

DUO *sport*



Manuel utilisateur

*User Manual - Manual de usuario - Benutzerhandbuch - Gebruiks
Handleiding - Manual do Utilizador - Manuale d'istruzioni -
Instrukcja użytkownika - Használati útmutató - Användningsmanual
- Brugsvejledning - Käyttöohje - Brukermanual - Руководство -
- دليل المستخدم - מדריך למשתמש - польователя*

Français	5
English	19
Español	33
Deutsch	47
Nederlands	61
Português	75
Italiano	89
Polski	103

Magyar	117
Svenska	131
Dansk	145
Suomi	159
Norsk	173
Русский	187
ةيبرعلا	201
תירובע	215

TENS instructions	229
-------------------------	-----



Mandataire CE
Representative for
European Union

Bluetens France SAS
5 Passage St Bernard
75011 Paris - France
contact@bluetens.com

Importateur UE
EU importer

Bluetens limited, 2003 20/F
Tower 5, China Hong Kong
City, 33 Canton Road, TST,
Hong-Kong



Fabricant
Manufacturer

Bluetens limited, 2003 20/F
Tower 5, China Hong Kong
City, 33 Canton Road, TST,
Hong-Kong

Merci !

Vous venez de faire l'acquisition d'un Duo Sport et nous vous en remercions.

Le Duo Sport est un appareil médical et vous trouverez dans ce manuel toutes les informations nécessaires pour en faire bon usage.



Pour obtenir toute aide complémentaire ou simplement nous donner votre avis vous pouvez nous contacter à cette adresse :
contact@bluetens.com

-
- ① Pré-requis
 - ② Contenu de la boîte
 - ③ Le Duo Sport
 - ④ L'application
 - ⑤ Première utilisation
 - ⑥ Consignes de sécurité
 - ⑦ Caractéristiques techniques
 - ⑧ Service client
 - ⑨ Garantie

1. Pré-requis

La prise en main du Duo Sport est simple, voici nos conseils pour vous permettre d'en profiter rapidement et en toute sécurité.

1. Vous devez avoir lu les consignes de sécurité ainsi que les contre-indications page 16 

2. Votre Smartphone doit répondre à la configuration minimale :

iOS : iPhone 4s ou supérieur, iOS 8 ou supérieur

Android : Compatible Bluetooth 4.0 et une version Android 4.3 ou supérieure

3. L'application Bluetens doit être installée sur votre Smartphone.

Si vous avez besoin d'aide pour installer une application Smartphone, rendez-vous sur www.bluetens.com/app et suivez les étapes.

Téléchargez et installez l'application Bluetens.



iOS

Sur l'Appstore cherchez «Bluetens Get Better» ou scannez ce QR code et installez l'App.



Android

Sur Playstore cherchez «Bluetens Get Better» ou scannez ce QR code et installez l'App.



4. Votre Bluetooth doit être activé.

Il n'est pas nécessaire d'appairer votre Duo Sport manuellement, la connexion avec votre Smartphone se fait automatiquement lorsque vous lancez un programme. De ce fait, pas besoin de renseigner de code pin ou d'aller fouiller dans vos paramètres Bluetooth, Le Duo Sport est petit, costaud et aussi malin!

Toutes les étapes sont validées ? Alors passons aux choses sérieuses ;)

2. Contenu de la boîte

- 1 Le Duo sport est l'unité principale qui est inséré dans le clip Sport.
- 2 Les cables électrodes relient d'un côté le clip sport et de l'autre les 2 électrodes S (petite). Deux tailles de cables sont fournis (15 & 25 cm).
- 3 Le Duo Sport doit être rechargé par son cable USB. Pendant la charge, le cable doit être connecté à un chargeur USB ou un ordinateur d'un côté, et au port Micro USB du Duo Sport de l'autre.
- 4 Ce manuel utilisateur vous permettra de vous familiariser rapidement avec votre Duo Sport.
- 5 Ce sachet vous permettra de transporter le Duo Sport avec ces cables et électrodes à l'abri de toute projection de liquide.
- 6 Si vous voyagez, utiliser cet étui de protection rigide.
- 7 Les électrodes sont incluses dans la boîte.

Conseil : pour en savoir plus sur vos électrodes, lisez les instructions situées dans le sachet plastique.



3. Le Duo Sport

- Bouton On/Off** : ce bouton permet d'allumer et d'éteindre le Duo Sport.
- Molette de réglage de l'intensité** : elle vous permet d'augmenter ou de réduire l'intensité du programme. Augmentez en tournant vers la droite et réduisez en tournant vers la gauche. L'intensité augmente par palier de 1 jusqu'au niveau maximum de 60. En tournant vers la gauche vous allez réduire l'intensité de 1 jusqu'au niveau minimum de 0.
- Témoins d'intensité du programme** : le premier indicateur s'allume lorsqu'un programme est lancé. Tous les 15 niveaux d'intensité un indicateur bleu va s'allumer, ainsi vous verrez :
 - 1 témoin du niveau 0 au 15
 - 2 témoins du niveau 16 au 30
 - 3 témoins du niveau 31 au 45
 - 4 témoins du niveau 46 au 60
- Témoin de charge** : lorsque votre Duo Sport a moins de 20% de batterie, son témoin de charge va se mettre à clignoter. Lorsque vous le rechargez, le témoin de charge ne clignote plus et reste fixe jusqu'à ce que la batterie soit entièrement rechargée, dès lors le témoin de charge s'éteint.
- Témoin de mise sous tension** : une simple pression sur le bouton On/Off et le témoin se colore en vert. Une seconde pression et le témoin s'éteint.
- Le slider** est une protection afin de ne pas recharger et utiliser le Duo Sport en même temps, vous le faites glisser soit en mode chargement soit en mode utilisation.
- Prise clip Sport** : entrée du clip Sport
- Prise micro USB** : entrée du câble USB.
- Bouton reset** : ce bouton rétablit la configuration d'usine du Duo Sport.



4. L'application



APPAIRAGE AUTOMATIQUE

Le Duo Sport s'appaire automatiquement avec votre Smartphone lors du lancement du programme, c'est «plug and play», aucune intervention manuelle n'est nécessaire.



FAVORIS

Accédez à vos programmes préférés plus rapidement avec l'option favoris. Sur la page de description du programme, cliquez sur l'étoile pour le retrouver en raccourci dans le menu favoris.



TELECHARGEMENT

Vous avez la possibilité de transférer le programme de votre choix dans la mémoire du Duo Sport et d'en profiter sans votre Smartphone ! Une fois téléchargé il vous suffit d'allumer votre Duo Sport et de faire coulisser la roue d'intensité pour que le programme en mémoire se lance.



SPLIT

Lancez un programme différent sur chacun de vos Duo Sport. Une fois le premier programme lancé, appuyez sur la fonction SPLIT et sélectionnez le deuxième programme.



SKIP

Pour les programmes de renforcement vous pouvez désormais sauter l'échauffement ou la récupération directement sur la page de description du programme en cliquant sur l'icône échauffement ou récupération.



LINK/UNLINK

Liez ou séparez vos Duo Sport en allant dans les paramètres de l'Application. Le mode SOLO vous permet d'utiliser un seul appareil à la fois, le mode DUO synchronise les deux appareils qui devront être utilisés en même temps.

5. Première utilisation

LANCEZ L'APPLICATION BLUETENS



> Sélectionnez le produit : Duo Sport

> Création d'un compte Duo Sport

Cliquez sur «Nouvel utilisateur ?» et créez votre compte.

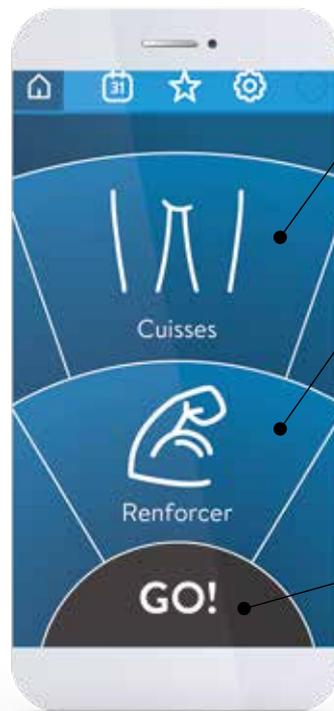
Renseignez les champs obligatoires, lisez et acceptez les termes & conditions. Une fois votre compte créé, vous recevrez un email avec un lien d'activation. Cliquez sur ce lien afin de valider votre compte. Vous avez la possibilité d'utiliser l'Application Bluetens sans créer de compte en cliquant sur « s'enregistrer plus tard ».

> Lors de votre première utilisation, un tutorial vous est proposé.

Ce tutorial reprend de manière succincte les différentes étapes de fonctionnement de votre Duo Sport afin de vous assurer une utilisation en toute sécurité.

Merci de prendre quelques minutes pour le lire attentivement.

SÉLECTION DU PROGRAMME



> La 1^{ère} étape consiste à définir la zone et l'action que vous recherchez.

Les parties du corps suivantes vous sont proposées :

Haut du dos • Dos • Bas du dos • Ventre • Fesse
Cuisse • Genou • Mollet • Cheville • Pied • Epaule
Pectoraux • Bras • Coude • Avant-bras • Poignet.

> Faites tourner la roue jusqu'à sélectionner la partie du corps désirée puis faites de même pour l'action recherchée.

+ Soigner

Pour un soin de kinésithérapie visant à amplifier un travail de rééducation en cours ou bien permettant un effet antidouleur rapide.

♥ Relaxer

Pour un soin de type massage relaxant et apaisant les tensions musculaires. Aussi très efficace pour améliorer la qualité et la vitesse de récupération.

🏋️ Renforcer

Pour une session de renforcement musculaire.

> Puis appuyez sur «GO».

ACCÉDEZ À LA LISTE DES PROGRAMMES



> Cliquez sur le programme et accédez à son descriptif :

- Description
- Conseils d'intensité
- Conseils d'utilisation

Tous les programmes ont été créés par notre équipe composée de masseurs kinésithérapeutes français diplômés d'État et exerçant à minima en clinique et en cabinet.

> Appuyez sur le bouton «GO» pour accéder aux conseils de positionnement des électrodes.

PLACEMENT DES ÉLECTRODES



> Placez les électrodes comme sur le schéma.

Assurez-vous de placer les 3 électrodes sur votre peau, le Duo Sport ne fonctionne que si les 3 électrodes sont connectées.

Attention : Assurez-vous que le Duo Sport est éteint pendant le placement des électrodes et ne l'allumez que lorsque l'application vous le demande.

Conseil : Retrouvez tous nos conseils d'utilisation des électrodes à l'intérieur du sachet d'électrodes.

> Puis appuyez sur «GO».



ALLUMEZ VOTRE DUO SPORT

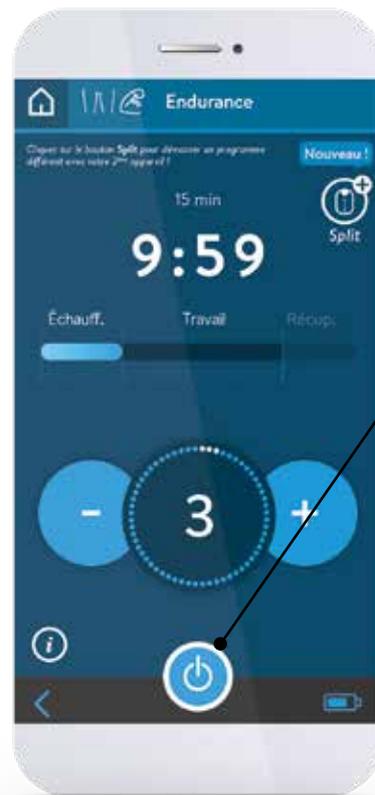
> Allumez le Duo Sport en appuyant sur le bouton « ON » lorsque l'application vous le demande.

Le Duo sport se connecte automatiquement à votre smartphone et le programme se lance au bout de quelques secondes.

PENDANT LE PROGRAMME

> Réglez l'intensité sur l'application ou grâce à la molette du Duo Sport.

Pour une meilleure efficacité, suivez nos conseils d'intensité.



MODE SOLO / FONCTION SPLIT

> Si vous utilisez le Duo Sport en mode SOLO et que vous souhaitez lancer un programme différent sur le deuxième appareil, appuyez sur l'icône SPLIT et sélectionnez un deuxième programme à lancer sur le deuxième appareil.

ARRÊT DU PROGRAMME

> Appuyez sur le bouton « Arrêt » si vous souhaitez arrêter le programme, ce qui vous ramènera au menu principal.

FIN DU PROGRAMME

> Un message vous indique la fin du programme.

Eteignez le Duo Sport avant d'enlever les électrodes.

Replacez les électrodes sur la bonne face du film plastique et remettez-les à l'intérieur du sac scellé.

6. Consignes de sécurité

CONTRE-INDICATIONS

Il est interdit à des personnes équipées d'un pacemaker ou sujettes à l'épilepsie d'utiliser le Duo Sport. L'utilisation est également fortement déconseillée aux femmes enceintes , et aux personnes présentant une hernie ou une éventration. Évitez les zones autour du cœur pour les personnes à fragilité cardiaque et n'utilisez pas le Duo Sport si vous avez des irrégularités du cœur ou maladies cardiaques.

IMPORTANT !

Ne pas utiliser le Duo Sport dans l'eau ou dans une atmosphère humide (sauna, balnéothérapie, hammam, etc.). Il est interdit de placer les électrodes sur la région sino-carotidienne (à l'avant du cou), transcérébrale (à travers la tête) ou transthoraxale (à travers la cage thoracique), afin de ne pas vous tromper, veuillez à suivre les conseils de placement des électrodes, ils sont établis par des professionnels de la santé et correspondent aux zones du corps où le Duo Sport sera le plus efficace.

MESURES DE SÉCURITÉ

Ne pas utiliser le Duo Sport à moins d'un mètre d'appareils à ondes courtes médicales ou à micro-ondes, car cela pourrait modifier le courant généré par l'appareil. Utiliser uniquement le câble électrodes fourni par Bluetens. Pendant la séance, ne pas déconnecter le câble électrodes tant que le Duo Sport est sous tension. L'appareil doit préalablement être mis hors tension. Ne jamais décoller les électrodes sans que le Duo Sport ne soit à l'arrêt. Ne jamais connecter le câble électrodes sur une source d'alimentation externe, ceci entraînerait un risque d'électrocution. N'utiliser aucun câble électrodes endommagé ou défectueux. Toujours utiliser le câble USB fourni par Bluetens pour recharger l'appareil. Ne jamais utiliser le Duo Sport ou le câble USB s'il est endommagé. Tenir le Duo Sport et ses accessoires hors de la portée des enfants. Ne laisser aucun corps étranger (terre, eau, métal, etc.) pénétrer dans le Duo Sport. Ne pas utiliser le Duo Sport pendant que vous conduisez. Ne recharger jamais le Duo Sport pendant son utilisation, une pièce coulissante (le slider) empêche la simultanéité de la recharge et de l'utilisation, sous aucun prétexte vous ne devez l'enlever, c'est une protection supplémentaire. En cas de doute n'hésitez pas à consulter l'avis d'un médecin.

7. Caractéristiques techniques

- Design compact
 - Mode double fonction (Bluetooth / autonome)
 - Contrôle des programmes par smartphone compatible Bluetooth 4.0 (BLE)
 - Compatible Android 4.3 et au-delà, iPhone 4S, iOS 8 et au-delà
 - Batterie Lithium-ion rechargeable par USB intégrée
 - Réglage de l'intensité sur l'appareil
 - Appareil certifié medical
 - Câbles électrodes et USB inclus
 - Electrodes réutilisables inclus
- Poids : 25 grammes
 - Batterie : 3,7V 400mAh
 - Voltage : 0-70V (charge à 500Ω)
 - Fréquence : 1Hz-1200Hz
 - Courant de sortie : Maximum 120mA (pic), moyenne de 20 mA
- Tension de sortie : Maximum 100V (sans charge), 65V avec charge
 - Alimentation : USB
 - USB (en charge) : 5V 1000mA, 5.0W
 - Forme de courant : Rectangulaire biphasique symétrique à moyenne nulle
 - Résistance maximum : 1500 Ohm
 - Arrêt automatique à l'issue de chaque programme : oui
 - Sécurité à l'allumage : 100%
 - Classification type BF 
 - Normes CE relatives aux appareils médicaux : (directive 93/42/CEE)  0123
 - ROHS : les appareils sont construits sans matériaux pouvant avoir un impact néfaste sur l'environnement **RoHS**
 - Protection contre les chocs électriques classe 2 
 - Appareil en contact avec le patient, hors aire cardiaque 
 - Lire attentivement la notice 



Information sur la gestion des déchets

Lorsque vous vous séparez de votre produit en fin de vie, veuillez à respecter la réglementation nationale. Nous vous remercions de le déposer à un endroit prévu à cet effet afin d'assurer son élimination de façon sûre dans le respect de l'environnement.

RECOMMANDATIONS (de stockage et de transport)

Température : 10°C / 45°C - Taux d'humidité : 25% / 80%

Duo Sport ne doit être utilisé que conformément aux programmes proposés, la société Bluetens ne saurait être tenue responsable de toute mauvaise utilisation ou manipulation du Bluetens. Ne manipulez les électrodes que lorsque le Duo Sport est en position éteint. Duo Sport est un appareil médical de classe IIA certifié par TÜV, ne pas laisser à proximité des enfants. Par la présente, Bluetens Limited déclare que l'appareil Duo Sport est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes des directives 1999/5/CE et 93/42/CEE. Une copie de la déclaration de conformité est disponible à l'adresse suivante : www.bluetens.com/doc et sur demande adressée à Bluetens Limited, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong ou Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France

8. Service client

Nous gérons en direct toutes les demandes de service après-vente.

Si vous avez besoin d'aide après l'achat de votre Duo Sport chez un de nos distributeurs, ne retournez pas au magasin, contactez-nous directement sur contact@bluetens.com ou visitez la page de dépannage en ligne sur www.bluetens.com

Nos agents répondent sous 24 heures et vous apporteront rapidement une solution.

9. Garantie

Duo Sport est garanti deux ans, cette garantie ne couvre pas les dommages causés par un mauvais entretien ou une utilisation non conforme à la documentation, un accident (un choc, un incendie, du liquide), des modifications, des réparations, un usage abusif ou l'usure normale. Ne seront couverts que les défauts matériels ou de fabrication. Cette garantie couvre uniquement les produits achetés directement auprès de Bluetens ou d'un détaillant agréé par Bluetens.

DURÉE DE LA GARANTIE

Votre produit est garanti deux ans à compter de la date d'achat, la batterie bénéficie d'une garantie de six mois.

CE QUI N'EST PAS COUVERT PAR LA GARANTIE

Les électrodes, le clip, la pochette ainsi que les câbles et les accessoires livrés dans la boîte Duo Sport ne bénéficient pas de cette garantie.

BLUETENS À VOTRE SERVICE

En cas de défaut couvert par la garantie, l'équipe Bluetens vous enverra un bon de retour et prendra en charge la réparation ou l'échange de votre appareil ainsi que son renvoi.

COMMENT OBTENIR UNE ASSISTANCE APRÈS-VENTE ?

Vous pouvez joindre à tout moment notre Service Client à l'adresse suivante : contact@bluetens.com, un membre de l'équipe sera dédié à la recherche d'une solution.

Thank you !

We thank you for purchasing a Duo Sport device.

Duo Sport is a medical device, to make best use of it, you will find all relevant informations included in this user manual.



For any additional information or to simply give us your feedback, you can contact us at contact@bluetens.com.

-
- ① Pre-requisites
 - ② Box content
 - ③ The Duo Sport
 - ④ The Application
 - ⑤ First use
 - ⑥ Safety instructions
 - ⑦ Technical characteristics
 - ⑧ Customer Service
 - ⑨ Guarantee

1. Pre-requisites

Getting started with Duo Sport is easy, here is some advice to let you benefit from it as quickly and safely as possible .

1. Please read the safety instructions as well as the contraindications at page 30. ⚠

2. Your Smartphone should support the minimum system requirements :

iOS : iPhone 4s or above, iOS 8 or above

Android : Bluetooth 4.0 compatible and Android 4.3 or above

3. You will need to install the Bluetens App on your Smartphone.

Download and install the Bluetens App. If you need help to install a Smartphone Application, go on www.bluetens.com/app and follow the steps.

Download and install Bluetens App



iOS

Look for «Bluetens Get better» App on Appstore or scan this QR code and install the App.



Android

Look for «Bluetens Get better» App on Playstore or scan this QR code and install the App.



4. Your Bluetooth must be ON.

It is not necessary to pair your Duo Sport manually, your Smartphone will connect automatically as you will launch the program. This means that you will not need to fill in a PIN code or change your Bluetooth settings, Duo Sport is small, strong and clever too!

Are all steps validated? So now we are ready to go through more serious things ;)

2. Box content

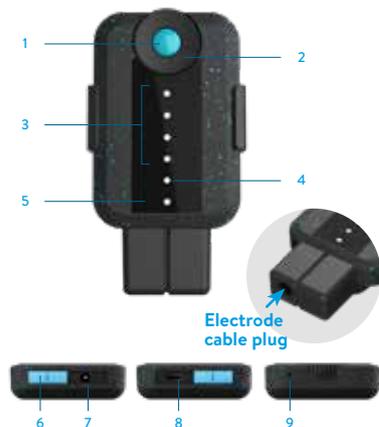
- 1 Duo Sport is the main unit that is inserted in Sport clip.
- 2 The snap cables plugs to the Sport clip on one side and to the two S (small) electrodes on the other. Two sizes of cables are provided (15 & 25 cm)
- 3 Duo Sport must be recharged via USB cable. While charging, the cable must be plugged, on one side, into the USB charger or computer, and on the other side into Duo Sport's micro USB port.
- 4 This user manual will allow you to get familiar with your Duo Sport in no time.
- 5 Duo sport is delivered with a satchel, allowing you to carry it safely, together with its cables and electrodes, away from any liquid.
- 6 For travelling, use the black protective hard case.
- 7 Electrodes are included into the box

Tip: for more details on your electrodes, read the instructions located in the plastic bag.



3. The Duo Sport

- 1 **ON/OFF Button:** this button allows you to turn Duo Sport on and off.
- 2 **Intensity adjustment knob :** allows you to increase or reduce the program's intensity. To increase the intensity, turn the knob to the right, and to reduce it turn the knob to the left. Intensity increases in increments of 1 up to the level of 60. Turning the knob to the left you will reduce the intensity from 1 to the minimum level of 0.
- 3 **Program intensity indicators :** the first indicator lights up when a program is launched . For all 15 intensity levels a blue indicator will light up, so you will see:
 - 1 light from level 0 to 15
 - 2 lights from level 16 to 30
 - 3 lights from level 31 to 45
 - 4 lights from level 46 to 60
- 4 **Charge indicator :** when your Duo Sport has less than 20% of battery remaining, charging light will blink. When you charge Duo Sport, the charge indicator will stop flashing and remain fixed until the battery is fully recharged then turns off.
- 5 **Power on indicator :** with a simple touch of the ON/OFF button the light will turn green. A second press and the light will turn off .
- 6 **Slider :** for safety reasons, you cannot recharge and use Duo Sport at the same time, drag the slider either to charge mode or usage mode.
- 7 **Sport clip plug :** Sport clip entry
- 8 **Micro USB plug :** USB cable entry.
- 9 **Reset button :** this button will restore Duo Sport to factory settings.



4. The application



AUTOMATIC PAIRING

Duo Sport will pair with your Smartphone automatically when you launch the program. It's 'Plug and Play' , no manual intervention is necessary.



FAVOURITES

Get quick access to your favourites programs with Favourites option. On the program description page, click the star icon to create a shortcut in the «Favourites» menu.



DOWNLOAD

You can transfer the program of your choice to Duo Sport memory and enjoy it without using your Smartphone! Once you have downloaded the program, turn your Duo Sport on, slide the intensity wheel and the program will begin.



SPLIT

Run a different program on each Duo Sport. Once first program is running, use the SPLIT option and select the second one.



SKIP

For «Tone» programs, you can now skip warm-up and recovery phase directly on the description page by clicking on warm-up or recovery icon.



LINK/UNLINK

Link or unlink your Duo Sport in the settings of the App. The Solo mode enables you to use one device at a time while Duo mode synchronizes your two devices.

5. First use

LAUNCH THE BLUETENS APPLICATION



> Select the Duo Sport product

> Creation of a Duo Sport account.

Click on «New user?» and create your account. Fill in the mandatory fields, read and accept the terms & conditions. Once you have created your account, you will receive an email with an activation link. Click on this link to validate your account. You can also use Duo Sport App without creating an account by clicking on «register later».

> For your first use, a tutorial will be displayed.

The tutorial picks up the various stages of Duo Sport operation to ensure a safe use, please take a few minutes to read it carefully.

PROGRAM SELECTION



> The first step consists in defining the area and action you are looking for.

Available body areas are :

Upper back • Back • Lower back • Abdomen • Buttocks
Thigh • knee • Calf • Ankle • Foot • Shoulder • Pectorals
Upper arm • Elbow • Forearm • Wrist

> Rotate the wheel to select the desired body area, then do the same for the desired action.

+ Cure

For physiotherapy care aiming to amplify rehabilitation or allow a rapid pain relief effect.

♥ Relax

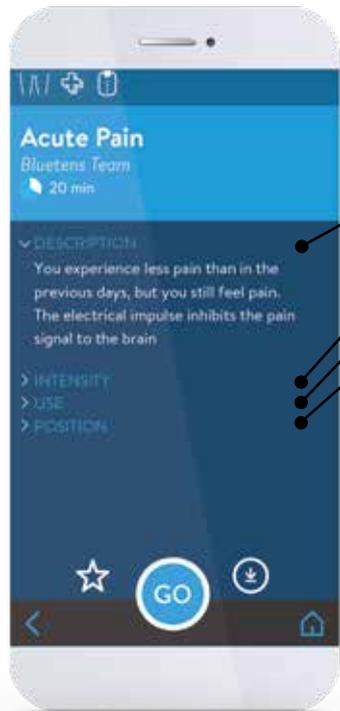
For a relaxing massage or to ease muscle tension, also very effective on improving quality and speed of recovery.

👉 Tone

For a muscular work-out session.

> Then press «GO».

ACCESS PROGRAM LIST



> Click on the program and access its description :

- Description
- Intensity advices
- Use advices
- Position advices

All programs were created by our medical team composed by French physiotherapists, all State-certified, practicing in clinics and private practices.

> Press «GO» and access to electrode placement's advices.

ELECTRODE PLACEMENT



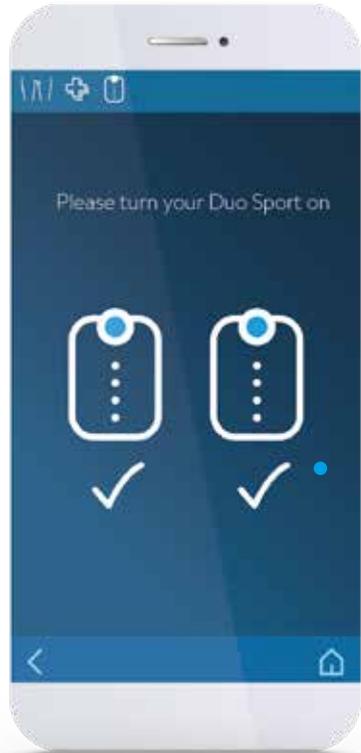
> Place the electrodes as shown in the drawing.

Make sure you have placed the 3 (or 6) electrodes on your skin, Duo Sport will not work unless all electrodes are connected.

Caution: Make sure that Duo Sport is turned off during the electrode placement. Turn it on when prompted by the App.

Tip: find all electrode usage instructions in the plastic bag.

> Then press «GO».



TURN YOUR DUO SPORT ON

> Turn **DUO SPORT** devices on by pressing «ON» when requested.

Duo Sport will automatically connect to your smartphone and the program will start after a few seconds.

DURING THE PROGRAM

> Adjust the program's intensity turning Duo Sport wheel or using the App.

To achieve greater effectiveness, follow our intensity advices.



SOLO MODE / SPLIT FUNCTION

> If you are using Duo Sport in **SOLO** mode and you wish to start a different program on the second device, click on **SPLIT** icon to select a second program to run on your second Duo Sport device.

PROGRAM TERMINATION

> If you want to stop the program, press the «Stop» button. You will be redirected to the main menu.

END OF THE PROGRAM

> A message will indicate the end of the program.

Turn Duo Sport off before removing the electrodes.

Reposition the electrodes on the proper side of the plastic film and store them inside the sealed bag.

6. Safety instructions

CONTRAINDICATIONS

The use of Duo Sport is forbidden for people fitted with a pacemaker or epilepsy-prone. Duo Sport use is also not recommended for pregnant women (🤰), and people with a hernia or an incisional hernia. People suffering from heart weakness must avoid areas around the heart. Don't use Duo Sport if you have heart irregularities or heart diseases.

⚠️ IMPORTANT !

Do not use Duo Sport in water or in humid environments (sauna, balneotherapy and hammam, etc.). It is forbidden to place the electrodes on the sinocarotid region (in the front of the neck), on the transcranial region (through the head) or transthoraxale region (through the ribcage). To get it right, please follow the electrode placement's advices, they have been prepared by health professionals and correspond to areas of the body where Duo Sport will be more effective.

SAFETY PRECAUTIONS

Do not use Duo Sport within a meter from shortwave medical devices or microwave equipment, which could modify the current generated by the device. Use only the cable provided by Bluetens. During sessions do not disconnect the electrode cable because power is on. The device must be turned off first. Never take off the electrodes when Duo Sport is powered on. Never connect the electrode cable to an external power source. That could cause electric shock.

Do not use any damaged or defective electrode cable. Always use the USB cable provided by Bluetens to charge the device.

Never use Duo Sport or the USB cable if damaged. Keep Duo Sport and its accessories out of reach of children. Prevent any foreign matter (soil, water, metal, etc.) from entering the device. Do not use Duo Sport while driving.

Never recharge Duo Sport during its use; a sliding part (the slider) prevents the simultaneity of recharge and use as an extra protection. In case of doubt, do not hesitate to consult a doctor.

7. Technical characteristics

- Compact design
 - Dual function mode (Bluetooth/standalone)
 - Program control by Bluetooth 4.0 (BLE) compatible smartphone
 - Compatible with Android 4.3 and above, iPhone 4s, iOS8 and above
 - Powered by a rechargeable built-in lithium-ion battery
 - Intensity adjustment on the device
 - Medical certified device
 - Electrode and USB cables included
 - Reusable electrodes included
- Weight: 25 grams
 - Battery : 3.7V 400mAH
 - Voltage : 0-70V (at 500Ω load)
 - Frequency : 1Hz-1200Hz
 - Output Current : Maximum 120mA (peak), average of 20 mA
- Output voltage : Maximum 100 V (without load), 65V (with load)
 - Power supply : USB
 - USB (on charge) : 5V 1000mA, 5.0W
 - Impulse form : symmetrical biphasic square pulse
 - Maximum resistance : 1500 Ohm
 - Automatic shut-off after each program : yes
 - Ignition safety : 100%
 - Classified as type BF 
 - CE regulations concerning Medical Devices (Directive 93/42/EEC)  0123
 - ROHS : devices built without materials that can have a harmful impact on the environment. **RoHS**
 - Protection against electric shock class 2 
 - Device in contact with the patient excluded heart area 
 - Read the user manual carefully 



Information on waste management

At the end of the product life, make sure to discard it properly, following the relevant national rules.

We thank you, in advance, for dropping the product in a place provided for this purpose in order to ensure a safe disposal in the respect of the environment.

RECOMMENDATIONS (storage and transport)

Temperature : 10°C / 45°C - Humidity level : 25% / 80%

Duo Sport must be used only in accordance with the proposed programs. Bluetens Limited cannot be held responsible for any misuse or manipulation of Duo Sport. Handle electrodes only when Duo Sport is turned off. Duo Sport is a class IIA medical device certified by TÜV, do not leave it near children. Hereby, Bluetens limited, declares that Bluetens is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of 1999/5/EC directive and 3/42/EEC directive 9. A copy of the Declaration of conformity is available on request to Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong or Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France and on www.bluetens.com/doc

8. Customer Service

We manage all after-sale questions directly.

If you need assistance after the purchase of your Duo Sport from one of our distributors, do not return the product to the physical store, please contact us directly at contact@bluetens.com or visit the troubleshooting page on www.bluetens.com. Our agents will get back to you within 24 hours with a quick solution.

9. Guarantee

Duo Sport is guaranteed for two years, this warranty does not cover damages caused by improper maintenance or usage not compliant with the related documentation, accidents (shock, fire, liquid), modifications, repairs, misuse or normal wear and tear. This guarantee covers material or manufacturing defects. This guarantee covers products purchased directly from Bluetens or from a Bluetens authorized dealer only.

GUARANTEE PERIOD

Your product is guaranteed two years from the date of purchase, the battery has a six month guarantee.

NOT COVERED BY THE GUARANTEE

Electrodes, clip, satchel, as well as cables and accessories included in the box do not benefit from this guarantee.

BLUETENS AT YOUR SERVICE

In the event of a defect covered by the guarantee, Bluetens team will send you a return slip and will be responsible for the repairs or exchange of your device as well as of its return to you.

HOW TO GET CUSTOMER SUPPORT?

You can reach our Customer Service at any time at the following address: contact@bluetens.com, a member of our team will be dedicated to find a solution to your request.

¡Gracias!

Le agradecemos la compra del dispositivo Duo Sport. Duo Sport es un dispositivo médico; para beneficiarse al máximo del mismo, encontrará toda la información relevante que se incluye en este manual de usuario.



Para obtener cualquier información adicional o simplemente para dejarnos sus comentarios, puede ponerse en contacto con nosotros en la dirección contact@bluetens.com

-
- 1 Requisitos previos
 - 2 Contenido del envase
 - 3 El Duo Sport
 - 4 La aplicación
 - 5 Primer uso
 - 6 Instrucciones de seguridad
 - 7 Características técnicas
 - 8 Servicio de atención al cliente
 - 9 Garantía

1. Requisitos previos

Empezar con Duo Sport es sencillo; aquí presentamos algunos consejos para permitirle que se beneficie del mismo lo más pronto y seguro posible.

1. Lea las instrucciones de seguridad así como las contraindicaciones en la página 44. 

2. Su smartphone debe ser compatible con las exigencias mínimas del sistema:

iOS : iPhone 4s o superior, iOS 8 o superior

Android : Bluetooth 4.0 compatible y Android 4.3 o superior

3. Será necesario que instale la aplicación Bluetens en su smartphone.

Si necesita ayuda para instalar una aplicación de smartphone, vaya a www.bluetens.com/app y siga los pasos. Descargar e instalar la aplicación Bluetens.



iOS

Busque la aplicación «Bluetens Get better» en la Appstore o escanee este código QR e instale la aplicación.



Android

Busque la aplicación «Bluetens Get better» en la Playstore o escanee este código QR e instale la aplicación.



4. El Bluetooth debe estar CONECTADO.

No es necesario emparejar el Duo Sport manualmente; su smartphone se conectará automáticamente cuando inicie el programa. Esto indica que no es necesario rellenar un código PIN o cambiar la configuración del Bluetooth; ¡Duo Sport es pequeño, fuerte e inteligente también!

¿Se han validado todos los pasos? Ahora estamos listos para ocuparnos de cosas más serias ;)

2. Contenido del envase

- 1 Duo Sport es la unidad principal que se inserta en la fijación deportiva.
- 2 Los conectores se conectan a la fijación deportiva en un lateral y los dos electrodos S (pequeño) a la otra. SE proporcionan dos conectores de diferentes tamaños (15 y 25 cm)
- 3 Duo Sport debe recargarse mediante el cable USB. Mientras se carga, el cable debe estar conectado, en un lateral al cargador USB u ordenador y en el otro extremo al puerto micro USB de Duo Sport.
- 4 Este manual de usuario le permite familiarizarse con Duo Sport en poco tiempo.
- 5 Duo sport se entrega con una bolsa, lo que le permite llevarlo de forma segura, conjuntamente con sus cables y electrodos, alejado de cualquier líquido.
- 6 Para viajar use el estuche rígido negro.
- 7 Los electrodos se incluyen en la caja

Consejo: para obtener más detalles sobre los electrodos, lea las instrucciones situadas en la bolsa de plástico.



3. El Duo Sport

1 Botón ON/OFF: este botón le permite encender y apagar el Duo Sport.

2 Dial de ajuste de intensidad: le permite aumentar o reducir la intensidad del programa. Para aumentar la intensidad, gire el dial a la derecha y para reducirla gire el dial a la izquierda. La intensidad aumenta en incrementos de 1 hasta el nivel de 60. Al girar el dial a la izquierda reducirá la intensidad desde 1 al nivel mínimo de 0.

3 Indicadores de intensidad del programa: el primer indicador se ilumina cuando se inicia el programa. Se ilumina un indicador azul para todos los 15 niveles de intensidad, así que verá:

- 1 luz desde el nivel 0 hasta 15
- 2 luces desde el nivel 16 hasta 30
- 3 luces desde el nivel 31 hasta 45
- 4 luces desde el nivel 46 hasta 60

4 Indicador de carga: cuando el Duo Sport disponga de menos del 20% de batería, parpadeará la luz de carga. Cuando cargue Duo Sport, el indicador de carga dejará de parpadear y permanecerá fijo hasta que la batería esté completamente cargada y después se apaga.

5 Indicador de encendido: con el simple toque del botón ON/OFF la luz se encenderá de color verde. Realice una pulsación de un segundo y la luz se apagará.

6 Barra deslizadora: por motivos de seguridad, no puede recargar y usar Duo Sport al mismo tiempo; arrastre la barra deslizadora bien hacia el modo de carga o hacia el modo de uso.

