



MARC  PRO



USER MANUAL



THE BEST IN RECOVERY
AND PERFORMANCE

L9 REV. E

WSKAZANIA DO STOSOWANIA:

Marc Pro przeznaczony jest do stymulacji mięśni w celu poprawy kondycji lub ułatwienia ich pracy. Marc Pro nie jest przeznaczony do stosowania w terapii lub leczenia chorób czy schorzeń medycznych.

Zanim rozpoczniesz korzystanie z urządzenia Marc Pro przeczytaj uważnie niniejszą instrukcję obsługi. Koniecznie dokładnie zapoznaj się z rozdziałami „Ostrzeżenia” oraz „Warunki bezpieczeństwa” zawarte w instrukcji obsługi.

Marc Pro, Inc.

5702 Bolsa Ave.

Huntington Beach, CA 92649

Tel: (855) 627-2776

marcpro.com





Przeczytaj i odpowiedz na 10 poniższych pytań:

1. Czy masz rozrusznik serca, defibrylator lub inne wszczepione metalowe lub elektroniczne urządzenia?
2. Czy masz epilepsję?
3. Czy w ostatnim czasie doświadczyłeś ostrego urazu (mniej niż 6 months)?
4. Czy w ostatnim czasie miałeś wykonywany zabieg chirurgiczny (mniej niż 6 miesięcy)?
5. Czy zmagasz się z ograniczeniem krążenia krwi w kończynach dolnych?
6. Czy okolica, którą chcesz stymulować jest kontuzjowana lub występuje w niej jakakolwiek choroba i/lub jest monitorowana przez lekarza lub terapeutę?
7. Czy masz przepuklinę brzuszną lub pachwinową?
8. Czy cierpisz na chorobę nowotworową?
9. Czy jesteś w ciąży?
10. Czy masz dolegliwości lub schorzenia kardiologiczne?

Jeśli odpowiedziałeś “tak”, “może” lub “nie wiem” na którekolwiek pytanie, zrezygnuj z użytkowania urządzenia i skontaktuj się z Marc Pro po więcej informacji. Jeśli odpowiedziałeś “nie” na wszystkie 10 pytań, możesz korzystać z Marc Pro.

PRZECIWWSKAZANIA |

Nie używaj Marc Pro jeśli cierpisz na co najmniej jedno z poniższych schorzeń.

1. Rozrusznik serca, defibrylator lub inne wszczepione metalowe urządzenie elektroniczne.
2. Epilepsja.
3. Po ostrym urazie lub złamaniu.
4. Po niedawnych zabiegach chirurgicznych.
5. Zaawansowane niedokrwienie kończyn dolnych.
6. Przepuchlina brzuszna lub pachwinowa.
7. Nad lub w pobliżu raka lub zmian nowotworowych.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI |

1. Niektóre osoby mogą odczuwać podrażnienie skóry lub nadwrażliwość z powodu stymulacji elektrycznej lub medium przewodzącego prąd (żel).
2. To urządzenie należy przechowywać poza zasięgiem dzieci.
3. To urządzenie powinno być używane wyłącznie z przewodami, elektrodami i akcesoriami zalecanymi przez producenta.

OSTRZEŻENIA |

1. Długoterminowe skutki długotrwałego stosowania stymulacji elektrycznej nie są znane.
2. Stymulacji nie należy stosować na szyję. Może wystąpić silny skurcz mięśni, a skurcze mogą być wystarczająco silne, aby zamknąć drogi oddechowe lub spowodować trudności w oddychaniu. Stymulacja przez szyję może mieć również niekorzystny wpływ na rytm serca lub ciśnienie krwi.
3. Elektrody służące do stymulacji elektrycznej nie powinny być przykładane w poprzek klatki piersiowej, ponieważ wprowadzenie prądu elektrycznego do klatki piersiowej może spowodować zaburzenia rytmu serca.

4. Skutki stymulacji mózgu są nieznane. Stymulacji nie należy stosować w poprzek głowy, a elektrod nie należy umieszczać po przeciwnych stronach głowy.
5. Elektrody należy przykładać wyłącznie do normalnej, nieszkodzonej i czystej skóry. Nie powinny być nakładane na otwarte rany, obrzęki, zakażenia lub stany zapalne, czy wykwity skórne (zapalenie żył, zakrzepowe zapalenie żył, żyłaki itp.).
6. Elektrod nie należy udostępniać innym osobom. Każdy powinien mieć swój własny zestaw elektrod. W przeciwnym razie mogą wystąpić niepożądane reakcje skórne.
7. Elektrody samoprzylepne należy wymienić, jeśli nie przylegają do skóry.
8. Stymulacji nie należy stosować podczas kąpieli lub pod prysznicem.
9. Nie ustalono bezpieczeństwa stosowania w czasie ciąży.
10. Marc Pro nie powinien być używany podczas prowadzenia pojazdów, obsługiwanie maszyn lub wykonywania czynności, podczas których mimowolne skurcze mięśni mogą narazić użytkownika na niepotrzebne obrażenia.
11. Nie należy używać urządzenia w wilgotnym otoczeniu (sauna, hydroterapia itp.).
12. Należy zachować ostrożność w przypadku pacjentów z podejrzeniem lub rozpoznaniem problemów z sercem.
13. Należy zachować ostrożność podczas zakładania urządzenia na okolice narządów rodnych w czasie miesiączki.
14. Należy zachować ostrożność podczas nakładania urządzenia na obszary skóry, w których czucie jest zaburzone.
15. Eksploatacja w pobliżu terapii krótkofalowej lub mikrofalowej może powodować niestabilność napięcia na wyjściu urządzenia.

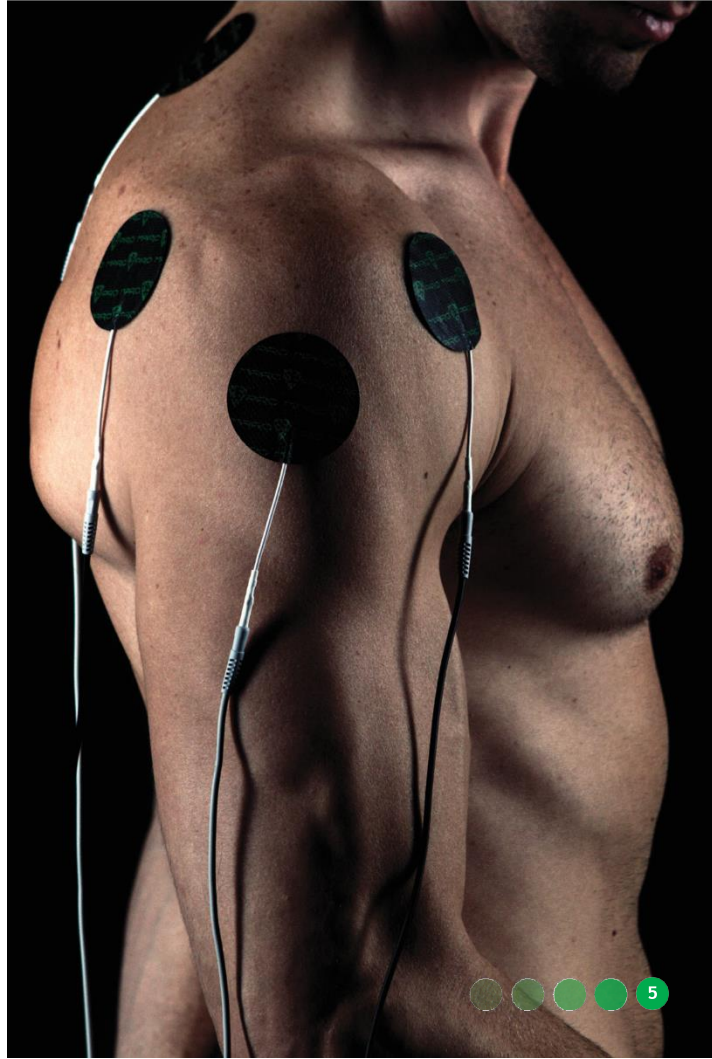
16. Jednoczesne podłączenie do sprzętu chirurgicznego może spowodować oparzenia w miejscu elektrod elektrostymulatora i ewentualne uszkodzenie urządzenia.
17. Aby zapewnić prawidłowe użytkowanie i ograniczyć możliwość zakłóceń, należy unikać umieszczania w pobliżu innych urządzeń elektromagnetycznych.

