



LEGS UP

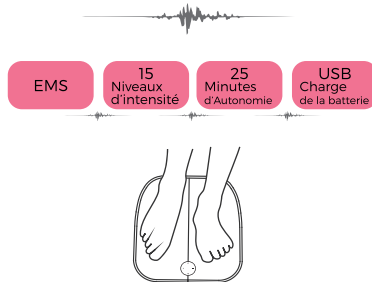
Manuel d'utilisation:

FR - p2-5
DE - p6-9
NL - p10-13



LEGS UP

EMS



Recommandé une fois par jour.
Arrêt automatique au bout de 30 secondes si les pieds ne sont pas posés sur le dispositif.

Foot Massager
EMS
- A Good Tool for
Blood Circulation

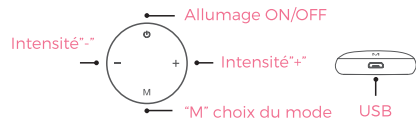
Qu'est-ce que la Technologie EMS ?:

L'électrostimulation (EMS), également connue sous le nom d'électrostimulation neuromusculaire (NMES), consiste à provoquer une contraction musculaire à l'aide d'impulsions électriques qui imitent l'action normalement générée par le système nerveux. L'EMS s'est avérée être un outil très efficace pour améliorer le développement musculaire et la récupération.

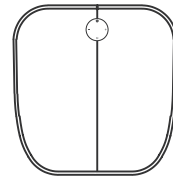
À quelles fins l'EMS est-elle utilisée ?:

- Pour développer les muscles.
- Pour des exercices de rééducation.
- Pour prévenir l'atrophie musculaire causée par le manque d'exercice.
- Pour détendre les muscles
- Pour une tonification esthétique des muscles.

Dispositif principal:

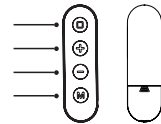


Tapis d'électrostimulation musculaire:



Télécommande:

Touche On/Off
Intensité"+augmentation"
intensité + baisse
Touche Mode



Comment installer une pile CR2032 dans la télécommande ?:

1. Retirer le couvercle arrière



2. Introduire la pile



3. Refermer le couvercle



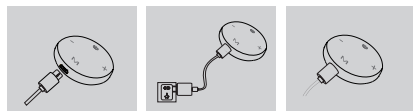
Important:

SUIVRE LES INSTRUCTIONS AVANT USAGE. CECI N'EST PAS UN APPAREIL MÉDICAL.

LES INFORMATIONS FOURNIES LE SONT À TITRE D'INFORMATION ET NE REMPLACENT PAS LES CONSEILS DE VOTRE MÉDECIN TRAITANT OU D'UN PROFESSIONNEL DE SANTÉ.

Pour recharger votre appareil:

- Branchez l'unité principale à l'aide du câble de charge USB (inclus).
- Connectez le câble de charge USB avec un adaptateur AC/DC (non inclus).
- Le voyant LED de l'unité principale passera au rouge pendant la charge.





MODE D'EMPLOI

Préparation:

- Ne pas porter de chaussettes ni de chaussures lorsque vous utilisez l'appareil. Sans quoi, vous ne sentirez pas les impulsions électriques dans vos pieds.

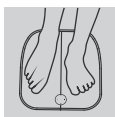
- Assurez-vous que vos deux pieds nus soient placés séparément sur les côtés gauche et droit du tapis lorsque l'appareil est allumé.

- Il est conseillé de laver ou d'humidifier vos pieds avant d'utiliser l'appareil. Les pieds secs peuvent ne pas ressentir les impulsions électriques en raison de la haute résistance.

Opération:

1. Placez l'unité principale sur le tapis, puis assurez-vous que vos pieds nus sont bien placés sur le tapis et de chaque côté.

2. Appuyez sur la touche Power ON/OFF du dispositif principal pour allumer l'appareil.



Remarques :

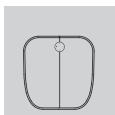
1. Lorsque l'appareil est allumé, le dispositif principal démarre sur le niveau 1 et sur le Mode 1.

2. Lorsque vous retirez vos pieds du tapis, le niveau d'intensité revient au niveau 1.

3. Nous recommandons d'utiliser cet appareil une fois par jour.

4. La télécommande vous permet de vous asseoir et de vous détendre sans avoir à vous pencher pour faire marcher l'appareil.