7 Toma de sujeción deportiva: entrada de la sujeción deportiva.

8 Toma micro USB: entrada del cable USB.

9 Botón de reinicio: este botón restaurará Duo Sport a la configuración de fábrica.



4. La aplicación



EMPAREJAMIENTO AUTOMÁTICO

Duo Sport se emparejará con su smartphone de forma automática cuando inicie el programa. Es “Plug and Play”; no es necesaria una intervención manual.



FAVORITOS

Consiga acceso rápido a sus programas favoritos con la opción Favoritos. En la página de descripción del programa, haga clic en el icono de Estrella para crear un acceso directo al menú “Favoritos”.



DESCARGAR

¡Puede transferir el programa de su elección a la memoria de Duo Sport y disfrutarlo sin usar su smartphone! Una vez que haya descargado el programa, encienda Duo Sport; Deslice el dial de intensidad y se iniciará el programa.



DIVIDIR

Inicie un programa diferente en cada Duo Sport. Una vez que se haya iniciado el primer programa, use la opción DIVIDIR y seleccione el segundo.



SALTAR

Para programas de «Tono», ahora puede saltar el calentamiento y la fase de recuperación directamente en la página de descripción haciendo clic en el icono de calentamiento y recuperación.



VINCULAR / DESVINCULAR

Víncule o desvíncule el Duo Sport en la configuración de la aplicación. El modo Solo le permite usar un dispositivo cada vez mientras que el modo Duo sincroniza los dos dispositivos.

5. Primer uso

INICIO DE LA APLICACIÓN BLUETENS



> Seleccione el producto Duo Sport

> Creación de una cuenta Duo Sport

Haga clic en «New user?» y cree su cuenta. Rellene los campos obligatorios y lea y acepte los términos y condiciones. Una vez que haya creado su cuenta recibirá un correo electrónico con un enlace de activación. Haga clic en este enlace para validar su cuenta. Asimismo puede usar la aplicación Duo Sport sin crear una cuenta haciendo clic en «register later».

> Para su primer uso, se mostrará un tutorial.

El tutorial recoge las diversas fases del funcionamiento de Duo Sport para asegurar un uso seguro; tómese unos minutos para leerlo detenidamente.

SELECCIÓN DE PROGRAMAS



> El primer paso consiste en definir el área y la acción que busca.

Las áreas corporales disponibles son:

Parte superior de la espalda • Espalda • Parte inferior de la espalda • Abdomen • Glúteos • Muslo • Rodilla • Pantorrilla • Tobillo • Pie • Hombro • Pectorales • Parte superior del brazo • Codo • Antebrazo • Muñeca.

> Gire la rueda para seleccionar el área corporal que desee; posteriormente, haga lo mismo con la acción que desee.

+ Curar

Para el cuidado fisioterapéutico que tiene como objetivo amplificar la rehabilitación o permitir un efecto de alivio rápido del dolor.

♥ Relajar

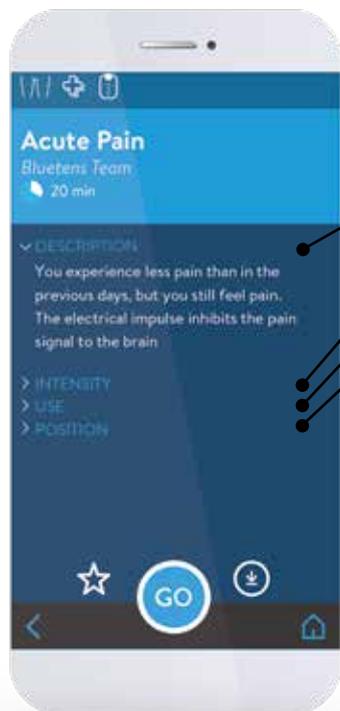
Para un masaje relajante o para suavizar la tensión muscular, asimismo muy efectivo para mejorar la calidad y velocidad de la recuperación.

🏋️ Tono

Para una sesión de ejercicio muscular.

> Posteriormente, pulse «GO».

ACCESO A LA LISTA DE PROGRAMAS



> Haga clic en el programa y accede a su descripción:

- Descripción
- Consejos sobre intensidad
- Consejos de uso
- Consejos de colocación

Nuestro equipo médico, compuesto de fisioterapeutas franceses, todos ellos certificados por el estado, con práctica en clínicas y con práctica privada ha creado todos los programas.

> Pulse «GO» y accede a los consejos de colocación de los electrodos.

COLOCACIÓN DEL ELECTRODO



> Coloque los electrodos tal y como se muestra en el dibujo.

Asegúrese de que ha colocado los 3 (o 6) electrodos en la piel; Duo Sport no funcionará salvo que estén conectados todos los electrodos.

Precaución: asegúrese de que Duo Sport está apagado durante la colocación de los electrodos. Conéctelo cuando se lo solicite la aplicación. Consejo: encuentre las instrucciones de uso en la bolsa de plástico.

> Posteriormente, pulse «GO».



ENCENDER EL DUO SPORT

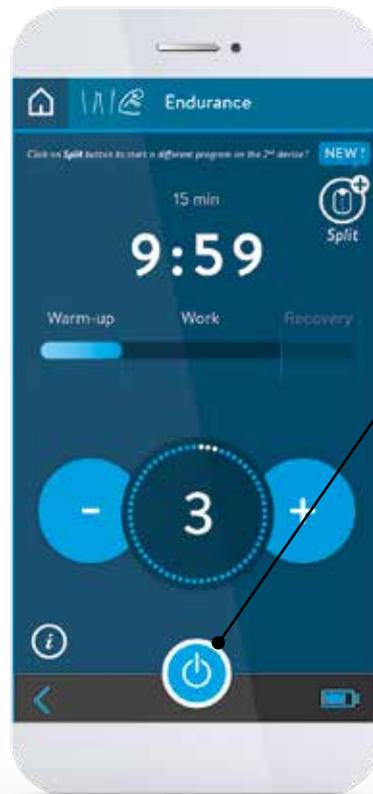
> Encienda el dispositivo **DUO SPORT** pulsando «ON» cuando se le solicite.

Duo Sport se conectará automáticamente a su smartphone y el programa se iniciará tras unos segundos.

DURANTE EL PROGRAMA

> Ajuste la intensidad del programa girando el dial de Duo Sport o usando la aplicación.

Para conseguir una mayor efectividad, siga nuestros consejos de intensidad.



MODO SOLO / FUNCIÓN DIVIDIR

> Si usa Duo Sport en modo **SOLO** y desea iniciar un programa diferente en el segundo dispositivo, haga clic en el icono **SPLIT** para seleccionar un segundo programa que se inicie en el segundo dispositivo Duo Sport.

FINALIZACIÓN DEL PROGRAMA

> Si desea detener el programa, pulse el botón «Stop». Se le redireccionará al menú principal.

FIN DEL PROGRAMA

> Un mensaje indicará el final del programa. Apague Duo Sport antes de retirar los electrodos. Vuelva a colocar los electrodos en el lado adecuado de la película de plástico y guárdelo en el interior de la bolsa sellada.

6. Instrucciones de seguridad

CONTRAINDICACIONES

El uso de Duo Sport está prohibido en persona con un marcapasos o que son propensas a sufrir ataques epilépticos. El uso de Duo Sport tampoco se recomienda a mujeres embarazadas (🚫), y a personas con una hernia incisional. Aquellas personas que sufran debilidad coronaria deben evitar las zonas alrededor del corazón. No use Duo Sport si presenta irregularidades cardíacas o enfermedades coronarias.

⚠ ¡IMPORTANTE!

No use Duo Sport en el agua o en entorno húmedos (sauna, balneoterapia y baños turcos, etc.). Está prohibido colocar los electrodos en la región sinocarótida (delante del cuello), en la región transcraneal (a través de la cabeza) o en la región transtorácica (a través de las costillas). Para colocarlo correctamente, siga los consejos de colocación del electrodo; los han preparado profesionales sanitarios y se corresponden con zonas corporales donde Duo Sport será más efectivo.

PRECAUCIONES DE SEGURIDAD

No use Duo Sport dentro de un medidor de dispositivos médicos de onda corta o equipos microondas, que pueden modificar la corriente generada por el dispositivo. Use únicamente el cable suministrado por Bluetens. Durante las sesiones no desconecte el cable del electrodo ya que la corriente está activada. Se debe desconectar primero el dispositivo. Nunca se quite los electrodos cuando Duo Sport está encendido. Nunca conecte el cable del electrodo a una fuente de alimentación externa. Eso puede provocar una descarga eléctrica.

No use un cable del electrodo dañado o defectuoso. Use siempre el cable USB que proporciona Bluetens para cargar el dispositivo.

Nunca use Duo Sport o el cable USB si presentan daños. Mantenga Duo Sport y sus accesorios fuera del alcance de los niños. Evite que cualquier material extraño (tierra, agua, metal, etc.) entre en el dispositivo. No use Duo Sport mientras conduce.

Nunca recargue Duo Sport durante su uso; una pieza deslizante (la barra deslizante) evita la simultaneidad de la recarga y use como una protección extra. En caso de duda, no dude en consultar con un facultativo.

7. Características técnicas

- Diseño compacto
- Modo de función dual (Bluetooth/independiente)
- Control de programas mediante smartphone compatible con Bluetooth 4.0 (BLE)
- Compatible con Android 4.3 y superior, iPhone 4s, iOS8 y superior
- Alimentado por una batería de iones de litio recargable integrada
- Ajuste de intensidad del dispositivo
- Dispositivo certificado médicamente
- Electrodo y cables USB incluidos
- Electrodo reutilizable incluido

- Peso: 25 gramos
- Batería : 3.7V 400mAh
- Tensión : 0-70V (carga a 500Ω)
- Frecuencia : 1Hz-120Hz
- Corriente de salida: máxima 120mA (pic), media de 20 mA

- Tensión de salida: máxima 100 V (sin carga), 65V con carga
- Alimentación: USB
- Forma de impulso: corriente pulsada cuadrada bifásica simétrica
- Resistencia máxima: 1500 Ohm
- Cierre automático tras cada programa :si
- Seguridad : encendido : 100%
- Clasificado como tipo BF
- Normativas de la CE respecto a dispositivos médicos (Directiva 93/42/EEC)
- ROHS : dispositivos creados sin materiales que puedan tener un impacto nocivo en el medioambiente **RoHS**
- Protección frente a descargas eléctricas clase 2
- Dispositivo en contacto con la zona coronaria excluida del paciente
- Lea detenidamente el manual de usuario
- Lire attentivement la notice



Información sobre gestión de residuos

Al final de la vida útil del producto, asegúrese de eliminarlo de forma adecuada, siguiendo la normativa nacional vigente. Le agradecemos por adelantado dejar el producto en el lugar proporcionado para esta finalidad con objeto de asegurar una eliminación segura respetando el medioambiente.

RECOMENDACIONES (almacenamiento y transporte)

Temperatura : 10°C / 45°C – Nivel de humedad: 25% / 80%

Duo Sport debe usarse únicamente conforme a los programas propuestos. Bluetens Limited no puede asumir ninguna responsabilidad por cualquier uso incorrecto o manipulación de Duo Sport. Maneje los electrodos únicamente cuando Duo Sport esté apagado. Duo Sport es un dispositivo médico clase IIA certificado por TÜV; no lo deje cerca de los niños. Por la presente, Bluetens limited, declara que Bluetens cumple con las exigencias esenciales y otras provisiones relevantes de la directiva 1999/5/EC y la de directiva 9 de 3/42/EEC. Dispone de una copia de la declaración de conformidad bajo petición a Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong o Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, Francia y en www.bluetens.com/doc

8. Servicio Cliente

Gestionamos todas las preguntas postventa directamente.

Si necesita asistencia tras la compra de su Duo Sport a uno de nuestros distribuidores, no devuelva el producto a la tienda física, póngase en contacto con nosotros directamente en la dirección de correo electrónico contact@bluetens.com o visite la página de problemas y soluciones en www.bluetens.com

Nuestros agentes se pondrán en contacto con usted en 24 horas con una solución rápida.

9. Garantía

Duo Sport tiene una garantía de dos años; esta garantía no cubre los daños causados por un mantenimiento inadecuado o un uso que no cumpla con la documentación relacionada, accidentes (golpes, incendios, líquidos), modificaciones, reparaciones, uso inadecuado o el desgaste normal.

Esta garantía cubre defectos de material o fabricación. Esta garantía cubre a los productos adquiridos directamente a Bluetens o de un distribuidor autorizado de Bluetens únicamente.

PERIODO DE GARANTÍA

Su producto tiene una garantía de dos años a contar desde la fecha de compra; la batería tiene una garantía de seis meses.

NO CUBIERTO POR LA GARANTÍA

Los electrodos, fijación, bolsa así como cables y accesorios incluidos en la caja no se benefician de esta garantía.

BLUETENS A SU SERVICIO

En el caso de que se produzca un defecto cubierto por la garantía, el equipo de Bluetens le enviará un comprobante de devolución y será responsable de las reparaciones o cambio de su aparato, así como la devolución a usted, así como su reenvío.

¿CÓMO CONSEGUIR EL SOPORTE DEL CLIENTE?

Puede ponerse en contacto con el Servicio de Atención al Cliente en cualquier momento en la siguiente dirección: contact@bluetens.com; un miembro de nuestro equipo se dedicará a encontrar una solución a su petición.

Danke!

Wir danken Ihnen für den Kauf eines Duo Sport-Gerätes.

Duo Sport ist ein medizinisches Gerät. Um es optimal nutzen zu können, finden Sie alle relevanten Informationen in dieser Bedienungsanleitung. Für weitere Informationen oder um uns einfach nur Ihr Feedback zu geben, können Sie uns unter **contact@bluetens.com kontaktieren.**



-
- ① Vorbedingungen
 - ② Inhalt der Box
 - ③ Das Duo Sport
 - ④ Die Anwendung
 - ⑤ Erstmalige Benutzung
 - ⑥ Sicherheitshinweise
 - ⑦ Technische Daten
 - ⑧ Kundenbetreuung
 - ⑨ Garantie

1. Vorbedingungen

Die ersten Schritte mit Duo Sport sind einfach, hier ein paar Tipps, damit Sie so schnell und sicher wie möglich von den Vorteilen profitieren können.

1. Bitte lesen Sie die Sicherheitshinweise sowie die Kontraindikationen auf Seite 58. 

2. Ihr Smartphone sollte die minimalen Systemanforderungen unterstützen:

iOS : iPhone 4S oder höher, iOS 8 oder höher

Android : Bluetooth 4.0 kompatibel und Android 4.3 oder höher

3. Sie müssen die Bluetens App auf Ihrem Smartphone installieren.

Laden Sie die Bluetens App herunter und installieren Sie sie. Wenn Sie Hilfe bei der Installation einer Smartphone-Anwendung benötigen, gehen Sie auf www.bluetens.com/app und folgen Sie den Anweisungen. Bluetens App herunterladen und installieren



iOS

Suchen Sie nach «Bluetens Get better» App im Appstore oder scannen Sie diesen QR-Code und installieren Sie die App.



Android

Suchen Sie die «Bluetens Get better» App im Playstore oder scannen Sie diesen QR-Code und installieren Sie die App.



4. Ihr Bluetooth muss eingeschaltet sein.

Es ist nicht notwendig, Ihr Duo Sport manuell zu koppeln, Ihr Smartphone verbindet sich automatisch, wenn Sie das Programm starten. Das bedeutet, dass Sie keinen PIN-Code eingeben oder Ihre Bluetooth-Einstellungen ändern müssen, Duo Sport ist klein, stark und clever!

Sind alle Schritte validiert?

Jetzt sind wir bereit, uns ernstesten Dingen zuzuwenden ;)

2. Inhalt der Box

- 1 Duo Sport ist die Haupteinheit, die in den Sport-Clip eingesetzt wird.
- 2 Die Snap-Kabel werden auf der einen Seite an den Sportclip und auf der anderen Seite an die beiden S-Elektroden angeschlossen. Zwei Kabelgrößen werden mitgeliefert (15 und 25 cm).
- 3 Duo Sport muss über ein USB-Kabel aufgeladen werden. Während des Ladevorgangs muss das Kabel auf der einen Seite an das USB-Ladegerät oder den Computer und auf der anderen Seite an den Micro-USB-Anschluss vom Duo Sport angeschlossen werden.
- 4 Mit dieser Bedienungsanleitung können Sie sich im Handumdrehen mit Ihrem Duo Sport vertraut machen.
- 5 Duo Sport wird mit einer Umhängetasche geliefert, sodass Sie es zusammen mit seinen Kabeln und Elektroden sicher transportieren können, ohne jeglichen Kontakt mit irgendeiner Flüssigkeit.
- 6 Verwenden Sie auf Reisen das schwarze Hartschalenetui.
- 7 Elektroden sind im Lieferumfang enthalten.

Tipp: Für weitere Details zu Ihren Elektroden lesen Sie bitte die Anleitung in der Plastiktüte.



3. Das Duo Sport

- ON/OFF-Taste:** Mit dieser Taste können Sie Duo Sport ein- und ausschalten.
- Intensitäts-Einstellknopf:** ermöglicht Ihnen, die Intensität des Programms zu erhöhen oder zu verringern. Um die Intensität zu erhöhen, drehen Sie den Regler nach rechts, um sie zu verringern, drehen Sie ihn nach links. Die Intensität steigt in Schritten von 1 bis zu Stufe 60. Durch Drehen des Reglers nach links wird die Intensität von 1 auf das Minimum von 0 reduziert.
- Programm-Intensitätsanzeigen:** Die erste Anzeige leuchtet, wenn ein Programm gestartet wird. Für alle 15 Intensitätsstufen leuchtet eine blaue Anzeige auf, sodass Sie sehen werden:
 - 1 Leuchte von Stufe 0 bis 15
 - 2 Leuchten von Stufe 16 bis 30
 - 3 Leuchten von Stufe 31 bis 45
 - 4 Leuchten von Stufe 46 bis 60
- Ladeanzeige:** Wenn die Batterie Ihres Duo Sport weniger als 20% beträgt, blinkt die Ladeanzeige. Wenn Sie Duo Sport aufladen, hört die Ladeanzeige auf zu blinken und bleibt konstant an, bis der Akku vollständig aufgeladen ist und schaltet sich dann aus.
- Einschaltanzeige:** Mit einem einfachen Druck auf die ON/OFF-Taste wird die Leuchte grün. Mit einem zweiten Druck erlischt die Leuchte.
- Schieberegler:** Aus Sicherheitsgründen können Sie Duo Sport nicht gleichzeitig aufladen und verwenden, ziehen Sie den Schieberegler entweder in den Lade- oder den Nutzungsmodus.
- Sport-Clip-Stecker:** Sport-Clip-Eingang.
- Micro-USB-Stecker:** USB-Kabeleinführung.
- Reset-Taste:** Mit dieser Taste wird Duo Sport auf die Werkseinstellungen zurückgesetzt.



4. Die Anwendung



AUTOMATISCHE KOPPLUNG

Duo Sport verbindet sich automatisch mit Ihrem Smartphone, wenn Sie das Programm starten. Es ist 'Plug and Play', es sind keine manuellen Eingriffe notwendig.



SPLIT

Führen Sie auf jedem Duo Sport ein unterschiedliches Programm aus. Sobald das erste Programm läuft, verwenden Sie die Option SPLIT und wählen dann das zweite aus.



FAVORITEN

Mit der Option Favoriten erhalten Sie schnellen Zugriff auf Ihre Lieblingsprogramme. Klicken Sie auf der Programmbeschreibungseite auf das Sternsymbol, um eine Schnellauswahl im Menü «Favoriten» zu erstellen.



SKIP

Bei «Tonus»-Programmen können Sie nun die Aufwärm- und Erholungsphase direkt auf der Beschreibungsseite überspringen, indem Sie auf das Aufwärm- oder Wiederherstellungssymbol klicken.



DOWNLOAD

Sie können das Programm Ihrer Wahl auf den Duo Sport Speicher übertragen und genießen, ohne Ihr Smartphone zu benutzen! Sobald Sie das Programm heruntergeladen haben, schalten Sie Ihr Duo Sport ein, bewegen das Intensitätsrad und das Programm beginnt.



LINK/UNLINK

Verknüpfen oder trennen Sie Ihren Duo Sport in den Einstellungen der App. Der Solo-Modus ermöglicht es Ihnen, ein Gerät einzeln zu verwenden, während der Duo-Modus Ihre beiden Geräte synchronisiert.

5. Erstmalige Benutzung

STARTEN DER BLUETENS-ANWENDUNG



> Wählen Sie das Produkt Duo Sport aus

> Erstellung eines Duo Sport Kontos.

Klicken Sie auf «Neuer Benutzer?» und erstellen Sie Ihr Konto. Füllen Sie die Pflichtfelder aus, lesen und akzeptieren Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Sobald Sie Ihr Konto erstellt haben, erhalten Sie eine E-Mail mit einem Aktivierungslink. Klicken Sie auf diesen Link, um Ihr Konto zu bestätigen. Sie können die Duo Sport App auch ohne Anmeldung nutzen, indem Sie auf «Später registrieren» klicken.

> Für Ihre erste Verwendung wird eine Anleitung angezeigt.

Die Anleitung greift die verschiedenen Phasen des Duo-Sport-Betriebs auf, um einen sicheren Gebrauch zu gewährleisten. Bitte nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, um sie sorgfältig zu lesen.

PROGRAMMWAHL



> Der erste Schritt besteht darin, den Bereich und die Aktion zu definieren, die Sie suchen.

Verfügbare Körperbereiche sind :

Oberer Rücken • Rücken • Unterer Rücken • Bauch • Gesäß • Oberschenkel • Knie • Wade • Knöchel • Fuß • Schulter • Brustmuskeln • Oberarm • Ellenbogen • Unterarm • Handgelenk.

> Drehen Sie das Rad, um den gewünschten Körperbereich auszuwählen, und machen Sie das gleiche für die gewünschte Aktion..

+ **Therapieren**

Für die physiotherapeutische Versorgung mit dem Ziel, die Rehabilitation zu verstärken oder eine schnelle Schmerzlinderung zu ermöglichen.

♥ **Entspannen**

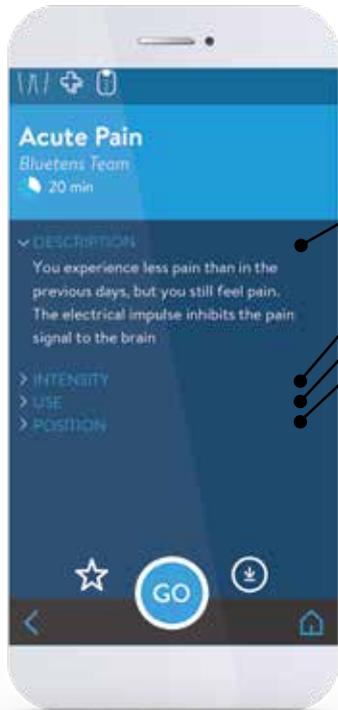
Für eine entspannende Massage oder zur Linderung von Muskelverspannungen, auch sehr effektiv zur Verbesserung der Qualität und Schnelligkeit der Genesung.

🏋️ **Stärken**

Für ein muskulöses Training.

> Dann drücken Sie «GO».

ZUGRIFF AUF DIE PROGRAMMLISTE



> Klicken Sie auf das Programm und rufen Sie dessen Beschreibung auf:

- Beschreibung
- Intensitätshinweise
- Verwendungshinweise
- Positionshinweise

Alle Programme wurden von unserem Ärzteteam erstellt, das aus französischen Physiotherapeuten besteht, die alle staatlich zertifiziert sind und in Kliniken und Privatpraxen praktizieren.

> Drücken Sie «GO» und rufen Sie die Hinweise zur Elektrodenplatzierung auf.

ELEKTRODENPLATZIERUNG



> Platzieren Sie die Elektroden wie in der Zeichnung gezeigt.

Vergewissern Sie sich, dass Sie die 3 (oder 6) Elektroden auf Ihrer Haut platziert haben, Duo Sport funktioniert nicht, wenn nicht alle Elektroden verbunden sind.

Vorsicht: Vergewissern Sie sich, dass Duo Sport während der Platzierung der Elektroden ausgeschaltet ist. Schalten Sie erst ein, wenn Sie von der App dazu aufgefordert werden.

Tipp: Alle Gebrauchsanweisungen für Elektroden finden Sie in der Plastiktüte.

> Dann drücken Sie «GO».



SCHALTEN SIE IHREN DUO SPORT EIN

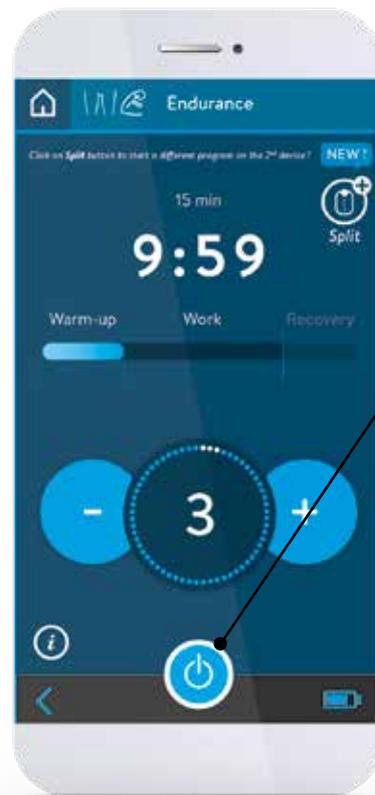
> Schalten Sie **DUO SPORT**-Geräte ein, indem Sie nach Aufforderung «ON» drücken.

Duo Sport stellt automatisch eine Verbindung zu Ihrem Smartphone her und das Programm startet nach wenigen Sekunden.

WÄHREND DES PROGRAMMS

> Stellen Sie die **Intensität des Programms** ein, indem Sie das Duo Sport-Steuergerät betätigen oder die App benutzen.

Um eine höhere Wirksamkeit zu erzielen, befolgen Sie unsere Intensitätshinweise.



SOLOMODUS / SPLIT-FUNKTION

> Wenn Sie Duo Sport im **SOLO**-Modus verwenden und ein anderes Programm auf dem zweiten Gerät starten möchten, klicken Sie auf das **SPLIT**-Symbol, um ein zweites Programm auszuwählen, das auf Ihrem zweiten Duo Sport-Gerät ausgeführt werden soll.

PROGRAMMABBRUCH

> Wenn Sie das Programm stoppen wollen, drücken Sie die Taste «Stop». Sie werden zum Hauptmenü weitergeleitet.

PROGRAMMENDE

> Eine Meldung zeigt das **Ende des Programms an**.

Schalten Sie Duo Sport aus, bevor Sie die Elektroden entfernen. Legen Sie die Elektroden auf die richtige Seite der Kunststoffolie und lagern Sie sie im versiegelten Beutel.

6. Sicherheitshinweise

KONTRAINDIKATIONEN

Der Gebrauch von Duo Sport ist für Personen mit einem Herzschrittmacher oder Epilepsieanfälligen verboten. Duo Sport wird auch nicht für schwangere Frauen  und Menschen mit einem Leistenbruch oder einem Narbenbruch empfohlen. Menschen, die an Herzschwäche leiden, müssen Bereiche um das Herz herum vermeiden. Verwenden Sie Duo Sport nicht, wenn Sie Herzunregelmäßigkeiten oder Herzkrankheiten haben.

WICHTIG!

Verwenden Sie Duo Sport nicht im Wasser oder in feuchter Umgebung (Sauna, Balneotherapie und Hammam etc.). Es ist verboten, die Elektroden auf die Sinokarotidregion (vorne am Hals), auf die transkranielle Region (durch den Kopf) oder die transthoraxale Region (durch den Brustkorb) zu legen. Um es richtig zu machen, folgen Sie bitte den Hinweisen der Elektrodenplatzierung, sie wurden von Ärzten vorbereitet und entsprechen den Bereichen des Körpers, in denen Duo Sport effektiver sein kann.

SICHERHEITSVORKEHRUNGEN

Verwenden Sie Duo Sport nicht innerhalb eines Messgerätes von kurzweiligen medizinischen Geräten oder Mikrowellengeräten, die den vom Gerät erzeugten Strom verändern könnten. Verwenden Sie nur das von Bluetens gelieferte Kabel. Während der Sitzungen darf das Elektrodenkabel nicht abgezogen werden, da die Stromversorgung eingeschaltet ist. Das Gerät muss zuerst ausgeschaltet werden. Nehmen Sie die Elektroden niemals ab, wenn Duo Sport eingeschaltet ist. Schließen Sie das Elektrodenkabel niemals an eine externe Stromquelle an. Das könnte einen elektrischen Schlag verursachen.

Verwenden Sie kein beschädigtes oder defektes Elektrodenkabel. Verwenden Sie immer das von Bluetens mitgelieferte USB-Kabel, um das Gerät aufzuladen.

Verwenden Sie niemals Duo Sport oder das USB-Kabel, wenn es beschädigt ist. Bewahren Sie Duo Sport und sein Zubehör außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Vermeiden Sie das Eindringen von Fremdkörpern (Erde, Wasser, Metall etc.) in das Gerät. Verwenden Sie Duo Sport nicht während des Autofahrens.

Laden Sie Duo Sport niemals während des Gebrauchs auf; ein Schiebeteil (der Schieberegler) verhindert das gleichzeitige Aufladen und Gebrauch als zusätzlichen Schutz. Im Zweifelsfall zögern Sie nicht, einen Arzt aufzusuchen.

7. Technische Daten

- Kompaktes Design
- Doppelfunktionsmodus (Bluetooth/Standalone)
- Programmsteuerung über Bluetooth 4.0 (BLE) kompatibles Smartphone
- Kompatibel mit Android 4.3 und höher, iPhone 4S, iOS8 und höher
- Stromversorgung durch eine integrierte wiederaufladbare Lithium-Ionen-Batterie
- Intensitätseinstellung am Gerät
- Medizinisch zertifiziertes Gerät
- Inklusive Elektroden- und USB-Kabel
- Inklusive wiederverwendbare Elektroden
- Gewicht: 25 Gramm
- Batterie: 3,7 V 400 mA
- Spannung: 0 - 70 V (Ladung bei 500Ω)
- Frequenz: 1Hz - 120 Hz
- Ausgangsstrom : Maximal 120 mA (Bild), durchschnittlich 20 mA
- Ausgangsspannung: maximal 100 V (ohne Belastung), 65 V mit Belastung
- Stromversorgung: USB
- Impulsform: symmetrischer zweiphasiger Rechteckimpuls
- Maximaler Widerstand: 1500 Ohm
- Automatische Abschaltung nach jedem Programm: ja
- Züandsicherheit: 100 %ig
- Klassifiziert als Typ BF 
- CE-Vorschriften für Medizinprodukte (Richtlinie 93/42/EWG)  0123
- ROHS: Geräte, die ohne umweltbelastende Materialien gebaut werden **RoHS**
- Schutz gegen elektrischen Schlag, Klasse 2 
- Gerät in Kontakt mit dem Patienten: Herzbereich ausschließen 
- Lesen Sie das Benutzerhandbuch sorgfältig durch. 



Informationen zur Abfallentsorgung

Vergewissern Sie sich am Ende des Produktlebenszyklus, dass das Produkt ordnungsgemäß entsorgt wird, wobei die entsprechenden nationalen Vorschriften zu beachten sind. Wir danken Ihnen im Voraus dafür, dass Sie das Produkt an einen dafür vorgesehenen Ort bringen, um eine sichere und umweltgerechte Entsorgung zu gewährleisten.

EMPFEHLUNGEN (Lagerung und Transport)

Temperatur: 10 °C / 45 °C - Luftfeuchtigkeit: 25 % / 80 %.

Duo Sport darf nur in Übereinstimmung mit den vorgeschlagenen Programmen verwendet werden. Bluetens Limited kann nicht für den Missbrauch oder die Manipulation von Duo Sport verantwortlich gemacht werden. Elektroden nur bei ausgeschaltetem Duo Sport handhaben. Duo Sport ist ein vom TÜV zertifiziertes medizinisches Gerät der Klasse IIA, lassen Sie es nicht in der Nähe von Kindern liegen. Hiermit erklärt Bluetens limited, dass Bluetens die grundlegenden Anforderungen und andere relevante Bestimmungen der Richtlinie 1999/5/EG und der Richtlinie 3/42/EWG 9 erfüllt. Eine Kopie der Konformitätserklärung ist auf Anfrage erhältlich bei Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong oder Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, Frankreich und unter www.bluetens.com/doc.

8. Kundenbetreuung

Wir kümmern uns um alle Fragen nach dem Kauf direkt.

Wenn Sie nach dem Kauf Ihres Duo Sport von einem unserer Vertriebspartner Hilfe benötigen, sollten Sie das Produkt sofort an Ihren Händler zurückgeben. Bitte kontaktieren Sie uns direkt unter contact@bluetens.com oder besuchen Sie die Seite zur Fehlerbehebung auf www.bluetens.com

Unsere Agenten werden sich innerhalb von 24 Stunden mit einer zügigen Lösung bei Ihnen melden.

9. Garantie

Duo Sport hat eine Garantie von zwei Jahren, diese Garantie gilt nicht für Schäden, die durch unsachgemäße Wartung oder Verwendung, die nicht mit der entsprechenden Dokumentation übereinstimmen, sowie für Unfälle (Schlag, Feuer, Flüssigkeit), Modifikationen, Reparaturen, Missbrauch oder normalem Verschleiß. Diese Garantie erstreckt sich auf Material- oder Herstellungsfehler. Diese Garantie bezieht sich nur auf Produkte, die direkt von Bluetens oder einem von Bluetens autorisierten Händler gekauft wurden.

GARANTIEZEIT

Ihr Produkt hat eine Garantie von zwei Jahren ab Kaufdatum, die Batterie hat eine Garantie von sechs Monaten.

NICHT VON DER GARANTIE ABGEDECKT

Elektroden, Clip, Umhängetasche, sowie Kabel und Zubehör, die in der Box enthalten sind, sind von dieser Garantie ausgeschlossen.

BLUETENS - ZU IHRER VERFÜGUNG

Im Falle eines von der Garantie gedeckten Mangels schickt Ihnen das Bluetens-Team einen Retourenschein zu und ist verantwortlich für die Reparatur oder den Austausch Ihres Gerätes sowie dessen Rückgabe an Sie.

WIE ERREICHE ICH DEN KUNDENDIENST?

Sie erreichen unseren Kundendienst jederzeit unter der folgenden Adresse: contact@bluetens.com, ein Mitglied unseres Teams wird sich bemühen, eine Lösung für Ihre Anfrage zu finden.

Bedankt !

We danken u voor het aanschaffen van een Duo Sport-apparaat.

Duo Sport is een medisch hulpmiddel, om er optimaal gebruik van te maken, vindt u alle relevante informatie in deze gebruikershandleiding.



Voor aanvullende informatie of om ons eenvoudig uw feedback te geven, kunt u contact met ons opnemen via contact@bluetens.com

-
- ① Voorwaarden
 - ② Inhoud van de doos
 - ③ De Duo Sport
 - ④ De applicatie
 - ⑤ Eerste gebruik
 - ⑥ Veiligheidsinstructies
 - ⑦ Technische eigenschappen
 - ⑧ Klantenservice
 - ⑨ Garantie

1. Voorwaarden

Aan de slag met Duo Sport is eenvoudig, hierbij een aantal tips voor een snel en veilig gebruik.

1. Lees de veiligheidsinstructies en de contra-indicaties op pagina 28. 
2. Uw Smartphone moet de minimale systeemvereisten ondersteunen:

iOS : iPhone 4s of hoger, iOS 8 of hoger

Android : compatibel met Bluetooth 4.0 en Android 4.3 of hoger

3. U moet de Bluetens-app op uw smartphone installeren.

Download en installeer de Bluetens-app.

Als u hulp nodig hebt bij het installeren van een smartphone-applicatie, gaat u naar www.bluetens.com/app en volgt u de stappen.

Download en installeer Bluetens App



iOS

zoek naar «Bluetens Beter worden» App op Appstore of scan deze QR-code en installeer de app.



Android

zoek naar «Bluetens Beter worden» App op Playstore of scan deze QR-code en installeer de app.



4. Uw Bluetooth moet AAN zijn.

Het is niet nodig om uw Duo Sport handmatig te koppelen, uw Smartphone maakt automatisch verbinding zodra u het programma start. Dit betekent dat u geen pincode hoeft in te vullen of uw Bluetooth-instellingen hoeft te wijzigen, want de Duo Sport is misschien klein, maar vooral krachtig en slim! **Zijn alle stappen gevalideerd? Klaar voor het serieuze werk ;)**

2. Inhoud van de doos

- 1 Plaats de Duo Sport in de bijhorende sportclip
- 2 De kabels worden aangesloten op de sportclip aan de ene kant en op de twee S (kleine) elektroden aan de andere. Kabels in twee maten worden meegeleverd (15 en 25 cm)
- 3 De Duo Sport moet worden opgeladen via een USB-kabel. Tijdens het opladen moet de kabel aan de ene kant in de USB-lader of de computer worden gestoken en aan de andere kant in de micro USB-poort van Duo Sport.
- 4 Deze gebruikershandleiding stelt u in staat om snel vertrouwd te raken met uw Duo Sport.
- 5 De Duo Sport wordt geleverd met een tas, zodat u deze veilig, samen met de kabels en elektroden, uit de buurt van vloeistoffen kunt dragen.
- 6 Gebruik bij het reizen de zwarte beschermende harde hoes.
- 7 Elektroden zijn inbegrepen in de doos

Tip: lees voor meer informatie over uw elektroden de instructies in de plastic zak.