DZIAŁANIA NIEPOŻĄDANE |

1. Zgłaszano podrażnienia skóry i oparzenia pod elektrodami po zastosowaniu elektrod stymulacyjnych przykładanych do skóry.
2. Bóle głowy i inne bolesne odczucia zgłaszano podczas lub po zastosowaniu stymulacji elektrycznej stosowanej do głowy, twarzy i okolic oczu.

WSKAZANIA DO STOSOWANIA |

“Marc Pro” przeznaczony jest do stymulacji mięśni w celu poprawy kondycji lub ułatwienia ich pracy. Marc Pro nie jest przeznaczony do stosowania w terapii lub leczenia chorób czy schorzeń medycznych.



MARC PRO PRZEZNACZONY JEST DO STOSOWANIA NA ZDROWE MIĘŚNIE |

- Może być używany wyłącznie przez osoby dorosłe
- Należy przechowywać urządzenie poza zasięgiem dzieci.
- Zalecamy, aby kobiety w ciąży nie stosowały stymulatorów mięśni.

Marc Pro nie jest przeznaczony do terapii wspomagającej w leczeniu chorób i schorzeń jakiegokolwiek rodzaju.

- Marc Pro nie jest przeznaczony do mięśni dotkniętych chorobą i jego stosowanie na takich mięśniach jest przeciwwskazane.

NIGDY NIE STOSUJ MARC PRO NA|

- Obolałe mięśnie.
- Zaniki mięśniowe.
- Mięśnie ze skurczami.
- Mięśnie należące do kończyny z bolesnym lub uszkodzonym stawem.

NIE UŻYWAJ MARC PRO DLA|

- Reedukacji mięśniowej.
- Aby zapobiec lub opóźnić atrofię związaną z brakiem ruchu.
- Aby zapobiec zakrzepicy żyłnej.
- Aby utrzymać lub zwiększyć zakres ruchu.
- Na skurcze mięśni.
- Poprawy krążenia przy zaburzonym krążeniu.

Marc Pro wykorzystuje energię o częstotliwości radiowej tylko do swoich funkcji wewnętrznych. Jego emisje RF są bardzo niskie i prawdopodobnie nie będą powodować zakłóceń w pobliskim sprzęcie elektronicznym. Jeśli jakkolwiek znajdujący się w pobliżu sprzęt wykazuje oznaki nieprawidłowego działania, natychmiast przerwij korzystanie z Marc Pro.

NEVER APPLY THE STIMULATOR

Na szyi lub
w dowolnym
obszarze gardła



Po obu stronach
klatki piersiowej



Na głowie lub
dowolnej części
twarzy



Na lub w pobliżu
wszelkiego
rodzaju zmian
skórnych
i wykwitów



ZAWARTOŚĆ |

Dołączone materiały eksploatacyjne:

Marc Pro jest dostarczany z następującymi unikalnymi akcesoriami, opracowanymi w celu uzyskania optymalnych rezultatów:

- urządzenie Marc Pro P/N M4,
- 6 opakowań elektrod P/N 70011,
- 2 przewody doprowadzające P/N 51021 / 51022,
- 1 ładowarka P/N 51018,
- niniejsza instrukcja obsługi P/N 70012,
- etui ochronne P/N 70020,
- 1 butelka żelu eleosowego. P/N 30005.



Elektrody zamienne i akcesoria można kupić na stronie www.marcpro.com/store. W przypadku jakichkolwiek rozbieżności prosimy o kontakt.



STEROWANIE |

1. Pokrętła

Aby włączyć urządzenie obróć pokrętła zgodnie z ruchem wskazówek zegara, aż klikną i włączy się ekran. Aby zwiększyć intensywność, która ma maksimum „9.0”, obróć pokrętła w prawo. Aby zmniejszyć intensywność i/lub wyłączyć zasilanie obróć pokrętła w lewo. Urządzenie jest całkowicie wyłączone, gdy pokrętła klikną, a ekran zgaśnie. Każdy kanał jest kontrolowany niezależnie przez każde 1/4 pokrętła”.

2. Minutnik (timer)

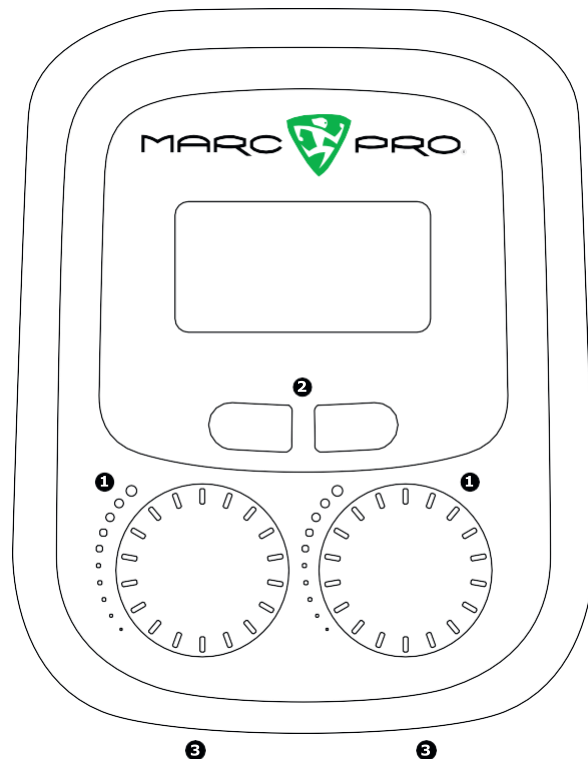
Przyciski timera znajdują się pod wyświetlaczem w obrysowanej części oznaczonej „TIMER”. Aby użyć timera naciskaj „SET”, aż na wyświetlaczu pojawi się żądany czas zabiegu, a następnie naciśnij „START/STOP”, aby uruchomić lub zatrzymać timer.

3. Gniazda wyjściowe

Gniazda wyjściowe znajdują się z przodu urządzenia. Bezpośrednio nad gniazdem kanału A znajduje się oznaczenie „A”, a bezpośrednio nad gniazdem kanału B jest oznaczenie „B”.

Niestandardowe złącze na urządzeniu ma kształt podobny do bocznej 8 lub symbolu ieskończoności, czyli $\frac{3}{4}$ ” od końca do końca. Po prostu włóż wtyczkę do gniazda urządzenia, gdy jest to pożądane (nie ma do osiągnięcia góra/dół ani polaryzacji).

Po więcej informacji na temat użytkowania i/lub zaleceń dotyczących urządzenia, elektrod lub innych akcesoriów sięgnij do części „Instrukcje” lub „Pielęgnacja Marc Pro”.



PIELĘGNACJA MARC PRO |

Użytkowanie & pielęgnacja elektrod

- Gdy elektrody (podkładki) nie są używane, zawsze umieszczaj je na plastikowym arkuszu i szczelnie zamknij w torebce.
- Zalecamy wymianę elektrod po 20 użyciach. Przewodnictwo będzie się zmniejszać z powodu gromadzenia sebum na elektrodach.
- Stare lub zużyte elektrody również mogą spowodować obniżenie komfortu stymulacji.
- Używaj wyłącznie elektrod dostarczonych przez firmę Marc Pro. Inne elektrody mogą stwarzać ryzyko nieodpowiednich właściwości elektrycznych stymulatora.
- Nie używaj tych samych elektrod na kilku różnych osobach.
- Nie wolno zanurzać elektrod w wodzie.
- Nie wolno nakładać na elektrody żadnego rozpuszczalnika.
- Zawsze zatrzymuj stymulator przed wyjęciem lub przesunięciem elektrod.
- Zawsze umieszczaj elektrody na suchej, czystej oraz wolnej od oleju / balsamu skórze.
- Jeśli używasz opcjonalnego żelu na bazie aloesu użyj niewielkiej ilości (wielkości około ziarnka grochu) pod każdą elektrodą. Wmasuj całkowicie w skórę przed umieszczeniem elektrody. Może to pomóc w zapewnieniu komfortowego i najsilniejszego sygnału.

ŁADOWANIE BATERII |

- Wskaźnik baterii jest wyświetlany na ekranie LCD po kliknięciu dowolnego pokręćła intensywności. Jeśli bateria jest pusta lub miga, urządzenie należy naładować przed dalszym użyciem.