5. Pour régler les niveaux d'intensité, vous pouvez appuyer sur la touche (+) pour augmenter ou sur la touche (-) pour diminuer l'intensité. Les niveaux d'intensité vont de 1 à 15.



6. Appuyez sur la touche M pour passer en mode massage EMS. Le voyant LED passe du blanc au vert.

- Programme de massage automatique. Ce programme de 25 minutes augmente progressivement l'intensité du massage en fonction du temps écoulé. Il s'arrête automatiquement lorsque le massage est terminé.

Information générale sur la sécurité:

Cette unité EMS ne doit jamais être utilisée pour masquer ou soulager une douleur non diagnostiquée. Avant de traiter tout symptôme de douleur, vous devez consulter votre médecin. Pour une utilisation sûre et correcte de l'appareil, il est recommandé de lire les instructions suivantes avant de le mettre en marche :

Les personnes suivantes ne doivent en aucun cas utiliser cet appareil :

- Les personnes portant un pacemaker.
- Les femmes enceintes.
- Les personnes souffrant d'une thrombose veineuse.

Précaution:

- Utilisez une intensité faible et une durée plus courte pour initier les muscles et éviter la surstimulation.

Autres précautions importantes à prendre:


1. Utilisez cet appareil uniquement à des fins de relaxation.
2. Utilisez exclusivement les accessoires fournis avec l'appareil.
3. N'utilisez pas cet appareil dans des endroits très humides, par exemple la salle de bain.
4. Ne surchargez pas la prise électrique.
5. Si vous ne comptez pas utiliser le masseur pendant une longue période de temps, retirez la pile de la télécommande. Si l'appareil ne marche pas, débranchez-le de la source d'alimentation et contactez le service clientèle. N'essayez pas de réparer l'appareil vous-même, car cela annulerait la garantie.
6. Vérifiez régulièrement que les piles de la télécommande sont opérationnelles.
7. Ne mettez pas l'appareil en contact avec un objet métallique, comme une boucle de ceinture ou un bijou.



INDICATIONS LED:

Fonction	Opération	Indication du voyant LED
Power ON/OFF	Appuyer	ON/OFF
Augmentation +	Appuyer	Clignote une fois
Baisse-	Appuyer	Clignote une fois
Mode Sélection	Appuyer	Couleur de la charge(Blanche/Verte)
Charge	/	Rouge
Charge complète	/	Blanc
Sans charge	/	Clignotant

SPECIFICATIONS TECHNIQUES:

Fonction	Massage des pieds par EMS
Alimentation Electrique	Batterie rechargeable USB, 3.7V
	Appareil de classe III
Niveau d'intensité	15
Arrêt automatique	25 Minutes
Taille de l'unité principale	4.2cm x H 1.4cm
Contenu	1 unité principale 1 tapis pour les pieds 1 câble de charge 1 Télécommande 1 Manuel d'utilisation



FR

Bandes de fréquences utilisées par l'équipement radioélectrique ; 433.92 MHz

Puissance de radiofréquence maximale transmise sur les bandes de fréquences utilisées par l'équipement radioélectrique : 8,93dBm



Éliminez l'appareil et sa batterie dans le respect de l'environnement. Ils ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. Éliminez cet appareil et sa batterie dans un centre de recyclage pour appareils électriques et électroniques usagés. Pour plus d'informations, consultez les directives locales de votre commune.

PASSAT SAV

9, rue du Général Goutierre
F-59610 FOURMIES
Tél: 0033 (0)3 27 60 80 80
E-Mail : info@passat.fr

www.passat.fr



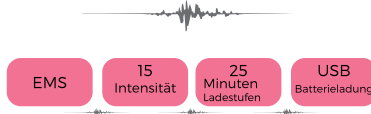
Déclaration de conformité

Le soussigné, PASSAT, déclare que l'équipement radioélectrique LEGS UP est conforme à la directive 2014/53/UE. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante : www.myactiforme.fr

5



EMS-FUSSMASSAGEGERÄT



Schlagen Sie einmal pro Tag vor. Abschaltung etwa 30 Sekunden später, wenn NICHT an Ihren Füßen befestigt.