3. De Duo Sport

- ON/OFF-knop:** met deze knop kunt u Duo Sport in- en uitschakelen.
- Intensiteitinstelknop:** hiermee kunt u de intensiteit van het programma verhogen of verlagen. Om de intensiteit te verhogen, draait u het intensiteitswiel naar rechts en om deze te verlagen, draait u het intensiteitswiel naar links. De intensiteit neemt toe in stappen van 1 tot het niveau van 60. Draai het intensiteitswiel naar links om de intensiteit te verlagen van 1 tot het minimumniveau van 0.
- Indicatoren voor programma-intensiteit:** de eerste indicator licht op wanneer een programma wordt gestart. Voor alle 15 intensiteitsniveaus zal een blauwe indicator oplichten, zodat u het volgende kan waarnemen:
 - 1 licht van niveau 0 tot 15
 - 2 lichten van niveau 16 tot 30
 - 3 lichten van niveau 31 tot 45
 - 4 lichten van niveau 46 tot 60
- Oplaadindicator:** wanneer uw Duo Sport minder dan 20% van de resterende batterijcapaciteit heeft, knippert het oplaadlampje. Wanneer u Duo Sport oplaadt, stopt de oplaadindicator met knipperen en blijft deze vast totdat de batterij volledig is opgeladen en vervolgens wordt uitgeschakeld.
- Aan / uit-indicator:** met een eenvoudige aanraking van de AAN / UIT-knop wordt het lampje groen. Een tweede keer drukken en het licht gaat uit.
- Schuiфknop:** om veiligheidsredenen kunt u Duo Sport niet tegelijkertijd opladen en gebruiken, maar u kunt de schuiфregelaar ook naar de oplaadmodus of de gebruiksmodus slepen.
- Clipplug voor sport:** ingang sportclip.
- Micro-USB-stekker:** ingang USB-kabel.
- Resetknop:** deze knop herstelt de Duo Sport naar de fabrieksinstellingen.



4. De applicatie



AUTOMATISCH KOPPELEN

Duo Sport wordt automatisch gekoppeld aan uw smartphone wanneer u het programma start. Het is 'Plug and Play', er is dus geen handmatige tussenkomst nodig.



FAVORIETEN

Krijg snel toegang tot uw favoriete programma's met de optie FAVORIETEN. Klik op de pagina met de programmabeschrijving op het sterpictogram om een snelkoppeling te maken in het menu «Favorieten».



DOWNLOAD

U kunt het programma van uw keuze in het Duo Sport-geheugen opslagen om ervan te genieten zonder uw smartphone te hoeven gebruiken! Nadat u het programma hebt gedownload, zet u uw Duo Sport aan, schuift u het intensiteitswiel en start het programma.



SPLIT

Voer een ander programma uit op elke Duo Sport. Nadat het eerste programma is uitgevoerd, gebruikt u de SPLIT-optie en selecteert u het tweede icoon.



OVERSPRINGEN

Voor «» Training «» -programma's kunt u nu de opwarm- en herstelfase onmiddellijk op de beschrijvingspagina overslaan door op het pictogram voor opwarmen of herstel te klikken.



LINK / ONTKOPPELEN

Koppel of ontkoppel uw Duo Sport in de instellingen van de app. Met de Solo-modo kunt u één apparaat tegelijkertijd gebruiken, terwijl de Duo-modus uw twee apparaten synchroniseert.

5. Eerste gebruik

START DE BLUETENS-TOEPASSING



> Selecteer het Duo Sport-product

> Creatie van een Duo Sport-account.

Klik op «Nieuwe gebruiker?» En maak uw account aan. Vul de verplichte velden in, lees en accepteer de algemene voorwaarden. Zodra u uw account hebt aangemaakt, ontvangt u een e-mail met een activatielink. Klik op deze link om uw account te bevestigen. U kunt de Duo Sport-app ook gebruiken zonder een account aan te maken door op «Registreer later» te klikken.

> Voor uw eerste gebruik, zal een tutorial worden getoond.

De zelfstudie neemt de verschillende fasen van de werking van Duo Sport op om een veilig gebruik te garanderen, neem een paar minuten de tijd om het zorgvuldig te lezen.

SELECTIE PROGRAMMA



> De eerste stap bestaat uit het definiëren van het gebied en de actie die u zoekt.

Beschikbare lichaamsgebieden zijn:

Bovenrug • Borstspieren • Rug • Onderrug • Buik • Billen • Dij • Knie • Kuit • Enkel • Voet • Bovenarm • Elleboog • Onderarm • Pols • Schouder

> Draai aan het wiel om het gewenste lichaamsdeel te selecteren en doe vervolgens hetzelfde voor de gewenste actie.

+ Pijnbestrijding

Voor fysiotherapiezorg gericht op het versterken van revalidatie of een snel pijnverlichtingseffect toe te staan.

+ Ontspannen

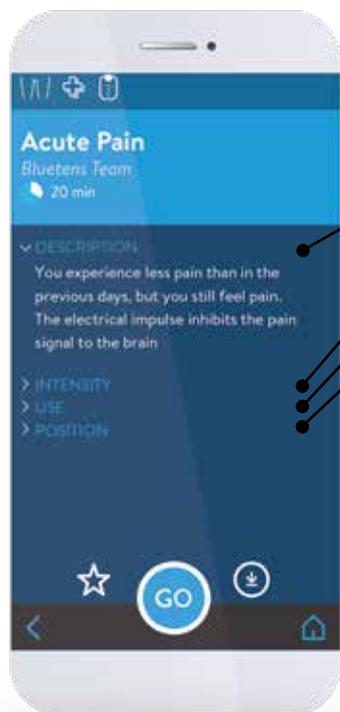
Voor een ontspannende massage of om spierspanning te verminderen, ook zeer effectief bij het verbeteren van de kwaliteit en snelheid van herstel.

+ Trainen

Voor een actieve trainingssessie.

> Druk vervolgens op «GO».

TOEGANG TOT PROGRAMMALIJST



> Klik op het programma en open de beschrijving:

- Beschrijving
- Intensiteits
- Gebruik
- Aanbevolen positie

Alle programma's zijn ontwikkeld door ons medisch team in samenwerking met erkende Franse fysiotherapeuten, gelinkt aan ziekenhuizen en/of privépraktijken.

> Druk op «GO» en krijg toegang tot de adviezen van de plaatsing van de elektroden.

ELEKTRODE PLAATSIING



> Plaats de elektroden zoals weergegeven in de tekening.

Zorg ervoor dat u de 3 (of 6) elektroden hebt geplaatst op uw huid, de Duo Sport zal niet werken, tenzij alle elektroden zijn verbonden.

Let op: Zorg ervoor dat Duo Sport wordt uitgeschakeld tijdens de plaatsing van de elektroden. Schakel het pas in wanneer een melding op het scherm van uw smartphone daarom vraagt.

Tip: U vindt alle gebruiksinstructies voor de elektroden in de plastic zak.

> Druk vervolgens op «GO».



ZET UW DUO SPORT AAN

> Schakel DUO SPORT-apparaten in door op «AAN» te drukken wanneer daarom wordt gevraagd.

Duo Sport maakt automatisch verbinding met uw smartphone en het programma start na een paar seconden.

TIJDENS HET PROGRAMMA

> Pas de intensiteit van het programma aan door het Duo Sport-wiel te draaien of de app te gebruiken.

Voor meer effectiviteit, volgt u onze intensiteitsadviezen.



SOLO MODE / SPLITFUNCTIE

> Indien u de Duo Sport in de SOLO-modus gebruikt en u wilt een ander programma op het tweede apparaat starten, klikt u op het SPLIT-pictogram om een tweede programma te selecteren dat u op uw tweede Duo Sport-apparaat wilt uitvoeren.

PROGRAMMA BEÏNDIGING

> Indien u het programma wilt stoppen, drukt u op de «Stop» knop. U wordt dan vervolgens doorgestuurd naar het hoofdmenu.

EINDE VAN HET PROGRAMMA

> Een bericht geeft het einde van het programma aan. Schakel de Duo Sport uit voordat u de elektroden verwijdert. Plaats de elektroden op de juiste zijde van de plastic folie en bewaar ze in de verzegelde zak.

6. Veiligheidsinstructies

CONTRA

Het gebruik van de Duo Sport is verboden voor personen met een pacemaker of epilepsie patiënten. De Duo Sport wordt ook niet aanbevolen voor zwangere vrouwen en voor personen met een hernia. Personen met een gevoelige hartspier moeten gebieden rond het hart vermijden. Gebruik de Duo Sport dus niet als u hartonregelmatigheden of hartaandoeningen heeft.

▲ BELANGRIJK !

Gebruik de Duo Sport niet in water of in vochtige omgevingen (sauna, balneotherapie en hamam, enz.). Het is verboden om de elektroden op het sinocarotidegebied (aan de voorkant van de nek), op het transcraniale gebied (op het voorhoofd) of het transthoraxale-gebied (op de ribbenkast) te plaatsen. Zorg voor een correcte plaatsing van de elektroden, volg de adviezen van de Bluetens gezondheidsspecialisten mbt plaatsing van deze elektroden, daar deze overeenkomen met de delen van het lichaam waar Duo Sport het effectiefste zal zijn.

VEILIGHEIDSMATREGELEN

Gebruik de Duo Sport niet binnen afstand van minder dan een meter van kortegolf medische apparaten of magnetronapparatuur, die de door het apparaat gegenereerde stroom zou kunnen wijzigen. Gebruik alleen de kabel die wordt geleverd door Bluetens. Koppel tijdens sessies de elektrodekabel niet los omdat de stroom is ingeschakeld. Het apparaat moet eerst worden uitgeschakeld. Verwijder de elektroden nooit wanneer Duo Sport is ingeschakeld. Sluit de elektrodenkabel nooit op een externe voedingsbron aan. Dit kan een elektrische schok veroorzaken.

Gebruik geen beschadigde of defecte elektrodenkabel. Gebruik altijd de USB-kabel van Bluetens om het apparaat op te laden.

Gebruik de Duo Sport of de USB-kabel nooit als deze beschadigd is. Hou de Duo Sport en de accessoires buiten het bereik van kinderen. Voorkom dat vreemde voorwerpen (grond, water, metaal, enz.) het apparaat zouden binnendringen. Gebruik de Duo Sport niet tijdens het rijden.

Duo Sport nooit opladen tijdens het gebruik; een glijdend onderdeel (de schuif) voorkomt de gelijktijdigheid van opladen en gebruik als een extra bescherming. In geval van twijfel, aarzel dan niet om een arts te raadplegen.

7. Technische eigenschappen

- Compact ontwerp
- Dual-functiemodus (Bluetooth / standalone)
- Programmabesturing door Bluetooth 4.0 (BLE) - compatibele smartphone
- Compatibel met Android 4.3 en hoger, iPhone 4s, iOS en hoger
- Werkt op een oplaadbare ingebouwde lithium-ionbatterij
- Intensiteitsaanpassing op het apparaat
- Medisch gecertificeerd apparaat
- Inclusief elektrode- en USB-kabels
- Herbruikbare elektroden inbegrepen
- Gewicht: 25 gram
- Batterij: 3,7V 400mAh
- Voltage: 0-70V (opladen bij 500Ω)
- Frequentie: 1Hz-120Hz
- Uitgangsstroom: maximaal 120mA (foto),
- Gemiddelde van 20 mA
- Uitgangsspanning: maximaal 100 V (zonder belasting), 65V met belasting
- Voeding: USB
- Impulsvorm: symmetrische tweefasige vierkante puls
- Maximale weerstand: 1500 Ohm
- Automatische uitschakeling na elk programma: ja
- Ontstekingsveiligheid: 100%
- Geclassificeerd als type BF 
- CE-voorschriften betreffende medische hulpmiddelen (richtlijn 93/42 / EEG)  0123
- ROHS: apparaten die zijn gebouwd zonder materialen die een schadelijke invloed kunnen hebben op het milieu **RoHS**
- Bescherming tegen elektrische schokklasse 2 
- Apparaat in contact met het hartgebied van de patiënt uitgesloten 
- Lees de gebruikershandleiding zorgvuldig door 



Informatie over afvalbeheer

Aan het einde van de levensduur van het product moet u het op een correcte manier weggooiën, volgens de relevante nationale regels. Wij danken u bij voorbaat voor een veilige verwijdering van het product op een daarvoor bestemde plaats zodoende het milieu te respecteren.

AANBEVELINGEN (opslag en transport)

Temperatuur: 10 ° C / 45 ° C - Luchtvochtigheid: 25% / 80%

Duo Sport mag alleen worden gebruikt in overeenstemming met de voorgestelde programma's. Bluetens Limited kan niet verantwoordelijk worden gehouden voor enig misbruik of manipulatie van Duo Sport. Behandel elektroden alleen wanneer Duo Sport is uitgeschakeld. Duo Sport is een medisch hulpmiddel van klasse IIA, gecertificeerd door TÜV, laat het niet in de buurt van kinderen achter. Hierbij verklaart Bluetens Limited dat Bluetens voldoet aan de essentiële vereisten en andere relevante bepalingen van de Richtlijn 1999/5 / EC en Richtlijn 3/42 / EEC 9. Een kopie van de conformiteitsverklaring is op aanvraag verkrijgbaar bij Bluetens Ltd, 2003 20 / F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong of Bluetens Frankrijk, 5 passage Saint Bernard, 75011 Parijs, Frankrijk en op www.bluetens.com/doc.

8. Klantenservice

Wij beheren de volledige dienst-na-verkoop rechtstreeks.

Als u hulp nodig heeft na de aankoop van uw Duo Sport neem dan contact op met uw lokale distributeur, stuur het product niet terug naar de fysieke winkel maar neem rechtstreeks contact met ons op via contact@bluetens.com of ga naar de pagina voor probleemoplossing op www.bluetens.com

Het Bluetens team zal binnen de 24 uur contact met u opnemen mbt een snelle oplossing.

9. Garantie

De Duo Sport heeft een garantie van twee jaar, deze garantie dekt geen schade veroorzaakt door onjuist onderhoud of gebruik dat niet voldoet aan de bijbehorende documentatie, ongelukken (schokken, brand, vloeistof), modificaties, reparaties, verkeerd gebruik of normale slijtage. Deze garantie dekt materiaal- of fabricagefouten. Deze garantie dekt enkel producten die rechtstreeks werden aangekocht bij een erkende Bluetens verdeler.

GARANTIEPERIODE

De garantietermijn van uw product is twee jaar geldig vanaf de datum van uw aankoop, de batterij heeft een garantietermijn van zes maanden.

NIET GEDEKT DOOR DE GARANTIE

Elektroden, clip, opbergtas, evenals kabels en accessoires die in de doos zitten, vallen niet onder deze garantie.

BLUETENS TOT UW DIENST

In het geval van een defect dat onder de garantie valt, bezorgt het Bluetens-team u een retourbonn en zal Bluetens instaan voor de reparatie of omruiling van uw apparaat alsook de retourzending.

HOE KUNT U KLANTENONDERSTEUNING KRIJGEN?

U kunt onze klantenservice op elk gewenst moment bereiken op het volgende adres: contact@bluetens.com, een lid van ons team zal u bijstaan bij het zoeken naar een oplossing voor uw verzoek.

Obrigado!

Agradecemos-lhe por ter adquirido um dispositivo Duo Sport.

Duo Sport é um dispositivo médico. Para o utilizar da melhor maneira, encontrará todas as informações relevantes neste manual do utilizador.



Para obter quaisquer informações ou simplesmente para nos dar feedback, pode contactar-nos em contact@bluetens.com.

-
- 1 Pré-requisitos
 - 2 Conteúdo da caixa
 - 3 O Duo Sport
 - 4 A aplicação
 - 5 Primeira utilização
 - 6 Instruções de segurança
 - 7 Características técnicas
 - 8 Assistência ao cliente
 - 9 Garantia

1. Pré-requisitos

É fácil de começar a utilizar o Duo Sport. Aqui estão alguns conselhos, para que possa beneficiar dele do modo mais rápido e seguro possível.

1. Leia as instruções de segurança e as contraindicações na página 86 
2. O seu smartphone deve suportar os requisitos de sistema mínimos:

iOS : iPhone 4s ou superior, iOS 8 ou superior

Android : Bluetooth 4.0 compatível e Android 4.3 ou superior

3. Precisa de instalar a app Bluetens no seu smartphone. Transfira e instale a app Bluetens. Se precisar de ajuda para instalar a aplicação no smartphone, aceda a www.bluetens.com/app e siga os passos. Transfira e instale a app Bluetens.



iOS

procure a app «Bluetens Get better» na Appstore ou efetue a leitura deste código QR e instale a app



Android

procure a app «Bluetens Get better» na Playstore ou efetue a leitura deste código QR e instale a app.



4. O Bluetooth tem de estar LIGADO. Não é necessário emparelhar manualmente o seu Duo Sport. O seu smartphone irá ligar-se automaticamente quando iniciar o programa. Isto significa que não precisa de inserir um código PIN ou alterar as suas definições de Bluetooth. Duo Sport é pequeno, forte e inteligente. **Todos os passos foram validados? Então agora estamos prontos para tratar de apetos mais importantes. ;)**

2. Conteúdo da caixa

- 1 O Duo Sport é a unidade principal que é inserida no clipe Sport.
- 2 Os cabos de encaixe ligam-se ao clipe Sport de um lado e aos dois elétrodos S (pequenos) do outro lado. São fornecidos cabos de dois tamanhos (15 e 25 cm)
- 3 O Duo Sport tem de ser recarregado através do cabo USB. Ao carregar, o cabo tem de estar ligado, de um lado, à porta USB do computador ou do carregador USB e, do outro lado, à porta micro USB no Duo Sport.
- 4 Este manual do utilizador permitir-lhe-á familiarizar-se com o seu Duo Sport muito rapidamente.
- 5 O Duo sport vem com uma bolsa, que lhe permite transportá-lo em segurança, juntamente com os seus cabos e elétrodos, afastados de quaisquer líquidos.
- 6 Para viajar, utilize a caixa de proteção preta rígida.
- 7 Os elétrodos estão incluídos na caixa

Dica: para obter mais informações sobre os elétrodos, leia as instruções que se encontram na bolsa de plástico.



3. O Duo Sport

- 1 **Botão ON/OFF:** permite ligar e desligar o Duo Sport.
- 2 **Botão de ajuste da intensidade:** permite aumentar ou reduzir a intensidade do programa. Para aumentar a intensidade, rode o botão para a direita e, para reduzir, rode-o para a esquerda. A intensidade aumenta em incrementos de 1 até ao nível 60. Ao rodar para a esquerda, reduzirá a intensidade de 1 para o nível mínimo de 0.
- 3 **Indicadores de intensidade do programa:** o primeiro indicador acende-se quando é iniciado um programa. Por cada 15 níveis de intensidade, acende-se um indicador azul, por isso verá:
 - 1 luz para os níveis 0 a 15
 - 2 luzes para os níveis 16 a 30
 - 3 luzes para os níveis 31 a 45
 - 4 luzes para os níveis 46 a 60
- 4 **Indicador de carga:** quando o Duo Sport tem menos de 20% de carga da bateria, a luz de carga pisca. Quando carregar o Duo Sport, o indicador de carga deixa de piscar e permanece fixo até que a bateria esteja totalmente carregada e então desliga-se.
- 5 **Indicador de ligado:** com um simples toque no botão ON/OFF, acende-se uma luz verde. Com um segundo toque, a luz verde desliga-se.
- 6 **Cursor:** por razões de segurança, não pode carregar e utilizar o Duo Sport ao mesmo tempo; desloque o cursor para o modo de carga ou para o modo de utilização.
- 7 **Ligação do clipe Sport:** entrada do clipe Sport.
- 8 **Ligação micro USB:** entrada para o cabo USB.
- 9 **Botão Reset:** restaura o Duo Sport para as definições de fábrica.



4. A aplicação



EMPARELHAMENTO AUTOMÁTICO

O Duo Sport emparelhará automaticamente com o seu smartphone quando iniciar o programa. É «Plug and Play», não necessita de intervenção manual.



FAVORITOS

Obtenha acesso rápido aos seus programas favoritos com a opção Favoritos. Na página de descrição do programa, clique no ícone da estrela para criar um atalho no menu «Favoritos».



TRANSFERÊNCIAS

Pode transferir o programa que escolheu para a memória do Duo Sport e utilizá-lo sem precisar do seu smartphone! Quando tiver transferido o programa, ligue o seu Duo Sport, rode o botão da intensidade e o programa começará.



SEPARAR

Executar um programa diferente em cada Duo Sport. Quando o primeiro programa estiver a ser executado, utilize a opção SEPARAR e seleccione o segundo.



SALTAR

Para programas «Tonificar», pode agora saltar as fases de aquecimento e recuperação diretamente na página de descrição clicando no ícone de aquecimento ou de recuperação.

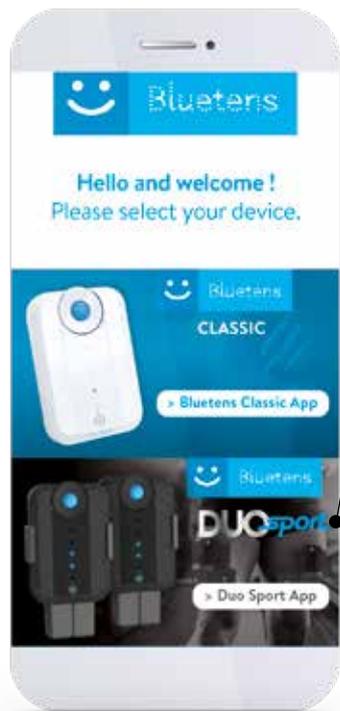


CONECTAR/DESCONECTAR

Conecte ou desconecte o Duo Sport nas definições da app. O modo Solo permite-lhe utilizar um dispositivo de cada vez, enquanto o modo Duo sincroniza os dois dispositivos.

5. Primeira utilização

INICIAR A APLICAÇÃO BLUETENS



> **Selecione o produto Duo Sport**

> **Criação de uma conta Duo Sport**

Clique em «Novo utilizador?» e crie a sua conta. Preencha os campos obrigatórios, leia e aceite os termos e condições. Quando tiver criado a sua conta, receberá um e-mail com uma hiperligação de ativação. Clique nessa hiperligação para validar a sua conta. Também pode utilizar a aplicação Duo Sport sem criar uma conta, clicando em «Registar mais tarde».

> **Na primeira utilização, será apresentado um tutorial.**

O tutorial aborda as várias fases da operação do Duo Sport para assegurar uma utilização segura. Reserve alguns minutos para o ler com atenção.

SELEÇÃO DO PROGRAMA



> **O primeiro passo consiste em definir a zona e a ação que procura.**

As zonas do corpo disponíveis são:

Parte superior das costas • Costas • Parte inferior das costas • Abdómen • Nâdegas • Coxa • Joelho • Gêmeos • Tornozelo • Pé • Ombro • Peitorais • Braço • Cotovelo • Antebraço • Pulso.

> **Rode o botão para selecionar a parte do corpo desejada e depois faça o mesmo para a ação desejada.**

+ Cura

Para a assistência de fisioterapia, visando amplificar a reabilitação ou permitir um alívio rápido da dor.

♥ Relaxar

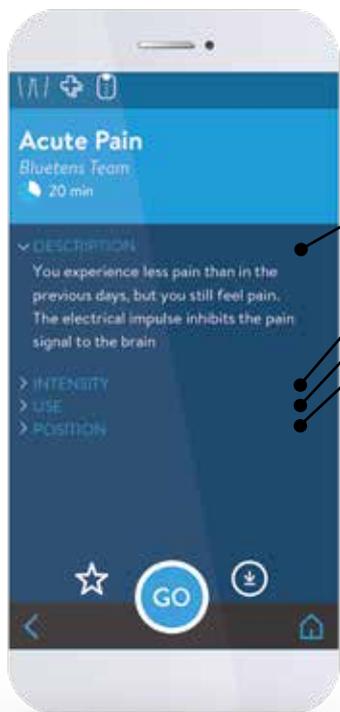
Para uma massagem de relaxamento ou para aliviar a tensão muscular, também é muito eficaz para melhorar a qualidade e aumentar a velocidade da recuperação.

🏋️ Tonificar

Para uma sessão de exercício muscular.

> **Depois prima «GO».**

ACEDER À LISTA DE PROGRAMAS



> Clique no programa e aceda à descrição:

- Descrição
- Conselhos de intensidade
- Conselhos de utilização
- Conselhos de posicionamento

Todos os programas foram criados pela nossa equipa médica, composta por fisioterapeutas franceses, todos certificados pelo Estado, a exercer em clínicas públicas e privadas.

> Prima «GO» e aceda aos conselhos de colocação dos eléttodos.

COLOCAÇÃO DOS ELÉTTODOS



> Coloque os eléttodos como mostrado na ilustração.

Certifique-se de que colocou os 3 (ou 6) eléttodos sobre a pele, pois o Duo Sport não funcionará se não estiverem conectados todos os eléttodos.

Cuidado: certifique-se de que o Duo Sport está desligado durante a colocação dos eléttodos. Ligue-o quando for pedido pela app.

Dica: consulte todas as instruções de utilização dos eléttodos, que se encontram na bolsa de plástico..

> Depois prima «GO».



LIGAR O SEU DUO SPORT

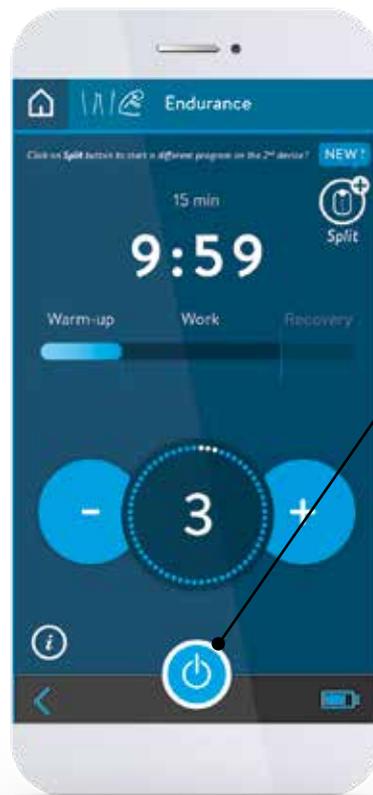
> Ligue os dispositivos DUO SPORT premindo «ON» quando solicitado.

O Duo Sport liga-se automaticamente ao seu smartphone e o programa inicia após alguns segundos.

DURANTE O PROGRAMA

> Ajuste a intensidade do programa rodando o botão do Duo Sport ou utilizando a app.

Para alcançar uma maior eficácia, siga os nossos conselhos sobre a intensidade.



MODO SOLO / FUNÇÃO SEPARAR

> Se estiver a utilizar o Duo Sport no modo SOLO e desejar iniciar um programa diferente no segundo dispositivo, clique no ícone SEPARAR para seleccionar um segundo programa para ser executado no seu segundo dispositivo Duo Sport.

PARAR O PROGRAMA

> Se desejar parar o programa, prima o botão «Stop». Será redirecionado para o menu principal.

FIM DO PROGRAMA

> O fim do programa será indicado através de uma mensagem.

Desligue o Duo Sport antes de retirar os elétrodos.

Coloque novamente os elétrodos no lado adequado da película de plástico e guarde-os dentro da bolsa selada.

6. Instruções de segurança

CONTRAINDICAÇÕES

A utilização do Duo Sport é proibida para pessoas com um pacemaker ou com propensão para a epilepsia. A utilização do Duo Sport também não é recomendada para mulheres grávidas  e pessoas com uma hérnia ou uma hérnia incisional. As pessoas que sofrem de debilidade do coração devem evitar zonas perto do coração. Não utilize o Duo Sport se tiver irregularidades cardíacas ou doenças cardíacas.

IMPORTANTE !

Ne pas utiliser le Duo Sport dans l'eau ou dans une eau. Ne pas utiliser Duo Sport em água ou em ambientes húmidos (sauna, balneoterapia e banho turco, etc.). É proibido colocar elétrodos na região sinocarótida (na frente do pescoço), na região transcraniana (através da cabeça) ou na região transtorácica (através da caixa torácica). Para efetuar a colocação corretamente, siga os conselhos de colocação dos elétrodos, que foram preparados por profissionais de saúde e correspondem às áreas do corpo em que o Duo Sport será mais eficaz.

PRECAUÇÕES DE SEGURANÇA

Não utilize o Duo Sport a menos de um metro de distância de dispositivos médicos de ondas curtas ou equipamento de microondas, que poderia modificar a corrente gerada pelo dispositivo. Utilize apenas o cabo fornecido pela Bluetens. Durante as sessões, não desconecte o cabo dos elétrodos com o aparelho ligado. Primeiro, desligue o aparelho. Nunca retire os elétrodos quando o Duo Sport estiver ligado. Nunca ligue o cabo dos elétrodos a uma fonte de energia externa. Isso pode causar choque elétrico.

Não utilize um cabo de elétrodos danificado ou defeituoso. Para carregar o dispositivo, utilize sempre o cabo USB fornecido pela Bluetens para carregar o dispositivo.

Nunca utilize o Duo Sport ou o cabo USB se estiverem danificados. Mantenha o Duo Sport e os seus acessórios fora do alcance das crianças. Proteja o dispositivo da entrada de material estranho (solo, água, metal, etc.). Não utilize o Duo Sport enquanto conduz.

Nunca carregue o Duo Sport durante a utilização. Como proteção extra, um cursor impede que se carregue e utilize o dispositivo em simultâneo. Em caso de dúvida, não hesite em consultar um médico.

7. Características técnicas

- Design compacto
- Dois modos de funcionamento (Bluetooth/ independente)
- Controlo do programa através de smartphones compatíveis com Bluetooth 4.0 (BLE)
- Compatível com Android 4.3 e superior, iPhone 4s, iOS8 e superior
- Com uma bateria interna em iões de lítio
- Ajuste da intensidade no dispositivo
- Dispositivo medicamente certificado
- Cabo de elétrodos e cabo USB incluído
- Elétrodos reutilizáveis incluídos
- Peso: 25 gramas
- Bateria: 3,7 V 400 mA
- Tensão: 0 – 70 V (carga a 500 Ω)
- Frequência: 1 Hz-120 Hz
- Corrente de saída: máximo 120 mA (pico), média de 20 mA
- Tensão de saída: máximo 100 V (sem carga), 65 V com carga
- Fonte de alimentação: USB
- Formato de impulso: impulsos de onda quadrada bifásica
- Resistência máxima: 1500 Ohm
- Desligamento automático após cada programa: sim
- Segurança contra ignição: 100%
- Classificado como tipo BF 
- Regulamentos CE relativos a dispositivos médicos (Diretiva 93/42/CEE)  0123
- ROHS : dispositivos construídos sem materiais que possam ter um impacto prejudicial no ambiente **RoHS**
- Proteção contra choque elétrico classe 2 
- Dispositivo em contacto com o paciente, exceto na zona do coração 
- Leia atentamente o manual do utilizador 



Informações sobre gestão de resíduos

No final da vida útil do produto, certifique-se de o eliminar devidamente, seguindo as regras nacionais relevantes. Agradecemos-lhe, desde já, por deixar o produto num local reservado para o efeito, para assegurar uma eliminação segura e com respeito pelo ambiente.

RECOMENDAÇÕES (armazenamento e transporte)

Temperatura: 10 °C / 45 °C – Nível de humidade: 25% / 80%

O Duo Sport deve ser utilizado apenas de acordo com os programas propostos. A Bluetens Limited não será responsabilizada por qualquer utilização indevida ou manipulação do Duo Sport. Manuseie os elétrodos apenas quando o Duo Sport está desligado. O Duo Sport é um dispositivo médico de classe IIA certificado pela TÜV. Não o deixe ao alcance das crianças. Pelo presente, a Bluetens Limited, declara que o dispositivo está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes das diretivas 1999/5/CE e 93/42/CEE. Uma cópia da Declaração de Conformidade está disponível mediante pedido à Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong ou Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France e em www.bluetens.com/doc

8. Assistência ao cliente

Gerimos todas as questões de pós-venda diretamente.

Se precisar de assistência após a compra do Duo Sport a um dos nossos distribuidores, não devolva o produto à loja física. Entre em contacto connosco diretamente através do e-mail contact@bluetens.com ou visite a página de resolução de problemas em www.bluetens.com

Os nossos agentes entrarão em contacto consigo no prazo de 24 horas com uma solução rápida.

9. Garantia

O Duo Sport tem garantia de dois anos. Esta garantia não cobre danos causados por manutenção indevida, ou utilização não em conformidade com a documentação relacionada, acidentes (choque, fogo, líquido), modificações, reparações, utilização indevida ou desgaste normal. Esta garantia cobre defeitos do material ou do fabrico. Esta garantia cobre apenas produtos comprados diretamente à Bluetens ou a um revendedor autorizado pela Bluetens.

PERÍODO DE GARANTIA

O seu produto tem uma garantia de dois anos a partir da data da compra, enquanto a bateria tem seis meses de garantia.

NÃO COBERTOS PELA GARANTIA

Os elétrodos, o clipe e a bolsa, bem como os cabos e os acessórios incluídos na caixa, não beneficiam de garantia.

BLUETENS AO SEU SERVIÇO

Em caso de defeito coberto por esta garantia, a equipa da Bluetens enviar-lhe-á uma nota de devolução e será responsável pela reparação ou substituição do seu dispositivo, bem como do envio do mesmo para si.

COMO OBTER ASSISTÊNCIA AO CLIENTE?

Pode contactar a nossa assistência ao cliente em qualquer altura através do endereço seguinte: contact@bluetens.com. Um membro da nossa equipa encontrará uma solução para o seu problema.

Grazie!

Ti ringraziamo per aver scelto un dispositivo Duo Sport.

Duo Sport è un dispositivo medico, per utilizzarlo al meglio troverai tutto ciò che devi sapere in questo manuale.

Per qualsiasi altra informazione, o semplicemente per fornirci un tuo feedback, puoi contattarci all'indirizzo mail contact@bluetens.com.



-
- 1 Pre-requisiti
 - 2 Contenuto della confezione
 - 3 Duo Sport
 - 4 Applicazione
 - 5 Primo utilizzo
 - 6 Istruzioni per la sicurezza
 - 7 Caratteristiche tecniche
 - 8 Assistenza
 - 9 Garanzia

1. Pre-requisito

Iniziare con Duo Sport è facile, ecco alcuni consigli per godere di tutti i suoi benefici, nel modo più veloce e sicuro possibile.

1. Leggi le istruzioni e le controindicazioni a pagina 100 

2. Il tuo smartphone deve supportare almeno questi requisiti di sistema:

iOS : iPhone 4s o successivi, IOS 8 o successivi

Android : Bluetooth 4.0 e Android 4.3 o successivi

3. Dovrai installare l'applicazione Bluetens sul tuo smartphone. Scarica e installa l'applicazione. Se hai bisogno di aiuto per installare l'applicazione, visita il sito www.bluetens.com/app e segui i vari passaggi. Scarica e installa l'applicazione Bluetens



Cerca l'applicazione "Bluetens Get Better" sull'app store o scannerizza il QR Code e installa l'app.



Cerca l'applicazione "Bluetens Get Better" sul playStore o scannerizza il QR code e installa l'app.



4. Il Bluetooth deve essere acceso. Non è necessario associare Duo Sport manualmente, il tuo smartphone si conatterà automaticamente appena avvierai il programma. Questo vuol dire che non avrai bisogno di inserire un PIN o di modificare le impostazioni del tuo Bluetooth, Duo Sport è forte e anche intelligente!

Hai seguito tutti i passi? Ora siamo pronti a fare sul serio ;)

2. Contenuto della confezione

- 1 Duo Sport è l'unità principale inserita nella clip Sport.
- 2 Il cavo è inserito sulla clip Sport su un lato e i due elettrodi a S sull'altro. In dotazione due cavi di differente misura (18 & 25 cm).
- 3 Duo Sport deve essere ricaricato via USB. Durante la carica il cavo deve essere inserito , su un lato, nel connettore USB o al PC, e dall'altro lato nella porta micro USB di Duo Sport.
- 4 Questo manuale ti permetterà di familiarizzare velocemente con il tuo Duo Sport .
- 5 Duo Sport viene venduto insieme ad una custodia che ti permetterà di trasportarlo in modo sicuro, insieme ai suoi cavi ed elettrodi, proteggendolo dai liquidi.
- 6 Per i viaggi utilizza la custodia nera rinforzata.
- 7 Gli elettrodi sono inclusi nella confezione

Per maggiori informazione sugli elettrodi, leggi le istruzioni nella confezione di plastica



3. Duo Sport

- 1 Tasto ON/OFF:** Questo tasto ti permette di accendere e spegnere il dispositivo.
- 2 Adattamento dell'intensità:** ti permette di aumentare o diminuire l'intensità del programma. Per aumentare l'intensità, ruota la manopola verso destra, mentre per ridurla ruota la manopola verso sinistra. L'intensità aumenta da uno a 60. Ruotando la manopola verso sinistra ridurrà l'intensità da 1 a 0.
- 3 Indicatori dell'intensità del programma:** il primo indicatore si accende quando il programma viene avviato. Per tutti i 15 livelli di intensità si accenderà un led blu, così vedrai:
 - 1 luce dal livello 0 al 15
 - 2 luci dal livello 16 al 30
 - 3 Luci dal livello 31 al 45
 - 4 luci dal livello 46 al 60
- 4 Indicatore di carica:** quando il tuo Duo Sport ha un livello di batteria minore del 20%, il led di carica lampeggerà. Quando ricarichi Duo Sport l'indicatore di carica smetterà di lampeggiare e rimarrà fisso fino a quando la carica non sarà completa, quindi si spegnerà.
- 5 Led di accensione:** al semplice tocco del tasto ON/OFF, la luce diventerà verde. Un secondo tocco e la luce si spegnerà.
- 6 Corsore:** per ragioni di sicurezza non puoi ricaricare e utilizzare Duo Sport nello stesso momento, sposta il cursore sulla modalità ricarica o utilizzo.
- 7 Connettore Sport clip:** ingresso per la clip sport.
- 8 Connettore USB:** ingresso per il cavo USB.
- 9 Tasto Reset:** questo tasto ripristinerà Duo Sport alle impostazioni di fabbrica.



