

Használati útmutató

Intelligens tartásjavító hátpánt USB töltéssel

Köszönjük, hogy az intelligens tartásjavító hátpántot választotta! A készülék segít a helyes testtartás kialakításában azáltal, hogy finom rezgéssel figyelmeztet, ha hosszabb ideig helytelen testtartásban ül vagy áll.

A csomag tartalma

- 1 db intelligens tartásjavító hátpánt
 - 1 db USB töltőkábel
 - 1 db használati útmutató
-

A készülék részei

- Állítható vállpántok
 - Intelligens vezérlőegység
 - Be-/kikapcsoló gomb
 - Rezgő figyelmeztető funkció
 - USB töltőcsatlakozó
-

Első használat

1. Az első használat előtt töltsse fel teljesen a készüléket.
 2. Csatlakoztassa az USB-kábelt egy 5 V-os USB töltőhöz vagy számítógéphez.
 3. A teljes töltési idő körülbelül **2–3 óra**.
 4. Töltés után húzza ki a töltőkábelt.
-

A hátpánt felhelyezése

1. Vegye fel a hátpántot, mint egy hátizsákot.
2. Helyezze a központi egységet a lapockák közé.
3. Állítsa be a vállpántokat úgy, hogy kényelmesen, de stabilan illeszkedjenek.
4. A hátpánt ne szorítson, de ne is legyen laza.

Bekapcsolás

1. Tartsa lenyomva a bekapcsoló gombot kb. **2–3 másodpercig**.
2. Vegyen fel egy egyenes testtartást.
3. A készülék ezt tekinti alaphelyzetnek.

Működés

- Ha hosszabb ideig előreesik a váll vagy görnyedt testtartást vesz fel, a készülék finom rezgéssel figyelmeztet.
- Egyenes testtartás felvétele után a rezgés automatikusan megszűnik.
- A rendszer segít fokozatosan kialakítani a helyes testtartási szokásokat.

Kikapcsolás

A bekapcsoló gombot tartsa lenyomva néhány másodpercig, amíg a készülék kikapcsol.

Tisztítás

- A vezérlőegységet ne érje víz.
- A pántokat enyhén nedves ruhával tisztítsa.
- Ne használjon erős vegyszereket vagy oldószereket.
- Tárolás előtt hagyja teljesen megszáradni.

Biztonsági tudnivalók

- Nem helyettesíti az orvosi kezelést vagy gyógytornát.
 - Erős hát- vagy gerincfájdalom esetén használata előtt kérje ki orvosa véleményét.
 - Gyermkektől elzárva tartandó.
 - Ne használja sérült bőrön vagy nyílt seben.
 - Pacemaker vagy más beültetett elektronikus orvosi eszköz használata esetén konzultáljon kezelőorvosával.
-

Műszaki adatok

- **Termék:** Intelligens tartásjavító hátpánt
 - **Tápellátás:** Beépített újratölthető lítium akkumulátor
 - **Töltés:** USB (5 V)
 - **Töltési idő:** kb. 2–3 óra
 - **Üzemidő:** akár 10–15 nap (használatától függően)
 - **Figyelmeztetés:** intelligens rezgő funkció
 - **Méret:** állítható, univerzális
 - **Anyag:** könnyű, légáteresztő textil és ABS műanyag
-

Hasznos tanácsok

- Az első napokban napi **15–30 perc** használat ajánlott.
- A későbbiekben fokozatosan növelheti a viselési időt **1–2 órára**.
- A tartásjavító akkor a leghatékonyabb, ha rendszeres testmozgással és hátizom-erősítő gyakorlatokkal együtt használja.

Figyelem: Az intelligens tartásjavító a helyes testtartás kialakítását segíti elő, de nem minősül gyógyászati eszköznek, és nem helyettesíti az orvosi diagnózist vagy kezelést.