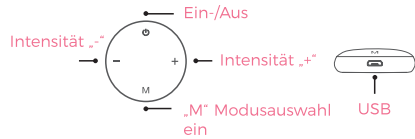
Was ist EMS-Technologie?:

Elektrische Muskelstimulation (EMS), auch bekannt als neuromuskuläre elektrische Stimulation (NMES) ist die Auslösung von Muskelkontraktionen durch elektrische Impulse. Die Impulse ahmen das Aktionspotential des Zentralnervensystems nach und bewirken, dass sich die Muskeln zusammenziehen. EMS hat sich als sehr effektives, proaktives Mittel zur Muskelstärkung erwiesen.

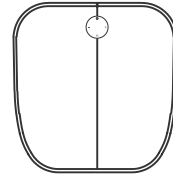
Wofür wird EMS verwendet?:

- Muskelstärkung.
- Rehabilitationszwecke.
- Vorbeugung von Muskelatrophie bei Ruhigstellung.
- Erhöhung der lokalen Durchblutung.
- Entspannung der Muskulatur.

Hauptgerät:

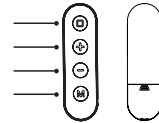


Fußmatte:



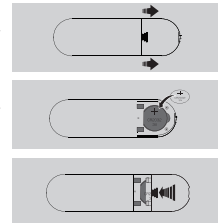
Fernbedienung:

- Ein/Aus-Taste
- Intensität „+“
- Intensität erhöhen „-“
- Verringern „M“
- Modus-Taste



So legen Sie eine Knopfzellenbatterie CR2032 in die Fernbedienung ein:

1. Ziehen Sie die hintere Abdeckung heraus.
2. Legen Sie die Batterie ein
3. Schließen Sie die hintere Abdeckung.



Entspannung der Muskulatur
Kosmetische Muskelstraffung

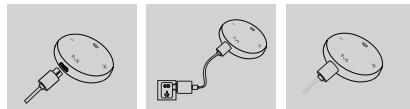
Wichtig:

NUR WIE ANGEGEBEN VERWENDEN. DIES IST KEIN MEDIZINGERÄT.

DIE BEREITGESTELLTEN INFORMATIONEN SIND NUR ZU INFORMATIONSZWECKEN UND ERSETZEN NICHT DIE BERATUNG DURCH IHREN ARZT ODER GESUNDHEITSDIENSTLEISTER.

Aufladen Ihres EMS-Fußmassagegeräts:

- Schließen Sie das Hauptgerät über das Micro-USB-Ladekabel an (im Lieferumfang enthalten)
- Verbinden Sie das USB-Ladekabel mit dem AC/DC-Adapter (nicht im Lieferumfang enthalten)
- Das LED-Licht am Hauptgerät leuchtet rot, während es aufgeladen wird.





BEDIENUNG

Vorbereitungen:

- Bitte tragen Sie keine Socken oder Schuhe, wenn Sie das Fußmassagegerät verwenden. Andernfalls werden Sie keine elektrischen Impulse an Ihren Füßen spüren.
- Stellen Sie sicher, dass beide nackten Füße getrennt auf der linken und rechten Seite der Fußmatte stehen, wenn der Strom eingeschaltet ist.
- Waschen oder befeuchten Sie Ihre Füße, bevor Sie das Fußmassagegerät verwenden. Trockene Füße können aufgrund des hohen Widerstands eventuell keine elektrischen Impulse spüren.

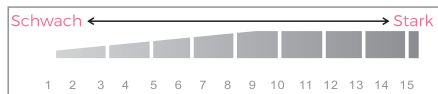
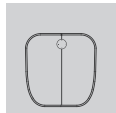
Betrieb:

1. Stellen Sie das Hauptgerät auf die Fußmatte und stellen Sie dann sicher, dass Ihre nackten Füße an jeder Seite vollständig auf der Fußmatte stehen.
2. Drücken Sie EIN/AUS am Hauptgerät, um das Produkt einzuschalten.



Hinweis :

1. Wenn das Produkt eingeschaltet wird, startet das Hauptgerät von Stufe 1 in Modus 1.
2. Wenn sich Ihre nackten Füße im Arbeitsmodus von der Fußmatte lösen, wird die Intensitätsstufe automatisch auf Stufe 1 heruntergefahren.
3. Einmal pro Tag empfohlen.
4. Mit der Fernbedienung können Sie sich entspannt zurücklehnen, ohne sich bücken zu müssen, um das Gerät zu bedienen.
5. Um die Intensitätsstufen anzupassen, können Sie die Taste (+) drücken, um die Intensität zu erhöhen, oder die Taste (-) drücken, um die Intensität zu verringern. Die Intensitätsstufen reichen von 1 bis 15.