Per ricaricare Duo Sport:

1. Stacca Duo Sport dall'elettrodo principale
2. Rimuovi il dispositivo dalla clip
3. Sposta il cursore sulla destra e connetti il cavo USB per ricaricare il dispositivo.

4. Applicazione



ASSOCIAZIONE AUTOMATICA

Duo Sport si accoppierà automaticamente con il tuo smartphone appena avvierai il programma. E' un "Plug and Play" non è necessario alcun intervento manuale.



PREFERITI

Accedi rapidamente ai tuoi programmi preferiti con l'opzione Preferiti. Nella pagina della descrizione del programma, clicca l'icona a forma di stella per creare un collegamento nel menù Preferiti.



DOWNLOAD

Puoi trasferire il programma che hai scelto sulla memoria del tuo Duo Sport e utilizzarlo con il tuo smartphone. Una volta che hai scaricato il programma, accendi Duo Sport, regola l'intensità e il programma può iniziare.



DIVIDI

Puoi eseguire programmi differenti su un unico Duo Sport. Una volta che il primo programma è in esecuzione, usa l'opzione DIVIDI e seleziona il secondo.



SALTA

Per i programmi di tonificazione puoi saltare il riscaldamento e la fase di recupero e passare direttamente alla descrizione degli esercizi cliccando sull'icona del riscaldamento o del recupero.

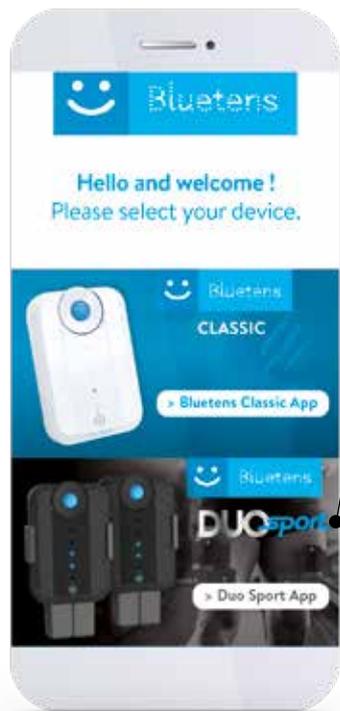


COLLEGA/SCOLLEGA

Collega o scollega il tuo Duo Sport nelle impostazioni dell'app. La modalità Solo ti permette di utilizzare un solo dispositivo alla volta, mentre la modalità Duo sincronizza due dispositivi

5. Primo utilizzo

AVVIA L'APPLICAZIONE BLUETENS



> Seleziona il prodotto Duo Sport

> Creazione di un account Duo Sport.

Clicca su “Nuovo utente?” e crea il tuo account. Compila i campi obbligatori, leggi e accetta i termini e le condizioni. Una volta creato il tuo account, riceverai una mail con il link per l’attivazione. Clicca su questo link per validare il tuo account. Puoi anche utilizzare l’app Duo Sport senza creare un account cliccando su “Registrati in seguito”.

> Per il tuo primo utilizzo, verrà mostrato un tutorial.

Il tutorial ti mostrerà le varie fasi del funzionamento di Duo Sport per assicurarti un utilizzo sicuro, prenditi qualche minuto per leggerlo attentamente.

SELEZIONE DEL PROGRAMMA



> Il primo passo consiste nel definire l'area e gli esercizi che stai cercando.

Le aree del corpo disponibili sono :

Parte posteriore superiore . Parte posteriore .
Posteriore inferiore . Addome . Glutei . Cosce
. Ginocchia . Polpaccio . Anche . Piedi . Spalle .
Pettorali . Parte superiore del braccio . Gomito .
Avambraccio . Polso

> Ruota la manopola per selezionare l'area desiderata , poi fai lo stesso per gli esercizi.

+ Cura

Per la fisioterapia, per migliorare la riabilitazione o per alleviare il dolore.

+ Relax

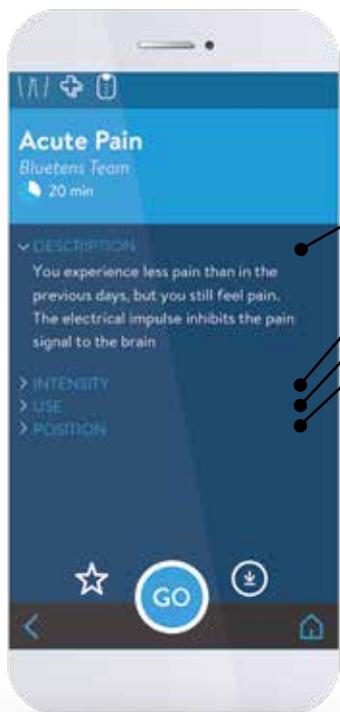
Per un massaggio rilassante, o alleviare la tensione muscolare, molto efficaci anche per migliorare la qualità e la velocità di recupero.

+ Tonificazione

Allenamento muscolare

> Quindi premi “Vai”

ACCESSO ALL'ELENCO DEI PROGRAMMI



> **Clicca sul programma e accedi alla sua descrizione:**

- Descrizione
- Intensità
- Utilizzo
- Posizione

Tutti i programmi sono stati creati da un team di medici composto da fisioterapisti francesi, certificati e praticanti in cliniche private.

> **Premi “Vai” e accedi ai consigli sul posizionamento degli elettrodi.**

POSIZIONAMENTO DEGLI ELETTRODI



> **Posiziona gli elettrodi come mostrato in figura**

Assicurati di aver posizionato i 3 (o 6) elettrodi sulla tua pelle, Duo Sport non può funzionare correttamente finchè gli elettrodi non sono ben posizionati.

Attenzione: Assicurati che Duo Sport sia spesso durante il posizionamento degli elettrodi. Attivalo solo quando suggerito dall'app.

Leggi le istruzioni sull'utilizzo degli elettrodi nella confezione di plastica.

> **Premi “Vai”.**



ACCENDI IL TUO DUO SPORT

> **Accendi il tuo dispositivo premendo “ON” quando richiesto.**
Duo Sport si conatterà automaticamente al tuo smartphone e il programma si avvierà dopo qualche secondo.

DURANTE IL PROGRAMMA

> **Adatta l'intensità del programma attivando il cinturino Duo Sport o utilizzando l'app.**

Per maggiore efficienza segui i nostri consigli sull'intensità degli esercizi.



MODALITA' SOLO/DIVIDI

> **Se stai utilizzando Duo Sport in modalità SOLO e vuoi cominciare un altro programma su un secondo dispositivo, clicca sull'icona DIVIDI per selezionare un altro programma da avviare sul secondo dispositivo.**

TERMINE DEL PROGRAMMA

> **Se vuoi interrompere il programma premi “Stop”. Verrai reindirizzato al menu principale**

FINE DEL PROGRAMMA

> **Un messaggio indicherà la fine del programma.** Spegni Duo Sport prima di rimuovere gli elettrodi. Riposiziona gli elettrodi nella parte giusta della confezione.

6. Istruzioni per la sicurezza

CONTROINDICAZIONI

L'utilizzo di Duo Sport è proibito per le persone con pacemaker o epilessia. Duo Sport è controindicato anche per le donne incinte  e persone con ernia o incisioni da ernia. Persone sofferenti di cuore devono evitare le aree intorno al cuore. Non utilizzare Duo Sport con irregolarità cardiache o malattie cardiovascolari.

IMPORTANTE !

Non utilizzare Duo Sport in acqua o ambienti umidi (sauna, bagnoturco, hammam etc). E' vietato posizionare gli elettrodi nella regione della carotide (di fronte al collo) o nella regione transcraniale (sulla testa) o transtoracica (lungo la cassa toracica). Segui le indicazioni sul posizionamento degli elettrodi, esse sono state preparate da professionisti della salute e corrispondono alle aree in cui Duo Sport è più efficace.

PRECAUZIONI SULLA SICUREZZA

Non utilizzare Duo Sport entro un metro da dispositivi medici a onde corte perchè potrebbero modificare la corrente generata dal dispositivo. Utilizzare solo i cavi in dotazione . Durante la sessione non disconnettere gli elettrodi, prima il dispositivo deve essere spento. Non rimuovere mai gli elettrodi mentre il dispositivo è acceso. Non connettere mai gli elettrodi ad una fonte esterna. Questo potrebbe provocare uno shock elettrico.

Non utilizzare nessun cavo danneggiato o difettoso. Utilizza sempre il cavo USB in dotazione per ricaricare il dispositivo. Non utilizzare Duo Sport se il cavo è danneggiato. Tenere Duo Sport e i suoi accessori lontano dalla portata dei bambini. Evitare che qualsiasi materiale esterno (sole, acqua, metallo, etc) entri nel dispositivo. Non utilizzare Duo Sport durante la guida. Non ricaricare Duo Sport durante l'utilizzo; un cursore impedirà che l'utilizzo e la ricarica in contemporanea. In caso di dubbio non esitare a consultare un medico.

7. Caratteristiche tecniche

- Design compatto
- Modalità di funzionamento doppia (Bluetooth/ Standalone)
- Controllo Bluetooth 4.0 compatibile con smartphone
- Compatibile con Android 4.3 e successivi, Iphone 4s, IOS8 e successivi
- Dotato di batteria a litio incorporata
- Intensità adattabile
- Certificato dispositivo medico
- Elettrodi e cavo USB inclusi
- Elettrodi riutilizzabili inclusi
- Peso: 25 grammi
- Batteria: 3.7V 400mAH
- Voltaggio: 0-70V (carica a 500Ω)
- Frequenza: 1Hz-120Hz
- Corrente in uscita: Massimo 100 V (senza caricamento), 65 V con caricamento
- Ricarica: USB
- Impulso: Simmetrico e bifasico
- Resistenza massima: 1500 Ohm
- Spegnimento automatico: Si
- Sicurezza ignifuga: 100%
- Classificato come tipo BF 
- Certificato come dispositivo medico (Direttiva 93/42/EEC)  
- ROHS: Dispositivo costruito con materiali a zero impatto sull'ambiente **RoHS**
- Protezione da shock elettrici classe 2 
- Dispositivo a contatto con aree del corpo che includono il cuore 
- Leggere attentamente il manuale 



Informazioni sullo smaltimento dei rifiuti

Alla fine della vita del dispositivo, smaltirlo nella maniera appropriata, seguendo le direttive nazionali. Vi ringraziamo in anticipo per smaltire il prodotto in un contenitore adatto nel rispetto dell'ambiente.

RACCOMANDAZIONI (trasporto e mantenimento)

Temperatura: 10°C / 45°C
Livello di umidità: 25% / 80%

Duo Sport deve essere utilizzato solo in accordo con i programmi proposti.

Bluetens non è responsabile per ogni uso improprio del dispositivo.

Maneggiare gli elettrodi solo quando il dispositivo è spento.

Duo Sport è un dispositivo medico certificato TUV, tenere fuori dalla portata dei bambini.

Bluetens dichiara di essere in accordo con le normative 1999/5/EC e le direttive 3/42/EEC.

Una copia della dichiarazione di conformità è reperibile presso Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong o Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France e sul sito www.bluetens.com/doc

8. Assistenza

Gestiamo direttamente tutte le richieste di assistenza.

Se hai bisogno di assistenza dopo l'acquisto di Duo Sport, non restituire il prodotto al negozio, ma contattaci direttamente all'indirizzo contact@bluetens.com o visita la pagina di risoluzione dei problemi sul sito www.bluetens.com.

I nostri agenti ti ricontatteranno entro 24 ore con una veloce risoluzione.

9. Garanzia

Duo Sport è garantito per due anni, la garanzia non copre i danni causati da una manutenzione impropria o un utilizzo diverso da quello indicato nella relativa documentazione, incidenti (shock, incendio, liquidi), modificazioni, riparazioni. La garanzia copre solo i prodotti acquistati direttamente da Bluetens o da distributori autorizzati.

PERIODO DI GARANZIA

Il tuo prodotto è garantito due anni dalla data di acquisto, la batteria ha invece 6 mesi di copertura.

NON COPERTI DALLA GARANZIA

Elettrodi, fermaglio-clip, custodia, cavi ed accessori inclusi nella confezione non beneficiano della garanzia

BLUETENS AL TUO SERVIZIO

In caso di difetto coperto da garanzia, Bluetens ti invierà una ricevuta di ritorno e sarà responsabile per la riparazione o la sostituzione del tuo dispositivo.

COME CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA?

Puoi contattare il servizio assistenza in qualsiasi momento al seguente indirizzo: contact@bluetens.com, un membro del nostro team troverà una soluzione al tuo problema

Dziękujemy!

Dziękujemy za zakup urządzenia Duo Sport.

Duo Sport to urządzenie medyczne. W celu wykorzystania go w możliwie najlepszy sposób niniejsza instrukcja zawiera wszelkie istotne informacje.



Po wszelkie dodatkowe informacje, a także w celu przekazania nam swoich spostrzeżeń prosimy o kontakt pod adresem contact@bluetens.com.

-
- 1 Warunki wstępne
 - 2 Zawartość pudełka
 - 3 Duo Sport
 - 4 Aplikacja
 - 5 Pierwsze użycie
 - 6 Instrukcje dotyczące bezpieczeństwa
 - 7 Charakterystyka techniczna
 - 8 Obsługa klienta
 - 9 Gwarancja

1. Warunki wstępne

Rozpoczęcie pracy z Duo Sport jest łatwe. Oto kilka porad w jaki sposób możesz skorzystać z niego tak szybko i bezpiecznie jak to tylko możliwe.

1. Przeczytaj instrukcje dotyczące bezpieczeństwa oraz przeciwwskazania znajdujące się na stronie 114 

2. Twój smartfon powinien spełniać minimalne wymagania systemowe:

iOS : iPhone 4s lub nowszy, iOS 8 lub nowszy

Android : zgodność z Bluetooth 4.0 oraz Android 4.3 lub nowszy

3. Zainstaluj na swoim smartfonie aplikację Bluetens.

Pobierz i zainstaluj aplikację Bluetens. Jeśli potrzebujesz pomocy w instalacji Aplikacji na smartfonie, wejdź na stronę www.bluetens.com/app i podążaj za wskazówkami. Pobierz i zainstaluj aplikację Bluetens



iOS

Wyszukaj w Appstore aplikację „Bluetens Get better” lub zeskanuj kod QR i zainstaluj Aplikację.



Android

Wyszukaj w sklepie Play aplikację „Bluetens Get better” lub zeskanuj kod QR i zainstaluj Aplikację.



4. Moduł Bluetooth w twoim smartfonie musi być **WŁĄCZONY**.

Umusisz łączyć się ze swoim urządzeniem Duo Sport ręcznie, twój smartfon zrobi to automatycznie po uruchomieniu Aplikacji. To oznacza, że nie będziesz musieć podawać kodu PIN, ani zmieniać ustawienia bluetooth. Duo Sport jest małe, silne i sprytne!

Czy wszystkie etapy zostały wykonane prawidłowo? W takim razie jesteśmy gotowi żeby zająć się poważniejszymi sprawami ;)

2. Zawartość pudełka

- 1** Duo Sport to główna jednostka, która została umieszczona w klipsie sportowym.
- 2** Wtyczki przewodów zatrzaskowych wpina się z jednej strony do klipsa sportowego oraz dwóch elektrod S (małych) z drugiej strony. W opakowaniu znajdują się dwa rozmiary przewodów (15 i 25 cm)
- 3** Duo Sport należy ładować przy pomocy przewodu USB. Podczas ładowania, przewód musi być z jednej strony podłączony do ładowarki USB lub komputera, a z drugiej strony do portu mikro USB znajdującym się w Duo Sport.
- 4** Niniejsza instrukcja pozwoli na zapoznanie się z Duo Sport w bardzo szybkim czasie.
- 5** Duo Sport sprzedawane jest razem z torbą, która pozwala na jego bezpieczne przenoszenie włącznie z przewodami i elektrodami, chroniąc je przed jakimikolwiek plynami.
- 6** Do transportu należy korzystać z twardej czarnej ochronnej walizki.
- 7** Elektrody znajdują się w pudełku

Wskazówka: więcej informacji odnośnie elektrod można znaleźć w instrukcjach załączonych w plastikowej torbie.



3. Duo Sport

- Przycisk WŁĄCZANIA/WYŁĄCZANIA:** pozwala na włączanie i wyłączenie urządzenia Duo Sport.
- Pokrętło zmiany intensywności:** pozwala na regulację intensywności programu. W celu zwiększenia intensywności należy przekręcić pokrętło w prawą stronę, obrót w lewą powoduje zmniejszenie intensywności. Intensywność wzrasta o 1 do maksymalnego poziomu wynoszącego 60. Przekręcenie pokrętła w lewo powoduje obniżenie intensywności o 1 do minimalnego poziomu wynoszącego 0.
- Wskaźniki intensywności programu:** pierwsze wskaźniki intensywności włączają się po włączeniu programu. Co 15 poziomów intensywności włącza się kolejny niebieski wskaźnik, zatem:
 - 1 lampka od poziomu 0 do 15
 - 2 lampki od poziomu 16 do 30
 - 3 lampki od poziomu 31 do 45
 - 4 lampki od poziomu 46 do 60
- Wskaźnik naładowania:** jeśli bateria w twoim Duo Sport ma mniej niż 20% naładowania, zaczyna migać wskaźnik poziomu naładowania baterii. Podczas ładowania Sport Duo wskaźnik naładowania poziomu baterii przestaje migać i pali się nieprzerwanym światłem aż do pełnego naładowania baterii, co powoduje jego wyłączenie.
- Wskaźnik włączenia:** wskaźnik zaczyna świecić na zielono po naciśnięciu przycisku WŁĄCZENIA/WYŁĄCZENIA. Kolejne naciśnięcie przycisku spowoduje jego wyłączenie.
- Suwak:** ze względów bezpieczeństwa nie można ładować Duo Sport i korzystać z niego w tym samym czasie. Przesuń suwak na pozycję trybu ładowania lub korzystania z urządzenia.
- Wtyczka klipsa sportowego:** Wejście na klips sportowy.
- Wtyczka micro USB:** Wejście przewodu USB.
- Przycisk reset:** przycisk ten powoduje przywrócenie ustawień fabrycznych w Duo Sport.



4. Aplikacja



AUTOMATYCZNE PAROWANIE

Duo Sport sparuje się z twoim smartfonem automatycznie po włączeniu aplikacji. To urządzenie typu „Plug and Play”, które nie potrzebuje ręcznej interwencji w razie konieczności.



ULUBIONE

Szybki dostęp do ulubionych programów przy pomocy z opcji Ulubione. Na stronie z opisami programów należy kliknąć ikonę gwiazdki w celu utworzenia skrótów w menu „Ulubione”.



POBIERANIE

Możesz przesłać wybrany przez siebie program do pamięci Duo Sport i cieszyć się nim bez konieczności wykorzystywania do tego swojego smartfonu! Po pobraniu programu, włącz swój Duo Sport, przesuń pokrętło intensywności a program się rozpocznie.



PODZIAŁ

Możliwość uruchomienia innego programu na każdym Duo Sport. Po uruchomieniu pierwszego programu należy nacisnąć opcję PODZIAŁ i wybrać drugi program.



POMINIĘCIE

Dla „Wzmacniających” programów istnieje obecnie możliwość pominięcia fazy rozgrzewki oraz regeneracji bezpośrednio na stronie opisu poprzez kliknięcie w ikonę rozgrzewki i regeneracji.



POŁĄCZENIE/ROZŁĄCZENIE

Umożliwia połączenie lub rozłączenie twojego Duo Sport w ustawieniach Aplikacji. Tryb Solo pozwala na wykorzystanie jednego urządzenia, podczas gdy tryb Duo synchronizuje dwa.

5. Pierwsze użycie

WŁĄCZ APLIKACJĘ BLUETENS



> Wybierz produkt Duo Sport

> Tworzenie konta Duo Sport.

Kliknij w «Nowy użytkownik?» i stwórz swoje konto. Wypełnij wszystkie wymagane pola, przeczytaj i zaakceptuj regulamin. Po utworzeniu konta otrzymasz wiadomość e-mail z linkiem aktywacyjnym. Kliknij w niego, aby aktywować swoje konto. Możesz także korzystać z Aplikacji Duo Sport bez tworzenia konta poprzez kliknięcie «zarejestruj później».

> Podczas pierwszego uruchomienia, wyświetlony zostanie samouczek.

Zagadnienia, które są w nim poruszone skupiają się na różnych etapach korzystania z Duo Sport w celu zapewnienia bezpiecznego korzystania z urządzenia. Prosimy poświęcić na dokładne zapoznanie się z nim.

WYBÓR PROGRAMU



> Pierwszy etap polega na wyborze obszaru i działania, które chcesz podjąć.

Dostępne części ciała to:

Górna część pleców • Plecy • Dolna część pleców • Brzuch • Pośladki • Udo • Kolano • Łydka • Kostka • Stopa • Ramię • Piersi • Ramię • Łokieć • Przedramię • Nadgarstek

> Obróć pokrętko, aby wybrać pożądaną część ciała. Następnie wykonaj takie samo działanie z wybranym przez siebie ćwiczeniem.

+ Rehabilitacja

Zastosowanie w fizjoterapii mającej na celu wzmocnienie rehabilitacja lub osiągnięcie efektu szybkiej ulgi.

♡ Relaks

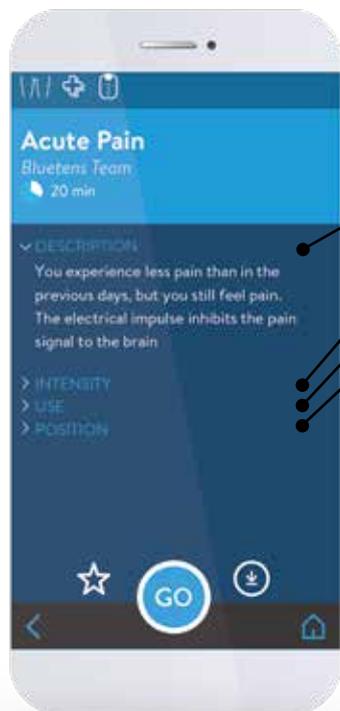
Stosowany w celu wykonania masażu relaksacyjnego lub obniżenia napięcia mięśniowego. Bardzo efektywny w celu poprawienia jakości i szybkości rehabilitacji.

🦶 Wzmocnienie

Stosowany w celu sesji ćwiczeń mających na celu rozwój mięśni.

> Następnie naciśnij «GO».

LISTA DOSTĘPOWA PROGRAMU



> Kliknij na program i przejdź do jego opisu:

- Opis
- Porady dotyczące intensywności
- Porady dotyczące korzystania z aplikacji
- Porady dotyczące pozycji podczas ćwiczenia

Wszystkie programy zostały stworzone przez nasz zespół medyczny składający się z certyfikowanych Francuskich fizjoterapeutów, którzy praktykują zarówno w publicznych i prywatnych.

> Naciśnij «GO», aby przejść do porad dotyczących umiejscowienia elektrod.

UMIEJSCOWIENIE ELEKTROD



> Umieść elektrody zgodnie z informacjami przedstawionymi na rysunku.

Upewnij się, że na Twojej skórze jest 3 (lub 6) elektrod, ponieważ Duo Sport nie będzie działać jeśli wszystkie nie będą podłączone.

Uwaga: Upewnij się, że podczas zakładania elektrod Duo Sport jest wyłączone. Włącz je dopiero kiedy Aplikacja o to poprosi.

Wskazówka: wszelkie informacje dotyczące korzystania z elektrod znajdują się w plastikowej torbie.

> Następnie naciśnij «GO».



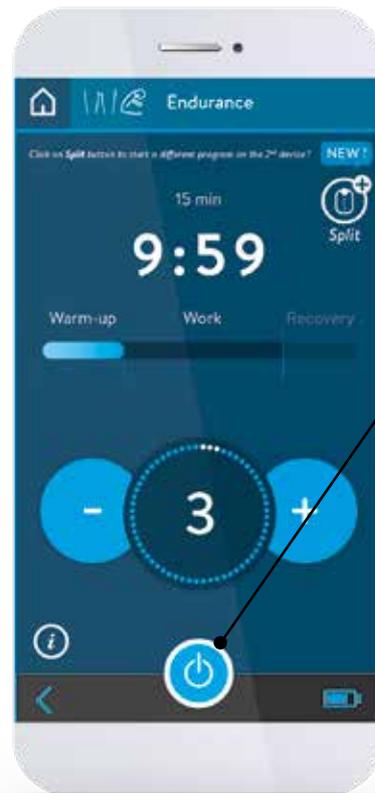
WŁĄCZ SWOJE DUO SPORT

> Włącz urządzenia **DUO SPORT** naciskając «ON» kiedy Aplikacja o to poprosi. Duo Sport automatycznie połączy się z Twoim smartfonem, a program uruchomi się po kilku sekundach.

PENDANT LEPODCZAS TRWANIA PROGRAMU PROGRAMME

> Dostosuj intensywność programu treningowego przekręcając pokrętko lub z poziomu Aplikacji.

W celu uzyskania większej efektywności skorzystaj z naszych porad dotyczących intensywności treningu.



TRYB SOLO / FUNKCJA PODZIAŁU

> Jeśli używasz Duo Sport w trybie **SOLO** i chcesz rozpocząć inny program na drugim urządzeniu, naciśnij ikonę **PODZIAŁU** w celu wybrania drugiego programu, który zostanie uruchomiony na Twoim drugim urządzeniu Duo Sport.

ZATRZYMANIE PROGRAMU

> Jeśli chcesz zatrzymać program, naciśnij przycisk «Stop». Aplikacja przejdzie do menu głównego.

ZAKOŃCZENIE PROGRAMU

> Zakończenie programu zostanie zasygnalizowane odpowiednią wiadomością. Przed zdjęciem elektrod wyłącz Duo Sport. Umieść elektrody ponownie na właściwej stronie plastikowej folii i włóż je do zamykanej torby.

6. Instrukcje dotyczące bezpieczeństwa

PRZECIWWSKAZANIA

Zabrania się korzystać z urządzenia Duo Sport osobom korzystającym z rozrusznika serca oraz podatnym na ataki epilepsji. Nie zaleca się także korzystanie z niego kobietom w ciąży, osobom z przepukliną lub przepukliną pachwinową. Osoby, które mają słabe serce nie powinny zakładać elektrod w jego okolicy. Nie korzystaj z Duo Sport jeśli cierpisz na arytmie serca lub inne choroby serca.

▲ WAŻNE!

Nie należy korzystać z Duo Sport w wodzie, ani żadnym wilgotnym środowisku (saunie, balneoterapia oraz hammam). Zabrania się umieszczania elektrod w obszarze arterii szyjnych (z przodu szyi), w obszarze czaszki oraz przez klatkę piersiową. W celu prawidłowego rozmieszczenia elektrod należy postępować zgodnie z poradami przygotowanymi przez pracowników służby zdrowia w celu jak największej efektywności urządzenia Duo Sport.

ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA

Urządzenia Duo Sport nie należy używać w odległości bliższej niż 1 metr od krótkofalowych urządzeń medycznych lub sprzętu mikrofalowego, które mogą spowodować zmianę napięcia prądu generowanego przez urządzenie. Należy korzystać wyłącznie z kabla zasilającego dostarczonego przez firmę Bluetens. Podczas sesji treningowych nie należy odłączać przewodu elektrod ponieważ jest on pod napięciem. Należy najpierw wyłączyć urządzenie. Nigdy nie należy ściągać elektrod zanim urządzenie Duo Sport nie zostanie wyłączone. Nigdy nie należy podłączać przewodu elektrody do zewnętrznego źródła prądu, gdyż może to spowodować porażenie prądem.

Nie należy korzystać z uszkodzonego lub wadliwego przewodu elektrody. W celu naładowania urządzenia należy korzystać wyłącznie z przewodu USB dostarczonego przez firmę Bluetens.

Nigdy nie należy używać przewodu USB jeśli jest on uszkodzony. Urządzenie Duo Sport i akcesoria do niego należy trzymać poza zasięgiem dzieci. Urządzenie należy chronić przed jakimikolwiek ciałami obcymi (glebą, wodą, metalem, itp.). Nie używać Duo Sport podczas jazdy samochodem.

Nigdy nie należy ładować urządzenia Duo Sport podczas korzystania z niego. Urządzenie zostało zaprojektowane w taki sposób, aby część przesuwna zapobiegła możliwości uruchomienia urządzenia podczas ładowania. W razie jakichkolwiek wątpliwości o pomoc należy zwrócić się do swojego lekarza.

7. Charakterystyka techniczna

- Kompaktowa konstrukcja
- Tryb pracy podwójnej (Bluetooth/niezależnie)
- Kontrola programu przez smartfon z obsługą Bluetooth 4.0 (BLE)
- Kompatybilność z Android 4.3 i nowszymi, iPhone 4s, iOS8 i nowszymi
- Zasilane za pomocą wbudowanej baterii litowo-jonowej
- Możliwość regulacji intensywności programu z poziomu urządzenia
- Produkt zatwierdzony medycznie
- Opakowanie zawiera elektrody i przewód USB
- Opakowanie zawiera przewody do elektrod do wielokrotnego użycia
- Waga: 25 gramów
- Bateria: 3.7V 400mAh
- Napięcie: 0-70V (ładunek przy 500Ω)
- Częstotliwość: 1Hz-120Hz
- Prąd wyjściowy: Maksymalne 120mA (zdjęcie),

średnie 20 mA

- Napięcie wyjściowe: Maksimum 100 V (bez ładunku), 65V z ładunkiem
- Źródło zasilania: USB
- Forma impulsowa: symetryczny dwufazowy impuls kwadratowy
- Maksymalna rezystancja: 1500 Ohm
- Automatyczne wyłączenie po zakończeniu każdego programu: tak
- Bezpieczeństwo zapłonu: 100%
- Sklasyfikowany jako typ BF
- Regulacje CE dotyczące Urządzeń Medycznych (Dyrektywa 93/42/EWG)
- ROHS: urządzenia wytworzone bez wykorzystania materiałów mogących mieć szkodliwy wpływ na środowisko **RoHS**
- Zabezpieczenie przez porażeniem prądem klasy 2
- Kontakt urządzenia z pacjentem poza obszarem serca
- Przed użyciem należy uważnie przeczytać instrukcję



Informacje dotyczące gospodarowania odpadami

Po zakończeniu okresu użytkowania produktu należy go usunąć zgodnie z odpowiednimi przepisami krajowymi. Z góry dziękujemy za usunięcie urządzenia w miejscu do tego przeznaczonym w celu zapewnienia bezpiecznego usunięcia i poszanowania środowiska.

REKOMENDACJE (przechowywanie i transport)
Temperatura: 10°C / 45°C - Wilgotność: 25% / 80%

Duo Sport należy używać wyłącznie zgodnie z zaproponowanymi programami. Bluetens Limited nie ponosi odpowiedzialności za niewłaściwe użycie lub wykorzystanie Duo Sport. Z elektrod korzystać można wyłącznie jeśli Duo Sport jest wyłączone. Duo Sport to urządzenie medyczne klasy IIA posiadające certyfikat TÜV. Nie należy pozostawiać go w pobliżu dzieci. Niniejszym Bluetens Limited deklaruje, że zgodnie z zasadniczymi wymaganiami oraz innymi jednostronnie przepisami dyrektywy 1999/5/WE oraz 3/42/EWG dyrektywy 9. Kopia Deklaracji zgodności dostępna jest na życzenie skierowane pod adres Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong lub Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France, a także pod adresem www.bluetens.com/doc

8. Obsługa klienta

Na wszystkie pytania po sprzedażowe odpowiadamy bezpośrednio.

Jeśli potrzebna jest pomoc po zakupieniu urządzenia Duo Sport od jednego z naszych dystrybutorów, prosimy o nie zwracanie urządzenia do sklepu, tylko o bezpośredni kontakt pod adresem contact@bluetens.com lub wejście na stronę dotyczącą pomocy technicznej i rozwiązywania problemów pod adresem www.bluetens.com

Nasi pracownicy przedstawia Państwu rozwiązanie problemu w przeciągu 24 godzin.

9. Gwarancja

Duo Sport posiada dwuletnią gwarancję, która nie obowiązuje w przypadku uszkodzenia spowodowanego przez niewłaściwe użytkowanie lub niezgodne z dostarczoną dokumentacją, wypadków (porażenia prądem, pożaru, zalania), modyfikacji, napraw, oraz normalnego zużycia. Niniejsza gwarancja pokrywa materiały i defekty produkcyjne. Niniejsza gwarancja ma zastosowanie wyłącznie w przypadku produktów zakupionych bezpośrednio od firmy Bluetens lub od autoryzowanego przedstawiciela handlowego.

OKRES GWARANCJI

Gwarancja na produkt obejmuje okres 2 lat od daty zakupu. Bateria posiada gwarancję na okres 6 miesięcy.

WYŁĄCZNE Z OCHRONY GWARANCYJNEJ

Elektrody, klips, torba, oraz przewody i akcesoria załączone w pudełku nie są objęte gwarancją.

FIRMA BLUETENS JEST DO PAŃSTWA USŁUG

W przypadku uszkodzenia objętego opieką gwarancyjną, zespół Bluetens prześle Państwu potwierdzenie zwrotne i będzie w pełni odpowiedzialny za naprawę lub wymianę urządzenia oraz przesłanie go z powrotem do Państwa.

W JAKI SPOSÓB MOGĘ SKONTAKTOWAĆ SIĘ Z OBSŁUGĄ KLIENTA?

Obsługa klienta dostępna jest pod następującym adresem: contact@bluetens.com. Nasz pracownik zajmie się Państwa sprawą osobiście.

Köszönjük!

Köszönjük, hogy Duo Sport eszközt vásárolt.

A Duo Sport egy orvosi eszköz. A megfelelő használatához ebben a használati útmutatóban talál információkat.

További információért vagy visszajelzésével contact@bluetens.com címen érhet el minket.



- 1 Előfeltételek
- 2 A doboz tartalma
- 3 A Duo Sport
- 4 Az alkalmazás
- 5 Első használat
- 6 Biztonsági előírások
- 7 Technikai jellemzők
- 8 Ügyfélszolgálat
- 9 Garancia

1. Előfeltételek

A Duo Sport használatának biztonságos és gyors megkezdéséhez az alábbi tanácsokkal szeretnénk ellátni.

1. Olvassa el a mellékel biztonsági tákékoztatót és az ellenjavallatokat (128. oldal). 

2. Okostelefon minimális rendszerkövetelmények:

iOS : iPhone 4s vagy újabb, iOS 8 vagy újabb

Android : Bluetooth 4.0 kompatibilis és Android 4.3 vagy újabb

3. Fel kell telepítenie a Bluetens alkalmazást az okostelefonjára.

Töltse le és telepítse a Bluetens alkalmazást. Ha segítsége van szüksége a telepítéshez, látogasson el a www.bluetens.com/app oldalra és kövesse a lépéseket. Bluetens alkalmazás letöltése és telepítése



iOS

Keresse a «Bluetens Get Better» alkalmazást az App Store-ban vagy olvassa be ezt a QR kódot a telepítéshez.



Android

Keresse a «Bluetens Get Better» alkalmazást a Playstore-ban vagy olvassa be ezt a QR kódot a telepítéshez.



4. A bluetooth-t be kell kapcsolnia

Nem szükséges párosítania a Duo Sportot, ugyanis az okostelefonja a program indításakor automatikusan megteszi ezt. Ez azt jelenti, hogy nem kell PIN kódot megadnia, vagy a Bluetooth beállításokon módosítania, a Duo Sport kicsi, erős és okos is.

Minden kész? Ideje komolyan belevágnunk a közepébe! ;)

2. A doboz tartalma

- 1 A Duo Sport a központi egység amit a Sport csatba kell helyezni.
- 2 A rápatanó kábelek a Sport csat egyik oldalára, a másikkra pedig a két S (kis méretű) elektróda csatlakozik. Két, eltérő méretű kábel van a dobozban (15 és 25 cm)
- 3 A Duo Sportot USB kábellel kell feltölteni. Töltés közben a kábelt az egyik oldalról az USB töltőre vagy számítógépre kell csatlakoztatni, a másik oldalon pedig a Duo Sport mikro USB portjához.
- 4 A használati útmutató segítségével pillanatok alatt megismerheti a készüléket.
- 5 A Duo Sport egy táskával érkezik, amiben biztonságosan, folyadékoktól védetten szállíthatja a kábeleket és elektródákat.
- 6 Utazáskor használja a fekete kemény védőtokot.
- 7 Az elektródák a dobozban kerülnek szállításra.

Tipp: az elektródákkal kapcsolatos további információért olvassa el a műanyag zacskóban található leírást.



3. A Duo Sport

1 ON/OFF gomb: ezzel a gombbal kapcsolhatja ki/be a DuoSportot.

2 Intenzitásállító gomb: segítségével növelhető és csökkenthető a program intenzitása. Az intenzitás fokozásához forgassa a gombot jobbra, a csökkentéshez pedig balra. Az intenzitás egységével egészen 60-as szintig növelhető. Balra fordítással 1-ről egészen nullára csökkentheti az intenzitást.

Programintenzitás-kijelző: az első jelző világít amikor a programot elindítja. 15 intenzitási fokozatként egy kék egő világít, tehát:

- 3**
- 1 jelző 0-15 szinten
 - 2 jelző 16-30 szinten
 - 3 jelző 31-45 szinten
 - 4 jelző 46-60 szinten

4 Töltésjelző: ha a Duo Sport töltöttsége 20% alá csökken a töltésjelző elkezd villogni. A Duo Sport töltésekor a villogás helyett folyamatosan világít, majd elalszik amikor teljesen fel van töltve.