Uwaga: Urządzenie można ładować w dowolnym momencie. Nie musisz czekać, aż będzie rozładowane.

- Aby naładować, podłącz ładowarkę z tyłu urządzenia i do gniazdka. Ładuj przez 8-12 godzin lub przez noc.
- Po zakończeniu ładowania zawsze pamiętaj, aby odłączyć ładowarkę. Jeśli zostanie pozostawiona, urządzenie nie będzie działać.
- W pełni naładowana bateria powinna wystarczyć na co najmniej 10 godzin użytkowania.

PARAMETRY |

Długość 15.24 cm | Szerokość 12 cm | Wysokość 5 cm | Waga 590 g



INSTRUKCJE |

Marc Pro ma dwa pokręta intensywności, z których każde po obróceniu zgodnie z ruchem wskazówek zegara ustawia się w pozycji „ON” i aktywuje ekran LCD oraz sygnał elektryczny.

Krok 1

Przed użyciem urządzenia należy upewnić się, że bateria jest naładowana. Wyjmij urządzenie z etui i kliknij na jedno z pokręteł (Intensity). Wskaźnik baterii powinien być częściowo lub całkowicie zapelniony. Jeśli wskaźnik baterii jest pusty lub miga, naładuj urządzenie (patrz „Ładowanie baterii”).

Krok 2

Upewnij się, że oba pokręta intensywności są w pozycji wyłączonej i że ładowarka jest odłączona od urządzenia.

Krok 3

Mając urządzenie ustawione przodem do siebie, wyjmij szare przewody i podłącz gumowe złącze do gniazda wyjściowego kanału A. Wyjmij czarne przewody i podłącz gumowe złącze do gniazda wyjściowego kanału B.

Krok 4

Wyjmij opakowanie elektrod i wyjmij je z torebki.

Krok 5

Podłącz 4 srebrne styki na końcach przewodów prowadzących do elektrod. Umieść elektrody na skórze zgodnie z wytycznymi dotyczącymi umieszczania elektrod.

Uwaga: Skóra powinna być czysta i sucha.

Krok 6

Przyjmij zrelaksowaną i nieruchomą pozycję (połóż się lub usiądź). Powinieneś czuć się komfortowo, a pracujące mięśnie powinny swobodnie kurczyć się bez oporu. Jeśli jesteś spięty i opierasz się skurczom lub znajdujesz się w pozycji, która powoduje znaczny opór, zabieg z Marc Pro nie przyniesie korzyści.

Krok 7

Gdy elektrody będą dobrze zamocowane, kliknij pokręta intensywności kanału A i B i powoli podkręcaj każde z nich, aby dostosować stymulację do swojej tolerancji. Poziom intensywności wynosi od 0 do 9 i jest

wyświetlany na ekranie LCD. Zaczynasz odczuwać delikatne, rytmiczne pulsowanie, które w miarę przekręcania pokręta będzie coraz mocniejsze. W większości obszarów wywołanie silnego i widocznego skurczu jest możliwe i pożądane. Intensywność należy zwiększać powoli – zwykle osiągnany jest poziom pomiędzy 6-9. Im wyższa intensywność, tym lepsze efekty. Jednak bardzo ważne jest, aby poziom sygnału mieścił się w granicach tolerancji.

*Pamiętaj: Dopóki intensywność nie wzrośnie powyżej Twojej tolerancji i nie będziesz opierać się skurczom, nawet bardzo silne i widoczne skurcze nie zmęczą Twoich mięśni, dlatego to idealne rozwiązanie do poprawy kondycji mięśni. Właśnie to sprawia, że technologia Marc Pro jest tak wyjątkowa.

Krok 8

Sesja powinna trwać 30-60 minut. Jeśli Marc Pro jest używany do regeneracji, sesje zwykle wykonywane są 1-2 razy dziennie, aż do pełnej regeneracji. W celu poprawy kondycji i wydajności zalecane jest regularne korzystanie ze stymulacji.

Proaktywne stosowanie Marc Pro (np. 1-2 razy dziennie, przez 3 lub więcej dni w tygodniu) zapewnia korzyści kondycyjne, które nie tylko pomagają mięśniom lepiej się regenerować, ale także osiągać lepsze wyniki.

Uwaga: W razie potrzeby można zastosować dłuższe sesje (1-4 godziny), aby uzyskać pożądane korzyści. Zmęczenie nie powinno być problemem, ale uważaj na podrażnienia skóry podczas dłuższych sesji.

Krok 9

Po zakończeniu sesji obróć oba pokręćła intensywności w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara, aż klikną w pozycji wyłączonej. Odłącz elektrody i przewody, a następnie umieść je z powrotem w pojemniku do przechowywania. Ważne, aby elektrody zostały umieszczone i szczelnie zamknięte w opakowaniu Ziploc, aby zapewnić ich pełną trwałość (patrz rozdział „Pielęgnacja elektrod”).



Dodatkowe informacje:

Podczas zabiegu możesz skorzystać z wbudowanego timera. Naciśnij przycisk „Set” (ustaw), aż na ekranie pojawi się żądany czas zabiegu, a następnie naciśnij „Start”, aby rozpocząć odliczanie.

UMIESZCZENIE ELEKTROD |

Urządzenie do wzmocniania mięśni Marc Pro zaprojektowane zostało tak, aby jego użytkowanie było proste i wygodne. Posiada dwa niezależne kanały (A i B) oraz samoprzylepne elektrody, które przyklejają się do skóry. Dwie elektrody podłączone do kanału A mogą być stosowane na jednym mięśniu lub grupie mięśni; podczas gdy osobne dwie elektrody podłączone do kanału B mogą być użyte do innego mięśnia lub grupy mięśni.

Ważne, aby zdać sobie sprawę, że rozmieszczenie elektrod nie jest nauką ścisłą. Nie przejmuj się zbyt dużą dokładnością punktów lub dokładnym dopasowaniem dowolnego diagramu. Marc Pro został zaprojektowany tak, aby był prosty w użyciu; nie musisz znać się na punktach motorycznych, punktach spustowych ani istotnej anatomii czy fizjologii. Twojej odczucia oraz to, jak twoje ciało reaguje jest najważniejsze przy wyborze najlepszego rozmieszczenia elektrod.

Aby rozpocząć, wybierz mięsień, który chcesz wzmocnić lub wspomóc jego regenerację.

Pomyśl o potencjalnym słabym ogniwie (co najpierw się męczy, a później regeneruje). Jeśli jest to pojedynczy mięsień, umieść elektrodę na jednym z jego końców lub powyżej i poniżej brzośca mięśnia (najszersza środkowa część mięśnia). Jeśli chcesz aktywować więcej niż jeden mięsień jednym kanałem, umieść jedną elektrodę na brzoścu każdego mięśnia.

Podłącz dwie elektrody do kanału A i powoli zwiększaj intensywność. Gdy mięsień zacznie się kurczyć i rozluźniać, będziesz mógł ocenić umiejscowienie elektrod. Jeśli docelowy mięsień dobrze się kurczy, to ich ułożenie jest prawidłowe. Jeśli mięsień nie kurczy się wystarczająco mocno lub wcale, powtórz proces, przesuwając elektrody, aż do uzyskania skurczu mięśnia docelowego. Nawet bardzo małe korekty (nawet o cm) w rozmieszczeniu elektrod mogą mieć znaczącą różnicę dla siły skurczów. Te niewielkie korekty mogą również mieć znaczący wpływ na to, które mięśnie są aktywowane.

Następnie możesz wykonać tę samą procedurę z elektrodami podłączonymi do kanału B.

Zwróć uwagę, że w zależności od umiejscowienia elektrod możesz dodatkowo wywołać skurcz dodatkowych mięśni, które nie były zaplanowane – to tylko zwiększy efekty. Korzyści będą obejmować dany obszar, ale skupione na mięśniach, które faktycznie kurczą się najbardziej.

