzionare per 10 minuti. Si spegnerà automaticamente quando il timer raggiunga il tempo programmato.
- Quando il dispositivo è in uso (con un'intensità di stimolazione tra 1

e 10), si attiva la funzione di spegnimento automatico programmato. Se si cambia programma durante l'uso dell'apparecchio, il timer non si azzererà, ma continuerà il conteggio alla rovescia e si spegnerà automaticamente al termine del tempo inizialmente predeterminato.

CARATTERISTICHE TECNICHE

Alimentazione: 3 pile CR-2032 da 3 V.

Pila:	CR-2032 da 3 V												
Tensione massima:	120 V												
Corrente di uscita:	70 mA (rms)												
Intensità di uscita:	1 - 10 (10 livelli)												
Programmi di uscita:	1-2-3-4-5-6												
Tempo per lo spegnimento automatico:	10 minuti (o 1 minuto in caso di inattività)												
Tempo per lo spegnimento automatico in assenza di assorbimento:	5 secondi												
Timer:	10 minuti												
Portata del telecomando:	1,5 - 2 m												
Frequenza dell'impulso:	<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5-15</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>4-45</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>4-45</td> </tr> </table>	1	5	2	45	3	5-15	4	45	5	4-45	6	4-45
1	5												
2	45												
3	5-15												
4	45												
5	4-45												
6	4-45												
Ampiezza dell'impulso:	200 µs												
Frequenza Rx/Tx	2,425 GHz												

Valori misurati con una carica di 10 KΩ

Intervallo di temperatura: -45-80 °C

U.R.: 30-75% (senza condensazione)

700 - 1060 hPa

Grado di protezione contro l'ingresso di liquidi: IPX0.

Apparecchio a funzionamento continuo.

Dimensioni degli elettrodi adesivi: 150 x 50 mm

Dimensioni del telecomando: 90 mm (lunghezza) x 45 mm (larghezza) x 15 mm (altezza)

Peso del telecomando (senza pila): 15 g

Dimensioni del ricevitore: 45 mm (diametro) x 15 mm (altezza)

Peso del ricevitore (senza pila): 10 g



Questo simbolo indica che l'apparecchio è protetto dalle scariche elettrostatiche con doppio isolamento tipo BF (Bassa Frequenza).

Fig. 1



ISO 7000-1641 Manuale di istruzioni

PULIZIA E MANUTENZIONE

NON LAVARE Gymform® AB SWIFT: STROFINARE CON UN PANNINO ASCIUTTO O UMIDO.

Togliere le pile da GYMFORM® AB SWIFT se si prevede di non utilizzare l'apparecchio per un lungo periodo di tempo.

MANUTENZIONE E STERILIZZAZIONE DEGLI ELETTRODI ADESIVI

Non immergere in acqua.

- Conservare in luogo fresco e asciutto a temperatura ambiente.

- Non staccare l'etichetta isolante.

- Dopo l'uso, ricollocare sempre la plastica di protezione sugli elettrodi adesivi.

- Conservare nella borsa fornita.

- Sterilizzare passando le dita umide con acqua.

- Non staccare l'etichetta isolante.

PRECAUZIONI CON LE PILE

Con un uso approssimativo di 10 minuti a sessione, la pila dovrebbe durare circa 15-20 sessioni.

Prima di accendere l'apparecchio, accertarsi di aver collocato bene le pile.

Prima di sostituire le pile, spegnere l'apparecchio.

Togliere le pile se si prevede di non utilizzare l'apparecchio per un lungo periodo di tempo.

Per difendersi dalle pile, prendere le dovute precauzioni e non gettarle nel fuoco.

CERTIFICAZIONI E NORMATIVA

Questo prodotto soddisfa la Direttiva di Bassa Tensione 2006/96/CE, la Direttiva di Compatibilità Elettromagnetica 2004/108/CE, la Direttiva ROHS 2002/95/CE e la Direttiva R&TTE 1999/5/CE.

DISMISSIONE E ROTTAMAZIONE DELL'APPARECCHIO

Il simbolo di un cassonetto su ruote barrato indica che è necessario conoscere e seguire le normative e le ordinanze municipali per l'eliminazione di questo tipo di prodotti.

Non disfarsi di questo prodotto come se si trattasse di un comune residuo domestico. Seguire le normative locali vigenti in materia. I prodotti elettrici ed elettronici contengono sostanze pericolose che hanno effetti nocivi per l'ambiente o la salute umana e devono pertanto essere convenientemente riciclati.

La pila devono essere eliminate separatamente. Per questo motivo è necessario toglierle prima di disfarsi dell'apparecchio. Per la tutela dell'ambiente, le pile (comprese quelle ricaricabili) non devono essere eliminate assieme ai normali residui domestici. Portarle a un punto di raccolta selettiva e accertarsi che questo soddisfi la normativa legale vigente sull'eliminazione delle pile.

Garanzia di qualità:

Questo prodotto è garantito contro ogni difetto di fabbricazione per il tempo previsto dalla legislazione vigente.

Sono esplicitamente esclusi dalla garanzia i danni derivanti da uso improprio, uso commerciale negligente, usura anormale, incidenti o manomissioni.