5 Bekapcsolásjelző: Az ON/OFF gomb érintésével a zöld fény bekapcsol. Második nyomásra pedig ki.

6 Csúszka: Biztonsági okokból nem tölthető és használhatja egyszerre a Duo Sportot, állítsa töltés vagy használat módba.

7 Sport csat csatlakozó: Sport csat bemenet.

8 Mirco USB csatlakozó: USB kábel bemenet.

9 Visszaállítás gomb: Ez a gomb visszaállítja a Duo Sportot gyári beállításokra



4. Az alkalmazás



AUTOMATIKUS PÁROSÍTÁS

A Duo Sport automatikusan párosításra kerül az okostelefonjával a program indításakor. Önműködő, nem szükséges egyedi beállításokat végezni.



KEDVENCEK

A kedvenc programjaihoz történő hozzáféréshez válassza a program Kedvencek lehetőségét. A program leírásának oldalán kattintson a csillag ikonra a kedvencként történő megjelöléshez.



LETÖLTÉS

Választott programjai áthelyezheti a Duo Sport memóriájába, így az okostelefonja nélkül is használhatja. A program letöltése után kapcsolja be a Duo Sportot, tekerje el az intenzitás kerekét és a program már indul is.



SPLIT

Másik program használatához minden Duo Sporton. Ha már fut az egyik program, használja a SPLIT lehetőséget a második kiválasztásához.



KIHAGYÁS

A «Tone» programok esetében kihagyhatja a bemelegítés és nyújtás részeket a program leírásának oldalán kattintson a bemelegítés vagy nyújtás ikonjára.



PÁROSÍTÁS/LECSATLAKOZÁS

A Duo Sport párosításához vagy lecsatlakozásához az alkalmazás beállításáiban tudja megtenni. A Solo modo használatával egy eszközt tud használni, míg a Duo mód két eszközzel szinkronizál.

A BLUETENS ALKALMAZÁS ELINDÍTÁSA



> Válassza a DuoSport terméket

> DuoSport fiók létrehozása.

Kattintson az «Új felhasználó?» lehetőségre és hozzon létre egy fiókot. Töltse ki a kötelező mezőket, olvassa és fogadja el a felhasználási feltételeket. Amint kész a fiókjával, aktivációs linket tartalmazó emailt fog kapni. Kattintson erre a linkre a fiókja aktiválásához. A DuoSport alkalmazást fiók létrehozása nélkül is használhatja, ehhez kattintson a «Későbbi regisztráció?» lehetőségre.

> Az első használat alkalmával egy bemutató jelenik meg.

A bemutató a DuoSport biztonságos használata érdekében különböző használati módokat mutat be, szánjon rá néhány percet és figyelmesen olvasson el mindent.

PROGRAMVÁLASZTÁS



> Az első lépés a terület és művelet kiválasztása. Elérhető testrészek :

Felső hát • Hát • Alsó hát • Törzs • Fenék • Comb • Térd • Vádli • Boka • Talp • Váll • Mellkas • Felkar • Könyök • Alkar • Csukló

> Forgassa a kereket a kívánt testrészhez és művelethez.

+ Gyógyítás

Fizioterápiás kezelés a rehabilitáció gyorsítása és a gyors fájdalomcsillapítás.

+ Relax

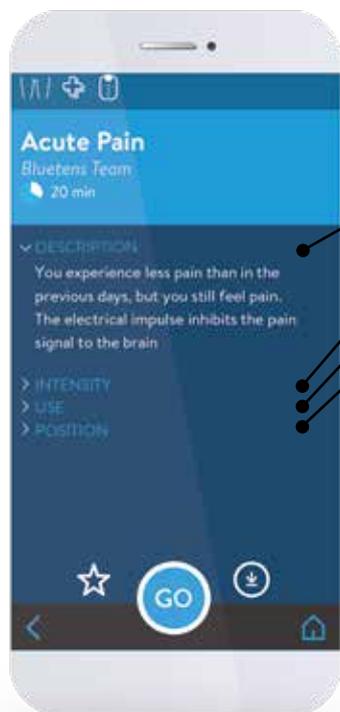
Relaxáló masszázs, ellazítja az izmokat és hatásosan javítja a gyógyulás minőségét és gyorsaságát.

+ Tónus

Az izomépitő edzéshez.

> Majd nyomja meg a «GO» gombot.

PROGRAMLISTA ELÉRÉSE



> **Kattintson a programra a leírásához :**

- Leírás
- Intenzitási javaslat
- Használati javaslat
- Elhelyezési javaslat

Minden programot egészségügyi csapatunk, állami engedéllyel rendelkező, klinikákon vagy magánrendelésen dolgozó francia fizioterapeuták.

> **Nyomja meg a «GO» gombot az elektródák elhelyezésének leírásához.**

ELEKTRÓDÁK ELHELYEZÉSE



> **Helyezze el az elektródákat a képen láthatóan.**

Győződjön meg róla, hogy 3 (vagy 6) elektróda legyen a bőrén, a Duo Sport csak az összes elektróda csatlakoztatása esetén fog működni.

Vigyázat: Győződjön meg róla, hogy az elektródák elhelyezésekor kikapcsolat állapotban legyen a Duo Sport. Csak az alkalmazás javaslatára kapcsolja be.

Tipp: az elektródák használatával kapcsolatosan további információkat talál a műanyag zacskóban.

> **Nyomja meg a «GO» gombot.**



A DUO SPORT BEKAPCSOLÁSA

> Kapcsolja be a Duo Sportot az «ON» megnyomásával.

A Duo Sport automatikusan csatlakozik az okostelefonjához és a program hamarosan elindul.

PROGRAM KÖZBEN

> Állítsa a program intenzitását a Duo Sport kerekének állítsával, vagy az alkalmazással.

A legjobb eredményekért, kövesse az intenzitási javaslatokat.



SOLO MÓD/SPLIT FUNKCIÓ

> Ha solo módban használja a Duo Sportot, és másik programot szeretne indítani egy második eszközzel, kattintson a SPLIT lehetőségre a második program kiválasztásához.

PROGRAM MEGÁLLÍTÁSA

> Ha meg szeretné állítani a programot, nyomja meg a «Stop» gombot. Ezzel visszatér a főmenübe.

PROGRAM VÉGE

> Üzenet jelzi a program végét. Kapcsolja ki a Duo Sportot az elektrodák eltávolítása előtt. Igazítsa meg az elektrodákat a műanyagon és tárolja őket a zárt tasakban.

6. Biztonsági előírások

ELLENJAVALLATOK

A Duo Sport használata tilos pacemakert vagy epilepszia-gátlót használó személyeknek. A Duo Sport nem ajánlott terhes nőknek és incizális sérvben vagy sérvben szenvedőknek. Szívelégtelenségben szenvedőknek kerülendő a szív körüli alkalmazás. Le használja a Duo Sportot szivritmuszavarral vagy szivbetegséggel.

▲ FONTOS

Ne pas utiliser le Duo Sport dans l'eau ou dans une aNe használja a Duo Sportot vízben vagy párák környezetben (szauna, balneoterpáia és hammam, stb.) Tilos az elektródákat a (sinocarotid területre) nyak elülső részére, a fejre (transcranial területre) vagy a bordákra (transthoraxale területre) helyezni. A helyes használathoz kövesse az elektródák elhelyezési javaslatát, amely javaslatokat szakemberek készítették, így a javaslat szerinti elhelyezés esetén a Duo Sport még hatásosabb lesz.

BIZTONSÁGI ÓVINTÉZKEDÉSEK

Ne használja a Duo Sportot rövid- vagy mikrohullámú eszköz egy méteres közelében, ugyanis ez módosíthatja a készülék által generált feszültséget. Kizárólag a Bluetens által megküldött kábeleket használja. A programok alatt ne csatlakoztassa le az elektródák kábeleit. A készüléket előbb ki kell kapcsolni. Ne csatlakoztassa le az elektródák kábeleit. Soha ne csatlakoztassa az elektródákat más elektromos forráshoz, ez áramütést okozhat.

Ne használjon sérült vagy hibás elektródakábelt. Kizárólag a Bluetens által küldött USB kábelt használja a töltésre. A készülék és tartozékai gyermekektől távol tartandó. A készülék belsejétől minden idegen tárgyat tartson távol (sár, víz, fém, stb.) Ne használja a Duo Sportot vezetés közben. Ne töltse használat közben; a csúszka megakadályozza az egyidejű töltést és használatot. Ha kétsége merül fel, konzultáljon kezelőorvosával.

7. Technikai jellemzők

- Kompakt kialakítás
- Kettő működés (Bluetooth/standalone)
- Bluetooth 4.0 (BLE) kompatibilis okostelefon programirányítás
- Kompatibilis Android 4.3 és újabb, iPhone 4s, iOS8 újabbal
- Újratölthető, beépített lítium-ion akkumulátorral működik
- Készüléken elhelyezett intenzitásállítós
- Orvosilag igazolt eszköz
- Elektródák és USB kábel a csomagolásban
- Újrahasználató elektródák
- Tömeg: 25 gramm
- Akkumulátor : 3.7V 400MAH
- Feszültség : 0-70V (töltés 500Ω)
- Frekvencia : 1Hz-120Hz
- Kimeneti áramerősség : Maximum 120mA (pic),

általosan 20 mA

- Kimeneti feszültség : Maximum 100 V (terhelés nélkül), 65V terheléssel
- Áramellátás : USB
- Impulzus : szimmetrikus kétfázisú térimpulzus
- Maximális ellenállás : 1500 Ohm
- Program utáni automatikus kikapcsolás: igen
- Indítási biztonság : 100%
- BF típusnak minősítve
- Az orvostechnikai eszközökre vonatkozó CE előírás (93/42/EGK irányelv) ⁰¹²³
- ROHS: olyan anyagokat nem tartalmaz, amelyek káros hatással lehetnek a környezetre **RoHS**
- Az áramütés elleni védelem osztály 2
- Készülék érintkezésbe kerül a beteg kirekesztett szívvvel
- Olvassa el figyelmesen a felhasználói kézikönyvet



Hulladékkezelési információ

A termék élettartama végén győződjön meg róla, hogy a vonatkozó nemzeti szabályokat követve megfelelően szabadul meg tőle. Előre is köszönjük, hogy a terméket az erre a célra szolgáló helyen dobja ki, hogy a környezet védelmében biztonságosan kerüljön ártalmatlanításra.

AJÁNLÁSOK (tárolás és szállítás)

Hőmérséklet : 10 °C / 45°C - Páratartalom : 25% / 80%

A Duo Sport csak a javasolt programok szerint használható. A Bluetens Limited nem vállal felelősséget a Duo Sporttal kapcsolatos bármilyen visszaélést vagy manipulációért. Csak akkor használja az elektródákat, ha a Duo Sport ki van kapcsolva. A Duo Sport II A típusú orvosi eszköz, amelyet a TÜV tanúsít, ne hagyja gyermekek közelében. A Bluetens Limited kijelenti, hogy a Bluetens megfelel az 1999/5/ EK irányelv és a 3/42/EGK irányelv 9. alapvető követelményeinek és egyéb vonatkozó rendelkezéseinek. A megfelelőségi nyilatkozat egy példányra kérésre hozzáférhető: Bluetens Ltd-hez, 2003 20 / F Tower 5, Kina Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong vagy Bluetens Franciaország, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, Franciaország és a www.bluetens.com/doc

8. Ügyfélszolgálat

Minden értékesítéssel kapcsolatos kérést közvetlen kezelünk.

Ha Duo Sport vásárlása után segítségre van szüksége, ne közvetlen az üzlethez forduljon, hanem egyenesen hozzánk a contact@bluetens.com címen, vagy látogasson el a www.bluetens.com problémakezelési oldalára.

9. Garancia

A Duo Sportra két év garancia jár. Ez a garancia nem fedezi a következőkből eredő károkat: helytelen használat, a mellékelt leírástól eltérő használat, baleset (áramütés, tűz-, vízkár), módosítás, javítás, normális kopás/szakadás. A garancia az anyag- és gyártási hibákra vonatkozik. A garancia kizárólag közvetlenül a Bluetenstől vagy a Bluetens hivatalos viszonteladója által forgalmazott termékekre vonatkozik.

GARANCIÁLIS IDŐ

A termékre a vásárlás dátumától számított két év garancia érvényes, az akkumulátorára fél év.

GARANCIA NEM TARTALMAZZA

Elektródákra, csatra, táskára, a kábelekre és egyéb a dobozban található tartozékokra nem terjed ki a garancia.

BLUETENS AZ ÖN SZOLGÁLATÁBAN

Garanciális hiba esetén a Bluetens csapata visszáru dokumentumot küld és gondoskodik a javításról, cseréről, illetve a termék visszajuttatásáról.

HOGYAN JUTHAT TÁMOGATÁSHOZ

Ügyfélszolgálatunk bármikor elérhető a következő címen: contact@bluetens.com, az egyik csapattagunk megoldást fog találni a kérésére.

Tack så mycket!

Tack för att du köpt en Duo Sport enhet.

Duo Sport är en medicinsk enhet, och för bästa användning så hittar du all relevant information inkluderat i vår användningsmanual.



För vidare information eller för ett ge oss din feedback så kan du kontakta oss på contact@bluetens.com.

-
- ① Förutsättningar
 - ② Förpackningen innehåller
 - ③ Duo Sport
 - ④ Appen
 - ⑤ Första användningen
 - ⑥ Säkerhetsinstruktioner
 - ⑦ Tekniska egenskaper
 - ⑧ Kundtjänst
 - ⑨ Garanti

1. Förutsättningar

Att börja använda Duo Sport är enkelt, här följer lite enkla råd för att du ska kunna sätta igång så snabbt och säkert som möjligt.

1. Vänligen läs igenom säkerhetsinstruktionerna så väl som kontraindikationerna på sida 142. ⚠

2. Din smartphone bör ha support av dessa minimumkrav:

iOS : iPhone 4s eller högre, iOS 8 eller högre.

Android : Bluetooth 4.0 kompatibel och Android 4.3 eller högre

3. Du behöver installera Bluetens appen på din smartphone.

Ladda ner och installera Bluetens App. Om du behöver hjälp med installationen av smartphone applikationen, gå till www.bluetens.com/app och följ stegen. Ladda ner och installera Bluetens App.



iOS

Leta efter «Bluetens Get better» appen i Appstore eller scanna in denna QR-kod och installera appen.



Android

Leta efter «Bluetens Get better» appen i Playstore eller scanna in denna QR-kod och installera appen.



4. Din Bluetooth måste vara PÅ.

Det är inte nödvändigt att para ihop din Duo Sport manuellt, din smartphone kommer automatiskt koppla ihop dessa då du startar programmet. Detta betyder att du inte kommer behöva fylla i en PIN-kod eller ändra dina Bluetooth-inställningar, Duo Sport är liten, stark och smart också!

Är alla steg godkända? Då är vi redo att gå igenom mer seriösa saker ;)

2. Förpackningen innehåller

- 1 Duo Sport är huvudenheten som sätts in i Sport clippet.
- 2 Tryckknappskabeln sätts in i Sport clip på ena sidan och till de två S (small) elektroderna på den andra. Två storlekar på kabel finns med (15 och 25 cm).
- 3 Duo Sport måste laddas via USB-kabel. Under laddning så måste kabeln vara ipluggad, på ena sidan, i USB-laddaren eller datorn, och på den andra sidan till Duo Sports mikro-USB-port.
- 4 Denna bruksanvisning gör att du kan bekanta dig med din Duo Sport på nolltid.
- 5 Duo Sport levereras i en väska som gör att du kan ha den med dig säkert, tillsammans med alla kablar och elektroder, och borta från all typ av vätska.
- 6 För resande, använd den svarta hårda väskan.
- 7 Elektroder är inkluderade i boxen

Tips: för mer detaljer om elektroder, vänligen läs våra instruktioner som finns i plastpåsen.



3. Duo Sport

- 1 AV/PÅ Knappen:** denna knapp tillåter dig att sätta på och stänga av Duo Sport.
- 2 Intensitetknappen:** tillåter dig att öka och minska programmets intensitet. För att öka intensiteten, så vrid knappen till höger, och om du vill minska det så vrid åt vänster. Intensitet ökar i steg från 1 upp till nivå 60. Vrider du knappen till vänster så kommer du minska intensiteten från 1 till en miniminivå av 0.
- 3 Programintensitetsindikatorer:** den första indikatorn lyser upp när ett program sätts igång. För alla 15 intensitetsnivåer så kommer en blå indikator lysa upp, och du kommer se:
 - 1 ljus från nivå 0 till 15
 - 2 ljus från nivå 16 till 30
 - 3 ljus från nivå 31 till 45
 - 4 ljus från nivå 46 till 60
- 4 Laddningsindikator:** när din Duo Sport har mindre än 20% batteri kvar, så kommer laddningsljus att blinka. När du laddar Duo Sport så kommer laddningsindikatorerna att stoppa och fortsätta tills dess att batteriet är fulladdat, och därefter stänga av.
- 5 Kraft på indikator:** med en enkel touch av PÅ/AV knappen så kommer ljuset ändra färg till grön. En andra touch och ljuset stängs av.
- 6 Skjutlucka:** av säkerhetsskäl så kan du inte ladda och använda din Duo Sport samtidigt, dra skjutluckan antingen till laddningsläge eller användningsläge.
- 7 Sportklippkontakt:** USB-kabelport
- 8 Micro USB-kontakt:** USB-kabelingång.
- 9 Återställningsknapp:** denna knapp kommer återställa Duo Sport till ursprungsfunktion.



4. Appen



AUTOMATISK PARNING

Duo Sport kommer para ihop din smartphone automatiskt när du sätter igång programmet. Det är «Plug and Play» som gäller, ingen manual är nödvändig.



FAVORITER

Få snabb tillgång till dina favoritprogram med Favoritvalet. På programbeskrivningssidan så klicka på stjärnikonen för att skapa en genväg i Favorit-menyn.



LADDA NER

Du kan föra över programet av ditt val till Duo Sports minne och njuta av det utan att använda din smartphone! När du väl har laddat ner programmet, sätt på din Duo Sport och vrid på intensitetshjulet och programmet kommer starta.



SPLIT

Ha ett annorlunda program på varje Duo Sport. När väl första programmet är igång, användna SPLIT-funktionen och välj ett andra program.



HOPPA ÖVER

För «Ton»-program så kan du hoppa över uppvärmning och återhämtningsfasen direkt på beskrivningssidan genom att klicka på uppvärmnings- eller återhämtningsikonen.



LÄNK/AVLÄNK

Länka eller avlänka din Duo Sport i inställningarna på appen. Solo-läget gör det möjligt för dig att använda en enhet i taget samtidigt som Duo-läget synkroniserar dina två enheter.

5. Första användningen

STARTA BLUETENS APPLIKATIONEN



> Välj Duo Sport produkten

> Skapandet av ett Duo Sport-konto.

Klicka på <<Ny användare?>> och skapa ditt konto. Fyll i de obligatoriska fälten, läs och acceptera villkoren. När du har skapat ditt konto så kommer du få ett mejl med en aktiveringslänk. Klicka på denna för att bekräfta ditt konto. Du kan också använda Duo Sport appen utan att skapa ett konto genom att klicka på «registrera dig senare».

> För din första användning så finns en genomgång att se.

Genomgången tar upp de olika stegen av Duo Sport för att försäkra om ett säkert användande, så vänligen ta ett par minuter och läs igenom ordentligt.

PROGRAMVAL



> Första steget består av att definiera det område och övning du letar efter.

Tillgängliga kroppsdelar är:

Övre rygg • Rygg • Ländrygg • Mage • Rumpen • Lår • Knä • Vad • Fotled • Fot • Axlar • Bröst • Överarm • Armbåge • Underarm • Vrist.

> Rotera hjulet för att välja den önskade kroppsdel, sen gör detsamma för den önskade övningen.

+ Behandla

För fysioterapi och återhämtning för rehabilitering eller för att skapa en snabb smärtlättnings effekt.

♡ Avslappning

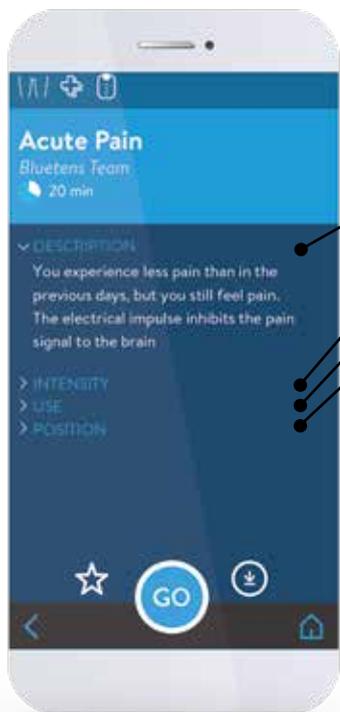
För en avslappande massage eller för att lätta muskelspänning, också väldigt effektiv för att förbättra kvalitet och snabbhet under återhämtning.

🏋️ Träna

För en muskulär träning.

> Tryck på <<GO>>.

NÅ PROGRAMLISTAN



> Klicka på programmet och nå beskrivningen:

- Beskrivning
- Intensitetsråd
- Användningsråd
- Positionsråd

Alla program är skapta av vårt medicinska team av franska fysioterapeuter, alla certifierade, praktiserandes på kliniker och privat praktik.

> Tryck på «GO» och få tillgång till elektrodplaceringsråd.

ELEKTRODPLACERING



> Placera elektroderna som visas på bilden.

Se till att du har placerat de 3 (eller 6) elektroderna på din hud, Duo Sport kommer inte fungera såvida alla elektroder inte är inkopplade.

Varning: Se till att Duo Sport är avstängd när du placerar dina elektroder. Sätt på när din App säger att du ska göra det.

Tips: Hitta alla elektrodanvändningsinstruktioner i plastpåsen.

> Sedan klicka på «GO».



SÄTT PÅ DIN DUO SPORT

> Sätt på din DUO SPORT produkt genom att trycka på «ON» när detta kommer upp.

Duo Sport kommer automatiskt kopplas upp mot din smartphone och programmet kommer starta efter ett par sekunder.

UNDER PROGRAMMET

> Anpassa programmets intensitet genom att vrida på Duo Sport hjulet eller via din App.

För att nå högre effektivitet, följ våra intensitetsförslag.



SOLO LÄGE / SPLIT-FUNKTION

> Om du använder Duo Sport i SOLO-läge och du önskar starta ett annat program på den andra enheten, klicka på SPLIT-ikonen för att välja det andra programmet på din andra Duo Sport enhet.

AVBRYT PROGRAMMET

> Om du vill stoppa programmet så klicka på <<Stop>> knappen. Du kommer omdirigeras till huvudmenyn.

PROGRAMMETS AVSLUTANDE

> Ett meddelande kommer indikera avslutandet av programmet.

Stäng av Duo Sport innan du avlägsnar elektroderna.

Lägg tillbaka elektroderna på den rätta sidan av plastfilmen och lagra dem på insidan av påsen.

6. Säkerhetsinstruktioner

KONTRAINDIKATIONER

Användandet av Duo Sport är förbjudet för folk med pacemaker eller epilepsi. Duo Sport rekommenderas heller inte för gravida kvinnor  eller folk med bräck av något slag. De som lider av hjärtsvagheter måste undvika området kring hjärtat. Använd ej Duo Sport om du har oregelbundna hjärtslag eller hjärtfel.

VIKTIGT!

Använd ej Duo Sport i vatten eller i fuktiga miljöer (bastu, badterapi och hammam, etc.). Det är förbjudet att placera elektroderna på sinokarotidregionen (på framsidan av nacken), transkraniala regionen (genom huvudet) eller transthoraxalregionen (genom bröstkorgen). För att få det rätt, vänligen följ elektrodplaceringsföreläsningen, dessa har förberetts av professionella hälsovetare och kopplar till de delar på kroppen där Duo Sport är som mest effektiv.

SÄKERHETSÅTGÄRDER

Använd ej Duo Sport inom ett par meter från medicinska kortvägsenheter eller mikroavsnitt, vilka kan modifiera vägen som genereras av enheten. Använd enbart sladden du fått av Blueirens. Under passen så koppla inte ur elektrodablarna då strömmen är på. Enheten måste stängas av först. Ta aldrig av elektroderna när Duo Sport är igång. Sätt aldrig i elektrodsladdarna i en externt uttag. Det kan skapa en elstöt.

Använd aldrig någon trasig eller felaktig elektrodsladd. Använd alltid USB-kabeln som du fått av Blueirens för att ladda din enhet. Använd aldrig Duo Sport eller USB-kabeln om de är skadade. Håll Duo Sport och dess tillbehör utom räckhåll för barn. Håll materialet (jord, vatten, metall, etc.) borta från enheten. Använd inte Duo Sport under tiden du kör bil. Ladda aldrig Duo Sport under användning; en skjutdel («the slider») gör så att det inte går att ladda upp enheten samtidigt som användning som ett extraskydd. Om du känner dig osäker över något så tveka inte att fråga din doktor.

7. Tekniska egenskaper

- Kompakt design
- Dual function läge (Bluetooth/standalone)
- Programkontroll av Bluetooth 4.0 (BLE) kompatibel smartphone
- Kompatibel med Android 4.3 och ovan, iPhone 4s, iOS8 och ovan
- Uppladdad av uppladdningsbara, inbyggda litiumbatterier
- Intensitetsändring på enheten
- Medicinskt certifierad enhet
- Elektrod och USB-kabel inkluderad
- Återanvändningsbara elektroder inkluderade
- Vikt: 25 gram
- Batteri : 3.7V 400mAh
- Volt : 0-70V (laddas kring 500Ω)
- Frekvent : 1Hz-120Hz
- Utgående : Maximum 120mA (pic), medel 20 mA
- Utgående volt : Max 100 V (utan laddning), 65V med laddning
- Laddningsuttag : USB
- Impulsform : symmetrisk bifas, fyrpuls
- Maximalt motstånd : 1500 Ohm
- Automatisk avstängning efter varje program : ja
- Antändningssäkerhet : 100%
- Klassad som typ BF 
- CE-regulationer beträffande Medicinska Enheter (Direktiv 93/42/EEC)  ⁰¹²³
- ROHS : enheter byggda utan material som kan ha negativ påverkan på miljön 
- Skydd mot elstöt klass 2 
- Enhet i kontakt med patient exkluderar området kring hjärtat 
- Läs användarmanualen ordentligt 



Information om bortförel

Mot slutet av produktens liv så se till att slänga den på rätt sätt, genom att följa de relevanta reglerna i ditt hemland. Vi tackar dig på förhand för att kasta produkten på en sådan plats som är skapt för denna för att försäkra oss om en säker bortförel, i respekt för miljön.

REKOMMENDATIONER (lagring och transport)
Temperatur : 10°C / 45°C - Fuktighet : 25% / 80%

Duo Sport måste enbart användas i enlighet med de programmen som finns. Blueirens Limited kan inte hållas ansvarig för något missbruk eller manipulation av Duo Sport. Hantera enbart elektroderna när Duo Sport är avstängd. Duo Sport är en klass IIA medicinsk enhet certifierad av TÜV, lämna den aldrig nära barn utan översikt. Härvid deklarerar Blueirens Limited att Blueirens är en apparat med de viktiga kraven och annan viktig information av 1999/5/EC direktivet eller 3/42/EEC direktiv 9. En kopia av «the Declaration of conformity» finns tillgänglig vid förfrågan till Blueirens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong eller Blueirens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France och på www.blueirens.com/doc

8. Kundtjänst

Vi hanterar alla after-sale-frågor direkt.

Om du behöver assistans efter ditt köp av din Duo Sport från någon av våra distributörer, returnera inte produkten till den fysiska butiken, vänligen kontakta oss på contact@bluetens.com eller besök problemlösnings sidan på www.bluetens.com.

Vår kundtjänstpersonal återkommer till dig inom 24 timmar med en snabb lösning.

9. Garanti

Duo Sport har garanti på två år, denna garanti täcker ej skador som uppkommit genom felaktig underhåll eller användning som inte stöds av den relaterade dokumentationen, olyckor (stöt, brand, vätska), modifieringskatjon, reparationer, missbruk eller normalt slit och förbrukning. Denna garanti täcker material- eller tillverkningsdefekter. Denna garanti täcker produkter som är köpta direkt från Bluetens eller från Bluetens auktoriserade återförsäljare enbart.

GARANTIPERIOD

Din produkt är täckt av garantin två år från köpdatumet, batteriet har sex månaders garanti.

TÄCKS EJ AV GARANTIN

Elektroder, klipp, väskan, såväl som sladdar och accessoarer som inkluderades i boxen täcks ej av garantin.

BLUETENS TILL DIN TJÄNST

I händelse av att det finns en defekt som täcks av garantin så kommer Bluetens skicka en returfraktsedel och kommer ansvara för att reparationen eller bytet av din produkt, såväl som returen tillbaka till dig.

HUR KOMMER JAG I KONTAKT MED KUNTJÄNST?

Du når vår kundtjänst dygnet runt på följande adress: contact@bluetens.com, en ur vårt team kommer göra sitt bästa för att hitta en lösning på din fråga.

Tak !

Tak for at du har købt et Duo Sport apparat.

Duo Sport er medicinsk udstyr, og for at få det bedste ud af det, bør du læse alle oplysningerne i brugsvejledningen.

For at få flere oplysninger eller ønsker at give os tilbagemeldinger, kan du kontakte os på contact@bluetens.com.



-
- ① Forudsætninger
 - ② Pakkens indhold
 - ③ Duo Sport
 - ④ Applikationen
 - ⑤ Første gang den bruges
 - ⑥ Sikkerhedsinstruktioner
 - ⑦ Tekniske specifikationer
 - ⑧ Kundeservice
 - ⑨ Garanti

1. Forudsætninger

Det er nemt at komme i gang med Duo Sport, her er nogle råd så du kan få gavn af den så hurtigt og sikkert som muligt.

1. Læs sikkerhedsinstruktionerne og kontraindikationerne på side 156. 

2. Din smarttelefon skal understøtte disse minimale systemkrav :

iOS : iPhone 4s eller højere, iOS 8 eller højere

Android : Bluetooth 4.0 kompatibel og Android 4.3 eller højere

3. Du skal installere Bluetens app'en på din smartphone.

Download og installer Bluetens app'en. Hvis du har brug for hjælp til at installere en smartphone app, gå til www.bluetens.com/app og følg trinene der.



iOS

Søg efter «Bluetens Get better» app'en i Appstore eller scan denne QR kode og installer app'en.



Android

Søg efter «Bluetens Get better» app'en i Playstore eller scan denne QR kode og installer app'en.



4. Din Bluetooth skal være ON (aktiveret).

Det er ikke nødvendigt at parre din Duo Sport manuelt, din smartphone vil automatisk oprette forbindelse når du starter programmet. Det betyder at du ikke behøver at indtaste en adgangskode eller ændre dine Bluetooth indstillinger, Duo Sport er lille, stærk og også smart! Er alle trin blevet valideret?

Så er vi klar til at gå igennem mere vigtige ting ;)

2. Pakkens indhold

- 1 Duo Sport er hovedenheden der bliver indsat i holderen.
- 2 Kablerne sættes til holderen på den ene side og til de to S (små) elektroder på den anden side. Der medfølger to forskellige kabellængder (15 & 25 cm)
- 3 Duo Sport skal genoplades via USB kabel. Mens den oplader skal kablet være tilsluttet USB opladeren eller en computer på den ene side, og på den anden side til microUSB porten på Duo Sport.
- 4 Brugsvejledningen vil hurtigt hjælpe dig med at lære din Duo Sport at kende.
- 5 Duo sport leveres med en taske, så du nemt og sikkert kan bære den sammen med dens kabler og elektroder, og holde den væk fra eventuelle væsker.
- 6 Under rejsen skal man bruge den sorte hårde æske.
- 7 Elektroderne er inkluderet i pakken

Tip: for at få flere oplysninger om dine elektroder, læs instruktionerne der er i plastikposen.



3. Duo Sport

- 1 ON/OFF (tænd/sluk) knap:** denne knap lader dig tænde og slukke Duo Sport.
- Knap til at justere styrke:** lader dig øge eller reducere programmets styrke. For at øge styrken, drej knappen til højre, og for at reducere den, drej knappen til venstre. Styrken øges i intervaller på 1 op til styrke 60. Når du drejer knappen til venstre, reduceres styrken fra 1 til den minimale styrke på 0.
- Programstyrkeindikatorer:** de første indikatorlys tænder når programmet startes. Et blått lys vil lyse for alle 15 styrkeniveauer, så du vil se:
 - 1 lys fra niveau 0 til 15
 - 2 lys fra niveau 16 til 30
 - 3 lys fra niveau 31 til 45
 - 4 lys fra niveau 46 til 60
- Opladningsindikator:** når din Duo Sport har mindre end 20% batteri tilbage, vil opladningsindikatoren blinke. Når du oplader Duo Sport, vil opladningsindikatoren holde op med at blinke og vil lyse fast indtil batteriet er helt opladet og så slukker det.
- Strømindikator:** med et enkelt tryk på ON/OFF (tænd/sluk) knappen lyset den grøn. Efter et tryk mere slukkes den.
- Skydedæksel:** af sikkerhedsgrunde kan du ikke oplade og bruge Duo Sport på samme tid, sæt skydedækslet enten til opladning eller brug.
- Sport holder stik:** Sport holder indgang.
- MicroUSB stik:** USB kabel indgang.
- Nulstil knap:** Denne knap vil nulstille Duo Sport og gendanne til fabriksindstillinger.



4. Applikationen



AUTOMATISK PARRING

Duo Sport vil automatisk parre med din smartphone når du starter programmet. Den er 'Plug og Play', ingen manuelle handlinger er nødvendige.



FAVORITTER

Få hurtig adgang til dine favoritprogrammer med Favorite muligheden. På programbeskrivelsessiden, klik på stjerneikonet for at oprette en genvej i «Favoritter» menuen.



DOWNLOAD

Du kan overføre dit valgte program til Duo Sports hukommelse og nyde det uden at bruge din smartphone! Når du har downloadet programmet, tænd din Duo Sport, drej styrkehjulet og programmet vil begynde.



DEL

Kør et andet program på hver Duo Sport. Når først et program kører, brug DEL muligheden og vælg det andet.



SPRING OVER

Til «Tone» programmer kan du nu springe over opvarmning og heling direkte på beskrivelsessiden ved at klikke på opvarmning eller heling ikonet.

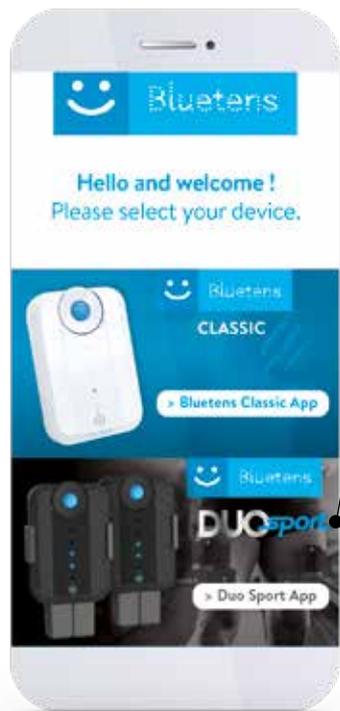


LINK/SLET LINK

Link eller slet link til din Duo Sport indstillinger på app'en. Solo modo gør dig i stand til at bruge et apparat ad gangen mens Duo mode synkroniserer de to apparater.

5. Første gang den bruges

START BLUETENS APPLIKATIONEN



> Vælg Duo Sport produktet

> Oprettelse af en Duo Sport konto

Klik på «Ny bruger?» og opret din konto. Udfyld de påkrævede felter, læs og accepter vilkår & betingelser. Når du har oprettet din konto vil du modtage en e-mail med et aktiveringslink. Klik på dette link for at validere din konto. Du kan også bruge Duo Sport app'en uden at oprette en konto ved at klikke på «registrer senere».

> Første gang du bruger den, vil den vise en vejledning.

Vejledningen samler forskellige stadier af Duo Sport driften for at sikre sikker brug, brug nogle minutter på at læse den omhyggeligt.

PROGRAMVALG



> Det første trin består af at definere det område og den drift du leder efter.

Tilgængelige kropsområder er:

Øvre ryg • Ryg • Nedre ryg • Mave • Balder • Lår • Knæ • Lægmuskel • Ankel • Fod • Skulder • Brystmuskler • Overarm • Albue • Underarm • Håndled.

> Roter hjulet for at vælge det ønskede kropsområde og gør det samme for den ønskede drift.

+ Heling

Til fysioterapi med henblik på at forstærke rehabilitering eller give en hurtig smertelindrende virkning.

♡ Afslapning

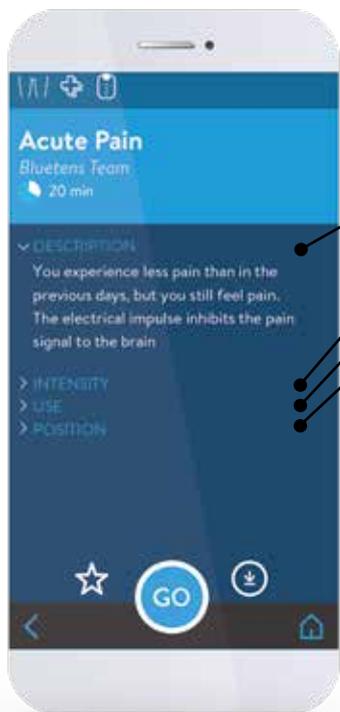
Til en afslappende massage eller til at lette muskelspændinger, også meget effektiv til at forbedre kvalitet og hastighed af heling.

👊 Tone

Til en muskel work-out session.

> Tryk så på «GO».

GÅ TIL PROGRAMLISTEN



> Klik på programmet og gå til beskrivelsen :

- Beskrivelse
- Råd om styrke
- Råd om brug
- Råd om placering

Alle programmer er blevet oprettet af vores medicinske team der består af franske fysioterapeuter, alle statsautoriserede og alle arbejder i klinikker og private praksis.

> Tryk på «GO» og gå til råd om placering af elektroder.