6. Drücken Sie die M-Taste, um den EMS-Massagemodus zu wechseln. LED-Licht wechselt von Weiß zu Grün.

- Auto-Massage-Programm. Dieses 25-minütige Programm erhöht die Massageintensität schrittweise im Laufe der Zeit. Es stoppt automatisch, wenn die Massage beendet ist.

Allgemeine Sicherheitsinformationen:

Dieses EMS-Gerät sollte niemals verwendet werden, um nicht diagnostizierte Schmerzen zu maskieren oder zu lindern. Bevor Sie irgendwelche Schmerzsymptome behandeln, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren. Für Ihren sicheren und korrekten Gebrauch des Geräts wird empfohlen, vor der Verwendung die folgenden Anleitungen zu lesen:

Die folgenden Personen dürfen das Fußmassagegerät niemals benutzen :

- Jeder, der einen Herzschrittmacher oder einen automatischen implantierten kardialen Defibrillator (AICD) trägt.
- Schwangere.
- Personen mit tiefer Venenthrombose (TVT), um eine Mobilisierung des Gerinnsels zu vermeiden.

Vorsicht:

- Verwenden Sie eine niedrige Intensität und kürzere Dauer, um die Muskeln einzuführen und eine Stimulation zu vermeiden.

Weitere wichtige Sicherheitsvorkehrungen:


1. Verwenden Sie dieses Gerät nur zum Zweck der Physiotherapie.
2. Verwenden Sie nur das mit dem Fußmassagegerät gelieferte Zubehör.
3. Verwenden Sie dieses Gerät nicht an Orten mit hoher Luftfeuchtigkeit, wie z. B. im Badezimmer.
4. Überlasten Sie die Steckdose nicht.
5. Wenn Sie das Massagegerät längere Zeit nicht verwenden, entfernen Sie die Batterien von der Fernbedienung. Wenn das Gerät nicht funktioniert, trennen Sie es von der Stromquelle und wenden Sie sich an den Kundendienst. Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst zu reparieren, da sonst die Garantie erlischt.
6. Überprüfen Sie regelmäßig die Batterien der Fernbedienung auf ihre Funktionsfähigkeit.
7. Lassen Sie das Gerät nicht mit Metallgegenständen wie Gürtelschnallen oder Schmuck in Kontakt kommen.



LED-Anzeigestatus:

Funktion	Betrieb	LED-Anzeigestatus
EIN/AUS	Drücken Sie	EIN/AUS
Erhöhen +	Drücken Sie	Blinkt einmal
Verringern -	Drücken Sie	Blinkt einmal
Modusauswahl	Drücken Sie	Farbwechsel (Weiß/Grün)
Aufladen	/	Rot
Ladeabschluss	/	Weiß
Ungeladen	/	Blinkend

Technische Spezifikationen:

Funktion	EMS-Fußmassage
Energieversorgung	USB-Akku, 3,7 V
	Gerät der Klasse III
Intensitätsstufe	15
Automatische Abschaltung	25 Minuten
Größe der Haupteinheit	4,2 cm x H 1,4 cm
Was ist in der Box?	1 x Hauptgerät 1 x Fußmatte 1 x USB-Ladekabel 1 x Fernbedienung 1 x Benutzerhandbuch



DE

Von Funkgeräten verwendete Frequenzbänder; 433,92 MHz

Maximale Funkfrequenzleistung, die auf den von Funkgeräten verwendeten Frequenzbändern übertragen wird: 8,93 dBm



Entsorgen Sie diese Gerät bitte getrennt von anderen Abfällen, um der Umwelt bzw. der menschlichen Gesundheit nicht durch unkontrollierte Müllbeseitigung zu schaden. Recyceln Sie das Gerät, um die nachhaltige Wiederverwertung von stofflichen Ressourcen zu fördern. Private Nutzer sollten den Händler, bei dem das Produkt gekauft wurde oder die zuständigen Behörden kontaktieren, um in Erfahrung zu bringen, wie sie das Gerät auf umweltfreundliche Weise recyceln können. Gewerbliche Nutzer sollten sich an ihren Lieferanten wenden und die Bedingungen des Verkaufsvertrages konsultieren. Dieses Produkt darf nicht zusammen mit anderem Gewerbemüll entsorgt werden.