NEDERLANDS

Wij feliciteren u met de aankoop van GYMFORM® AB SWIFT. Uw veiligheid staat voorop. Wij verzoeken u daarom uzelf vertrouwd te maken met alle in deze handleiding vermelde informatie, voordat u GYMFORM® AB SWIFT gaat gebruiken. Het is absoluut noodzakelijk dat elke persoon die het apparaat wenst te gebruiken, de gegeven instructies leest en begrijpt. Een geïnformeerde gebruiker is een veilige gebruiker. Wij danken u voor de aankoop van GYMFORM® AB SWIFT. Wij wensen u veel plezier tijdens de sessies.

• WAARSCHUWINGEN

Raadpleeg uw arts of fysiotherapeut voordat u begint met een oefenprogramma, met inbegrip van GYMFORM® AB SWIFT.

Lees de instructies, waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen zorgvuldig door, voordat u GYMFORM® AB SWIFT gaat gebruiken.

GYMFORM® AB SWIFT is ontworpen voor volwassenen die in goede gezondheid verkeren. Niettemin dient hij zorgvuldig te worden gebruikt. Lees de volgende aanwijzingen en de gebruikershandleiding door voordat u dit product gebruikt.

- Het aanbrengen van elektrodes in de buurt van de borstkas kan tot hartfibrillatie leiden.

- De gelijktijdige aansluiting van een gebruiker op een hoogfrequent chirurgisch apparaat kan leiden tot verbranden van de contactpunten van de GYMFORM AB SWIFT en kan schade aan het product veroorzaken.

- De werking van een therapeutisch kortegolfapparaat of van een magnetron op korte afstand (bijvoorbeeld 1 meter) kan instabiliteit in het uitgangsvermogen van de GYMFORM AB SWIFT veroorzaken.

- Dit is een apparaat voor krachtige elektrostimulatie van de spieren, er kunnen verwondingen optreden wanneer u direct naar het meest geavanceerde oefeningsprogramma gaat. Begin op een lager niveau en verhoog dit geleidelijk.

- Niet op kinderen of dieren gebruiken.

- Niet gebruiken tijdens het autorijden, het slapen of wanneer u zich slaperig voelt.

- Niet gebruiken in de badkamer of in ruimtes met een hoge vochtigheidsgraad.

- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van 8 jaar en ouder en door personen met verminderde fysieke, sensorische of geestelijke vermogens, of met gebrek aan ervaring en kennis, indien zij passende instructies hebben ontvangen betreffende een veilig gebruik van het apparaat en zich bewust zijn van de mogelijke gevaren, met voorafgaand toezicht. Kinderen dienen niet met het apparaat te spelen. Reiniging en onderhoud mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd.

- VERMID het gebruik in de nabijheid van apparaten die elektromagnetische golven uitzenden, antennes voor telecommunicatie, microwaves, röntgenapparaten, etc. Dit apparaat kan daarin storingen veroorzaken.

- De levensduur van de pads varieert afhankelijk van het type huid, insteeltijd van het gebruik of de omgevingsomstandigheden en opbergplaats. Wij raden aan ze na 30 dagen (bij benadering) te vervangen om een optimaal resultaat te garanderen. De reservepads zijn te verkrijgen in hetzelfde verkooppunt waar u het product heeft aangeschaft. Indien u in de pads een te snel verlies aan effectiviteit bemerkt, bevochtigt ze dan met een vochtige doek.

U mag Gymform® AB SWIFT NIET gebruiken:

- Indien u een elektronisch implantaat draagt (bijvoorbeeld een pacemaker) of hartproblemen hebt.
- Indien u zwanger bent of denkt zwanger te zijn.
- Indien u aan een vorm van kanker of epilepsie lijdt of onder medisch toezicht staat vanwege een cognitieve stoornis.
- Tijdens de periode van borstvoeding.
- Indien u hoge koorts heeft.

Vrouwen moeten wachten met het gebruik van GYMFORM® AB SWIFT

tot de volgende tijdsperiodes zijn verstreken:

- Tenminste zes maanden na de geboorte van uw baby (in overleg met uw arts).
- Een maand na het inbrengen van een intra-uterien anticonceptiemiddel.
- Tenminste drie maanden na een keizersnede (in overleg met uw arts).
- De eerste dagen van de menstruatieperiode.

Om Gymform® AB SWIFT te gebruiken heeft u toestemming van uw arts of fysiotherapeut nodig:

- Indien u rugklachten heeft. U dient er ook voor te zorgen dat u de intensiteit op de lage niveaus houdt.
- Indien u aan een ziekte lijdt of een ernstige verwonding heeft die niet in deze paragraaf wordt genoemd.
- Indien u onlangs een operatie heeft ondergaan.
- Indien u insuline gebruikt vanwege diabetes.

- Plaats geen ontvanger op de borst en een andere op de rug zodat de elektriciteit door het hart loopt. Plaats ook geen ontvanger op genitaliën, littekens, moedervlekken, spataderen of op het hoofd.

• Niet plaatsen op recente littekens, onstoken huid, met acne geïnfecteerde of voor acne gevoelige zones, trombose, andere vasculaire problemen (spataderen), of lichaamsdelen met een beperkte gevoeligheid.