PLACERING AF ELEKTRODER



> Placer elektroderne som vist på tegningen.

Tjek at du har placeret de 3 (eller 6) elektroder på din hud, Duo Sport vil ikke virke med mindre alle elektroder er tilsluttet.

Forsigtig: Duo Sport skal være slukket mens man placerer elektroderne. Tænd den når du bliver bedt om det af app'en.

Tip: find vejledningen om at bruge elektroderne i plastikposen.

> Tryk så på «GO».



TÆND DIN DUO SPORT

> Tænd DUO SPORT apparatet ved at trykke på «ON» når du bliver bedt om det. Duo Sport vil automatisk tilslutte din smartphone og programmet vil starte efter nogle få sekunder.

I LØBET AF PROGRAMMET

> Juster programmets styrke ved at dreje Duo Sport hjulet eller via appen.

For at opnå bedre effektivitet, følg vores råd om styrke.



SOLO TILSTAND / DELT FUNKTION

> Hvis du bruger en Duo Sport i SOLO tilstand og du vil starte et andet program på det andet apparat, klik på DEL ikonet for at vælge et andet program der skal køre på dit andet Duo Sport apparat.

PROGRAM AFSLUTNING

> Hvis du vil afslutte programmet, tryk på «Stop» knappen. Du vil blive omdirigeret til hovedmenuen.

SLUT PÅ PROGRAMMET

> En besked vil indikere at programmet er slut.

Sluk for Duo Sport inden elektroderne fjernes. Sæt elektroderne på den rette side af plastikarket og opbevar dem i den lukkede pose.

6. Sikkerhedsinstruktioner

KONTRAINDIKATIONER

Personer der har en pacemaker eller lider af epilepsi må ikke bruge Duo Sport. Det anbefales heller ikke at gravide kvinder (🤰) eller personer der har brok, bruger Duo Sport. Personer der har et svagt hjerte skal undgå området omkring hjertet. Brug ikke Duo Sport hvis du har en hjertesygdom.

⚠️ VIGTIGT !

Brug ikke Duo Sport i vand eller i fugtige miljøer (sauna, balneoterapi og hammam (tyrkisk bad) mv.). Man må ikke placere elektroderne i strubeområdet (foran på halsen), på kraniet (gennem hovedet) eller brystkassen (gennem ribbenene). For at gøre det rigtigt, følg rådene om placering af elektroderne, de er blevet udarbejdet af sundhedseksperter og er beregnet til kropsområder hvor Duo Sport vil være mest effektiv.

SIKKERHED

Brug ikke Duo inden for nogle få meter af kortbølge medicinske apparater eller mikrobølge udstyr, som kan forstyrre spændingen i apparatet. Brug kun det kabel der medfølger fra Bluetens. Under sessioner må du ikke frakoble kablet da der er tændt for strømmen. Apparatet skal først slukkes. Tag aldrig elektroderne af når Duo Sport er tændt. Kablerne til elektroderne må aldrig tilsluttes en ekstrem strømkilde. Det kan medføre elektrisk stød.

Brug ikke beskadigede kabler til elektroderne. Brug altid USB kablet fra Bluetens til at oplade apparatet. Brug aldrig Duo Sport eller USB kablet hvis de er beskadigede. Duo Sport og dets tilbehør skal holdes uden for børns rækkevidde. Vær forsigtig med at ingen fremmedlegemer (jord, vand, metal mv.) kommer ind i apparatet. Brug ikke Duo Sport mens du kører.

Oplad aldrig Duo Sport mens den er i brug; som ekstra sikkerhed forhindrer skydedæklset opladning under brug. I tilfælde af tvivl skal man kontakte en læge.

7. Tekniske specifikationer

- Kompakt design
- Dual funktions tilstand (Bluetooth/selvstændig)
- Programkontrol via Bluetooth 4.0 (BLE) kompatibel smartphone
- Kompatibel med Android 4.3 og højere, iPhone 4s, iOS8 og højere
- Drives af et indbygget lithium-ion batteri der er genopladeligt
- Justering af styrke på apparatet
- Medicinsk certificeret apparat
- Elektrode - og USB kabler inkluderet
- Elektroder der kan genbruges er inkluderet
- Vægt: 25 gram
- Batteri : 3.7V 400mAh
- Spænding : 0-70V (oplader ved 500Q)
- Frekvens : 1Hz-120Hz
- Output strøm : Maksimum 120mA (pic),
- gennemsnit på 20 mA
- Output spænding : Maksimalt 100 V (uden belastning), 65V med belastning
- Strømforsyning : USB
- Impuls : symmetrisk cal bifasisk firkantpuls
- Maksimal modstand : 1500 Ohm
- Automatisk slukning efter hvert program : ja
- Tændingssikkerhed : 100%
- Klassificeret som type BF 
- CE regler angående medicinske apparater (Direktiv 93/42/EEC)  0123
- ROHS : apparater der er lavet uden materialer der kan skade miljøet **RoHS**
- Beskyttelse mod elektrisk stød klasse 2 
- Apparat i kontakt med patienten undtagen området omkring hjertet 
- Læs brugsvejledningen grundigt 



Oplysninger om bortskaffelse

Når produktet ikke kan bruges mere, skal det bortskaffes rigtigt i henhold til de relevante nationale regler. På forhånd tak for at du vil bortskaffe dette produkt på en måde der er beregnet til det og at du ikke vil beskadige miljøet.

ANBEFALINGER (opbevaring og transport)

Temperatur : 10°C / 45°C - Luftfugtighed : 25% / 80%

Duo Sport må kun bruges i henhold til de foreslåede programmer. Bluetens Limited er ikke ansvarlig for misbrug eller manipulering af Duo Sport. Elektroder må kun håndteres når Duo Sport er slukket. Duo Sport er et klasse IIA medicinsk apparat certificeret af TÜV, det skal holdes uden for børns rækkevidde. Bluetens limited erklærer hermed at Bluetens overholder alle krav og andre relevante provisioner i 1999/5/EC direktivet og 3/42/EEC direktiv 9. En kopi af Overensstemmelseserklæringen kan fås ved henvendelse til Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong eller Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, Frankrig og på www.bluetens.com/doc

8. Kundenservice

Vi besvarer alle efter-salg spørgsmål direkte.

Hvis du har brug for hjælp efter du har købt din Duo Sport fra en af vores forhandlere, returner ikke produktet til den fysiske forretning, kontakt os direkte på contact@bluetens.com eller besøg problemløsningsiden på www.bluetens.com

Vores medarbejdere vil kontakte dig inden for 24 timer med en hurtig løsning.

9. Garanti

Duo Sport er under garanti i to år, denne garanti dækker ikke skader forårsaget af forkert vedligeholdelse eller brug, uheld (stød, brand, væske), modifikationer, misbrug eller normal slid. Denne garanti dækker materielle eller produktionsfejl. Denne garanti dækker kun produkter købt direkte fra Bluetens eller fra en Bluetens autoriseret forhandler.

GARANTIPERIODE

Dit produkt er under garanti i to år fra købsdatoen, batteriet har seks måneders garanti.

IKKE DÆKKET AF GARANTIEN

Elektroder, holder, taske, og alle kabler og tilbehør der medfølger i pakken er ikke dækket af denne garanti.

BLUETENS TIL TJENESTE

I tilfælde af en fejl der er dækket af garantien, vil Bluetens sende dig en returneringseddell og være ansvarlig for reparation eller ombytning af dit apparat og også for returforsendelse.

HVORDAN KONTAKTER JEG KUNDESUPPORT?

Du kan kontakte Kundenservice på ethvert tidspunkt på den følgende adresse: contact@bluetens.com, en medarbejder vil finde en løsning på dit problem.

Kiitos!

Me kiitämme sinua Duo Sport -laitteen ostamisesta.

Duo Sport on lääketieteellinen laite, ja löydät siihen tästä käyttöohjeesta kaikki tarpeelliset tiedot saadaksesi siitä parhaan hyödyn irti.

Saadaksesi lisätietoja tai vain antaaksesi meille palautetta, voit ottaa meihin yhteyttä osoitteessa contact@bluetens.com.



-
- ① Ennakkoehdot
 - ② Laatikon sisältö
 - ③ Duo Sport
 - ④ Käyttö
 - ⑤ Ensimmäinen käyttökerta
 - ⑥ Turvallisuusohjeet
 - ⑦ Tekniset ominaisuudet
 - ⑧ Asiakaspalvelu
 - ⑨ Takuu

1. Ennakkoehdot

Duo Sportin käytön aloittaminen on helppoa, tässä joitakin neuvoja saadaksesi siitä edut irti mahdollisimman nopeasti ja turvallisesti.

1. Ole hyvä ja lue turvallisuusohjeet sekä vasta-aiheet sivulta 170. ⚠️

2. Älypuhelimesi tulisi tukea seuraavia järjestelmävaatimuksia käyttäjärjestelmästä riippuen:

iOS : iPhone 4s tai uudempi, iOS 8 tai uudempi

Android : Bluetooth 4.0:n kanssa yhteensopiva sekä Android 4.3 tai uudempi

3. Sinun tulee asentaa Bluetens -sovellus älypuhelimellesi.

Lataa ja asenna Bluetens -sovellus. Jos tarvitset apua älypuhelinsovelluksen asentamiseen, käy sivulla www.bluetens.com/app ja noudata sieltä löytyviä ohjeita. Lataa ja asenna Bluetens -sovellus.



iOS

Etsi App Storesta «Bluetens Get better» -sovellus tai skannaa tämä QR-koodi ja asenna sovellus.



Android

Etsi Play Storesta «Bluetens Get better» -sovellus tai skannaa tämä QR-koodi ja asenna sovellus.



4. Bluetoothisi on oltava PÄÄLLÄ.

Sinun ei tarvitse yhdistää Duo Sportiasi manuaalisesti, koska älypuhelimesi suorittaa yhdistämisen automaattisesti, kun avaat ohjelman. Tämä tarkoittaa sitä, että sinun ei tarvitse kirjoittaa PIN-koodia tai muuttaa Bluetooth -asetuksiasi, Duo Sport on pieni, vahva ja fiksukin!

Ovatko kaikki nämä vaiheet valmiita? Nyt sitten olemme valmiita käymään vakavampien asioiden pariin ;)

2. Laatikon sisältö

- 1 Duo Sport on Sport clipiin asennettava pääyksikkö.
- 2 Klipsijohdot yhdistyvät Sport clipiin yhdeltä puolelta ja kahteen S (pieneen) elektrodiin toiselta puolelta. Laatikon mukana tulee kaksi erikokoista johtoa (15 & 25 cm)
- 3 Duo Sport on ladattava USB-johdolla. Johto on pidettävä latauksen aikana kytkettynä yhdestä päästä USB-laturiin tai tietokoneeseen ja toisesta päästä Duo Sportin mikro-USB-porttiin.
- 4 Tämä käyttöohje auttaa sinua perehtymään Duo Sportin käyttöön tuossa tuokiossa.
- 5 Duo Sport toimitetaan pussissa, mikä auttaa sinua kuljettamaan sitä turvallisesti johtoineen ja elektrodeineen nesteiden ulottumattomissa.
- 6 Käytä mustaa, kovaa suojakoteloä silloin, kun matkustat laitteen kanssa.
- 7 Elektrodit tulevat yhdessä laatikon mukana

Vinkki: lue muovipussissa olevat käyttöohjeet saadaksesi lisätietoa elektrodeistasi.



3. Duo Sport

- 1 ON/OFF -nappi**: tästä napista saadaan Duo Sport päälle ja pois päältä.
- Voimakkuussäädin** : antaa sinun nostaa tai laskea ohjelman voimakkuutta. Käännä säädintä oikealle nostaaksesi voimakkuutta ja käännä säädintä vasemmalle laskeaksesi sitä. Voimakkuus kasvaa 1:n numeron askelissa aina 60:een asti. Voimakkuutta voi laskea kääntämällä säädintä vasemmalle aina 0:n minimitasoon asti.
- Ohjelman voimakkuusosoittimet** : ensimmäiseen osoittimeen syttyy valo ohjelman käynnistyessä. Sinisten valojen määrä kertoo voimakkuuden tasoista aina 15 voimakkuustason välein, ja näet ne seuraavasti:
 - 1 valo tasojen 0 ja 15 välillä
 - 2 valoa tasojen 16 ja 30 välillä
 - 3 valoa tasojen 31 ja 45 välillä
 - 4 valoa tasojen 46 to 60 välillä
- Latausosoitin** : kun Duo Sportissasi on alle 20 % akkua jäljellä, siihen syttyy vilkkuva latausvalo. Kun laitat Duo Sportisi latautumaan, latausosoitin lakkaa vilkkumasta ja pysyy tasaisesti päällä, kunnes akku on täysin ladattu, minkä jälkeen se sammuu.
- Virtaosoitin** : Kun ON/OFF -nappia painetaan kevyesti, napin valo muuttuu vihreäksi. Kun nappia painetaan toisen kerran, valo sammuu.
- Liuku säädin** : Duo Sportia ei voi turvallisuussyistä ladata ja käyttää yhtäaikaan, liu'uta säädin joko lataus- tai käyttötilaan
- Sport clip -portti** : Sport clip -laitetaan tästä sisään.
- Micro-USB -portti** : USB-johdo laitetaan tästä sisään.
- Nollausnappi** : tämä nappi palauttaa Duo Sportin tehdasasetuksien.



4. Käyttö



AUTOMAATTINEN YHDISTYS

Duo Sport yhdistyy älypuhelimieesi automaattisesti, kun käynnistät ohjelman. Sitä kutsutaan nimellä «Kytke ja Pelaa», manuaalista väliintuloa ei tarvita.



SUOSIKIT

Päase nopeasti käsiksi suosikkiohjelmiisi Suosikit -valinnan avulla. Klikkaa tähti-ikonia ohjelmakuvaussivulla luodaksesi pikakuvakkeen «Suosikit» -valikkoon.



LATAA

Voit siirtää haluamasi ohjelman Duo Sportin muistiin ja käyttää sitä ilman älypuhelimiasi! Kun olet ladannut ohjelman, käynnistä Duo Sportisi ja liu'uta intensiteettipyörää, niin ohjelma käynnistyy.



JAKO

Käytä kummallakin Duo Sportilla eri ohjelmia. Kun ensimmäinen ohjelma on päällä, käytä JAKO -valintaa ja valitse toinen ohjelma.



HYPPÄÄ YLI

Voit nyt hypätä «Kiinteytys» -ohjelmissa lämmittelyn ja palautusvaiheen yli ja päästä suoraan kuvaussivulle klikkaamalla lämmittely- tai palautusikonina.



KYTKE/IRROTA

Kytke tai irrota Duo Sportisi sovelluksen asetuksissa. Soolotila sallii sinun käyttää yhtä laitetta kerrallaan, kun taas Duotila synkronoi kaksi laitettasi.

5. Ensimmäinen käyttökerta

KÄYNNISTÄ BLUETENS -SOVELLUS



> Valitse Duo Sport -tuote

> Duo Sport -tunnuksen luominen.

Klikkaa kohdasta «Uusi käyttäjä?» ja luo tunnukseksi. Täydennä tarvittavat kentät ja lue ja hyväksy ehdot ja edellytykset. Kun tunnukseksi on luotu, tulet saamaan sähköpostin, joka sisältää vahvistuslinkin. Klikkaa tätä linkkiä vahvistaaksesi tunnukseksi luonnin. Voit myös käyttää Duo Sport -sovellusta ilman tunnuksen luontia klikkaamalla «rekisteröidy myöhemmin».

> Kun käytät ohjelmaa ensimmäistä kertaa, sinulle näytetään käyttöopastus.

Käyttöopastus kertoo useista eri Duo Sport -käytön vaiheista sen varmistamiseksi, että voit käyttää sitä turvallisesti, ole hyvä ja käytä muutama minuutti sen huolelliseen lukemiseen.

OHJELMAN VALINTA



> Ensimmäinen vaihe koostuu haluamasi alueen ja toiminnan valitsemisesta.

Valittavissa olevat kehon alueet ovat :

Yläselkä • Selkä • Alaselkä • Vatsa • Pakarat • Reidet
• Polvet • Pohkeet • Nilkat • Jalat • Olkapäät
• Rintalihakset • Olkavarret • Kyynärpäät •
Kyynärvarret • Ranteet.

> Käännä kiekkoa valitaksesi haluamasi kehonosan, ja tee sitten sama haluamallesi toiminnalle.

+ Parannus

Fysioterapiseen hoitoon, jonka tarkoitus on tukea kuntoutumista tai tuoda nopeaa kipua lievittävää vaikutusta.

+ Rentoutus

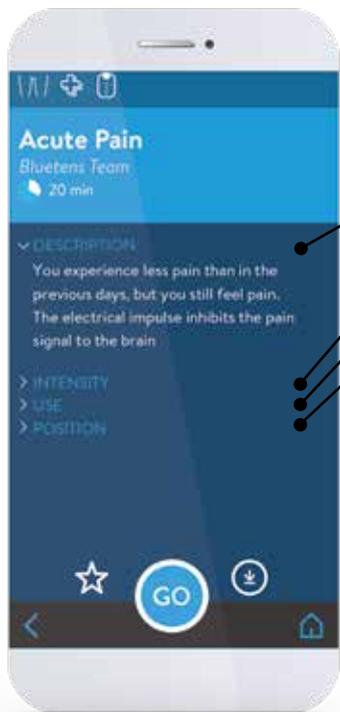
Rentouttavaa hierontaa tai lihasjännityksen helpottamista varten, parantaa myös tehokkaasti toipumisen laatua ja nopeutta.

+ Kiinteytyt

Lihaskuntosessioita varten.

> Paina sitten «ALOITA».

AVAA OHJELMALISTA



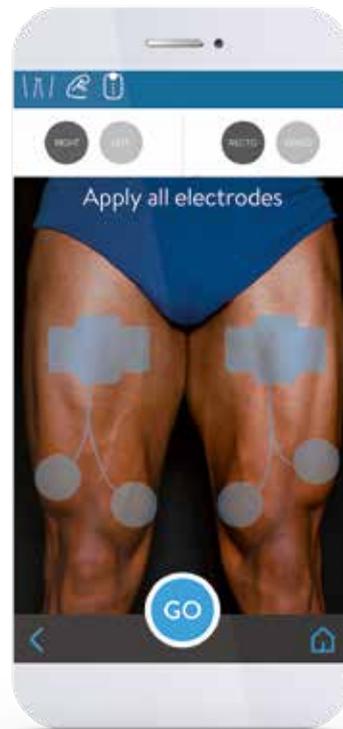
> Klikkaa ohjelmaa ja avaa sen kuvaus :

- Kuvaus
- Intensiivivinkit
- Käyttövinkit
- Asentovinkit

Kaikki ohjelmat ovat lääketieteellisen tiimimme tekemiä, tämä tiimi koostuu ranskalaisista fysioterapeuteista, jotka ovat valtion sertifoimia ja työskentelevät lääkäriasemoilla ja yksityisillä klinikoilla.

> Paita «ALOITA» ja avaa elektrodisijoitusneuvot.

ELEKTRODIEN SIJAINNIT



> Sijoita elektrodit piirroksen mukaisesti.

Varmista, että olet sijoittanut 3 (tai 6) elektrodiä paikoilleen ihollesi, Duo Sport ei toimi ennen kuin kaikki elektrodit ovat liitettyinä.

Varoitus: Varmista, että Duo Sport on poissa päältä elektrodien sijoittamisen aikana. Käynnistä se sitten, kun sovellus niin kehottaa.

Vinkki: elektrodien koko käyttöohjeet löytyvät muovipussista.

>Pana sitten «ALOITA».



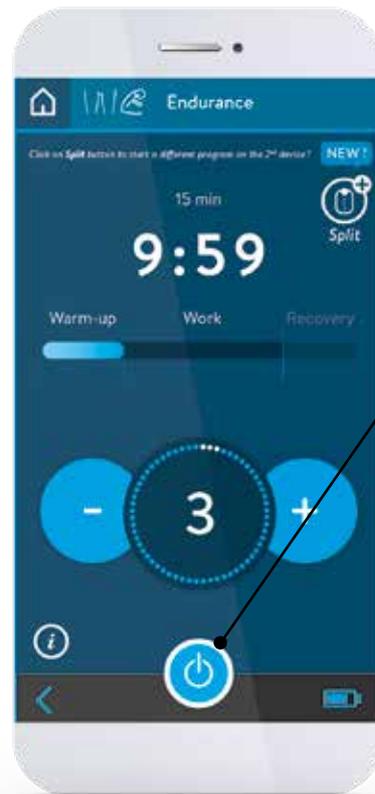
KÄYNNISTÄ DUO SPORTISI

> Käynnistä Duo Sport -laitteesi painamalla «ON», kun se niin kehottaa. Duo Sport yhdistyy automaattisesti älypuhelimellesi, ja ohjelma käynnistyy muutaman sekunnin kuluttua.

OHJELMAN AIKANA

> Säädä ohjelman intensiteettiä kääntämällä Duo Sport -kiekkoa tai käyttämällä sovellusta.

Seuraa intensiteettivinkejämme saadaksesi aikaan suuremman vaikutuksen.



SOOLOTILA / JAKOTOIMINTO

> Jos käytät Duo Sportia SOOLO-tilassa ja haluat aloittaa eri ohjelman toisella laitteella, klikkaa JAKO-ikonia valitaksesi toisen ohjelman toisella Duo Sport -laitteellasi käytettäväksi.

OHJELMAN PYSÄYTTÄMINEN

> Jos haluat pysäyttää ohjelman, paina «Stop»-nappia. Sinut uudelleenohjataan päiväliikkoon.

OHJELMAN PÄÄTÖS

> Viesti tulee kertomaan ohjelman loppumisesta. Sammuta Duo Sport ennen elektrodien irrottamista. Sjoita elektrodit uudelleen muovikalvon asianmukaiselle puolelle ja säilytä niitä suljetussa pussissa.

6. Turvallisuusohjeet

VASTA-AIHEET

Duo Sportin käyttö on kiellettyä niiltä, jotka käyttävät sydämentahdistimia tai jotka ovat alttiita epilepsialle. Duo Sportin käyttöä ei myöskään suositella raskaana oleville naisille  tai tyräpotilaille. Heikkosydämisten henkilöiden on vältettävä sydämen läheisyydessä olevia alueita. Älä käytä Duo Sportia, jos sinulla on sydämen toiminnan epäsäännöllisyyksiä tai sydäntauteja.

TÄRKEÄÄ !

Älä käytä Duo Sportia vedessä tai kosteissa olosuhteissa (saunassa, kylpyterapiassa ja hammamissa jne.). Elektrodioiden sijoittaminen kaulavaltimon alueelle (kaulan etupuolelle), transkraniaaliselle alueelle (pään läpi) tai transtorakaliselle alueelle (rintakehän läpi) on kiellettyä. Ole hyvä ja seuraa elektrodisijoitusneuvoja sijoittaaksesi elektrodit oikein, ne ovat terveyden ammattilaisten valmistamia ja vastaavat niitä kehon alueita, joilla Duo Sportin teho on suurempi.

TURVATOIMENPITEET

Älä käytä Duo Sportia metrin tai alle metrin päässä lääketieteellisistä lyhytaaltokojeista tai mikroaaltovälineistä, jotka saattavat muuntaa laitteen tuottamaa sähkövirtaa. Käytä pelkäästään Bluetensin toimittamaa johtoa. Älä irrota elektrodijohtoa sessioiden aikana, koska virta on päällä. Laite on ensin sammutettava. Älä ota elektrodeja koskaan pois silloin, kun Duo Sport on päällä. Älä koskaan yhdistä elektrodijohtoa ulkoiseen virranlähteeseen. Se saattaa aiheuttaa sähköiskun.

Älä käytä vahingoittuneita tai viallisia elektrodijohtoja. Käytä laitteen lataamiseen aina Bluetensin toimittamaa johtoa.

Älä koskaan käytä Duo Sportia tai USB-johtoa, jos ne ovat vahingoittuneita. Pidä Duo Sport lisätarvikkeineen lasten ulottumattomissa. Älä päästä laitteen sisälle vieraita aineita (kuraa, vettä, metallia jne.). Älä käytä Duo Sportia ajaessasi autoa.

Älä koskaan lataa Duo Sportin akkua silloin, kun se on käytössä; liukuva osa (liukusäädin) estää laitteen yhtäaikaisen latauksen ja käytön ylimääräisenä turvakeinona. Jos olet epävarma, niin älä epäröi ottaa yhteyttä lääkäriin.

7. Tekniset ominaisuudet

- Kompakti muotoilu
- Kaksoistoimintatila (Bluetooth/itsenäinen)
- Ohjelmanhallinta Bluetooth 4.0 (BLE):n kanssa yhteensopivalla älypuhelimella
- Yhteensopiva Android 4.3:n ja sitä uudempien kanssa, sekä iPhone 4s:n, iOS8:n ja sitä uudempien kanssa
- Toimii uudelleenladattavalla, sisäänrakennetulla litium-ioniakulla
- Laitteessa intensiteetin säätö
- Lääketieteellisesti sertifioitu laite
- Sisältää elektrodit ja USB-johdot
- Sisältää uudelleenkäytettävät elektrodit
- Paino: 25 grammaa
- Akku : 3,7V 400mAh
- Jännite: 0-70V (lataus 500Q:ssa)
- Taajuus: 1Hz-120Hz
- Tulovirta : Enintään 120mA (pic), keskimäärin 20 mA
- Tulojännite : Enintään 100 V (ilman latausta), 65V latauksen kanssa
- Virtalähde: USB
- Impulssimuoto : symmetrinen, kaksivaiheinen neliöpuolssi
- Enimmäisresistanssi: 1500 Ohm
- Automaattinen sammutus jokaisen ohjelman jälkeen : kyllä
- Syytysturvaa : 100%
- Luokiteltu tyyppiäsi BF 
- Lääketieteellisiä Laitteita koskevat CE-säännöstelyt (Direktiivi 93/42/EEC)  ⁰¹²³
- ROHS : laitteet, joiden rakentamiseen ei ole käytetty materiaaleja, joilla voidaan olla haitallinen vaikutus ympäristöön **RoHS**
- Suojaus luokan 2 sähköiskuja vastaan 
- Laitteen kontaktissa potilaaseen ei laskettu mukaan sydämen aluetta 
- Lue käyttöohje huolellisesti 



Tietoa jätteenhuollosta

Huolehdi tuotteen asianmukaisesta hävittämisestä olennaisten maakohtaisten sääntöjen mukaisesti, kun se on saavuttanut elinkaarensa lopun. Kiitämme sinua etukäteen siitä, että jätät tämän tuotteen asiaankuuluvaan paikkaan turvallisen ja ympäristöä kunnioittavan jätteenhuollon puolesta.

SUOSITUKSET (säilytys ja kuljetus)

Lämpötila: 10°C / 45°C - Kosteustaso : 25% / 80%

Duo Sportia on käytettävä yhdessä vain esitettyjen ohjelmien kanssa. Bluetens Limitediä ei voida pitää vastuussa Duo Sportin väärinkäytöstä tai manipuloinnista. Käsittele elektrodeja vain silloin, kun Duo Sport on pois päältä. Duo Sport on luokan IIA lääketieteellinen TÜV:n sertifioima laite, älä jätä sitä lasten ulottuville. Täten Bluetens Limited ilmoittaa, että Bluetens noudattaa direktiivin 1999/5/EC ja 9-direktiivi 3/42/EEC:n välttämättömiä vaatimuksia sekä muita oleellisia ehtoja. Myötämielisyyden ilmoitus on saatavilla pyynnöstä osoitteesta Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong tai Bluetens France, 5 passage Saint Bernard, 75011 Paris, France ja nyt verkko-osoitteesta www.bluetens.com/doc

8. Asiakaspalvelu

Me selvitämme kaikki ostostapahtuman jälkeiset kysymykset suoraan.

Jos tarvitset apua sen jälkeen, kun olet ostanut Duo Sportin joltakulta jakelijaltamme, älä palauta tuotetta fyysiseen myymälään, ole hyvä ja ota meihin yhteyttä osoitteeseen contact@bluetens.com tai vieraile vianetsintäsivulla osoitteessa www.bluetens.com

Edustajamme palaavat asiaan 24 tunnin sisällä nopean ratkaisun kanssa.

9. Takuu

Duo Sportilla on kahden vuoden takuu, tämä takuu ei kata vahinkoja, jotka johtuvat sopimattomasta huollosta tai käytöstä, joka ei noudata oleellisten asiakirjojen neuvoja, onnettomuuksia (sähköiskuja, tulipaloja, nesteitä), muunnoksia, korjauksia, väärinkäyttöä tai tavanomaista kulumista. Tämä takuu kattaa materiaali- tai valmistusvirheet. Tämä takuu kattaa tuotteet, jotka ovat ostettu vain suoraan Bluetensiltä tai Bluetensin valtuuttamalta jakelijalta.

TAKUUAIKA

Tuotteellasi on kahden vuoden takuu ostopäivästä lähtien, akulla on kuuden kuukauden takuu.

MITÄ TAKUU EI KATA

Elektrodit, klipsi, pussi tai muut laatikkoon sisältyvät lisätarvikkeet eivät kuulu tämän takuun piiriin.

BLUETENS SINUN PALVELUKSESSASI

Siinä tapauksessa, että takuu kattaa jonkin vian, Bluetens-tiimi lähettää sinulle palautuskuitin ja on velvollinen laitteesi korjauksesta tai vaihdosta sekä sen takaisinlähettämisestä sinulle.

KUINKA SAADA ASIAKASTUKEA?

Voit ottaa yhteyttä meidän Asiakaspalveluumme mihin aikaan tahansa seuraavaan osoitteeseen: contact@bluetens.com, tiimimme jäsen on omistautunut etsimään ratkaisun pyyntöösi.

Takk skal du ha!

Vi takker deg for at du kjøpte en Duo sport enhet.

Duo Sport er en medisinsk enhet, for å gjøre best mulig bruk av den, vil du finne alle relevante opplysninger inkludert i denne brukerhåndboken.

For ytterligere informasjon eller for å gi oss din tilbakemelding, kan du kontakte oss på Contact@bluetens.com.



- 1 Forutsetninger
- 2 Innhold i pakken
- 3 Om Duo Sport
- 4 Programvaren
- 5 Første gangs bruk
- 6 Sikkerhetsinstrukser
- 7 Tekniske karakteristikk
- 8 Kundeservice
- 9 Garanti

1. Forutsetninger

Det å komme i gang med Duo Sport er enkelt, her er noen råd for at du skal få mest nytte av den så raskt og trygt som mulig.

1. Vennligst les sikkerhets instruksjonene i tillegg til kontraindikasjoner på side 184. 

2. Minimums systemkrav til din smarttelefon er:

iOS : iPhone 4s eller, iOS8 eller over

Android : Bluetooth 4.0 kompatibel og Android 4.3 eller over

3. Du må installere Bluetens applikasjonen på din smarttelefon.

Last ned og installer Bluetens applikasjonen.



iOS

Applikasjonen ligger på Appstore som «Bluetens Get Better». Du kan også scanne QR koden med din smarttelefon.



Android

Applikasjonen ligger på Play Store som «Bluetens Get Better». Du kan også scanne QR koden med din smarttelefon



4. Din Bluetooth må være PÅ.

Det er ikke nødvendig å pare Bluetens, Smarttelefonen kobles automatisk til når du starter programmet. Dette betyr at du ikke trenger å taste inn PIN-kode endre Bluetooth-innstillingene, Bluetens er liten, sterk og smart også!

Kom du deg gjennom trinnene? **Da er vi klare til å gå videre! ;)**

2. Innhold i pakken

- 1 Sport Duo er hovedenheten som settes inn i Sport klipen.
- 2 Elektrode kablene kobles på én side av sport klipen og på den andre de 2 elektrodene S (liten). Den leveres med to kabel størrelser (15 & 25 cm).
- 3 Sport Duo må lades med USB-kabel. Under lading må kabelen være koblet til en USB-lader eller en datamaskin på den ene siden, og til sport Duo sin micro USB-port.
- 4 Med denne brukerhåndboken kan du raskt gjøre deg kjent med din Sport Duo.
- 5 Denne vesken er laget for at du lett kan bære din Sport Duo, kabelholdere og elektroder godt beskyttet.
- 6 Hvis du er ute å reiser, bruk den beskyttende vesken.
- 7 Elektrodene er inkludert i esken.

Tips: Hvis du vil vite mer om elektrodene, Les instruksjonene i plastposen.



3. Om Duo Sport

- 1 On/Off-knapp:** denne knappen brukes for å slå på og av Sport Duo.
- 2 Intensitetsjusteringhjul:** lar deg redusere programmets intensitet. For å øke intensiteten, vri knappen til høyre, for å redusere den, vri knappen til venstre. Intensiteten øker i trinn på 1 opp til nivået på 60. Ved å vri knotten til venstre reduseres intensiteten fra 1 til minimumsnivået 0.
- 3 Program intensitet indikatorer:** det første lyset når et program startes. På alle 15 nivåer av intensitet vil en Blå indikator starte å lyse, så du får se:
 - 1 lys fra 0 til 15
 - 2 lys fra 16 til 30
 - 3 lys fra 31 til 45
 - 4 lys fra 46 til 60
- 4 Ladeindikator:** Når Sport Duo har mindre enn 20% batteri, vil ladeindikatoren starte å blinke. Når lader er koblet til, vil ladelampen ikke lenger blinke og istedet lyse konstant til batteriet er fulladet, da slår ladeindikatoren seg av.
- 5 Strømindikator:** et enkelt trykk på Off/On-knappen, og den vil lyse grønt. Et trykk til og lyset slukkes.
- 6 Glidebryteren** er en beskyttelse for at man ikke skal lade og bruke Sport Duo samtidig, Glidebryteren kan settes i lade modus eller bruksmodus.
- 7 Sport Plugg:** Sport Plugg inngang
- 8 USB Mini-usb:** USB kabel inngang.
- 9 Reset-knapp:** denne knappen tilbakestiller Sport Duo til fabrikk konfigurasjon.



Slik lader du din Sport Duo:

1. Ta av hovedelektroden fra Duo Sport. Unclip the Duo sport from the main electrode
2. Fjern enheten fra elektroden. Remove the device from the clip
3. Skyv glideskiven mot høyre og koble til usb kabelen for å starte ladingen.

4. Programvaren



AUTOMATISK PARING

Sport Duo vil pare seg automatisk med din Smarttelefon når du starter programvaren



FAVORITTER

Få hurtig tilgang til dine favoritter under «Favourites». På programbeskrivelses siden trykker du på stjernen for å lage snarvei på «Favourites» menyen.



NEDLASTING

Du kan overføre treningsprogrammet du ønsker til Duo Sport sitt minne, og nyte det uten å bruke din Smarttelefon! Når du har lastet ned programmet, slår du Duo Sport på, skyv intensitetshjulet og treningsprogrammet begynner.



DELE

Kjør et annet program på hver Duo Sport. Når første program kjører, bruker du SPLIT-alternativet og velger det andre.



SKIP

For «Tone» -programmer kan du nå hoppe over oppvarming- og bedringsfasen direkte på beskrivessiden ved å klikke på oppvarming- eller bedringsikonet.

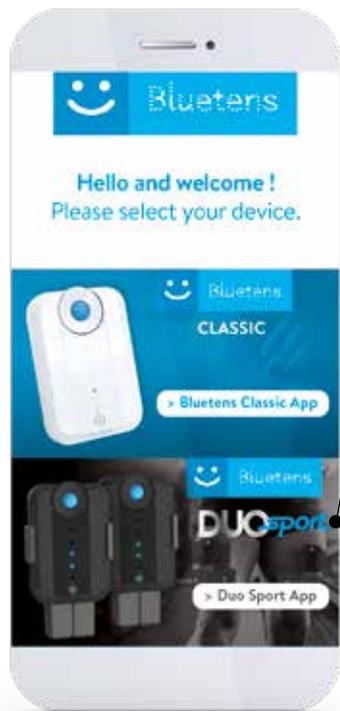


TILKOBLE/FRAKOBLE

Koble til eller koble fra Duo Sport i innstillingene til Appen. Med Solo Mode kan du bruke en enhet om gangen mens Duo-modus synkroniserer begge enhetene.

5. Første gangs bruk

START BLUETENS APPLIKASJONEN



> Velg ditt Duo Sport Produkt

> Lag en Duo Sport konto.

Klikk på «New user?» Og opprette kontoen. Fyll ut de obligatoriske feltene, les og godta vilkår og betingelser. Når du har opprettet kontoen din, vil du motta en e-post med en aktiverings link. Klikk på denne linken for å validere din konto. Du kan også bruke Duo Sport App uten å opprette en konto ved å klikke på «register later»

> Ved første gangs bruk, vil en tutorial vises

Opplæringen forklarer de ulike bruksområdene og hvordan Duo Sport virker slik at du bruker den riktig. Du bør bruke noen minutter på å lese den nøye.

PROGRAM VALG



> Det første steget innebærer å velge området og handlingen du ønsker.

Tilgjengelige kroppsdeler er :

Øvre rygg • Rygg • Korsrygg • Mage • rumpe • Lår • Kne • Legg • Ankel • Fot • Skulder • Overarm • Albue • Underarm • Håndledd

> Roter hjulet for å velge ønsket kroppsdell, og det samme gjør du med ønsket handling.

+ Kurering

For fysioterapisk omsorg med sikte på å forsterke rehabilitering eller tillate rask smertelindring

♥ Avslapning

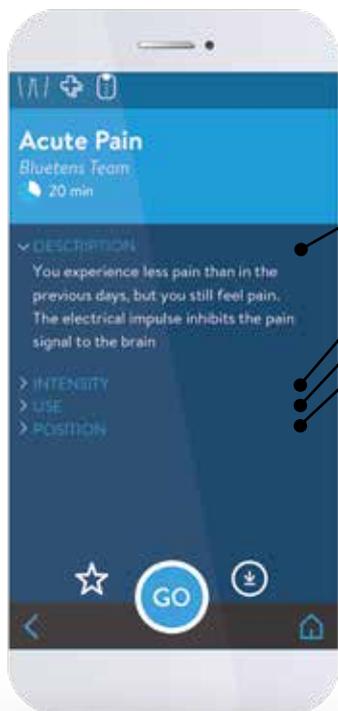
For en avslappende massasje eller for å avspenne stive muskler. Den er også veldig effektiv for å forbedre kvaliteten og hastigheten ved gjenoppretting etter skade

R Toning

For en muskulær treningsøkt.

