

SLENDERTONE®

FLEX™

ENGLISH

Quick Start Guide

FRANÇAIS

Guide de Démarrage Rapide

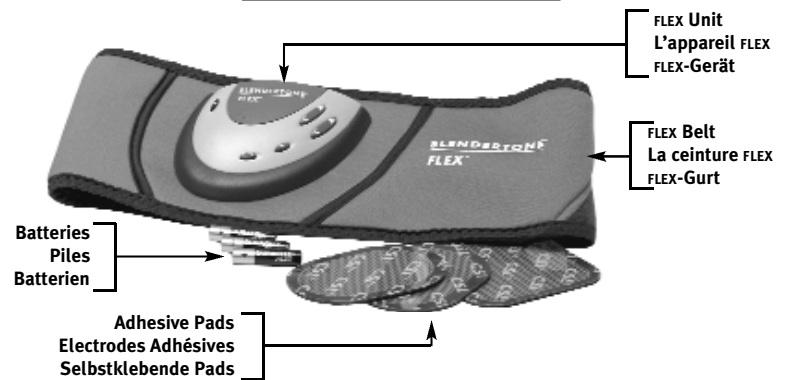
DEUTSCH

Kurzanleitung

www.slendertone.com

☎ United Kingdom 0845 070 77 77 ☎ Republic of Ireland 1890 92 33 88
☎ France 0810 347 450

Contents Contenu Inhalt



A Setup

Installation
Einstellung



1 Insérez les piles
Einlegen der Batterien

2 Attach Unit

Attachez l'unité
Das Gerät anbringen



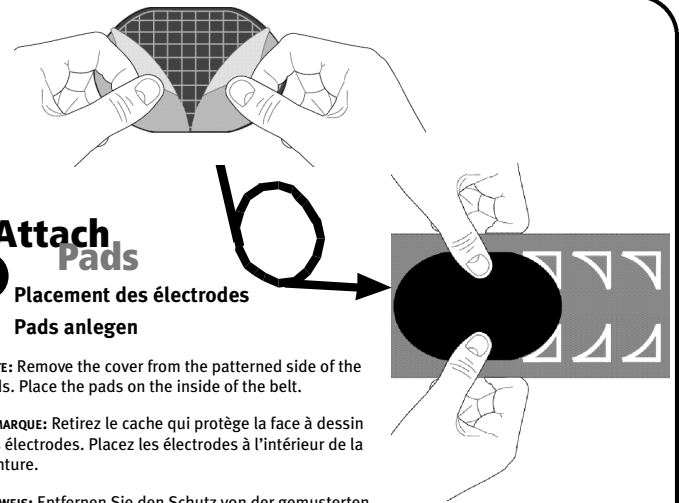
3 Attach Pads

Placement des électrodes
Pads anlegen

NOTE: Remove the cover from the patterned side of the pads. Place the pads on the inside of the belt.

REMARQUE: Retirez le cache qui protège la face à dessin des électrodes. Placez les électrodes à l'intérieur de la ceinture.

HINWEIS: Entfernen Sie den Schutz von der gemusterten Seiten der Pads. Legen Sie die Pads auf den Innenseite des Gürtels.

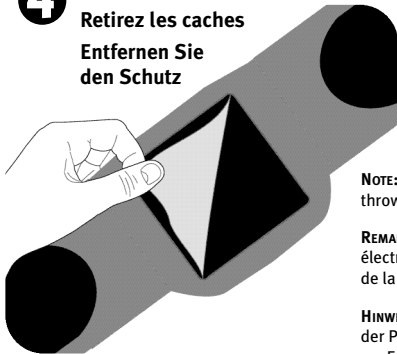


B Application

Mise en Place
Anwendung

4 Remove Covers

Retirez les caches
Entfernen Sie den Schutz



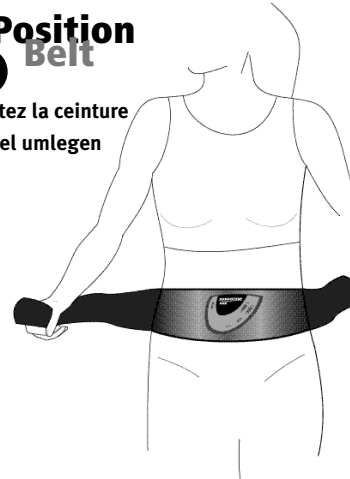
NOTE: Remove covers from the **black** side of the pads. Do not throw these away as you will need them later.