• Niet plaatsen in zones met verwondingen of beperkte bewegingsvrijheid (breuken of verstuikingen).

• De ontvangers niet direct op metalen implantaten plaatsen. Deze dienen op de dichtstbijzijnde spier te worden geplaatst.

Mogelijke bijwerkingen:

Er bestaan enkele rapporten die reacties van de huid melden bij het gebruik van apparaten met elektrostimulatie, waaronder allergieën, langdurige roodheid van de huid en acne.

Indien u aan een van deze symptomen lijdt, schakel het apparaat dan uit en raadpleeg uw arts.

Indien u in het verleden nooit eerder programma's met oefeningen heeft uitgevoerd of indien het al lang geleden is dat u deze heeft gedaan: Raadpleeg uw huisarts.

Voorzorgsmaatregelen:

- Gebruik GYMFORM® AB SWIFT niet wanneer uw lichaam in contact staat met water.
- Gebruik GYMFORM® AB SWIFT niet samen met andere apparaten of machines die elektrische stroom naar het lichaam zenden.
- Sluit de metalen haakjes of de pads niet op andere voorwerpen aan.
- Breng geen wijzigingen in het product aan.
- Gebruik alleen de door Industex geleverde elektroden.
- Plak geen twee zelfklevende pads tegen elkaar.
- Indien een van de twee pads niet juist is aangebracht, zult u een jeukerig gevoel ervaren.

BIJZONDERE EIGENSCHAPPEN

1. Compact ontwerp, zonder kabels en eenvoudig in gebruik.
2. Verbindingsafstand tot 2 meter, praktisch zonder interferenties.
3. Dankzij de afstandsbediening (radiografische technologie) kunnen de ontvangers eenvoudig worden geregeld, onafhankelijk van de zones van het lichaam waar ze worden aangebracht.
4. Synchronisatie van meerdere onafhankelijke ontvangers zonder interferenties.
5. Synchronisatie van maximaal 10 onafhankelijke ontvangers zonder interferenties. Wanneer u extra ontvangers voor de GYMFORM® AB SWIFT aanschaft, kunt u een totaal van 10 ontvangers gelijktijdig gebruiken en deze met de afstandsbediening activeren. Zorg er hierbij voor dat de afstandsbediening in een zichtbaar rechte lijn staat met de ontvangers. Indien een van de ontvangers het signaal niet ontvangt, probeer het dan opnieuw door de afstandsbediening hierop in een zichtbaar rechte lijn te richten.
6. Keuze uit 10 niveaus voor uitgangintensiteit.
7. Keuze uit 6 programma's van uiteenlopende vermogens.
8. Spanningsdetectiefunctie waardoor de spanning automatisch uitgeschakeld wordt na 5 seconden zonder contact met de huid.
9. Vervaardigd met oppervlak-montage-technologie voor hoge kwaliteit en efficiëntie.

BESTANDELEN:

- 2 ontvangers GYMFORM® AB SWIFT
- 2 zelfklevende pads
- 1 afstandsbediening GYMFORM® AB SWIFT
- 1 gebruikershandleiding
- 1 reistas


PRODUCTOMSCHRJVING:

1. Afstandsbediening.
2. Ontvangers GYMFORM® AB SWIFT.
3. Zelfklevende pads.
4. Indicatielampje van de ontvanger.
5. In-/uitschakelknop van de ontvanger. 
6. Knop voor inschakelen en verhogen van de intensiteit.
7. Indicatielampje van de afstandsbediening.
8. Knop Programma's.
9. Knop voor uitschakelen en verlagen van de intensiteit.

VOOR GEBRUIK

1. Voor het gebruik van GYMFORM® AB SWIFT is 1 batterij CR-2032 van 3V nodig voor elke ontvanger (2) en voor de afstandsbediening (1) (niet meegeleverd). Schuif het deksel open en plaats de batterijen met de +pool naar boven. Sluit het deksel van het batterijvak.
2. Bevestig de ontvangers (2) op de zelfklevende pads (3) met behulp van de 2 haakjes en controleer of alles goed vast zit.
3. Verwijder de plastic beschermfolie van de zelfklevende pad (3).
4. Bevestig de zelfklevende pad (3) op het deel van het lichaam dat u wenst te behandelen. In de afbeelding A kunt u voorbeelden zien van zones die u tegelijkertijd kunt behandelen.
5. Druk op de in-/uitschakelknop van de ontvanger (5) om de ontvanger in te schakelen: het indicatielampje van de ontvanger (4) gaat branden om aan te geven dat deze klaar is voor gebruik

INSTRUCTIES

Na het plaatsen van de zelfklevende pads (3) op de te behandelen zones dient u de ontvangers (2) in te schakelen door op de knop (5) te drukken met het symbool  dat in- en uitgeschakeld betekent. Daarna kunt u kiezen uit 6 verschillende programma's en 10 verschillende intensiteitsniveaus via de afstandsbediening (1):