> Så trykker du «GO»

FÅ TILGANG TIL BEHANDLINGENE



> Trykk på behandlingen for å få info om den.

- Beskrivelse
- Intensivitets tips
- Bruks tips
- Posisjons tips

Alle våre behandlinger er utformet av vårt helseteam som består av sertifiserte Franske massasjefysioterapeuter som praktiserer ved klinikker og private praksiser.

> Trykk «GO» for tips om plassering av elektrodene.

PLASSERING AV ELEKTRODER



> Plasser elektrodene som vist i diagrammet.

Forsikre deg om at du har plassert 3 (eller 6) elektroder på huden, Duo Sport vil ikke virke hvis ikke alle elektroder er tilkoblet.

Forsiktig: Forsikre deg om at Duo Sport er slått av mens du plasserer elektrodene. Slå den på når du får beskjed om det.

Tips: Du finner alle våre tips inne i elektrode posen.

> Så trykker du «GO».



SLÅ PÅ DIN DUO SPORT

> Slå på din Duo Sport ved å trykke på «ON» når det kreves. Duo Sport vil automatisk koble seg opp til din smarttelefon og programmet vil starte etter noen sekunder.

UNDER BEHANDLINGEN

Juster behandlingens intensivitet ved å snu på Duo Sport hjulet eller bruk appen.

Følg våre intensivitets råd for å få best effektivitet.



SOLO MODUS/SPLIT FUNKSJON

Hvis du bruker Duo sport i solo modus og du ønsker å starte et annet program på den andre enheten, klikk på Split-ikonet for å velge et annet program for å kjøre på den andre Duo Sport enheten.

AVSLUTT BEHANDLING

> Hvis du ønsker å stoppe behandlingen trykker du på «Stop» knappen. Du vil da bli sendt til hovedmenyen.

SLUTT PÅ BEHANDLINGEN

> En melding vil komme på slutten av behandlingen. Slå av Bluetens før du kobler av elektrodene. Sett elektrodene på den riktige siden av plastfilmen og lagre dem i posen.

6. Sikkerhetsinstrukser

KONTRAINDIKASJONER

Duo Sport kan ikke brukes av folk som har pacemaker eller epilepsi. Duo Sport anbefales ikke til gravide , folk med brokk eller de som er operert for brokk. Folk som lider av hjertesvakhet må unngå området rundt hjertet. Ikke bruk Duo Sport hvis du har hjerte uregelmessigheter eller hjerte sykdommer.

VIKTIG!!

Bruk ikke Duo Sport i vann eller på fuktige steder (sauna, balneoterapi og tyrkiske bad, osv.) Det er forbudt å plassere elektrodene i sinus carotid regionen (på halsen), på transkraniell regionen (gjennom hodet) eller transhoroxal regionen (gjennom brystkassen). For å gjøre det riktig følger du instruksjonene for plassering av elektrodene, som har blitt sett opp av profesjonelle til områder av kroppen der Duo Sport vil bli mer effektive.

SIKKERHETSREGLER

Bruk ikke Duo Sport inntil en meter fra kortbølge medisinske apparater eller mikrobølge apparater fordi disse kan endre på bølgene som apparatet selv lager. Bruk kun kablene som hører til Duo Sport. Under en behandling må du ikke ta ut elektrode kablene, fordi strømmen er på. Apparatet må være slått av først. Ta aldri av elektrodene når Duo Sport er slått på. Koble aldri elektrode kablene til en ekstern strømkilde. Det kan gi elektrisk støt.

Bruk ikke skadde eller defekte elektrode kabler. Bruk alltid USB kablen gitt til deg av Duo Sport for å lade apparatet. Bruk aldri Duo Sport eller USB kablen hvis den er skadet. Hold Duo Sport og utstyret utilgjengelig for barn. Forhindre at fremmedlegemer (jord, vann, metaller, osv.) fra å komme inn i apparatet. Bruk ikke Duo Sport mens du kjører bil. Lad aldri Duo Sport mens du bruker apparatet; en glidende skive hindrer deg i dette. Er du i tvil om noe, nøl ikke med å kontakte lege.

7. Tekniske karakteristikk

- Kompakt design
- Dobbel funksjon (Bluetens/alenestående)
- Programmet kontrolleres med Bluetooth 4.0 (BLE) kompatible smarttelefoner.
- Kompatibel med Android 4.3 og over, iPhone 4s, iOS8 og over.
- Strømkilden er et oppladbart bygd inn lithium-ion batteri.
- Intensivitets innstillinger på apparatet.
- Medisinsk sertifisert apparat.
- Elektroder og USB kabel inkludert.
- Gjennbrukbare elektroder.
- Vekt: 25 gram • Batteri: 3,7V 400mAh
- Volt: 0-70V (lader en 500Ω)
- Frekvens: 1Hz-1200Hz
- Utgangstrøm: Max 300mA (pic), gjennomsnitt 20mA
- Utgangsspenning: Maks 100V (uten belastning) 65V med belastning.
- Strømkilde: USB
- USB (på lading): 5V 1000mA, 5.0W.
- Impulsform: symmetrisk bifasisk firkantpuls
- Maks motstand: 1500 Ohm
- Slår seg Automatisk av etter hver behandling : Ja.
- Antenneseisikkerhet: 100%
- Klassifisert som type BF 
- CE-forskrifter for medisinsk utstyr (Direktiv 93/42/EEC)  
- ROHS : Apparatet er bygd uten materialer som kan være skadelig for miljøet RoHS. **RoHS**
- Beskyttelse for elektriske sjokk klasse 2 
- Hold apparatet unna hjerte regionen 
- Les brukermanualen 



Informasjon om avfallshåndtering

På slutten av produktets levetid, sørg for å forkaste det på riktig måte, etter de relevante nasjonale reglene. Vi takker deg, på forhånd, for å slippe produktet på et sted for dette formålet for å sikre en trygg deponering i forhold til miljøet.

ANBEFALINGER FOR LAGRING OG TRANSPORT

Temperatur: 10 ° c/45 ° c-Luftfuktighetsnivå: 25%/80%

Duo sport må kun brukes i henhold til de foreslåtte programmene. Bluetens Limited kan ikke holdes ansvarlig for misbruk eller manipulering av Duo sport. Håndter elektroder bare når Duo sport er slått av. Duo sport er en klasse IIA medisinsk enhet sertifisert av TÜV, ikke la den i nærheten av barn. Bluetens Limited erklærer herved at Bluetens er i overensstemmelse med de grunnleggende krav og andre relevante bestemmelser i 1999/5/EC-direktivet og 3/42/EØF direktiv 9. En kopi av erklæringen om samsvar er tilgjengelig på forespørsel til Bluetens Ltd, 2003 20/F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, TST, Hong-Kong eller Bluetens Frankrike, 5 Passage Saint Bernard, 75011 Paris, Frankrike og på www.bluetens.com/doc

8. Kundeservice

Vi svarer på alle etter salgs spørsmål direkte.

Hvis du trenger hjelp etter at du har kjøpt vår Duo Sport hos en selger ønsker vi at du tar kontakt med oss i stede for butikken, kontakt oss direkte å contact@bluetens.com eller besøk www.bluetens.com og finner problemløsning der.

Våre agenter vil gi deg svar innen 24t med en løsning

9. Garanti

Du har 2 års garanti på Duo Sport, forsikringen dekker ikke skader gjort uforsiktighet eller at den ikke er brukt til det den skal, ulykker (støt, ild, væske), modifikasjoner, reparasjoner, missbruk eller normal slitasje. Garantien matriale eller fabrikk feil. Garantien gjelder kun ved kjøp fra en autorisert forhandler av Duo Sport.

GARANTI PERIODEN

Ditt produkt har garanti to år etter kjøps dato, batteriet har seks måneder garanti.

IKKE DEKKET AV GARANTIEN

Elektroder, klip, bag, kabler og tilbehør som er med i boksen er ikke med i denne garantien.

BLUETENS TIL TJENESTE

I tilfelle det er en mangel dekket av garantien, vil Bluetens sende deg et returkort og vil være ansvarlig for reparasjoner eller uskiftinger i enheten din, samt å returnere den til deg.

HVORDAN FÅ HJELP

Du kan nå vår kundeservice når som helst på følgende epost: contact@bluetens.com, en i vårt team vil da starte med å ordne en løsning for ditt spørsmål.

Спасибо!

Мы благодарим Вас за приобретение прибора Duo Sport.

Чтобы извлечь из него максимальную пользу и использовать эффективно, ознакомьтесь с информацией, представленной в настоящем руководстве пользователя.

Для получения дополнительной информации, а также для обратной связи свяжитесь с нами по электронной почте contact us at contact@bluetens.com.



-
- ① Необходимые
 - ② требования
 - ③ Комплект поставки
 - ④ Приложение
 - ⑤ Первое использование
 - ⑥ Техника безопасности Технические
 - ⑦ характеристики
 - ⑧ Сервисная поддержка
 - ⑨ Гарантия

1. Необходимые

Вы можете начать работу с прибором Duo Sport легко и быстро. Вот несколько рекомендаций для безопасного, приятного и эффективного использования прибора.

1. Пожалуйста, внимательно прочитайте инструкции по технике безопасности, а также перечень противопоказаний на стр. 198. **⚠**

2. Ваш смартфон должен соответствовать минимальным техническим требованиям:

iOS : iPhone 4s или выше, iOS 8 или выше

Android : совместимость с Bluetooth 4.0 и Android 4.3 или выше.

3. Вам потребуется установить на Ваш смартфон приложение **Bluetens App**.

Скачайте и установите приложение **Bluetens App**.

Если Вам требуется помощь при установке мобильного приложения, перейдите по ссылке www.bluetens.com/app и следуйте инструкции. Скачайте и установите приложение **Bluetens App**.



iOS

Ищите приложение «Bluetens Get better» в Appstore или отсканируйте этот QR код и установите приложение.



Android

Ищите приложение «Bluetens Get better» на Playstore или отсканируйте этот QR код и установите приложение.



4. Bluetooth должен быть включен.

Нет необходимости вручную синхронизировать Ваш прибор Duo Sport со смартфоном, синхронизация произойдет автоматически после запуска программы. Это означает, что Вам не придется вводить PIN код или менять настройки Bluetooth, Duo Sport - маленький, мощный и очень умный!

Все шаги выполнены? Теперь мы готовы перейти к более серьезным вещам ;)

2. требования

- 1** Duo Sport - это основной блок, включенный в зажим Sport.
- 2** Соединительные кабели входят с одной стороны в зажим Sport, а с другой стороны - в два S (маленьких) электрода. Кабели предоставлены в двух разных размерах (15 и 25 см.)
- 3** Duo Sport заряжается через кабель USB. Во время зарядки кабель должен быть вставлен одним концом в специальный USB переходник или компьютер, другим концом - в микро USB порт прибора Duo Sport.
- 4** Настоящее руководство пользователя позволяет получать ответы по использованию прибора в любое время.
- 5** Duo Sport поставляется с водонепроницаемым чехлом, позволяющим безопасно хранить прибор вместе с кабелями и электродами.
- 6** В путешествиях используйте черный жёсткий защитный пенал.
- 7** Electroды включены в комплект поставки

Совет: для получения дополнительной информации об электродах прочитайте инструкцию, находящуюся в пластиковом пакете.



3. Комплект поставки

- 1 Кнопка ON/OFF:** эта кнопка предназначена для включения и выключения прибора Duo Sport.
- 2 Колесо настройки интенсивности:** позволяет увеличивать или уменьшать интенсивность программы. Для увеличения интенсивности, вращайте Колесо вправо, для уменьшения интенсивности - вращайте рукоятку влево. Интенсивность возрастает последовательно от 1 до 60. Вращение Колесо влево позволит уменьшить интенсивность с 1 до 0.
- 3 Индикаторы интенсивности программы:** первый индикатор загорается при запуске программы. Для всех 15 уровней интенсивности горит голубой индикатор, и Вы увидите:
 - 1 огонек для уровней 0 - 15
 - 2 огонька для уровней 16 - 30
 - 3 огонька для уровней 31 - 45
 - 4 огонька для уровней 46 - 60
- 4 Индикатор зарядки:** Когда заряда прибора Duo Sport осталось 20%, замигает индикатор зарядки. Когда Вы поставите прибор Duo Sport на зарядку, индикатор зарядки перестанет мигать и останется гореть до полной зарядки прибора, при полной зарядке индикатор зарядки потухнет.
- 5 Индикатор включения:** при прикосновении к кнопке ON/OFF загорится зеленый индикатор. При втором прикосновении зеленый индикатор потухнет.
- 6 Слайдер:** из соображений безопасности Вы не сможете заряжать и использовать прибор Duo Sport одновременно. Слайдер находится или в позиции работы, или в позиции зарядки.
- 7 Разъем зажима Sport:** гнездо зажима Sport.
- 8 Разъем микро USB:** гнездо USB кабеля.
- 9 Кнопка перезагрузки:** эта кнопка обнуляет Duo Sport до заводских настроек.



4. ПРИЛОЖЕНИЕ



АВТОМАТИЧЕСКАЯ синхронизация

Прибор Duo Sport автоматически синхронизируется с Вашим смартфоном при запуске программы. Прибор работает в режиме 'Plug and Play', и не нужно производить никаких ручных настроек.



ИЗБРАННОЕ

Получите доступ к Вашим любимым программам с опцией Избранное. На странице описания программы просто нажмите на звездочку для создания записи в меню Избранное.



ЗАГРУЗКА

Вы можете записать программу по Вашему выбору в память прибора Duo Sport и наслаждаться программой без использования смартфона! После единственной загрузки программы, включите Ваш Duo Sport, настройте интенсивность при помощи колеса, и программа начнется.



РАЗДЕЛЕНИЕ

Запускайте разные программы на разных устройствах Duo Sport. Во время работы первой программы, используйте опцию SPLIT и выберите вторую программу.



ПРОПУСТИТЬ

Для программ «Тонус» Вы можете пропустить разминку и фазу восстановления, переходя напрямую к странице описания, щелкая на значок разминки или восстановления.



СОЕДИНИТЬ/ОТКЛЮЧИТЬ

Синхронизируйте или отключайте устройство Duo Sport в настройках приложения. Режим Solo позволяет использовать только один прибор в единицу времени, режим Duo позволяет одновременно использовать два прибора.

5. Первое использование

ЗАПУСТИТЕ ПРИЛОЖЕНИЕ BLUETENS



> Выберите продукт Duo Sport

> Создание аккаунта Duo Sport

Щелкните на «Новый пользователь?» и создайте новый аккаунт. Заполните обязательные поля, прочитайте и примите Термины и условия. После создания аккаунта, Вы получите на электронную почту письмо с ссылкой на активацию. Перейдите по этой ссылке для валидации аккаунта. Вы также можете использовать приложение Duo Sport без создания аккаунта, щелкнув на «зарегистрироваться позднее».

> Во время первого использования будет доступен помощник.

Помощник показывает справку по различным вопросам использования Duo Sport для Вашей безопасности. Пожалуйста, уделите несколько минут, чтобы подробно ознакомиться с ней.

ВЫБОР ПРОГРАММЫ



>Первый шаг состоит в определении участка тела и эффекта, которого Вы хотите добиться.

Доступные участки тела:

Плечевой пояс • Спина • Поясничный отдел • Желудок • Ягодицы • Бедрa • Колени • Икры • Лодыжки • Ступни • Плечи • Грудные мышцы • Руки • Локти • Предплечья • Запястья.

>Поверните регулятор для выбора требуемого участка тела, сделайте то же самое для желаемого эффекта.

⊕ **Лечение**

С физиотерапевтическими целями для усиления эффекта от реабилитации или быстрого снятия болевого синдрома.

♥ **Расслабление**

Расслабление

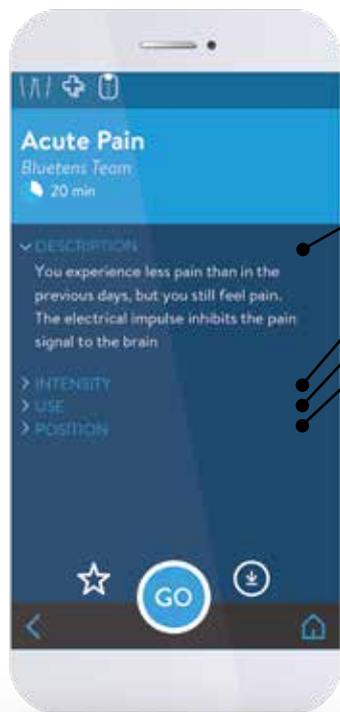
Для расслабляющего массажа или снятия мышечного напряжения, также очень эффективно для улучшения качества и увеличения скорости восстановления.

🏋️ **Тонус**

Для силовых тренировок

> Затем нажмите «Поехали!»

ДОСТУП К СПИСКУ ПРОГРАММ



> Щелкните на программу и получите ее описание:

- Описание
- Рекомендации по интенсивности
- Рекомендации по использованию
- Рекомендации по Принимаемой позиции

Все программы были созданы нашей командой медиков, составлены французскими физиотерапевтами, имеющими государственные дипломы и сертификаты, практикующими в клиниках и ведущих частную практику.

> Нажмите «Поехали!» и получите рекомендации по размещению электродов.

РАСПОЛОЖЕНИЕ ЭЛЕКТРОДОВ



> Расположите электроды так, как показано на рисунке.

Убедитесь, что 3 (или 6) электродов размещено на коже, Duo Sport не будет работать, пока все электроды не подключены.

Предостережение: убедитесь, что Duo Sport выключен во время подключения электродов. Включите прибор по требованию приложения.

Совет: инструкции по использованию электродов расположены в пластиковом пакете.

>Нажмите «Поехали!».



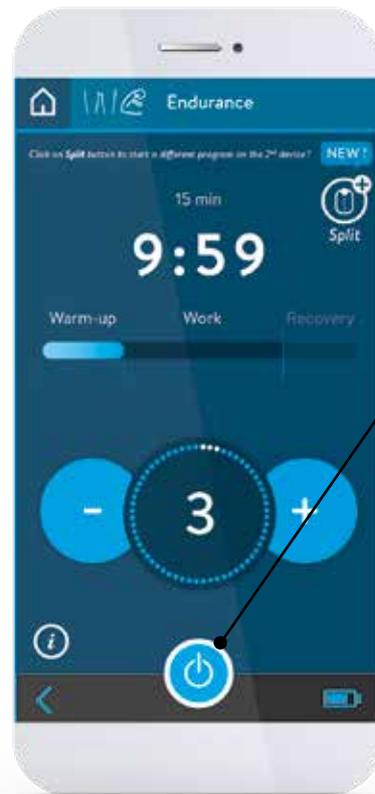
ВКЛЮЧИТЕ ПРИБОР DUO SPORT

> Включите нажатие на кнопку «ON», когда это необходимо. Duo Sport автоматически синхронизируется с Вашим смартфоном, и программа начнется через несколько секунд.

ВО ВРЕМЯ ПРОГРАММЫ

> Настройте интенсивность программы, вращая колесо на приборе или используя приложение.

Для достижения наибольшей эффективности следуйте рекомендациям по интенсивности.



РЕЖИМ SOLO/ФУНКЦИЯ РАЗДЕЛЕНИЯ

> Если Вы используете Duo Sport в режиме Solo и хотите начать другую программу на втором приборе, щелкните на значок РАЗДЕЛИТЬ для выбора второй программы на Вашем втором устройстве Duo Sport.

ПРЕРЫВАНИЕ ПРОГРАММЫ

> Если Вы хотите остановить программу, нажмите на кнопку «Стоп». Вы будете перенаправлены в основное меню.

ЗАВЕРШЕНИЕ ПРОГРАММЫ

> По завершении программы Вы увидите сообщение об этом. Перед отключением электродов выключите Duo Sport. Разместите электроды на подходящей стороне пластиковой пленки и поместите внутрь герметичной упаковки.

6. Техника безопасности

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Использование Duo Sport запрещено людям с кардиостимулятором или страдающим эпилепсией.

Использование Duo Sport не рекомендовано беременным женщинам , людям, страдающим грыжей или послеоперационной грыжей. Люди, страдающие сердечной недостаточностью, должны избегать областей вокруг сердца. Не используйте Duo Sport при аритмиях или заболеваниях сердца.

ВАЖНО!

Не используйте Duo Sport в воде или влажных средах (сауне, бальнеотерапевтической комнате, хамме и т.п.). Запрещается помещать электроды на область синокаротида (в передней части шеи), в транскраниальной области (на голове) и трансторакальной области (на грудной клетке). Для правильного расположения электродов используйте соответствующие рекомендации. Они подготовлены сертифицированными специалистами и соответствуют участкам тела, где действие Duo Sport будет наиболее эффективным.

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Не используйте Duo Sport ближе, чем в радиусе 1 метра от коротковолновых медицинских приборов и микроволнового оборудования, которое может изменить ток, генерируемый устройством. Используйте только оригинальный кабель Bluetens из комплекта поставки. Во время сеанса не отсоединяйте электроды, т.к. они находятся под напряжением. Сначала выключите прибор. Никогда не отсоединяйте электроды, когда Duo Sport включен. Никогда не подсоединяйте кабель электрода к внешнему источнику энергии, т.к. есть возможность поражения электрическим током. Не используйте дефективные или поврежденные кабели. Для зарядки прибора используйте оригинальный Bluetens USB кабель, поставляемый в комплекте.

Никогда не используйте поврежденный Duo Sport или USB кабель. Храните Duo Sport и его аксессуары в местах, недоступных для детей. Защитите прибор от попадания в него сторонних загрязнений (песок, вода, металл и пр.). Не используйте Duo Sport во время управления автомобилем.

Никогда не заряжайте Duo Sport во время использования. Специальный слайдер предотвращает одновременную зарядку и использование прибора. В случае возникновения вопросов, проконсультируйтесь с врачом.

7. Технические характеристики

- Компактный дизайн
- Режим двойного функционирования (Bluetooth/ автономный)
- Контроль программ с использованием Bluetooth 4.0 (BLE) совместимого смартфона
- Совместим с Android 4.3и выше, iPhone 4s, iOS8и выше
- Оснащен встроенной перезаряжаемой литий-ионной батареей
- Настройка интенсивности на устройстве
- Прибор имеет медицинский сертификат
- Электроды и кабель USB входят в комплект поставки
- Многоцветные электроды включены в комплект поставки
- Вес: 25 грамм
- Батарея : 3.7V 400mAH
- Напряжение : 0-70V (зарядка при 500Ω)
- Частота : 1Hz-120Hz
- Выходной ток : Максимум 120mA (рис.),
- в среднем 20 mA
- Выходное напряжение : Максимум 100 V (без

- нагрузки), 65V под нагрузкой
- Источник тока : USB
- Тип импульса : симметричный бифазный прямоугольный импульс
- Максимальное сопротивление : 1500 Ohm
- Автоматическое выключение после завершения каждой программы : да
- Защита от возгорания : 100%
- Классифицировано по типу BF 
- Регулирование CE относительно медицинских приборов (Директива 93/42/ЕЕС)  0123
- ROHS : прибор изготовлен из материалов, не наносящих вред окружающей среде **RoHS**
- Защита от поражения электрическим током по 2 классу 
- Прибор для непосредственного контакта с телом пациента, за исключением области вокруг сердца. 
- Внимательно прочитайте руководство пользователя 



Информация по утилизации отходов

При окончании срока полезного использования устройства, убедитесь, что оно утилизировано в соответствии с местными правилами по утилизации. Мы заранее благодарим Вас за то, что Вы утилизировали прибор в специально предназначенном для этого месте, уделяя особое внимание защите окружающей среды.

РЕКОМЕНДАЦИИ (хранение и транспортировка)

Температура: 10°C / 45°C - Уровень влажности : 25% / 80%

Duo Sport должен быть использован исключительно в соответствии в предложенными программами. Bluetens Limited не несет ответственности за неправильное использование или применение Duo Sport. Работайте с электродами только при выключенном приборе Duo Sport. Duo Sport является медицинским прибором класса IIA, сертифицированным TÜV, не оставляйте прибор с маленькими детьми без присмотра. Настоящим Bluetens limited заявляет, что Bluetens соответствует всем необходимым требованиям и другим положениям директивы 1999/5/ЕС и директивы 9 3/42/ЕЕС. Копию декларации о соответствии Вы можете получить по запросу в Bluetens Ltd, 2003 20/F Башня 5, Китай, Гонконг, 33 улица Кантон, TST, Гонконг или Bluetens Франция, 5 проезд Сан-Бернар, 75011 Париж, Франция или на сайте www.bluetens.com/doc

8. Сервисная поддержка

Мы напрямую решаем все постпродажные вопросы.

Если после покупки прибора Duo Sport вам необходима консультация нашего дистрибьютора, не возвращайте продукт в магазин, а свяжитесь, пожалуйста, с нами по адресу электронной почты contact@bluetens.com или посетите страницу, посвященную решению возникающих проблем, на сайте www.bluetens.com.
Наши сотрудники свяжутся с Вами в течение 24 часов и предложат быстрое решение.

9. Гарантия

Гарантийный период использования Duo Sport составляет 2 года. Гарантия не покрывает повреждения, вызванные неправильным обращением или использованием прибора, несоответствующим документации, несчастными случаями (удар, пожар, потоп), модификациями, ремонтом, неправильным использованием или естественным износом. Данная гарантия покрывает дефекты материалов или производственные дефекты. Данная гарантия распространяется исключительно на продукты, приобретенные непосредственно у Bluetens или ее авторизованных дилеров.

ГАРАНТИЙНЫЙ ПЕРИОД

Период гарантии на прибор составляет 2 года с момента покупки. Период гарантии на батарею составляет 6 месяцев с момента покупки.

ГАРАНТИЕЙ НЕ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ НА

Электроды, зажимы, футляр, кабели и аксессуары, включенные в комплект поставки.

BLUETENS ВСЕГДА К ВАШИМ УСЛУГАМ

В случае обнаружения дефекта, покрываемого условиями гарантии, команда Bluetens направит Вам бланк возврата и возьмет на себя ответственность за ремонт или замену Вашего прибора, а также его возврат Вам.

КАК ПОЛУЧИТЬ КЛИЕНТСКУЮ ПОДДЕРЖКУ?

Получить клиентскую поддержку Вы можете в любое время по адресу электронной почты: contact@bluetens.com. Член нашей команды поможет подобрать решение возникшей у Вас проблемы.

شكرا!

نشكرك على شراء جهاز Duo Sport. لتتحقيق أقصى استفادة منه، ستجد جميع المعلومات ذات الصلة متضمنة في دليل المستخدم هنا. للحصول على أي معلومات إضافية أو لمجرد تقديم ملاحظاتك لنا، يمكنك الاتصال بنا على



الشروط المسبقة

محتوى الصندوق

جهاز Duo Sport

تطبيق الجهاز المحمول

أول استخدام

تعليمات الأمان

الخصائص التقنية

خدمة الزبائن

الضمان

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9

1. الشروط المسبقة

البدء مع Duo Sport أمر سهل، إليك بعض النصائح التي تمكنك من الاستفادة منه بسرعة وأمان قدر الإمكان.

1. يرجى قراءة تعليمات السلامة وكذلك مواضع الاستعمال في الصفحة 212. ⚠️
2. يجب أن يدعم هاتفك الذكي الحد الأدنى من متطلبات النظام :

iPhone: iOS ٤ أو أعلى ، iOS ٨ أو أعلى

Android: متوافق مع Bluetooth ٤,٠ وبنظام Android ٣,٣ أو أعلى

3. ستحتاج إلى تثبيت تطبيق Bluetens على هاتفك الذكي.

قم بتنزيل وتثبيت تطبيق Bluetens.

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة لتثبيت التطبيق، فانقل إلى www.bluetens.com/app واتبع الخطوات.

قم بتنزيل وتثبيت تطبيق Bluetens



ابحث عن تطبيق «Bluetens Get better» على Appstore أو افحص رمز QR وقم بتثبيت التطبيق.



ابحث عن تطبيق «Bluetens Get better» على Playstore أو امسح رمز QR وقم بتثبيت التطبيق.



4. يجب أن يكون البلوتوث في هاتفك الذكي قيد التشغيل.

ليس من الضروري إقران Duo Sport يدويًا، إذ سيتصل بهاتفك الذكي تلقائيًا أثناء إطلاق البرنامج. هذا يعني أنك لن تحتاج إلى ملء رمز PIN أو تغيير إعدادات البلوتوث. Duo Sport صغير وقوي وذكي أيضًا!

هل تم التحقق من جميع الخطوات؟ إذا نحن الآن على استعداد للذهاب إلى أشياء أكثر جديّة !

2. محتوى الصندوق

- 1 Duo Sport هي الوحدة الرئيسية التي يتم إدخالها في مشبك Sport.
- 2 يتم توصيل كابلات Snap إلى مشبك Sport على أحد الجوانب، وإلى الإلكترودين S (الصغيرين) على الجانب الآخر. يتم توفير اثنين من أحجام الكابلات (15 و 25 سم).
- 3 يجب إعادة شحن Duo Sport عبر كابل USB. أثناء الشحن، يجب توصيل الكبل من أحد جوانبه بشاحن USB أو بالكمبيوتر، ومن الجانب الآخر في منفذ Micro USB الخاص بـ Duo Sport.
- 4 سيسمح لك دليل المستخدم هذا بالتعرف على Duo Sport بسرعة.
- 5 يتم تسليم Duo sport مع حقيبة، مما يسمح لك بحمله بأمان، جنبًا إلى جنب مع الكابلات والإلكتروتودات، بعيدًا عن أي سائل.
- 6 بالنسبة للسفر، استخدم الصندوق الصلب الواقي الأسود.
- 7 يتم تضمين الإلكتروتودات في علبة الجهاز.

نصيحة: لمزيد من التفاصيل حول الإلكتروتودات، اقرأ الإرشادات الموجودة في الكيس البلاستيكي.



3. جهاز Duo Sport



1 زر تشغيل / إيقاف: يتيح لك هذا الزر تشغيل Duo Sport وإيقافه.

2 مقبض ضبط الشدة: يسمح لك بزيادة أو تقليل شدة البرنامج. لزيادة الشدة أدر المفتاح إلى اليمين ، ولتقليلها أدر المفتاح إلى اليسار. تزداد الشدة بزيادات بمقدار 1 حتى الوصول للمستوى 60. تؤدي إدارة المقبض إلى اليسار إلى تقليل الشدة من 1 إلى المستوى الأدنى 0.

3 مؤشرات شدة البرنامج: يضيء المؤشر الأول عند إطلاق برنامج. لجميع مستويات الشدة الـ 15 ، سيضيء مؤشر أزرق ، لذلك سترى:

- ضوء واحد من المستوى 0 إلى 15
- ضوءان من المستوى 16 إلى 30
- ثلاثة أضواء من المستوى 31 إلى 45
- أربعة أضواء من المستوى 46 إلى 60

قابس سلك كهربائي



4 مؤشر الشحن: عندما يكون في جهاز Duo Sport أقل من 20% من طاقة البطارية ، فإن ضوء الشحن سيومض. عند شحن Duo Sport يتوقف مؤشر الشحن عن الوميض ويظل ثابتاً حتى يتم إعادة شحن البطارية بالكامل، ثم ينطفئ المؤشر.

5 مؤشر التشغيل: بمجرد لمس زر التشغيل / إيقاف ، يتحول الضوء إلى اللون الأخضر. ضغطاً ثلثية وسينطفئ الضوء.

6 المنزلق: لأسباب تتعلق بالسلامة ، لا يمكنك إعادة شحن واستخدام Duo Sport في نفس الوقت. المنزلق لاختيار إما وضع الشحن أو وضع الاستخدام.

7 منفذ مشبك Sport: مدخل مشبك Sport.

8 منفذ Micro USB: مدخل كابل USB.

9 زر إعادة الضبط: سيعيد هذا الزر Duo Sport إلى إعدادات المصنع

لشحن Duo Sport:



1. أفضل جهاز Duo Sport عن الإلكترود الرئيسي
2. أزل الجهاز من المشبك
3. ادفع المنزلق إلى اليمين وصل الجهاز بكابل USB لشحن الجهاز

4. تطبيق الجهاز المحمول



الاتزان التلقائي

سيقوم Duo Sport بإقران هاتفك الذكي تلقائيًا عند تشغيل البرنامج. فهو يعمل بتقنية "التوصيل والتشغيل"، ولا يوجد تدخل يدوي ضروري.



للمفضلة

احصل على وصول سريع إلى البرامج المفضلة لديك باستخدام خيار المفضلة. في صفحة وصف البرنامج ، انقر فوق رمز النجمة لإنشاء اختصار في قائمة «المفضلة».



لتحميل

يمكنك نقل البرنامج الذي تختاره إلى ذاكرة Duo Sport والاستمتاع به دون استخدام هاتفك الذكي! بمجرد تنزيل البرنامج ، قم بتشغيل Duo Sport ، و قم بتحريك عجلة الشدة وسيبدأ البرنامج.



تعدد البرامج

قم بتشغيل برنامج مختلف على كل جهاز Duo Sport لديك. بمجرد تشغيل البرنامج الأول ، استخدم خيار SPLIT وحدد البرنامج الثاني.



لتخطي

بالنسبة إلى برامج «القوة» ، يمكنك الآن تخطي مرحلة الإحماء والراحة مباشرة في صفحة الوصف عن طريق النقر على رمز الإحماء أو الراحة.



الربط / إلغاء الربط

قم بربط أو إلغاء ربط Duo Sport في إعدادات التطبيق. يمكنك وضع SOLO من استخدام جهاز واحد في كل مرة بينما يقوم وضع DUO بالتزامن مع جهازين اثنين.

5. أول استخدام

تشغيل تطبيق BLUETENS

< اختر منتج Duo Sport >

< إنشاء حساب Duo Sport .>

اضغط على «مستخدم جديد؟» وأنشئ حسابك. املاً الحقوق الإلزامية واقراً وأقبل الشروط والأحكام. بمجرد إنشاء حسابك ستلقى رسالة بريد إلكتروني تحتوي على رابط تنشيط. انقر فوق هذا الرابط للتحقق من صحة حسابك. يمكنك أيضاً استخدام تطبيق Duo Sport دون إنشاء حساب بالنقر فوق «التسجيل لاحقاً».

عند استخدامك الأول للتطبيق، سيتم عرض برنامج تعليمي. يرشدك البرنامج التعليمي إلى مراحل مختلفة من آلية عمل Duo Sport لضمان الاستخدام الآمن، يرجى أخذ بضع دقائق لقراءته بعناية.



اختيار البرنامج

< تتمثل الخطوة الأولى في تحديد المنطقة والإجراء الذي تبحث عنه.

مناطق الجسم المتاحة هي:

الظهر العلوي • الظهر • الظهر السفلي • البطن • الأرداف • الفخذ • الركبة • الربلة • الكاحل • القدم • الكتف • الصدر • الذراع العلوي • الكوع • الساعد • المعصم.

< قم بتدوير العجلة لتحديد منطقة الجسم المطلوبة، ثم قم بالمثل لتحديد الإجراء المطلوب.

الشفاء 🏥

للحصول على تأثيرات العلاج الطبيعي التي تهدف إلى تدعيم إجراءات إعادة التأهيل أو السماح لحدوث تأثير مسكن سريع.

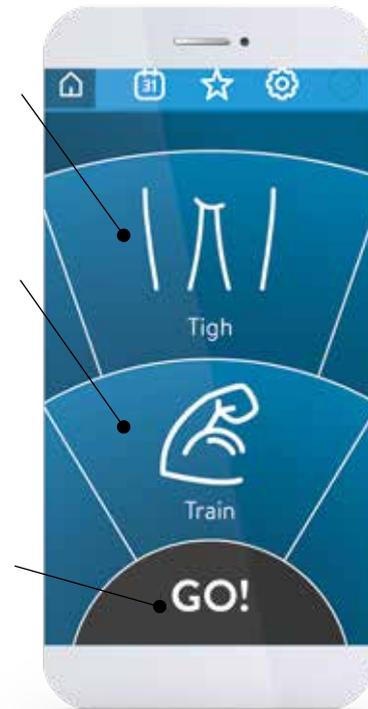
الاسترخاء ❤️

للحصول على تدليك استرخائي أو لتخفيف توتر العضلات. فعالة جداً أيضاً في تحسين جودة وسرعة مرحلة الراحة.

القوة 🏋️

لجلسة تدريب عضلات.

< ثم اضغط على «GO».



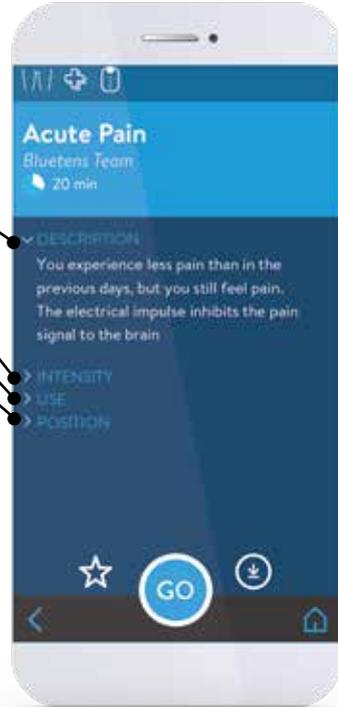
قائمة البرامج

نقر على البرنامج وادخل إلى الوصف الخاص به:

- الوصف
- نصائح الشدة
- نصائح الاستخدام
- نصائح الوضعية

تم إنشاء جميع البرامج من قبل فريقنا الطبي المؤلف من قبل اختصاصيي العلاج الطبيعي الفرنسيين ، وجميعهم معتمدون من الدولة ، وممارسون مهنتهم في العيادات وفي مكاتبهم الخاصة.