PASSAT SAV

9, rue du Général Goutierre
F-59610 FOURMIES
Tél: 0033 (0)3 27 60 80 80
E-Mail : info@passat.fr

www.passat.fr



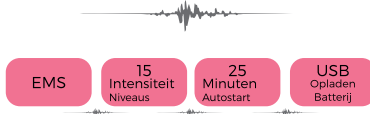
Konformitätserklärung

Der Unterzeichnende PASSAT erklärt, dass die LEGS UP Funkanlage der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter folgender Internetadresse abrufbar: www.myactiforme.fr

9



EMS VOETMASSAGE APPARAAT



Aangeraden één keer per dag.
Automatische uitschakeling na ongeveer 30 seconden als.
NIET aan de voeten vastmaken.



Wat is EMS-technologie??:

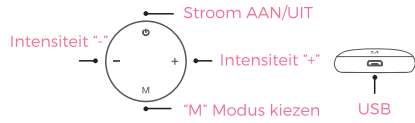
Elektrische spierstimulatie (EMS), ook bekend als neuromusculaire elektrische stimulatie (NMES) is het opwekken van spiercontractie door middel van elektrische impulsen.

De impulsen bootsen de actiepotentiaal na die afkomstig is van het centrale zenuwstelsel, waardoor de spieren samentrekken. EMS is bewezen zeer effectief te zijn als een proactief middel voor spierversterking.

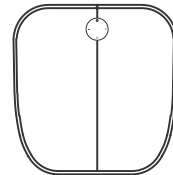
Waar wordt EMS voor gebruikt?:

- Spierversterking
- Revalidatie doeleinden
- Voorkomen van spieratrofie door inactiviteit
- Verhogen van lokale bloedcirculatie
- Ontspanning van de spieren
- Cosmetische spierversterking

Hoofdeenheid:



Voetmat:

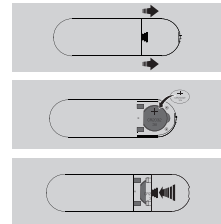


Afstandsbediening:



Hoe een CR2032 knoopcelbatterij in de afstandsbediening plaatsen:

1. Verwijder de klep aan de achterkant.
2. Plaats de batterij
3. Sluit de klep.

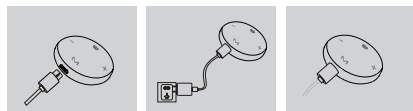


Belangrijk:

ALLEEN GEBUIKEN ZOALS VOORGESCHREVEN. DIT IS GEEN MEDISCH HULPMIDDEL. DE VERSTREKTE INFORMATIE IS UITSLUITEND VOOR INFORMATIEVE DOELEINDEN EN IS NIET BEDOELD ALS VERVANGING VOOR HET ADVIES VAN UW ARTS OF ZORGVERLENER

Laad uw EMS Voetmassagetoestel op:

- Sluit het hoofdtoestel aan via micro USB oplaadkabel (meegeleverd)
- Verbind de USB oplaadkabel met AC/DC adapter (niet meegeleverd)
- Het LED-lampje op het hoofdtoestel zal rood worden terwijl het wordt opgeladen.





HOE TE BEDIENEN

Vorbereidingen:

- Draag a.u.b. geen sokken of schoenen wanneer u het voetmassage toestel gebruikt. Anders zult u de elektrische impulsen van uw voeten niet voelen.

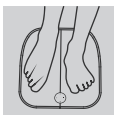
- Zorg ervoor dat uw blote voeten afzonderlijk aan de linker- en rechterkant kant van de voet mat staan als de stroom aan staat.

- Het is beter om uw voeten te wassen of vochtig te maken voordat u het massage toestel gebruikt. Het is mogelijk dat droge voeten de elektrische impulsen niet voelen door de hoge weerstand.

Bediening:

1. Plaats het hoofdtoestel op de voetmat, en zorg ervoor dat uw blote voeten volledig geplaatst zijn aan elke kant van de voetmat.

2. Druk op Power ON/OFF op het hoofdtoestel om het product in te schakelen.



Opmerkingen :

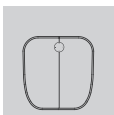
1. Wanneer het product wordt ingeschakeld, start het hoofdtoestel vanaf niveau 1 in modus 1.

2. Wanneer u uw blote voeten van de voetmat in werkmodus haalt, zal het intensiteitsniveau automatisch worden verlaagd naar niveau 1.