- Knop voor het inschakelen en verhogen van de intensiteit (6): Druk op deze knop om de ontvangers in te schakelen en de intensiteit van de stimulatie op te voeren. Bij elke druk op de knop wordt het niveau van de intensiteit met één (1-10) verhoogd. In totaal staan 10 niveaus ter beschikking.
- Knop voor het uitschakelen en verlagen van de intensiteit (9): Druk op deze knop om de ontvangers uit te schakelen en de intensiteit van de stimulatie te verlagen. Bij elke druk op de knop wordt het niveau van de intensiteit met één (1-10) verlaagd. In totaal staan 10 niveaus ter beschikking. De ontvangers worden uitgeschakeld door de knop voor het verlagen van de niveaus volledig in te drukken.
- De intensiteit van de stimulatie kent 10 niveaus. Niveau 10 staat voor het hoogste stimulatie-niveau.
- Het programma kan op elk moment worden gewijzigd door op de knop Programma's (8) te drukken. Bij elke druk op de knop wordt een nieuw programma gestart.
- GYMFORM® AB SWIFT kent 6 programma's.

Programma 1	Snelle pulsaties: 18 snelle en opeenvolgende pulsaties/samentrekkingen om de 5 seconden/1 seconde rust tussen de series.
Programma 2	Massage: 16 half-diepe samentrekkingen om de 10 seconden/1 seconde rust tussen de series.
Programma 3	Combinatie van 3 verschillende samentrekkingen om de 15 seconden/1 seconde rust tussen de series: 1) Samentrekking langzaam-diep 2) Snelle pulsatie 3) Samentrekking langzaam-diep
Programma 4	Combinatie van 2 verschillende continue samentrekkingen om de 2 seconden: 1) Massage: 2 seconden 2) Snelle pulsaties: 2 seconden
Programma 5	Combinatie van 4 verschillende continue samentrekkingen om de 8 seconden 1) Snelle pulsaties 2) Diepe samentrekking 3) Zachte samentrekking 4) Diepe samentrekking
Programma 6	Combinatie van 8 verschillende continue samentrekkingen om de 45 seconden: 1) Langzame samentrekkingen 2) Intensieve massage 3) Trage-snelle-trage pulsaties 4) Intensieve massage 5) Intensieve pulsaties 6) Intensieve massage 7) Zachte massage 8) Intensieve massage

- De aanbevolen maximale massagetiJD voor elk lichaamsdeel bedraagt 10 minuten.
- Schakel na gebruik van het product de ontvangers uit door op in- en uitschakelknop (5) met symbool  te drukken.

20**Spanningsdetectiefunctie**

- De indicatie van de ontvanger (4) schakelt na 60 seconden automatisch uit wanneer het apparaat niet wordt gebruikt. Deze functie voorkomt het gebruik van de batterijen wanneer vergeten wordt de ontvangers uit te schakelen.

Functie automatische tijdaanpassing

- Het apparaat is standaard geprogrammeerd om gedurende 10 minuten te functioneren. Het schakelt automatisch uit wanneer de timer de geprogrammeerde tijd overschrijdt.
- Wanneer het apparaat in gebruik is (met een intensiteit van stimulatie tussen 1 en 10), treedt de automatische tijdaanpassing in werking. Wanneer het apparaat ingeschakeld is en het programma tijdens het gebruik wordt gewijzigd, houdt de timer zich aan de teruglooptijd en schakelt het apparaat uit na afloop van de ingestelde tijd.

TECHNISCHE SPECIFICATIES

Voeding: 3 batterijen CR-2032 van 3V

Batterij:	CR-2032 van 3 V												
Maximale spanning:	120 V (max.)												
Uitgangsstroom:	70 mA (rms)												
Niveau van uitgangintensiteit:	1-10 (10 niveaus)												
Uitgangsprogramma's:	1-2-3-4-5-6												
Tijd van automatische uitschakeling:	10 minuten of 1 minuut in geval buiten werking												
Tijd van automatische uitschakeling zonder spanning:	5 seconden												
Timer:	10 minuten												
Werkafstand:	1,5 – 2 m afstand												
Pulsfrequentie:	<table border="1"> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5-15</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>4-45</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>4-45</td> </tr> </tbody> </table>	1	5	2	45	3	5-15	4	45	5	4-45	6	4-45
1	5												
2	45												
3	5-15												
4	45												
5	4-45												
6	4-45												
Pulsbreedte:	200 µs												
Frequentie Rx/Tx	2,425 GHz												

Gemeten waarden bij een belasting van 10KΩ
 Temperatuurrange: -45~80°C
 30%-75% Vochtigheidsgraad (zonder condensatie)
 700 - 1060hPa
 Beschermingsgraad tegen water: IPX0.
 Apparaat met continue functie.
 Afmetingen van de pads: 150 x 50 mm
 Afmeting afstandsbediening: 90 mm (lengte) x 45 mm (breedte) x 15 mm (hoogte)
 Gewicht afstandsbediening (zonder batterij): 15 gr.
 Afmeting ontvanger: diameter 45 mm x 15 mm (hoogte)
 Gewicht ontvanger (zonder batterij): 10 gr.