REMARQUE: Retirez les caches qui protègent la face noire des électrodes. Ne les jetez pas car vous en aurez besoin à la fin de la séance.

HINWEIS: Entfernen Sie den Schutz von den schwarzen Seiten der Pads. Diese Schutzfolien nicht entsorgen, da Sie diese am Ende Ihrer Sitzung benötigen.

5 Position Belt

Ajustez la ceinture
Gürtel umlegen



NOTE: Wrap the belt tightly around your waist with the large pad centred over your navel and the two smaller pads directly between your hip-bones and ribs.

REMARQUE: Ajustez la ceinture autour de votre taille : la grande électrode doit se trouver sur votre nombril, les deux petites exactement entre vos hanches et vos côtes.

HINWEIS: Legen Sie den Gürtel eng um Ihre Taille, so dass sich das große Pad über Ihrem Nabel, und die beiden kleineren Pads direkt zwischen Ihren Hüftknochen und Rippen befinden.

C Operation

Opération
Betrieb

6 Power On

Allumer l'appareil
Gerät anschalten



NOTE: This button is also used to **pause** a session.

REMARQUE: Ce bouton peut être utilisé pour interrompre momentanément la séance d'exercices

HINWEIS: Mit diesem Schalter können Sie auch Anwendung vorübergehend unterbrechen.

7 Increase Intensity

Augmentez l'intensité
Intensität erhöhen



NOTE: Increase the intensity to a level you find comfortable.

REMARQUE: Augmentez l'intensité jusqu'à un niveau qui vous semble confortable.

HINWEIS: Erhöhen Sie die Intensität auf eine Stufe, die Ihnen angenehm erscheint.

Operating Notes

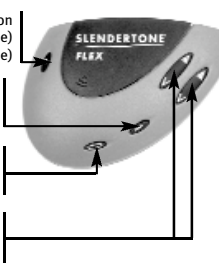
Notes Fonctionnantes
Funktionierende Anmerkungen

On/off (pause) button
Bouton marche/arrêt (pause)
Ein-/Ausschalter (Pause)

Information Button
Bouton Informations
Informationstaste

Programme Button
Bouton Programmes
Programmtaste

Intensity Buttons
Boutons d'intensité
Intensitätsregler



ENGLISH

1. When the session is finished, the unit stops automatically.
2. To pause a session, press the Power Button briefly. Press again to restart.
3. Replace the covers on the black surface of the pads when the session is finished.

FRANÇAIS

1. Lorsque la séance est terminée, l'appareil s'arrête automatiquement.
2. Si vous souhaitez suspendre un programme avant qu'il soit terminé, appuyez brièvement sur le bouton marche/arrêt. Pour redémarrer le programme, appuyez de nouveau brièvement.
3. Remettez les caches sur la face noire des électrodes à la fin de la séance.

DEUTSCH

1. Am Ende der Sitzung stoppt das Gerät automatisch.
2. Um die Sitzung vor Beendigung des Programms zu unterbrechen, drücken Sie kurz den Ein-/Ausschalter. Um das Programm fortzusetzen, drücken Sie nochmals kurz darauf.
3. Bringen Sie die Schutzfolie wieder auf der schwarzen Seite der Pads an, wenn die Sitzung beendet ist.