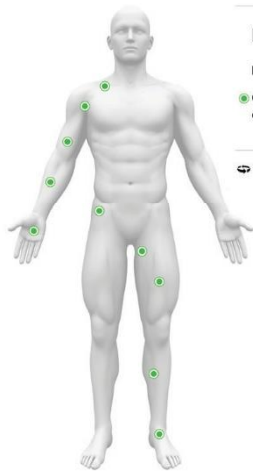
Poniższe schematy przedstawiają przykłady typowych i popularnych aplikacji elektrod. Zauważysz, że czasami jeden z kanałów Marc Pro jest używany, aby skupić się na stymulacji wybranego mięśnia, a w innych przypadkach jeden z kanałów Marc Pro będzie używany do jednoczesnej aktywacji wielu mięśni danej okolicy. Dla niektórych zastosowań konieczne jest skupienie się na małych, określonych obszarach, aby uzyskać pożądane rezultaty. Innym razem doskonale wyniki i wydajność można uzyskać poprzez stymulację wielu obszarów mięśniowych w tym samym czasie.

Pamiętaj, że poniższe diagramy to tylko przykłady i ogólne wytyczne dotyczące umieszczania elektrod. Idealne rozmieszczenie elektrod powinno uzględniać to, jakie mięśnie chcesz wspierać oraz to, jakie są twoje odczucia podczas korzystania z urządzenia

ABY ZAPOZNAĆ SIĘ Z VIDEO ORAZ INTERAKTYWNYMI WSKAZÓWKI DOTYCZĄCYMI ROZMIESZCZENIA ELEKTROD ODWIEDŹ MARCPRO.COM

RECOVERY + CONDITIONING
MARC PRO & MARC PRO PLUS

PAIN CONTROL
MARC PRO PLUS



Electrode Placement

Recovery + Conditioning

- Click on a muscle group to reveal electrode placement diagrams and videos

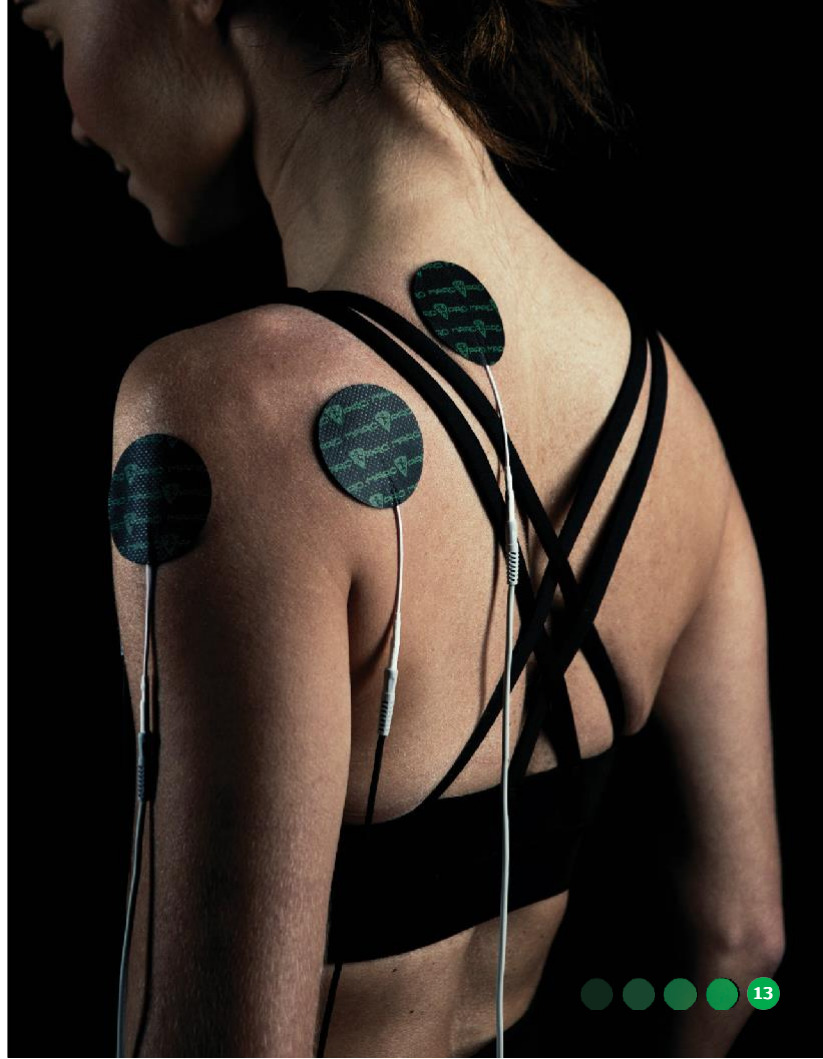
VIEW BACK MUSCLE GROUPS

VIDEO

TEXT

READ THE MARC PRO USER MANUAL

READ THE MARC PRO PLUS USER MANUAL



OPTIMALIZACJA EFEKTÓW |

Pozycja:

Upewnij się, że nie ma oporu przed skurczami mięśni podczas stymulacji. Przyjmij wygodną i zrelaksowaną pozycję, w której mięsień może kurczyć się tak swobodnie, jak to możliwe. Dla nóg idealna jest pozycja leżąca. W przypadku pleców i ramion spróbuj pochylić się lub położyć, aby nie napinać tych mięśni w pozycji pionowej.

Kiedy używać:

Krótką 10-20 minutową sesję przed aktywnością może być świetną rozgrzewką. Natomiast, aby uzyskać najlepsze efekty regeneracyjne uruchom Marc Pro wkrótce po zakończeniu aktywności lub przed końcem dnia. Korzystanie z Marc Pro następnego dnia lub w dowolnym momencie po pojawieniu się bolesności również będzie skuteczne, jednak osiągnięcie tych samych rezultatów zajmie więcej czasu. Aby poprawić kondycję i zapobiegać dolegliwościom używaj Marc Pro na docelowych mięśniach co najmniej trzy razy w tygodniu, przez co najmniej 30 minut podczas każdej sesji.

Jak długo i jak często:

Najlepszym sposobem, aby zaobserwować lepsze efekty jest dłuższe i/lub częstsze używanie Marc Pro.

Nie ma uniwersalnego schemata regeneracji. Czasami wystarczy 20-30 minut, a innym razem lepsze efekty da kilkugodzinny zabieg. Marc Pro nie męczy mięśni, niezależnie od czasu trwania stymulacji, ale zapewnia wygodę użytkowania (np. jeśli oglądasz dwugodzinny film, nie musisz zatrzymywać Marc Pro po 30 minutach, a jedynie w razie potrzeby zmniejszyć intensywność).

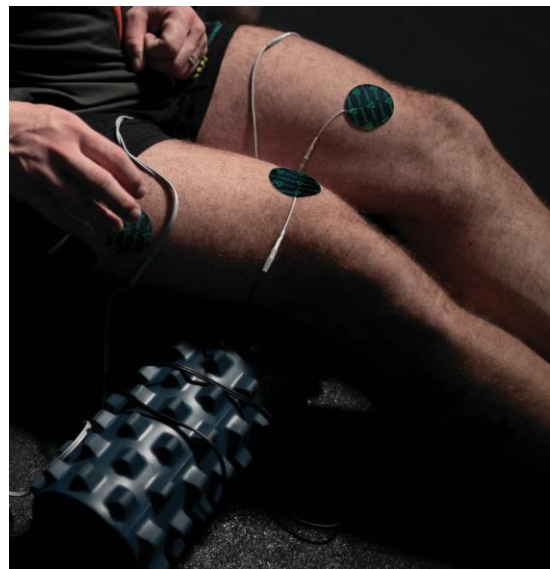
Ułożenie elektrod:

Korzystaj z instrukcji i przykładów online, ale nie stosuj ich bezkrytycznie. Upewnij się, że mięśnie docelowe się kurczą. Jeśli mięśnie docelowe nie są aktywowane lub aktywacja nie jest wystarczająco silna, zmień położenie elektrod, aby znaleźć optymalne. Niewielka korekta może mieć duże znaczenie dla aktywacji mięśni.

Przygotowanie skóry

Umieść elektrody na czystej, suchej i nieuszkodzonej skórze. Usuwanie włosów nie jest konieczne, ale może pomóc jeśli występuje problem z przyczepnością, lub siłą sygnału. Chociaż urządzenie powinno sprawiać wrażenie

silnego i intensywnego, nie powinno być w żaden sposób ostre ani gryzące. Jeśli tak się stanie, najpierw sprawdź stan elektrod i wymień je, jeśli są nadmiernie zużyte. Następnie wypróbuj nieco inną pozycję elektrody. Niewielkie przesunięcie (nawet o cm lub dwa) może wyeliminować nieprzyjemne uczucie na skórze. Aby zwiększyć komfort możesz również wetrzeć w skórę pod elektrodami niewielką ilość żelu na bazie aloesu.