Dit symbool geeft aan dat het apparaat met dubbele isolatie type BF beschermd is tegen elektrostatische ontladingen



ISO 7000-1641

Gebruikershandleiding

REINIGING EN ONDERHOUD

Verwijder de batterijen uit de GYMFORM® AB SWIFT indien u hem voor langere tijd niet gaat gebruiken.

ONDERHOUD EN STERILISATIE VAN DE ZELFKLEVENDE PADS- Niet in water onderdompelen.

- In een koele en droge ruimte op kamertemperatuur bewaren.
- De isolatieband niet verwijderen.
- Na gebruik de plastic beschermstrips altijd opnieuw op de zelfklevende pads aanbrengen.
- In de meegeleverde tas bewaren.
- Steriliseren met in water bevochtigde vingers
- De isolatieband niet verwijderen.

VOORZORGSMAATREGELEN VOOR DE BATTERIJEN

Bij een gebruik van ongeveer 10 minuten per dag gaat de batterij gedurende 15-20 sessies mee. Zorg ervoor dat ze correct zijn geplaatst alvorens u de unit inschakelt. Schakel het apparaat uit alvorens de batterijen te verwisselen. Verwijder de batterijen wanneer u het apparaat gedurende langere tijd niet gaat gebruiken. Neem de benodigde veiligheidsmaatregelen in acht wanneer u de batterijen weggooit en gooi ze niet in open vuur.

CERTIFICATEN EN NORMEN

Dit product voldoet aan de Laagspanningsrichtlijn 2006/96/EG, de Richtlijn Elektromagnetische compatibiliteit, de RoHS-richtlijn 2002/95/EG en de Richtlijn R&TTE 1999/5/EG.

AFVOEREN VAN HET MATERIAAL

Het symbool van een container op wielen met een kruis erdoorgeeft aan dat u zich dient te informeren over hoe dit soort producten volgens de plaatselijke voorschriften afgevoerd wordt.

Voer dit product niet met het gewone huisvuil af. U dient het volgens de desbetreffende plaatselijke voorschriften af te voeren.

Elektrische en elektronische producten bevatten gevaarlijke stoffen die een zeer schadelijk effect op het milieu of de menselijke gezondheid hebben en dienen op een passende wijze gerecycled te worden.

De batterij dient separaat te worden afgevoerd. Teneinde het milieu te beschermen dienen de batterijen alsmede oplaadbare batterijen niet op dezelfde wijze als het gebruikelijke huisvuil te worden afgevoerd. Breng deze naar een verzamelpunt en controleer of dit voldoet aan de wettelijke normen aangaande de afvoer van batterijen.

Kwaliteitsgarantie:

Voor het product geldt een garantie tegen fabrieksfouten gedurende de periode die in de wetgeving van het betreffende land is vastgelegd. Onder de garantie valt niet de schade die het gevolg is van verkeerd of nalatig gebruik, abnormale slijtage, ongelukken of onjuiste behandeling.

Parabéns por ter adquirido o GYMFORM® AB SWIFT. A sua segurança é fundamental. Por conseguinte, pedimos que se familiarize com toda a informação contida neste manual antes de utilizar o GYMFORM® AB SWIFT. É indispensável que qualquer pessoa que deseje utilizar este aparelho leia e compreenda as instruções fornecidas. Um utilizador informado é um utilizador seguro. Obrigado por comprar o GYMFORM® AB SWIFT. Desejamos que desfrute das suas sessões.

• ADVERTÊNCIAS

Antes de começar qualquer programa de exercícios com o GYMFORM® AB SWIFT, consulte o seu médico de família e o seu fisioterapeuta. Assegure-se de ler atentamente as instruções, as advertências e as precauções antes de utilizar o GYMFORM® AB SWIFT.

O GYMFORM® AB SWIFT foi concebido para adultos em bom estado de saúde. No entanto, é necessário utilizá-lo com cuidado. Leia as seguintes diretrizes e o manual de instruções antes de utilizar este produto.

- A aplicação de eletrodos perto do tórax pode aumentar o risco de fibrilhação cardíaca.
- A ligação simultânea de um utilizador a um equipamento cirúrgico de alta frequência pode provocar queimaduras nos pontos de contacto do GYMFORM® AB SWIFT e o aparelho pode ficar danificado.
- O funcionamento de um equipamento terapêutico de onda curta ou de um micro-ondas na proximidade do aparelho (por exemplo, a 1 m) pode provocar instabilidades na potência de saída do GYMFORM® AB SWIFT.
- Este é um aparelho de eletroestimulação muscular potente, pelo que se podem produzir lesões caso seja utilizado diretamente o programa de exercícios mais avançado. Comece por níveis inferiores e aumente progressivamente.
- Não o utilize em crianças nem em animais.
- Não o utilize conduzindo ou dormindo, nem se tiver sono.
- Não o utilize na casa de banho ou em outros locais com alta humidade.
- Este aparelho pode ser utilizado por crianças de 8 anos de idade ou mais, bem como por pessoas com capacidades físicas, sensoriais ou mentais reduzidas ou com falta de experiência e conhecimento, caso se lhes tenha dado a instrução adequada em relação ao uso do aparelho de uma forma segura e compreendam os perigos que o mesmo envolve, com uma supervisão prévia. As crianças não devem brincar com o aparelho. A limpeza e a manutenção a realizar pelo utilizador não devem ser realizadas por crianças sem supervisão.
- EVITE a sua utilização perto de aparelhos que emitam radiações eletromagnéticas, tais como antenas de telecomunicações, fornos micro-ondas, equipamentos de raios X, etc., já que pode interferir nestes dispositivos.
- A duração dos eletrodos varia em função do tipo de pele, da intensidade utilizada ou das condições ambientais e de armazenagem. É recomendável que sejam substituídos após 30 sessões (aproximadamente) a fim de assegurar os máximos resultados. Os eletrodos de substituição estão disponíveis no mesmo estabelecimento onde adquiriu o produto. Se perceber uma perda de eficácia dos eletrodos demasiado cedo, humedeça-os com um pano húmido.