SLENDERTONE®

FLEX™

ESPAÑOL Guía de Inicio Rápido

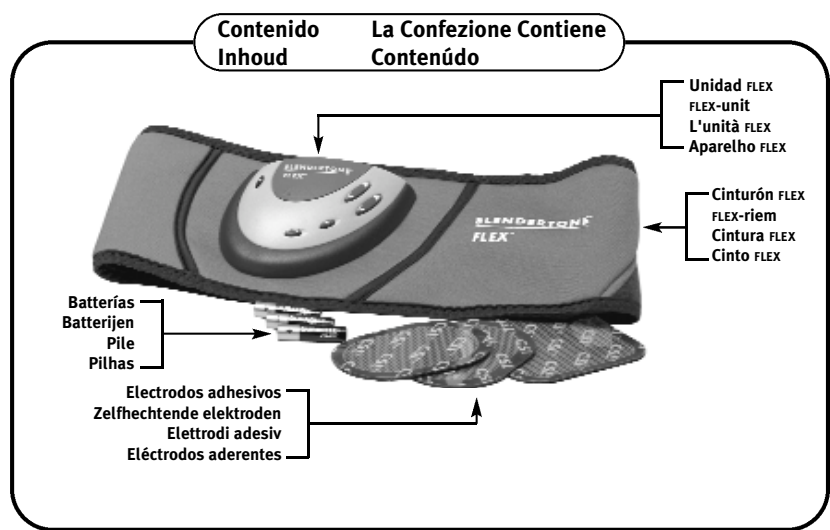
NEDERLANDS Snel Aan de Slag

ITALIANO Guida All'uso Rapida

PORTUGUÉS Guia de Utilização Rápida

www.slendertone.com

☎ International: +353 1 844 1016



A

Disposición
Opstelling

Messa a punto
Instalação

1

Inserte las baterías
De batterijen plaatsen
Inserisca le batterie
Introduza baterias



2

Introducción de la unidad
De unit plaatsen
Inserimento dell'unità
Introdução do Aparelho



3

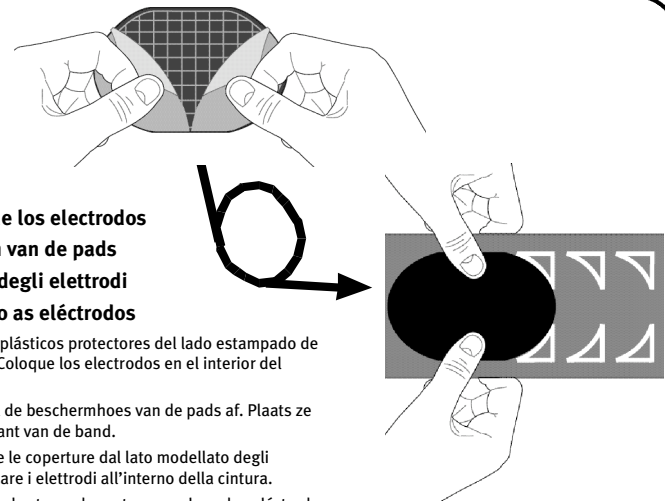
Colocación de los electrodos
Het plaatsen van de pads
Posizionare degli elettrodi
Posicionando as eléctrodos

NOTA: Retire los plásticos protectores del lado estampado de los electrodos. Coloque los electrodos en el interior del cinturón.

OPMERKING: Haal de beschermhoes van de pads af. Plaats ze aan de binnenkant van de band.

NOTA: Rimuovere le coperture dal lato modellato degli elettrodi. Collocare i elettrodi all'interno della cintura.

NOTA: Retire as coberturas da parte com relevo dos electrodos adesivos. Coloque os no interior da cinta.



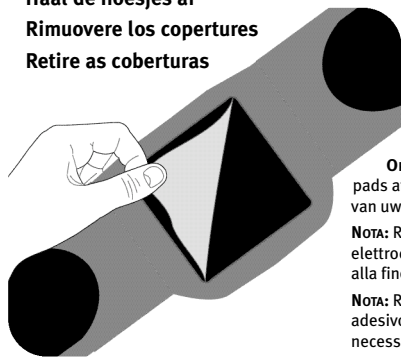
B

Uso
Toepassing

Applicazione
Aplicação

4

Retire los plásticos
Haal de hoesjes af
Rimuovere le coperture
Retire as coberturas



NOTA: Retire los plásticos protectores del lado negro de los electrodos. No deseche los protectores, ya que volverá a necesitarlos al final de la sesión.

OPMERKING: Haal het hoesje van de achterkant van de pads af. Gooi deze hoesjes niet weg, u hebt ze aan het eind van uw trainingssessie weer nodig.

NOTA: Rimuovere le coperture dal lato di colore nero degli elettrodi. Non gettare le coperture, che saranno riutilizzate alla fine della sessione.

NOTA: Retire as coberturas da parte negra dos electrodos adesivos. Não deite fora as coberturas, já que irá necessitar delas no final da sessão.