COMMON ELECTRODE PLACEMENTS

REGENERACJA, KONDYCJA I WYDAJNOŚĆ MIĘŚNI

MIĘŚNIE CZWOROGŁOWE UD



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	6+	6+

USTAWIENIA



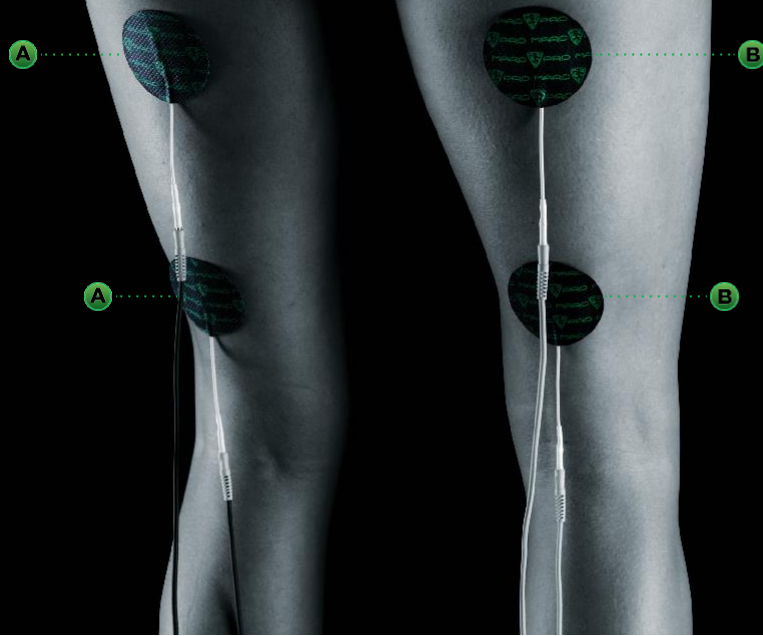
ŁYDKI



USTAWIENIA

KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	7+	7+

MIĘŚNIE KULSZOWO - GOLENIOWE



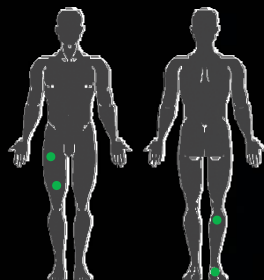
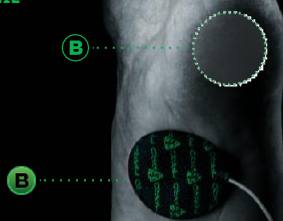
KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	5+	5+

USTAWIENIA



CAŁA KOŃCZYNA DOLNA

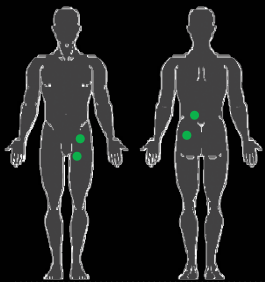
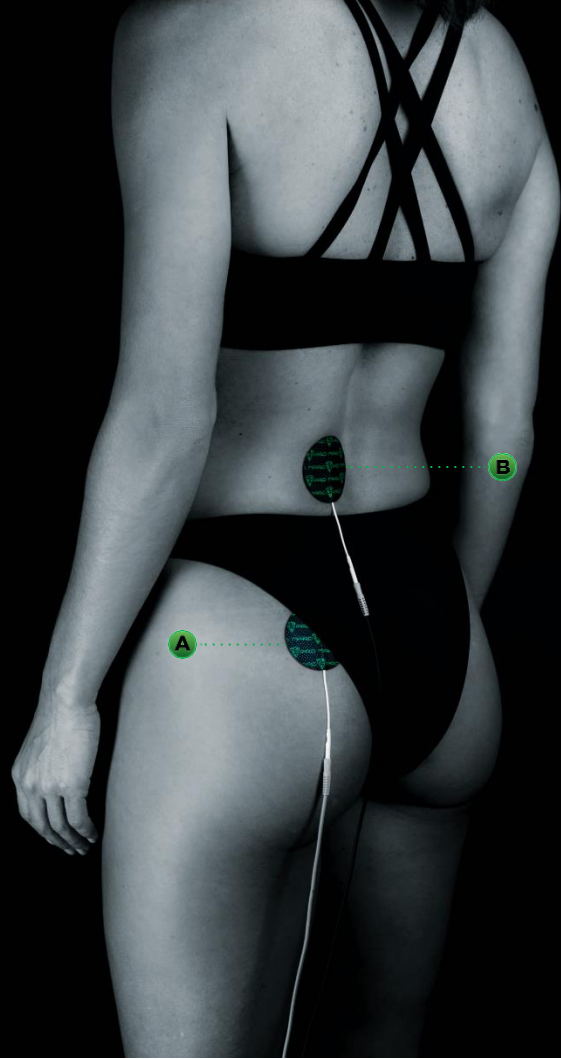
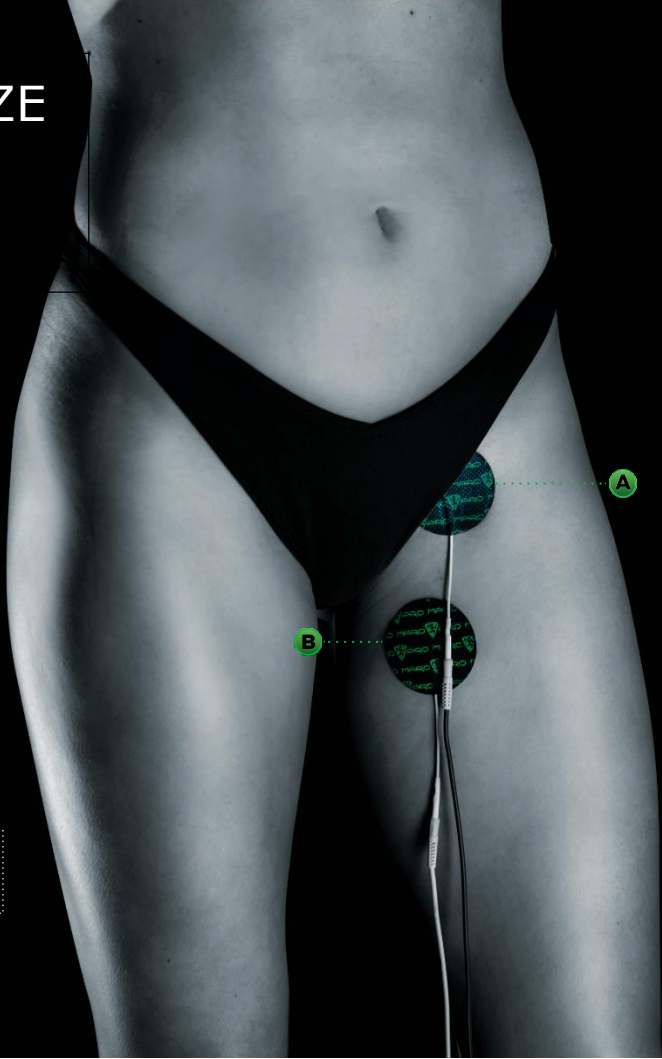
ALTERNATYWNE
UŁOŻENIE