NÃO deve utilizar o Gymform® AB SWIFT:

- Se tiver um implante eletrónico (por exemplo, um pacemaker) ou sofrer de algum outro problema cardíaco.
- Se estiver grávida ou julgar que o pode estar.
- Se sofrer de cancro ou de epilepsia, ou se estiver sob supervisão médica por uma disfunção cognitiva.

- Durante o período de lactação.
- Se tiver muita febre.

As mulheres, para utilizar o GYMFORM® AB SWIFT, devem esperar que decorram:

- No mínimo, seis meses após o nascimento do seu filho (com consulta prévia ao seu médico).
- Um mês após a colocação de um contraceptivo intrauterino.
- No mínimo, três meses após uma cesariana (com consulta prévia ao seu médico).
- Os primeiros dias do período.

Para utilizar o Gymform® AB SWIFT, deve contar com a autorização do seu médico ou fisioterapeuta:

- Se tiver problemas nas costas. Deve assegurar-se ainda que a intensidade se mantém nos níveis baixos.
- Se sofrer de uma doença ou ferida grave que não tenha sido referida nesta secção.
- Se tiver sido operado recentemente.
- Se tomar insulina por causa da diabetes.

- Não coloque um recetor no peito e outro nas costas de forma que a electricidade passe através do coração. Também não se deve colocar qualquer recetor nos genitais, em cicatrizes, em sinais da pele, em varizes ou na cabeça.

- Não os coloque sobre cicatrizes recentes, pele inflamada, áreas infetadas ou suscetíveis de acne, de trombose ou de outros problemas vasculares (varizes), nem em qualquer parte do corpo com sensibilidade limitada.
- Não os coloque em áreas com lesões ou com mobilidade limitada (fraturas ou entorses).
- Não coloque os recetores diretamente sobre implantes metálicos. Devem ser colocados sobre o músculo mais próximo.

Possíveis reações adversas:

Existem relatórios isolados sobre reações da pele devidas ao uso de aparelhos de eletroestimulação, incluindo alergias, avermelhamento prolongado da pele e acne. Se sofrer de algum destes sintomas, desligue o aparelho e consulte o seu médico. Se nunca tiver realizado um programa de exercícios anteriormente ou se tiver decorrido muito tempo desde a última vez que o realizou: consulte o seu médico de família.

Precauções:

- Não utilize o GYMFORM® AB SWIFT quando o seu corpo estiver em contacto com a água.
- Não utilize o GYMFORM® AB SWIFT juntamente com qualquer outro aparelho que transfira corrente elétrica ao corpo nem com qualquer outra máquina.
- Não ligue os colchetes metálicos nem os eletrodos a qualquer outro objeto.
- Não altere o aparelho.
- Utilize apenas os eletrodos fornecidos pela Industex.
- Não cole dois eletrodos autocolantes juntos.
- Se algum dos eletrodos não se tiver colocado corretamente, notará uma sensação de comichão.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS

1. Design compacto, sem fios e fácil de utilizar.
2. Intervalo de ligação de até 2 metros de distância quase sem interferências.
3. Os recetores, graças ao comando à distância (tecnologia de

radiofrequência), podem ser facilmente controlados independentemente da parte do corpo onde se encontrem aplicados.

4. Sincronização de múltiplos recetores independentes sem interferências.
5. Sincronização de múltiplos recetores independentes (até 10) sem interferências. Se adquirir recetores adicionais GYMFORM® AB SWIFT, pode utilizar até um total de 10 recetores ao mesmo tempo acionando-os com o comando à distância. Para isso, assegure-se de o comando à distância estar em linha reta visual com os recetores. Se algum recetor não tiver recebido o sinal, volte a tentá-lo apontando em linha reta visual para ele com o comando.
6. Seleção de 10 níveis de intensidade de saída.
7. Seleção de 6 programas de distintas potências.
8. Função de deteção de carga que se desliga automaticamente após 5 segundos de não estar em contacto com a pele.
9. Fabricado com tecnologia de montagem superficial para oferecer uma grande qualidade e eficácia.