5

Colocación del cinturón
De riem omdoen
Indossate la cintura
Colocação do cinto



NOTA: Colóquese el cinturón alrededor de la cintura de manera que quede bien ajustado, con el electrodo grande centrado sobre el ombligo y los dos electrodos más pequeños situados directamente entre los huesos de la cadera y las costillas.

OPMERKING: Wikkel de band strak om uw taille met het grote pad in het midden over uw navel en de twee kleinere pads precies tussen uw heupen en ribben.

NOTA: Avvolgere la cintura attorno alla vita in modo che sia aderente, con l'elettrodo grande in posizione centrale sull'ombelico e i due elettrodi piccoli collocati tra le ossa iliache e le costole.

NOTA: Coloque a cinta firmemente em volta da cintura, com o electrodo adesivo grande centrado sobre o umbigo e os dois electrodos adesivos mais pequenos directamente entre os ossos da anca e as costelas.

C

Operación
Verrichting

Funzionamento
Operação

6

Encienda la unidad
Schakel in het unit
Accendere l'unità
Ligue seu aparelho



NOTA: Este botón puede utilizarse para hacer una pausa en los ejercicios.

OPMERKING: Met deze knop kunt u hiermee de oefening pauzeren.

NOTA: Questo pulsante può essere utilizzato anche per interrompere momentaneamente l'esercizio.

NOTA: Este botão pode ser utilizado para fazer uma pausa no exercício.

7

Aumente la intensidad
Intensiteit verhogen
Aumentare l'intensità
Aumente a intensidade



NOTA: Aumente la intensidad a un nivel que le resulte cómodo.

OPMERKING: U kunt de intensiteit naar een voor u prettig aanvoelend niveau verhogen.

NOTA: Aumentare l'intensità a un livello accettabile.

NOTA: Aumente a intensidade para um nível que lhe seja confortável.

Notas De Funcionamiento

Werkende nota's

Note Di Funzionamento

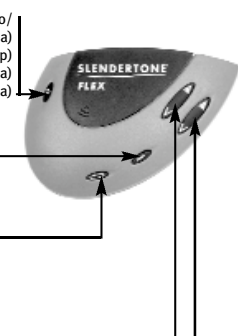
Notas Operando-se

Botón de encendido/
apagado (pausa)
Aan/uit-knop (pauzeknop)
Pulsante on/off (pausa)
Botão Ligar/Desligar (pausa)

Botón de información
Informatieknop
Pulsante Informazioni
Botão de informações

Botón de programas
Programmaknop
Pulsante Programmi
Botão dos programas

Botónes de intensidad
Intensiteitsknop
Pulsante intensità
Botão de intensidade



ESPAÑOL 1. Una vez terminada la sesión, la unidad se detendrá automáticamente.

2. Si desea detener momentáneamente la sesión antes de que haya finalizado el programa, pulse el botón de encendido/apagado brevemente. Para reanudar el programa pulse el botón brevemente otra vez.

3. Vuelva a colocar los plásticos protectores sobre la superficie negra de los electrodos a terminada de la sesión.

NEDERLANDS 1. Wanneer de sessie is afgelopen, stopt de unit automatisch.

2. Indien u de sessie wilt pauzeren voordat het programma is afgelopen, drukt u kort op de aan/uit-knop. Als u weer met het programma wilt doorgaan, drukt u nogmaals kort op de knop.

3. Plaats de beschermhoezen terug op de zwarte kant van de pads na afloop van de trainingssessie.

ITALIANO 1. Al termine della seduta l'unità si ferma automaticamente.

2. Se si desidera mettere in pausa la seduta prima del completamento del programma, premere il pulsante on/off brevemente. Per riavviare il programma, premere on/off di nuovo brevemente.

3. Riposizionare le coperture sui lati neri degli elettrodi a terminata de la sessione.

PORTUGUÉS 1. Quando a sessão terminar, o aparelho pára automaticamente.

2. Se desejar fazer um intervalo na sessão antes do programa terminar, prima levemente o botão Ligar/Desligar. Para reiniciar o programa prima novamente o botão Ligar/Desligar.

3. Volte a colocar as coberturas na superfície negra dos electrodos adesivos quando a sessão terminar.