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	5+	7+



ZGINACZE BIODRA

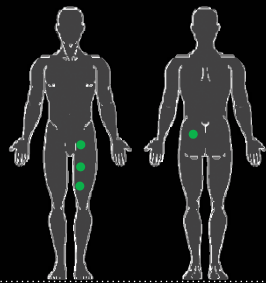


KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	4+	4+

USTAWIENIA

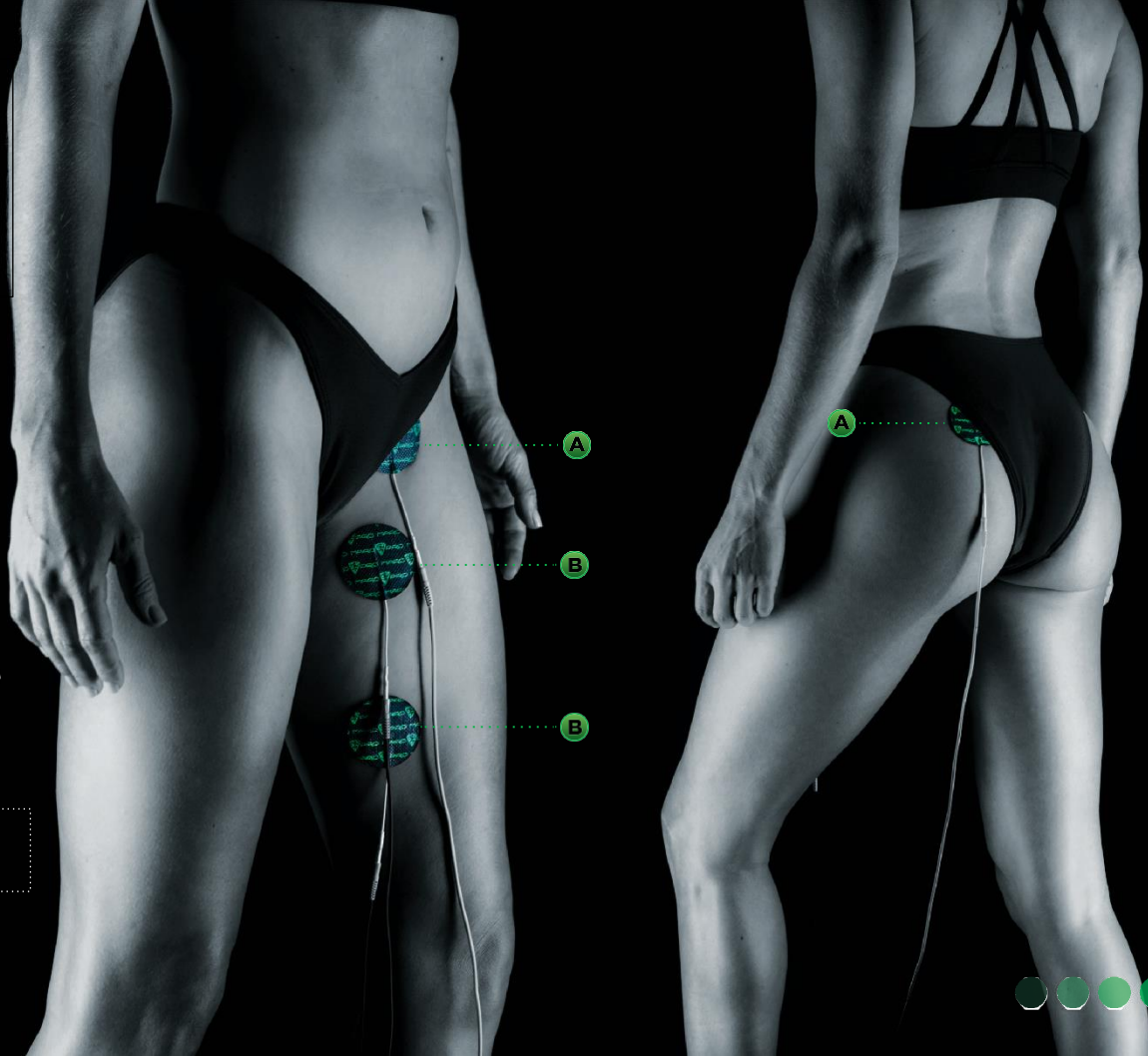


PACHWINA

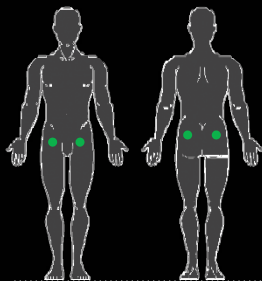


KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	4+	4+

USTAWIENIA



POŚLADKI

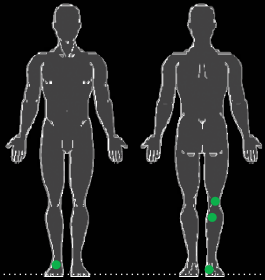


KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	5+	5+

USTAWIENIA



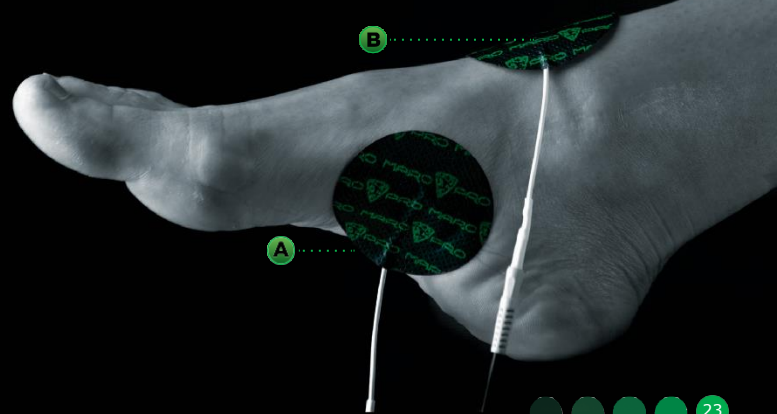
DOLNA CZEŚĆ KOŃCZYNY DOLNEJ – UNIWERSALNA APLIKACJA



A

KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	7+	5+

USTAWIENIA



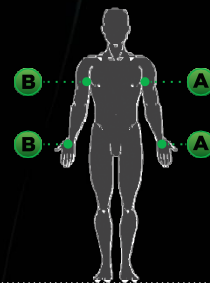
GLOBALNA REGENERACJA KOŃCZYN GÓRNYCH

UŻYJ KANAŁU B NA PRAWĄ KOŃCZYNĘ

A

A

Wewnętrzna część ranienia między bicipsem, a tricipsem na wprost krawędzi pachy.

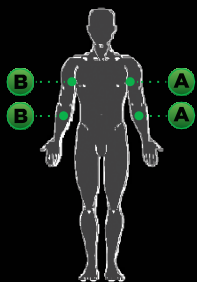


KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	7+	5+

USTAWIENIA

ŚRODKOWA CZĘŚĆ KOŃCZYNY GÓRNEJ

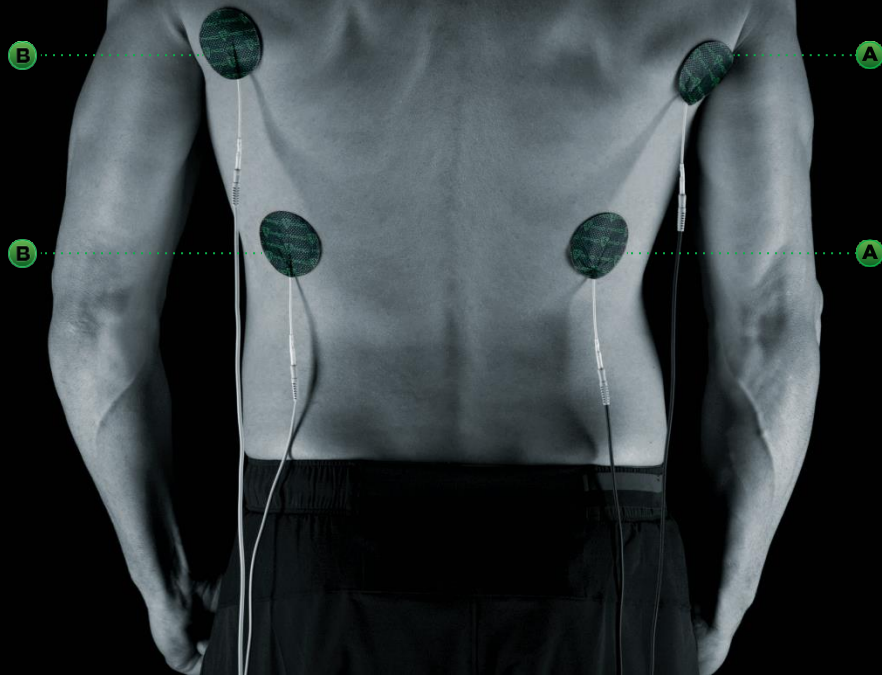
UŻYJ KANAŁU A NA LEWĄ KOŃCZYNĘ



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	4+	4+

USTAWIENIA

NAJSZERSZE GRZBIETU



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	5+	5+

USTAWIENIA



BARKI I RAMIONA



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOSĆ	4+	+4

USTAWIENIA

Wewnętrzna część ramienia między bicipsem, a tricipsem na wprost krawędzi pachy.