COMPONENTES:

- 2 recetores GYMFORM® AB SWIFT
- 2 eletrodos autocolantes
- 1 comando à distância GYMFORM® AB SWIFT
- 1 manual de instruções
- 1 saco de viagem


DESCRIÇÃO DO PRODUTO:

1. Comando à distância.
2. Recetores GYMFORM® AB SWIFT.
3. Eletrodos autocolantes.
4. Indicador do recetor.
5. Botão de ligação/desligação do recetor.
6. Botão de ligação e aumento da intensidade.
7. Indicador do comando à distância.
8. Botão de programas.
9. Botão de desligação e diminuição da intensidade.

ANTES DO USO

1. Para utilizar o GYMFORM® AB SWIFT, é necessária 1 pilha CR-2032 de 3 V para cada recetor (2) e para o comando à distância (1) (não fornecidas). Deslize a tampa e introduza a pilha com o lado positivo (+) para cima. Feche a tampa do compartimento.
2. Acople cada recetor (2) sobre cada um dos eletrodos autocolantes (3) mediante os 2 colchetes; assegure-se de conseguir uma fixação perfeita.
3. Retire o plástico protetor do eletrodo autocolante (3).
4. Coloque o eletrodo autocolante (3) na zona do corpo que deseje tratar. No gráfico A, pode ver exemplos de zonas a tratar de maneira simultânea.
5. Prima o botão de ligação/desligação do recetor (5) a fim de ligar o recetor; o indicador do recetor (4) acende-se, o que significa que está pronto para ser utilizado.

INSTRUÇÕES


Uma vez colocados os eletrodos autocolantes (3) nas zonas a tratar, tem de ligar os recetores (2) premindo o botão (5) com o símbolo  que significa ligação e desligação. Após ter feito isto, é possível escolher entre 6 programas diferentes e 10 níveis de intensidade mediante o comando à distância (1).

- Botão de ligação e aumento da intensidade (6): Prima este botão para ligar os recetores e aumentar a intensidade da estimulação. A cada vez que o prima, a intensidade aumenta um nível (1-10). Em total, há 10 níveis.
- Botão de desligação e diminuição da intensidade (9): Prima este botão para

desligar os recetores e diminuir a intensidade da estimulação. A cada vez que o prima, a intensidade desce um nível (1-10). Em total, há 10 níveis. Os recetores são desligados premindo o botão ao descer completamente a intensidade.

- A intensidade de estimulação conta com 10 níveis. O nível 10 é o que proporciona o maior nível de estimulação.
- Pode alterar o programa em qualquer momento premindo o botão Programas (8). A cada vez que o prima, começa um programa novo.
- O GYMFORM® AB SWIFT tem 6 programas.

Programa 1	Pulsações rápidas: 18 pulsações rápidas e consecutivas/contracções a cada 5 segundos/1 segundo de pausa entre séries.
Programa 2	Massagem: 16 contracções médias-profundas a cada 10 segundos/1 segundo de pausa entre séries.
Programa 3	Combinação de 3 tipos diferentes de contracções a cada 15 segundos/1 segundo de pausa entre séries: 1) Contração lenta-profunda 2) Pulsação rápida 3) Contração lenta-profunda
Programa 4	Combinação de 2 contracções diferentes a cada 2 segundos de forma contínua: 1) Massagem: 2 segundos 2) Pulsações rápidas: 2 segundos
Programa 5	Combinação de 4 contracções diferentes a cada 8 segundos de forma contínua: 1) Pulsações rápidas 2) Contração profunda 3) Contração suave 4) Contração profunda
Programa 6	Combinação de 8 contracções diferentes a cada 45 segundos de forma contínua: 1) Pulsações lentas 2) Massagem profunda 3) Pulsações lentas-rápidas-lentas 4) Massagem profunda 5) Pulsações profundas 6) Massagem profunda 7) Massagem suave 8) Massagem profunda

- O tempo máximo de massagem recomendado para cada parte do corpo é de 10 minutos.
- Após utilizar o aparelho, desligue os recetores premindo o botão de ligação e desligação (5) indicado com o símbolo .

Função de deteção de carga

- O indicador do recetor (4) desliga-se automaticamente após 60 segundos se o aparelho não estiver a ser utilizado. Esta função permite não gastar a pilha caso se esqueça de desligar os recetores.

Função de regulação automática do tempo

- O dispositivo é programado por defeito para funcionar durante 10 minutos. Desliga-se automaticamente quando o temporizador atingir o tempo programado.
- Quando o dispositivo estiver a ser utilizado (com uma intensidade de estimulação entre 1 e 10), a função de regulação automática do tempo entra em funcionamento. Quando o aparelho estiver ligado, se o programa for alterado enquanto estiver a ser utilizado, o temporizador mantém a mesma contagem regressiva e desliga-se automaticamente quando o tempo predeterminado terminar.

ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

Alimentação: 3 pilhas CR-2032 de 3 V

Pilha:	CR-2032 de 3 V												
Tensão máxima:	120 V (máx.)												
Corrente de saída:	70 mA (rms)												
Nível de intensidade de saída:	1-10 (10 níveis)												
Programas de saída:	1-2-3-4-5-6												
Tempo de desligação automática: no caso de inatividade	10 minutos ou 1 minuto												
Tempo de desligação automática sem carga:	5 segundos												
Temporizador:	10 minutos												
Intervalo de trabalho:	1,5 - 2 m de distância												
Frequência de pulso:	<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>5</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5-15</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>4-45</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>4-45</td> </tr> </table>	1	5	2	45	3	5-15	4	45	5	4-45	6	4-45
1	5												
2	45												
3	5-15												
4	45												
5	4-45												
6	4-45												
Largura de pulso:	200 µs												
Frequência Rx / Tx	2,425 GHz												

Valores medidos com uma carga de 10 KΩ

Intervalo de temperatura: -45-90 °C
30%-75% H.R. (sem condensação)
700-1060 hPa

Grau de proteção contra a água: IPX0.