3. Eén keer per dag wordt aangeraden.

4. Met de afstandsbediening kunt u achterover leunen en ontspannen zonder dat u hoeft te bukken om het apparaat te bedienen.

5. Om de intensiteitsniveau aan te passen, kunt u op de (+)-knop drukken om de intensiteit te verhogen of op de (-)-knop om de intensiteit te verlagen. De intensiteitsniveaus variëren van 1 tot 15.



6. Druk op de M knop om over te schakelen naar de EMS Massagestand. Het LED-lampje verandert van wit naar groen.

- Automatisch massageprogramma. Dit programma van 25 minuten verhoogt geleidelijk de intensiteit van de massage naarmate de tijd verstrijkt. Het stopt automatisch wanneer de massage voltooid is.

Algemene veiligheidsinformatie:

Dit EMS apparaat mag nooit worden gebruikt om ongediagnosticeerde pijn te maskeren of te verlichten. Voor de behandeling van pijnsymptomen dient u uw arts te raadplegen. Voor een veilig en correct gebruik van het apparaat, raden wij u aan de volgende aanwijzingen te lezen alvorens het te gebruiken:

De volgende personen mogen het voetmassageapparaat nooit gebruiken :

- Lederen die een pacemaker of een automatische geïmplanteerde hart defibrillator (AICD) heeft.
- Lederen die zwanger is.
- Lederen met deee ven trombose (DVT) om te voorkomen dat het stolsel wordt gemobiliseerd.

Voorzorgsmaatregelen:

- Gebruik een lage intensiteit en een kortere duur om de spieren voor te bereiden en stimulatie te vermijden.

Andere belangrijke voorzorgsmaatregelen:


1. Gebruik dit apparaat alleen voor fysiotherapie.
2. Gebruik alleen de accessoires die bij het voetmassageapparaat zijn geleverd.
3. Gebruik dit apparaat niet op plaatsen met een hoge vochtigheidsgraad, zoals de badkamer.
4. Overbelast het stopcontact niet.
5. Verwijder de batterijen uit de afstandsbediening als u het apparaat langere tijd niet gebruikt. Als het apparaat defect raakt, moet u het loskoppelen van de stroombron en contact opnemen met de klantenservice. Probeer het apparaat niet zelf te repareren, omdat anders de garantie vervalt.
6. Controleer regelmatig of de batterijen in de afstandsbediening nog goed werken.
7. Laat het apparaat niet in contact komen met metalen voorwerpen, zoals een riemgesp of juwelen.



LED indicatie Status:

Functie	Bediening	Status IndicatieLED
Stroom AAN/UIT	Druk	AAN/UIT
Verhogen +	Druk	Knippert één keer
Verlagen -	Druk	Knippert één keer
Modus keuze	Druk	Kleur verandert (Wit/Groen)
Opladen	/	Rood
Voltooiing Opladen	/	Wit
Niet opgeladen	/	Knipperend

Technische specificaties:

Functie	EMS Voetmassage
Stroomvoorziening	Oplaadbare USB Batterij, 3.7V
	Klasse III apparaat
Intensiteitsniveau	15
Automatische uitschakeling	25 Minuten
Grootte van de hoofdeenheid	4.2cm x H 1.4cm
Wat zit er in de doos?	1x Hoofdeenheid 1x Voetenmat 1x Afstandsbediening 1x Gebruiksaanwijzing



NL

Frequentiebanden die worden gebruikt door radioapparaat-
tuur; 433,92 MHz

Maximaal radiofrequentievermogen uitgezonden op de
frequentiebanden die door radioapparatuur worden ge-
bruikt: 8,93 dBm



Gooi het toestel en de batterij op een milieuvrien-
delijke manier weg. Gooi het niet weg met het
huisvuil. Lever dit apparaat en de batterij in bij
een recyclingcentrum voor gebruikte elektrische
en elektronische apparaten. Raadpleeg voor na-
dere informatie de plaatselijke voorschriften.

PASSAT SAV

9, rue du Général Goutierre
F-59610 FOURMIES
Tél: 0033 (0)3 27 60 80 80
E-Mail : info@passat.fr

www.passat.fr



Conformiteitsverklaring

Ondergetekende, PASSAT, verklaart dat de LEGS UP ra-
dioapparatuur in overeenstemming is met Richtlijn
2014/53/EU. De volledige tekst van de EU-conformiteits-
verklaring is beschikbaar op het volgende internetadres:

www.myactiforme.fr

13