CAŁA KOŃCZYNA GÓRNA



A



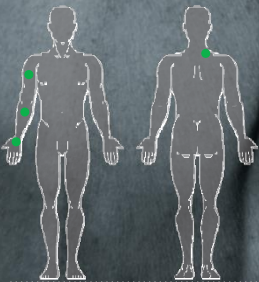
B



B



A



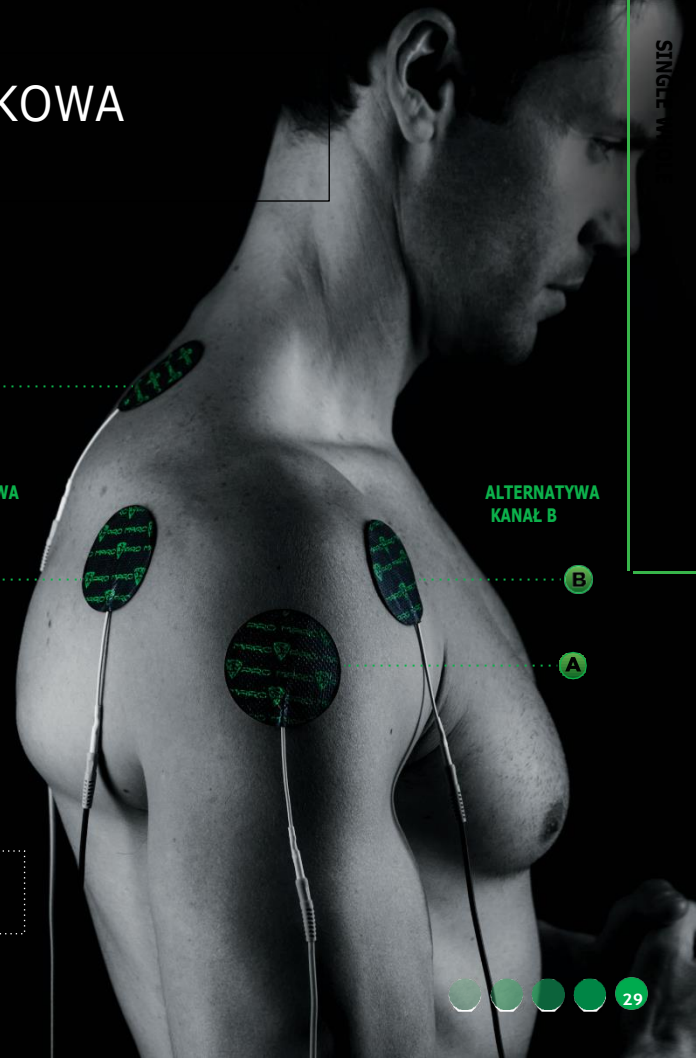
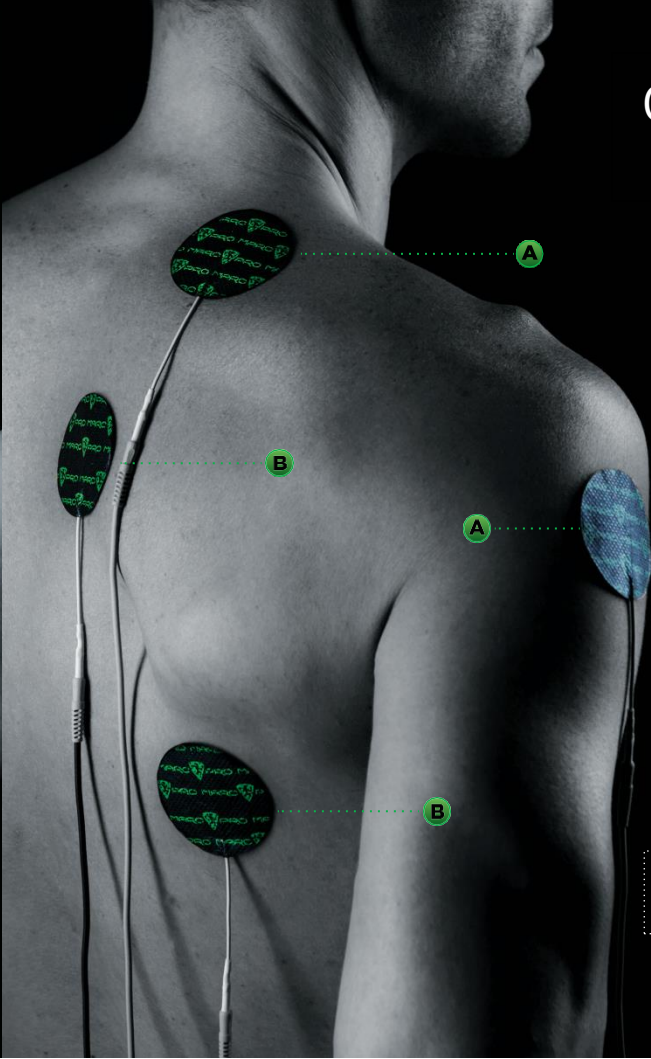
KANAŁ A B