Equipamento de funcionamento contínuo.

Dimensões dos eletrodos: 150 x 50 mm

Dimensão do comando à distância: 90 mm (comprimento) x 45 mm (largura) x 15 mm (altura)

Peso do comando à distância (sem pilha): 15 g

Dimensão do recetor: 45 mm (diâmetro) x 15 mm (altura)

Peso do recetor (sem pilha): 10 g



Este símbolo indica que o aparelho está protegido face a descargas eletrostáticas com duplo isolamento do tipo BF.

Fig. 1



ISO 7000-1641 Guia do utilizador

LIMPEZA E MANUTENÇÃO

NÃO MOLHE A UNIDADE Gymform® AB Swift PARA LIMPÁ-LA: PASSE-LHE UM PANO SECO OU HUMEDECIDO.

Retire as pilhas do GYMFORM® AB SWIFT se não se tencionar utilizar durante um período de tempo prolongado.

MANUTENÇÃO E ESTERILIZAÇÃO DOS ELÉTODOS AUTOCOLANTES-

Não os submerja em água.

- Guarde-os em um local fresco e seco à temperatura ambiente.
- Não arranque a etiqueta isolante.
- Após utilizá-los, volte a colocar sempre os plásticos protetores nos eletrodos autocolantes.

- Guarde-os no saco fornecido.
- Esterilize-os passando os dedos humedecidos com água.
- Não arranque a etiqueta isolante.

PRECAUÇÕES COM AS PILHAS

Com um uso aproximado de 10 minutos por dia, a pilha deve ter uma duração de uns 15-20 usos.

Assegure-se de instalá-las corretamente antes de ligar o aparelho.

Para substituir as pilhas, desligue o aparelho.

Retire as pilhas se não se tencionar utilizar o aparelho durante um longo período.

Tome as precauções necessárias para eliminar as pilhas e não as lance ao fogo.

CERTIFICADOS E LEGISLAÇÃO

Este produto cumpre a Diretiva de Baixa Tensão 2006/96/CE, a Diretiva de Compatibilidade Eletromagnética 2004/108/CE, a Diretiva RoHS 2002/95/CE e a Diretiva R&TTE 1999/5/CE.

COMO SE DESFAZER DOS MATERIAIS

O símbolo de um contentor sobre rodas riscado indica que você se deve informar e seguir as normas locais relativas à eliminação deste tipo de produtos.

Não se desfaga deste produto da mesma forma que o faz habitualmente com os resíduos gerais da sua casa. A eliminação do produto deve ser realizada de acordo com as normas locais aplicáveis.

Os produtos elétricos e eletrónicos contêm substâncias perigosas que têm efeitos nefastos sobre o ambiente e a saúde humana e, portanto, devem ser reciclados adequadamente.

A pilha deve ser eliminada separadamente. Para proteger o ambiente, as pilhas, mesmo as recarregáveis, não devem ser eliminadas da mesma forma que os resíduos normais da casa. Leve-as a um ponto de recolha seletiva e verifique que o mesmo cumpra as normas legais aplicáveis quanto à eliminação de pilhas.

Garantia de qualidade:

Este produto está coberto por uma garantia contra defeitos de fabrico sujeita aos prazos estipulados pela legislação em vigor em cada país.

Esta garantia não cobre os danos decorrentes de um uso inadequado, uso comercial negligente, desgaste anormal, acidentes ou manipulação indevida.



Indutech, s.l.
Av. P. Castellanos 54, 8º planta
08950 Espinosa de Lobregat
Barcelona - Spain
e-mail: indutech@indutech.com
www.indutech.com
(+34) 93 254 71 00



9 Chausée Jules César
Bât 1 Entrée 115 BP10247 OSNY
95523 CERGY POINTEUSE CEDEX
FRANCE
venteo@venteo.fr
www.venteo.fr
(+33) 1 34258551



ISL GmbH
Fritz-Duck-Straße 5
D-26121 Oldenburg Germany
www.isl.de
+49 (0) 441 95 07 08-0



Australian Importer
Best Direct International PTY LTD
ABN 19 145 870 337
Best Direct E.V.
Thermiakstr. 1, 6561 HB NUTH
THE NETHERLANDS
www.bestdirect.nl



ISL (Italy) S.r.l.
P.IVA: 04519170966
Via Donizetti 3
20122 Milano - Italia
www.isl-italy.com
indutech@indutech.com
+39 02 668 23 708



Best Direct International Ltd,
Atkinsgövelia, Suomi
029 193 0300 www.bestdirect.fi
Karlöfstr. - Sverige
077 033 0300 www.bestdirect.se