< اضغط على «GO» واذهب إلى قسم نصائح تركيب الإلكترود.



تركيب الإلكترود

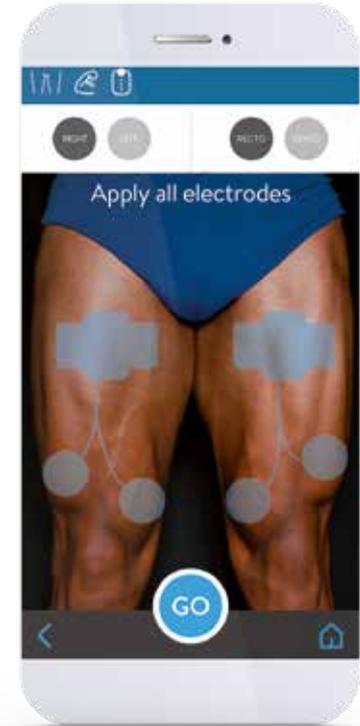
< ضع الإلكترودات كما هو موضح في الرسم.

تأكد من وضع الالكترودات الثلاثة (أو الستة) على بشرتك. لن يعمل Duo Sport ما لم تكن جميع الالكترودات متصلة.

تحذير: تأكد من إيقاف Duo Sport أثناء وضع الإلكترودات. قم بتشغيله عندما يطلب منك التطبيق ذلك.

نصيحة: ابحث عن تعليمات استخدام الإلكترودات في الكيس البلاستيكي.

< ثم اضغط على «GO».

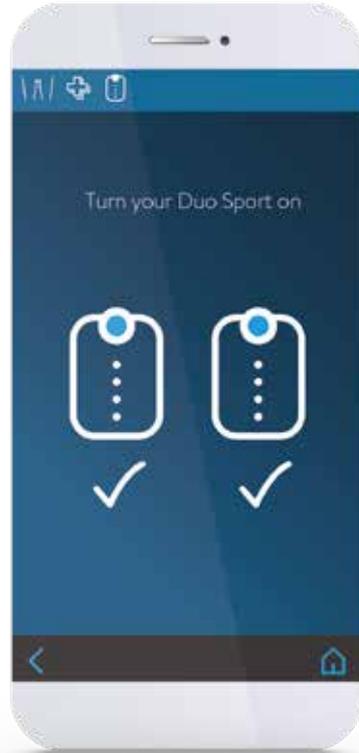


تشغيل جهاز DUO SPORT

<شغل جهاز Duo Sport بالضغط على «ON» عندما يطلب منك ذلك.
سيقوم Duo Sport تلقائيًا بالاتصال بهاتفك الذي وسيبدأ البرنامج بعد بضع ثوانٍ.

خلال البرنامج اضبط شدة

<البرنامج من خلال تحريك المقود على جهاز Duo Sport أو باستخدام التطبيق.
لتحقيق قدر أكبر من الفعالية ، اتبع نصائح الشدة الخاصة بنا.



وضع SOLO / وظيفة SPLIT

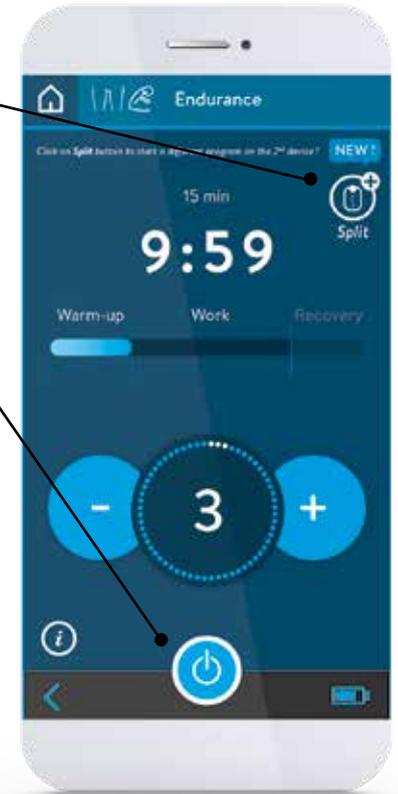
< إذا كنت تستخدم Duo Sport في وضع SOLO وترغب في بدء تشغيل برنامج مختلف على الجهاز الثاني ، انقر فوق رمز SPLIT لتحديد برنامج ثانٍ لتشغيله على جهاز Duo Sport الثاني.

إيقاف البرنامج

<إذا كنت تريد إيقاف البرنامج ، فاضغط على زر «إيقاف». ستم إعادة توجيهك إلى القائمة الرئيسية.

جم ان ربل اة يهن

< ستشير رسالة إلى نهاية البرنامج.
قم بإيقاف تشغيل Duo Sport قبل إزالة الإلكترودات.
أعد وضع الإلكترودات على الجانب المناسب للفيلم البلاستيكي وقم بتخزينها داخل الكيس المختوم.



6. تعليمات الأمان

7. الخصائص التقنية

موانع الاستخدام

يحظر استخدام Duo Sport عند الأشخاص الذين يعانون منظم القلب أو المرضى بالصرع. كما لا ينصح باستخدام Duo Sport للنساء الحوامل (⚠️) والأشخاص الذين يعانون من الفتح أو الفتق الجراحي. يجب على الناس الذين يعانون من ضعف القلب تجنب المناطق المحيطة بالقلب. لا تستخدم Duo Sport إذا كان لديك مشاكل أو أمراض في القلب

⚠️ الأمر مهم جداً!

لا تستخدم Duo Sport في الماء أو في البيئات الرطبة (الساونا أو العلاج بالمياه المعدنية أو الحمام التقليدي ، إلخ). يحظر وضع الإلكترودات على منطقة الجيب السباتي (في مقدمة الرقبة) ، أو على المنطقة عبر الجمجمة (من خلال الرأس) أو على المنطقة عبر الصدرية (من خلال القفص الصدري). لتفادي الغلط، يرجى اتباع نصائح وضع الإلكترودات التي قد تم إعدادها من قبل المتخصصين في مجال الصحة والمتوافقة مع مناطق الجسم، حيث سيكون Duo Sport وقتها أكثر فعالية.

احتياطات السلامة

لا تستخدم Duo Sport على بعد متر من الأجهزة الطبية التي تعمل على الموجات القصيرة أو المعدات العاملة على الموجات الدقيقة ، والتي يمكن أن تعطل التيار الناتج عن الجهاز. استخدم فقط الكبل المقدم من قبل Bluetens. أثناء الجلسات لا تفصل كابل الإلكترود، وذلك بسبب كون الجهاز مشغلاً وتجرى الطاقة فيه. يجب إيقاف تشغيل الجهاز أولاً. لا تخلع الإلكترودات أبداً عند تشغيل Duo Sport. لا تقم أبداً بتوصيل كابل الإلكترود بمصدر طاقة خارجي. يمكن أن يسبب هذا الفعل صدمة كهربائية. لا تستخدم أي كابل إلكترود تالف أو معيب. استخدم دوماً كابل USB الذي توفره Bluetens لشحن الجهاز.

لا تستخدم Duo Sport أو كابل USB أبداً في حالة التلف. حافظ على Duo Sport وملحقاتها بعيداً عن متناول الأطفال. امنع أي مادة غريبة (الترية والماء، والمعادن وغيرها) من دخول الجهاز. لا تستخدم Duo Sport أثناء القيادة. لا تقم بإعادة شحن Duo Sport أثناء استخدامه. لتوفير حماية إضافية، يمنع المزلقي من الجمع بين الشحن والاستخدام. في حالة الشك ، لا تتردد في استشارة الطبيب.

- الجهد الخارج: الحد الأقصى 100V (دون تحميل) ، 65V مع الحمل
- إمداد الطاقة: USB
- شكل النبضة الكهربائية: نبضة مربعة ثنائية الطور متعاقبة
- أقصى مقاومة: 1500 أوم
- إيقاف تلقائي بعد كل برنامج: نعم
- سلامة الاشتعال: 100 %
- صنف كنوع BF (⚠️)
- متوافق مع لوائح المجلس الأوروبي فيما يتعلق بالأجهزة الطبية (التوجيه) EEC / 93/42 (CE 0123)
- ROHS: الأجهزة مبنية بدون مواد يمكن أن يكون لها تأثير ضار على البيئة **RoHS**
- الحماية ضد الصدمات الكهربائية من الدرجة الثانية (⚠️)
- جهاز على اتصال مع المريض مع استبعاد منطقة القلب (⚠️)
- اقرأ دليل المستخدم بعناية ⚠️
- البطارية: 3.7V 400mAh
- الجهد: 0-70V (شحن بمقاومة 500 أوم)
- التردد: 1Hz - 120Hz
- التيار الخارج: الحد الأقصى (120mA pic)، متوسط 20mA
- تصميم مدمج
- وضع وظيفة مزدوجة (بلوتوث / مستقل)
- التحكم في البرنامج عن طريق بلوتوث 4.0 (BLE) متوافق مع الهواتف الذكية
- متوافق مع أندرويد 4.3 وما فوق ، iPhone 4S وما فوق ، iOS
- وما فوق
- مزود بطارية ليثيوم أيون مدمجة قابلة للشحن
- إمكانية تعديل الشدة على الجهاز
- جهاز معتمد طبياً
- مرفق بالإلكترودات وكابل USB
- متضمن الإلكترودات قابلة لإعادة الاستخدام
- الوزن: 25 جرام



معلومات عن إدارة النفايات

في نهاية عمر المنتج ، تأكد من التخلص منه بشكل صحيح باتباع القواعد الوطنية ذات الصلة. نشكركم مقدماً على التخلص من المنتج من المكان مخصص لهذا الغرض للحفاظ على البيئة.

التوصيات (التخزين والنقل)

درجة الحرارة: 10 - 45 درجة مئوية - مستوى الرطوبة: 25 - 80 %

يجب استخدام Duo Sport فقط وفقاً للبرامج المقترحة. لا يمكن اعتبار Bluetens Ltd مسؤولة عن أي سوء استخدام أو تلاعب في Duo Sport. قم بالتعامل مع الإلكترودات فقط عند إيقاف تشغيل Duo Sport. Duo Sport هو جهاز طبي من الفئة IIA معتمد من TÜV. لا تتركه بالقرب من الأطفال. موجه هذا ، تعلن شركة Bluetens المحدودة أن Bluetens يمثل للمتطلبات الأساسية والأحكام الأخرى ذات الصلة من التوجيه 1999/5 / EC وتوجيهه 9 / 3/42. تتوفر نسخة من إعلان المطابقة عند الطلب إلى Bluetens Ltd, 2003 20 / F Tower 5, China Hong Kong City, Saint Bernard, 75011 Paris, France and 33 Canton Road, TST, Hong-Kong or Bluetens France, 5 Passage bluetens.com/doc

8. خدمة الزبائن

نحن نتابع جميع أسئلة ما بعد البيع مباشرة.

إذا كنت بحاجة إلى المساعدة بعد شراء Duo Sport من أحد موزعينا ، فلا تقم بإعادة المنتج إلى المتجر، عوضاً عن ذلك يرجى الاتصال

بنا مباشرة على contact@bluetens.com أو زيارة صفحة استكشاف الأخطاء وإصلاحها على www.bluetens.com وسيقوم موظفونا بالرد عليك في غضون 24 ساعة بحل سريع لمشكلتك.

9. الضمان

يأتي Duo Sport مع ضمان لمدة عامين ، ولا يغطي هذا الضمان الأضرار الناجمة عن سوء العناية أو الاستخدام غير السليم غير المتوافقين مع الوثائق ذات الصلة ، أو الحوادث (الصددمات ، النار ، السوائل) ، أو الكاتيونات المعدلة ، أو الصيانة ، أو سوء الاستخدام أو البلى العادي. يغطي هذا الضمان عيوب المواد أو التصنيع، كما يغطي هذا الضمان المنتجات التي يتم شراؤها مباشرةً من Bluetens أو من موزعي الشركة المعتمدين فقط.

فترة الضمان

المنتج الخاص بك مضمون عامين من تاريخ الشراء ، أما البطارية مضمونة لمدة ستة أشهر.

أموار لا يغطيها الضمان

الالكترودات، المشبك ، الحقيبة ، وكذلك الكابلات والملحقات المتضمنة في العلبة لا تستفيد من هذا الضمان.

BLUETENS في خدمتك

في حالة وجود خلل مشمول بالضمان ، سيرسل لك فريق Bluetens قسيمة استرداد وستكون Bluetens مسؤولة عن إصلاح أو استبدال جهازك بالإضافة إلى عودته إليك.

كيف تحصل على دعم العملاء؟

يمكنك الوصول إلى خدمة العملاء لدينا في أي وقت على العنوان التالي:
contact@bluetens.com ، سيتم تخصيص أحد أعضاء فريقنا لمتابعة طلبك.

תודה !

אנו מודים לך על רכישת מכשיר Duo Sport .

Duo Sport הוא מכשיר רפואי, על מנת להפיק ממנו את הטוב ביותר, תוכלו למצוא את כל המידע הרלוונטי במדריך למשתמש זה.

לקבלת מידע נוסף או בכדי לתת לנו את המשוב שלך, תוכל לפנות אלינו בכתובת: contact@bluetens.com.



- 1 תנאים מוקדמים
- 2 תכולת קופסא
- 3 ה - Duo Sport
- 4 היישום
- 5 שימוש ראשון
- 6 הוראות בטיחות
- 7 מאפיינים טכניים
- 8 שירות לקוחות
- 9 אחריות

1. תנאים מוקדמים

תחילת העבודה עם Duo Sport הוא קל, להלן מספר הוראות בכדי שתוכל להינות ממנו במהירות ובביטחה ככל האפשר.

1. אנא קרא את הוראות הבטיחות וכן את התוויות המניעה בעמוד .
2. הטלפון החכם שלך צריך לתמוך בדרישות המערכת המינימליות: מערכת הפעלה:

iPhone 4s או יותר, iOS 8 או יותר
אנדרואיד: Bluetooth 4.0 ואנדרואיד 4.3 ומעלה

3. יהיה עליך להתקין את היישום Bluetens בטלפון החכם. הורד והתקן את היישום Bluetens. אם הנך זקוק לעזרה בהתקנת יישום בטלפון החכם, אנא עבור לכתובת: www.bluetens.com/app וקוב אחר השלבים. הורד והתקן את יישום Bluetens



חפש את היישום «Bluetens Get better» ב - Appstore או סרוק את קוד QR והתקן את היישום.



אנדרואיד: חפש את היישום «Bluetens Get better» ב - Playstore או סרוק את קוד QR והתקן את היישום.

4. הבלוטוס (Bluetooth), חייב להיות מופעל (ON).

אין צורך להתאים את ה- Duo Sport שלך באופן ידני, הטלפון החכם שלך יתחבר באופן אוטומטי ברגע שתפעיל את התוכנית.

זה אומר שלא תצטרך למלא קוד PIN או לשנות את הגדרות הבלוטוס (Duo Sport, Bluetooth) הוא קטן, חזק וגם חכם! האם כל השלבים מאומתים? אז כעת אנו מוכנים להמשיך עם דברים רציניים יותר!

2. תכולת קופסא

- 1 Duo Sport היא היחידה המרכזית המונסרת ל Sport clip.
 - 2 כבלי הצמד מתחברים אל Sport clip בצד אחד ולשני האלקטרודות (S - קטן) הקטנות בצד השני. שני גדלים של כבלים מסופקים (15, 25 ס"מ)
 - 3 Duo Sport חייב להיטען באמצעות כבל USB. בזמן הטעינה, הכבל חייב להיות מחובר בצד אחד, לתוך טעינת ה-USB או המחשב, ובצד השני לתוך יציאת מיקרו USB של Duo Sport.
 - 4 מדריך למשתמש זה יאפשר לך להכיר את Duo Sport שלך תוך זמן קצר.
 - 5 Duo Sport נשלח עם תיק המאפשר לך לשאת אותו בביטחה, יחד עם הכבלים והאלקטרודות שלו, הרחק מכל נוזל.
 - 6 לנסיעות, השתמש בתיק הקשיח השחור שיגן עליו.
 - 7 אלקטרודות כלולות בקופסא
- עצה: לפרטים נוספים על האלקטרודות שלך, קרא את ההוראות הנמצאות בשקית הפלסטיק.



3. Duo Sport - ה



1 ON/OFF לחצן הפעלה / כיבוי: לחצן זה מאפשר לך להפעיל ולכבות את Duo Sport.

2 כפתור לכוונן עוצמה: מאפשר לך להגדיל או להקטין את עוצמת התוכנית. כדי להגביר את העוצמה, סובב את הכפתור ימינה, וכדי להקטין את העוצמה סובב את הכפתור שמאלה. העוצמה גדלה במרווחים של 1 עד לרמה של 60. סיבוב הכפתור שמאלה יקטין את העוצמה מ 1 עד לרמה המינימלית של 0.

3 תכנית עוצמת המחוננים: המחונן הראשון מאיר כאשר תוכנית מופעלת. עבור כל 15 רמות העוצמה, מחונן כחול יידלק, כך שתראה:

- אור 1 - רמה 0 עד 15
- 2 אורות - רמה 16 עד 30
- 3 אורות - רמה 31 עד 45
- 4 אורות - רמה 46 עד 60

4 מחונן טעינה: כאשר נותר בסוללת Duo Sport פחות מ 20%, נורת הטעינה תהבהב. בעת טעינה ה-Duo Sport, מחונן הטעינה יפסיק להבהב וישאר קבוע עד שהסוללה טעונה במלואה וזא תכבה.

5 מחונן ההפעלה: בלחיצה פשוטה על לחצן ON / OFF, האור ייהפך לירוק. לחיצה שנייה והאור יכבה.

6 מחונן שניתן להזיז על פני סולם ערכים: מטעמי בטיחות, לא ניתן להטעין את ה Duo Sport ולהשתמש בו במקביל, גרור את המחונן למצב טעינה או למצב שימוש.

7 תקע Sport clip: כניסת Sport clip.

8 תקע Micro USB: כניסת כבל USB.

9 לחצן איפוס: לחצן זה ייחזר את הגדרות היצרן של Duo Sport.



להטעין את ה Duo Sport:

1. שחרר את Duo sport מהאלקטרודה המרכזית.
2. הסר את ההתקן מהקליפ.
3. דחוף את המחונן ימינה וחבר את הכבל USB להטעין את המכשיר.

4. היישום



שיוך אוטומטי

Duo Sport יהיה מתואם עם הטלפון החכם שלך באופן אוטומטי בעת הפעלת התוכנית. בשיטת 'הכנס הפעל', אין צורך בהתערבות ידנית.



צפייה

קבל גישה מהירה לתוכניות המועדפות עליך באפשרות - המועדפים. בדף תיאור התוכנית, לחץ על סמל הכוכב כדי ליצור קיצור דרך בהפריט «מועדפים».



DOWNLOAD

אתה יכול להעביר את התוכנית על פי בחירתך לזיכרון של Duo Sport וליהנות ממנו ללא שימוש בטלפון החכם שלך!

לאחר שהורדת את התוכנית, הפעל את ה-Duo Sport שלך, החלק את גלגל העוצמה והתוכנה תתחיל.



פיצול

הפעל תוכנית אחרת בכל Duo Sport. לאחר הפעלת התוכנית הראשונה, השתמש באפשרות SPLIT (פיצול) ובחר באפשרות השנייה.



דילוג

עבור תוכניות «Tone» (טונוס), באפשרותך כעת לדלג על שלב החימום וההחאוששות ישירות לדף התיאור על ידי לחיצה על סמל חימום או שחזור.



קישור / ביטול קישור

קשר או בטל קישור של ה Duo Sport שלך בהגדרות היישום. מצב Solo (יחיד) מאפשר לך להשתמש במכשיר אחד בכל פעם, בעוד מצב Duo (צמד) מסנכרן את שני המכשירים שלך.

5. שימוש ראשון

הפעל את יישום BLUETENS

< בחר את המוצר Duo Sport <

< יצירת חשבון Duo Sport .

לחץ על «משתמש חדש» וצור את החשבון שלך. מלא את שדות החובה, קרא וקבל את התנאים וההגבלות. לאחר שיצרת את החשבון שלך, תקבל הודעת דוא"ל עם קישור הפעלה. לחץ על קישור זה כדי לאמת את חשבונך. אתה יכול גם להשתמש ביישום Duo Sport מבלי ליצור חשבון על ידי לחיצה על «הרשמה מאוחר יותר».

בשימוש הראשון שלך, תוצג הדרכה. הדרכה בוחרת את



בחירת תוכנית

< < הצעד הראשון מורכב מהגדרת האזור והפעולה שאתם מחפשים.

אזורי גוף זמינים הם:

גב עליון · גב · גב תחתון · בטן · ישבן · ירך · ברך · שוק · קרסול · רגל · כתף · חזה · זרוע עליון · מרפק · אמה · פרק כף יד.

< סובב את הגלגל כדי לבחור את אזור הגוף הרצוי, ולאחר מכן בצע את אותו הדבר לפעולה הרצויה.

ריפוי

לקבלת טיפול פיזיותרפי, במטרה להגביר את השיקום או לאפשר אפקט הקלה מהירה בכאב.

הרפייה

עבור עיסוי מרגיע או להקל על מתח שרירים, גם יעיל ביותר לשיפור איכות ומהירות ההתאוששות.

Tone (טונוס)

עבור אימון הפעלה שרירים.

< לאחר מכן לחץ על «GO» (צא).



רשימת תוכניות גישה

< לחץ על התוכנית וגש לתיאור שלה

• תיאור

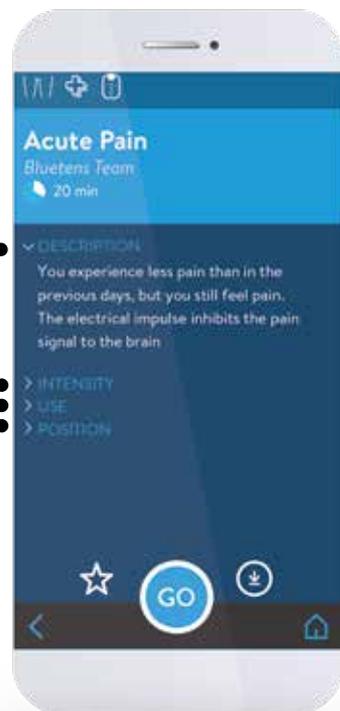
• הוראות העצמה

• הוראות שימוש

• הוראות מיקום

כל התוכניות נוצרו על ידי הצוות הרפואי שלנו, פיזיותרפיסטים צרפתים, כולם מוסמכים על ידי המדינה, מאמנים במרפאות ובקליניקות פרטיות.

< לחץ על «GO» (צא) וכנס להוראות מיקום האלקטרודה



תנוחת אלקטרודה

< הנח את האלקטרודות כפי שמוצג בציור. ודא שהנחת את 3 (או 6) האלקטרודות על העור שלך, Duo Sport לא יעבוד עד אשר כל האלקטרודות יהיו מחוברות.

זהירות: ודא כי Duo Sport כבוי במהלך הנחת האלקטרודה. הפעל אותו כאשר תבקש לעשות זאת ע"י היישום.

עצה: מצא את כל הוראות השימוש באלקטרודה בשקית הפלסטיק.

< לאחר מכן לחץ על «GO»(צא).



הפעל את DUO SPORT שלך

< הפעל את התקני DUO SPORT על-ידי לחיצה על «ON» כאשר תתבקש. יתחבר אוטומטית לטלפון החכם שלך והתוכנה תתחיל לאחר כמה שניות.

במהלך התוכנית

התאם את העוצמה של התוכנית בסיבוב כפתור Duo Sport או באמצעות היישום. כדי להשיג יעילות רבה יותר, פעל לפי הוראות העצמה שלנו.



מצב SOLO (יחיד) / פונקציית פיצול

< אם אתה משתמש ב-Duo Sport במצב SOLO (יחיד) וברצונך להתחיל תוכנית אחרת במכשיר השני, לחץ על סמל SPLIT (פיצול) כדי לבחור תוכנית שנייה להפעלה במכשיר Duo Sport השני שלך.

סיום התוכנית

< אם ברצונך להפסיק את התוכנית, לחצו על הלחצן «Stop» (עצור). תנותב מחדש להפריט הראשי.

סוף התוכנית

< הודעה תציין את סוף התוכנית. כבה את Duo Sport לפני הסרת האלקטרודות. מקמו את האלקטרודות בצד הנכון של הסרט הפלסטיק ואחסן אותם בתוך התיק אטום.



7. מאפיינים טכניים

- עומס
- אספקת חשמל: USB
- צורת חרף: דופק מרובע דו-פזי סימטרי
- התנגדות מרבית: 1500 אוהם.
- כיבוי אוטומטי לאחר כל תוכנית: כן
- בטיחות הצתה: 100%
- מסווג כסוג IEC 60335
- תקנות CE בנוגע למכשור רפואי (הנחיה 93/42 EEC). 
- RoHS (ההנחיה להגבלת חומרים מסוכנים) **RoHS**
- התקנים שבנו ללא חומרים שיכולים להיות בעלי השפעה מזיקה על הסביבה
- הגנה מפני הלם חשמלי סוג 2. 
- מכשיר במגע עם המטופל מחוץ לאזור הלב 
- קרא בעיון את הוראות ההפעלה 
- מצב תפקוד כפול
- Bluetooth / עזמאי
- בקרת התוכנית על ידי הטלפון החכם התואם Bluetooth 4.0 (BLE)
- תואם Android 4.3 ומעלה, ומעלה, iPhone 4s, iOS8 ומעלה
- מופעל על ידי סוללת ליתיום טענת מובנית
- כוונון עוצמת הקול בהתקן
- מכשיר מאושר מבחינה רפואית
- כבלי אלקטרודות ו-USB כלולים
- אלקטרודות הניתנות לשימוש חוזר כוללות
- משקל: 25 גרם
- סוללה: 3.7 וולט 400 מיליאמפר
- מתח: 0-70V (טעינה ב 500mA)
- תדר מתח: 120-1 הרץ
- זרם מוציא: 120 אמפר מירבי (תמונה)
- ממוצע של 20 אמפר.
- פלט מתח חשמלי: מקסימום 100 וולט (ללא עומס), 65V עם



לתיאור פסולת

בתום חיי המוצר, הקפד להשליך אותו כהלכה, בהתאם לכללים הלאומיים הרלוונטיים. אנו מודים לך מראש על השלכת המוצר במקום המיועד למטרה זו על מנת להבטיח סילוק בטוח לכבודה של איכות הסביבה.

המלצות (אחסון והובלה)

טמפרטורה: 10°C / 45°C

רמת לחות: 25% / 80%

Duo Sport יש להשתמש רק בהתאם לתוכניות המוצעות. Bluetooth בע"מ לא תיהיה אחראית על כל שימוש לרעה או מיפולציה של Duo Sport. חברו את האלקטרודות רק כאשר ה- Duo Sport כבוי. Duo Sport הוא מכשיר רפואי מסוג IIA המאושר על ידי TÜV, אל תשאיר אותו ליד ילדים. בזאת Bluetooth בע"מ מצהירה כי Bluetooth עומדת בדרישות המהותיות ובהוראות רלוונטיות אחרות של הוראת 1999/5 EC והוראת 9 / 3/42 EEC.

עוקת של הצהרת ההתאמה זמין לפי בקשה ל- Bluetooth בע"מ, F Tower 5, China Hong Kong City, 33 Canton Road, /20 2003

TST, Hong-Kong

Bluetooth בע"מ, 5, France 75011, Paris, Saint Bernard passage ובאתר www.bluetooth.com/doc

6. הוראות בטיחות

התווית המניעה

השימוש ב-Duo Sport אסור עבור אנשים עם קוצב לב או נטייה לאפילפסיה. Duo Sport אינו מומלץ גם לנשים בהריון  , ואנשים עם שבר או פריצת דיסק. אנשים הסובלים ממום בלב חייבים להימנע מאזורים מסביב ללב. אין להשתמש ב-Duo Sport אם יש לך אי סדירות בלב או מחלות לב.

⚠ חשוב

אין להשתמש ב-Duo Sport במים או בסביבה לחה (סאונה, תרפייה באמצעות מים וחמאם, וכו'). קיים איסור לשים את האלקטרודות על האזור סינקרוטידי (חלק הקדמי של הצוואר), על האזור transcranial (דרך הראש) או אזור transthoraxale (דרך בית החזה). כדי לעשות זאת נכון, אנו בצע את עצות מיקום האלקטרודה, הם הוכנו על ידי אנשי מקצוע בתחום הבריאות התואמים לאזורים הגוף בהם Duo Sport יהיה יעיל יותר.

אמצעי בטיחות

אין להשתמש ב-Duo Sport בטווח של מטר ממכשירים רפואיים קצרים בעלי גלים קצרים, או ציוד מיקרוגל, אשר יכולים לשנות את הזרם שנוצר על ידי המכשיר. השתמש רק בכבל שסופק על ידי Bluetooth. במהלך ההפעלות אין לנתק את כבל האלקטרודה מכיוון שהספק מופעל. יש לכבות תחילה את המכשיר. לעולם אל תוציא את האלקטרודות כאשר Duo Sport מופעל. לעולם אל תחבר את כבל האלקטרודה למקור מתח חיצוני. הדבר עלול לגרום להתחשמלות.

אין להשתמש בכל כבל אלקטרודה פגום או ניזוק. תמיד השתמש בכבל ה-USB שסופק על-ידי Bluetooth כדי לטעון את ההתקן. לעולם אל תשתמש ב-Duo Sport או בכבל ה-USB אם פגום. שמור על Duo Sport ואביזרים שלו מחוץ להישג ידם של ילדים. מנע כל חומר זר (אדמה, מים, מתכת וכו') מלחדור למכשיר. אין להשתמש Duo Sport בזמן נהיגה.

לעולם אל תטען את Duo Sport בזמן השימוש בו. חלק החזק (המחוון) מונע את השימוש בו-זמני של הטעינה והשימוש כהגנה נוספת. במקרה של שפק, אל תחסס להתייעץ עם רופא

8. שירות לקוחות

אנו מנהלים את כל השאלות לאחר המכירה ישירות.

אם אתה צריך עזרה לאחר הרכישה של Duo Sport שלך מאחד המפיצים שלנו, אין להחזיר את המוצר פיזית לחנות, אנא פנה אלינו ישירות: contact@bluetens.com או בקר בדף פתרון בעיות: www.bluetens.com

הסוכנים שלנו יחזרו אליך תוך 24 שעות עם פתרון מהיר.

9. אחריות

אחריות Duo Sport מובטחת למשך שנתיים, אחריות זו אינה מכסה נזקים שנגרמו עקב תחזוקה או שימוש לא נאותים שאינם תואמים את המסמכים הקשורים, תאונות (הלם, אש, נזל), שינויים, תיקונים, שימוש לרעה או בלאי רגיל. אחריות זו מכסה פגמים בחומר או בייצור. אחריות זו מכסה מוצרים שנרכשו ישירות מ- Bluetens או מסוחר מורשה של Bluetens בלבד.

תקופת האחריות

האחריות למוצר הינה שנתיים מיום הרכישה, לסוללה יש שישה חודשים אחריות.

לא מכוסה על ידי אחריות

אלקטרודות, קליפ, תיק, כמו גם כבלים ואביזרים הכלולים בקופסא אינם מכוסים באחריות.

BLUETENS לשירותך

במקרה של פגם המכוסה על ידי האחריות, צוות Bluetens ישלח לך וואוצר החזרה, ויהיה אחראי על התיקונים או החלפת המכשיר שלך כמו גם על החזרתו אליך.

כיצד לקבל תמיכה ללקוח?

בכל עת תוכל לפנות לשירות הלקוחות שלנו בכתובת הבאה:
contact@bluetens.com

חבר בצוות שלנו יקדיש את מירצו כדי למצוא פתרון לבקשה שלך.



User instructions for TENS

CAUTION

Do not use while sleeping.
Do not use while driving.
Do not continuously keep electrodes on body.
Do not use metal to touch the electrode.
Use this product with high frequency surgery devices might cause those device to become unstable.

MAIN DEVICE MAINTENANCE

- Clear regularly.
- Take off cables from the device and electrode after power off.
- Use soft cloth to clean if the device is dirty.
- Use wet cloth with neutral detergent or spirit to clean if necessary.
- Do not use spirit on the LED panel.
- Do not use other detergent.
- Keep water or liquids away from the device.

OPERATION INSTRUCTIONS

The device needs to be used together with the water proof carrying case in order to prevent any damage caused by water. Please put the device into the carrying bag during use. Then use the App to realize all settings and controlling of the device.

ELECTRODE PAD

Specification :

ITEM	STANDARD
Size	49.5±0.5 mm
Thickness	1.6 + 0.4 mm
Appearance	No stain, no gel spillover at the edges
Backing material	White non-woven cloth
Gel adhesion	Under normal humidity (60%), skin application is above 100 times after 72 hour unprotected storing
	Under high humidity (80%), skin application is above 30 times after 72-hour unprotected storing
	Under low humidity (20%), skin application is above 10 times after 72-hour unprotected storing
	Dried completely at 100°C for 1.5 hours, skin application is above 5 times
	For un-pretreated or sweaty skin, skin application is above 10 times.
	Comfortable cutaneous sensation
	No edge lift after 2-hour skin application under any condition
	Skin adhesion reaction time: No need to press or press for less than 3 seconds

ITEM	STANDARD
Conductivity	After 100 skin application, peel the gel off from the carbon film in the water and dry it. The impedance is <200ohms between any two points
	A.C. impedance for gel-to-metal by LCR meter: <100ohms at 100Hz; <80ohms at1,000Hz <70ohms at10,000Hz; <65ohms at100,000Hz
Lead wire	Adaptable to male pin from 1.95~2.10m
	Strength between leadwire and connector is min. 4kg pulling force
	Strength between leadwire and electrode pad is min.3.kg pulling force
Adhesive force	Gel is strongly attached to the carbon film, hard to peel it off
Protective liner	110X110mm, 0.075mm transparent release liner, no gel residue when peel the electrode off
Printing	Lot number & expiry date: firm and legible
Safety	Biocompatibility of the gel G607 used for this product conforms to ISO10993-5-10
Package	120±5mmX185±5mm, transparent eco-friendly PE re-sealable bag
Applicable humidity	Humidity: 15%~70% Temperature: 0°C~30°C
Shelf life	2-year sealed storage under 30°C, gel color and adhesion remain unchanged

ELECTROMAGNETIC COMPATIBILITY DESCRIPTIONS

The EMC declaration according to the requirement of EN 60601-1-2

CAUTIONS

User must regard EMC, please install and put in service BLT15DS according to the EMC information provided in the accompanying documents.

Portable and mobile RF communications equipment can affect medical electrical equipment.

The performance of the EQUIPMENT and SYSTEM that was determined to be essential performance.

Table 201-Guidance and manufacturer's declaration-electromagnetic emissions for BLT15DS, as following table.

Table 202-Guidance and manufacturer's declaration-electromagnetic immunity for BLT15DS, as following table.

Table 204 -Guidance and manufacturer's declaration-electromagnetic immunity for BLT15DS, as following table.

Table 206 Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and BLT15DS, as following table.

Table 201

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION – ELECTROMAGNETIC EMISSIONS		
The BLT15DS is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the BLT15DS should assure that it is used in such an environment.		
Immunity test	Compliance	Electromagnetic environment – guidance
RF emissions CISPR 11	Group 1	The BLT15DS uses RF energy only for its internal function. Therefore, its RF emissions are very low and are not likely to cause any interference in nearby electronic equipment.
RF emissions CISPR 11	Class B	The BLT15DS is suitable for use in all establishments, including domestic establishments.
Harmonic emissions IEC 61000-3-2	Not applicable	
Voltage fluctuations / flicker emissions IEC 61000-3-3	Not applicable	

Table 204

GUIDANCE AND MANUFACTURER'S DECLARATION – ELECTROMAGNETIC IMMUNITY			
The BLT15DS is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the BLT15DS should assure that it is used in such an environment.			
Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment – guidance
Conducted RF IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz to 80 MHz	Not applicable	Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the BLT15DS, including cables, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter. Recommended separation distance 80 MHz to 800 MHz 800 MHz to 2,5 GHz Where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and d is the recommended separation distance in meters (m). Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey, a should be less than the compliance level in each frequency range's Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol: 
Radiated RF IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz to 2,5 GHz	3 V/m	
NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies. NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.			
a Field strengths from fixed transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which the BLT15DS is used exceeds the applicable RF compliance level above, the BLT15DS should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as reorienting or relocating the BLT15DS. b Over the frequency range 150 kHz to 80 MHz, field strengths should be less than 3 V/m.			

Table 206

RECOMMENDED SEPARATION DISTANCES BETWEEN PORTABLE AND MOBILE RF COMMUNICATIONS EQUIPMENT AND THE BLT15DS			
The BLT15DS is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of the BLT15DS can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the BLT15DS as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment.			
Rated maximum output power of transmitter W	Separation distance according to frequency of transmitter		
	150 kHz to 80 MHz	80 MHz to 800 MHz	800 MHz to 2,5 GHz
	$d = 1,2\sqrt{P}$	$d = 1,2\sqrt{P}$	$d = 2,3\sqrt{P}$
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,38	0,38	0,73
1	1,2	1,2	2,3
10	3,8	3,8	7,3
100	12	12	23
For transmitters rated at a maximum output power not listed above, the recommended separation distance d in meters (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where P is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer. NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the separation distance for the higher frequency range applies. NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.			



contact@bluetens.com
www.bluetens.com