INTENSYWNOŚĆ 4+ 4+

USTAWIENIA

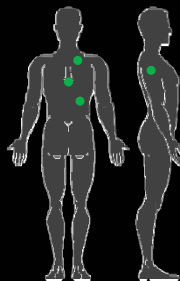


OBRĘCZ BARKOWA



ALTERNATYWA
KANAL B

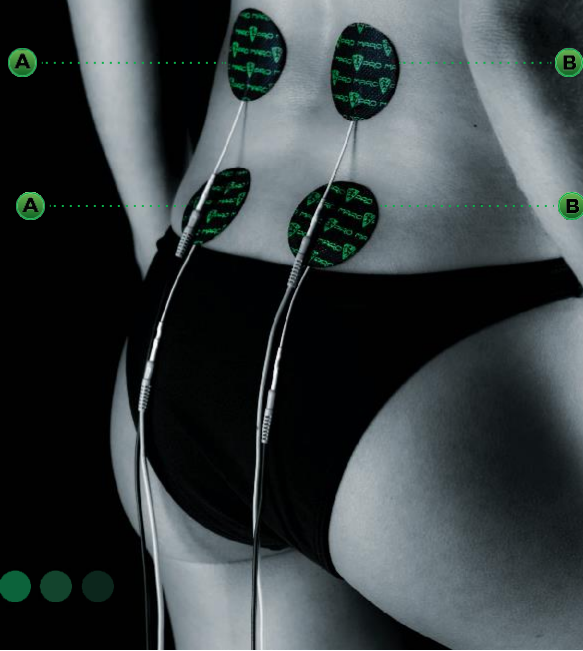
ALTERNATYWA
KANAL B



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	4+	4+

USTAWIENIA

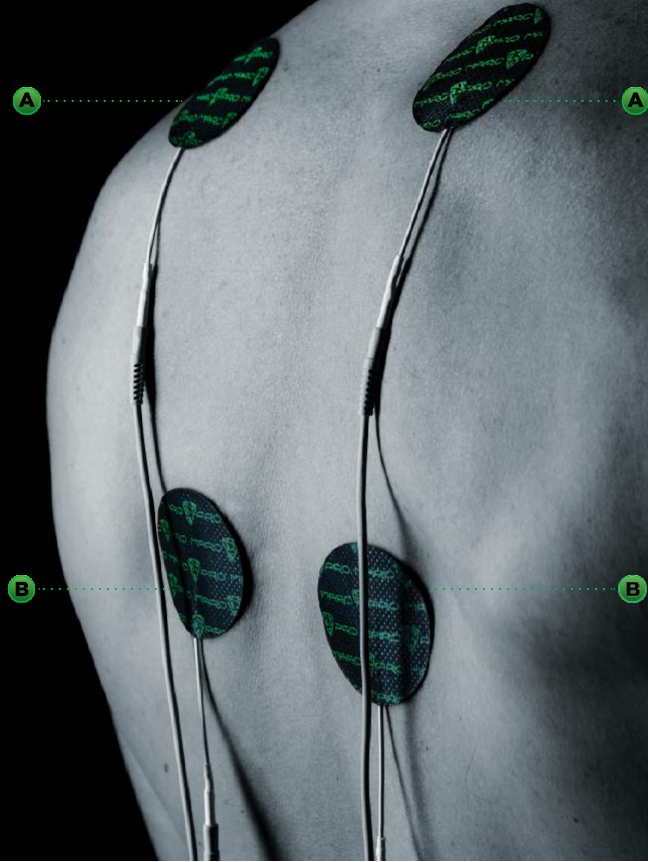
LĘDŹWIE



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	6+	6+

USTAWIENIA

MIĘŚIŃ CZWOROBOCZNY I ODCINEK PIERSIOWY



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	4+	5+

USRAWIENIA

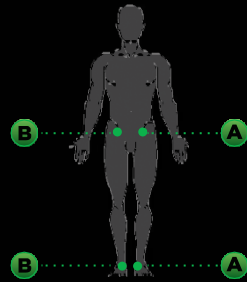


TIME EFFICIENT ELECTRODE PLACEMENTS

ZABIEGI NA KILKA RÓŻNYCH OBSZARÓW

Poniższe przykłady wskazują, w jaki sposób można aktywować więcej grup mięśniowych w tym samym czasie, co może być pomocne przy konieczności wsparcia licznych obszarów. To kompromisowe rozwiązanie, w którym każda grupa mięśni jest stymulowana w mniejszym stopniu, niż w poprzednich przykładach (przy skoncentrowanym obszarze docelowym). W pewnym stopniu może to spowolnić lub zmniejszyć korzyści, jednak każdy użytkownik jest inny i może reagować odmiennie na stymulację.

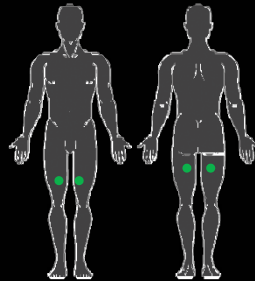
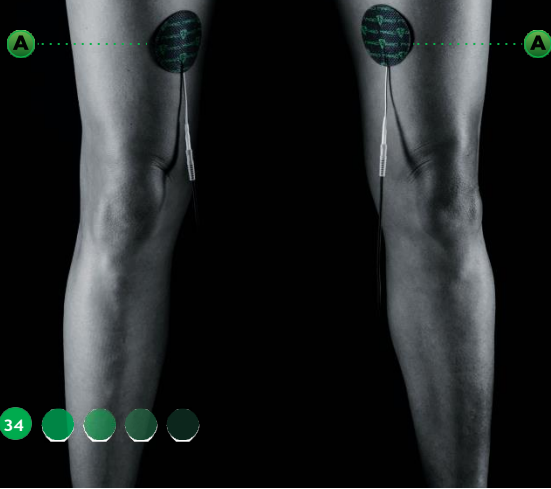
GLOBALNA REGENERACJA NÓG



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	6+	6+

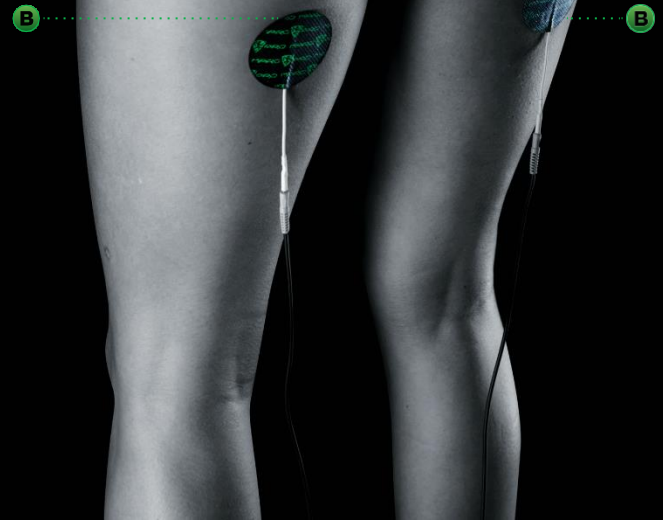
USTAWIENIA

MIĘŚNIE CZWOROGLÓWE I KULSZOWO-GOLENIOWE

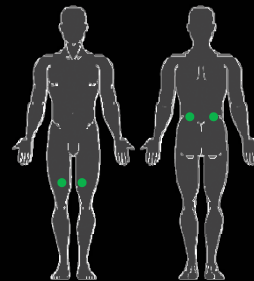
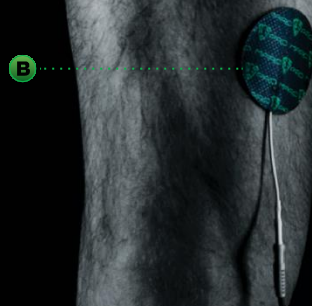
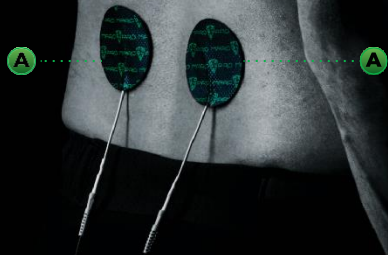


KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	6+	6+

USTAWIENIA

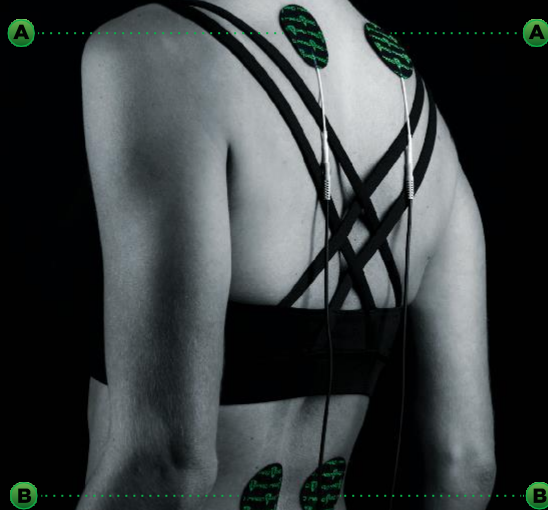


ŁĘDŹWIE I MIĘŚNIE CZWOROGLÓWE



KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	6+	6+

MIĘŚNIE CZWOROBOCZNE I LĘDŹWIE



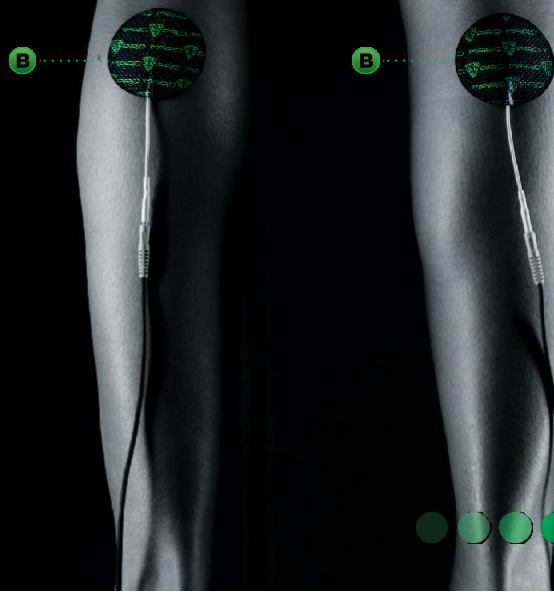
KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	4+	6+

MIĘŚNIE CZWOROGŁOWE I ŁYDKI



USTAWIENIA

KANAŁ	A	B
INTENSYWNOŚĆ	6+	7+



MIXING AND MATCHING GUIDELINES

Twoje potrzeby i reakcje podczas stymulacji powinny być decydujące przy doborze najlepszego rozmieszczenia elektrod. Pamiętaj, że kanały A i B są całkowicie niezależne. Kanał A może być używany na jednym mięśniu lub grupie mięśni, podczas gdy kanał B może być w tym samym czasie stosowany na innym obszarze. Dla przykładu – kanał A może być używany na mięśniach lewego ramienia; podczas gdy kanał B może być stosowany do stymulacji mięśni dolnej części pleców lub łydki. Dopuszczalna jest każda połączenie i dopasowanie, które pomaga osiągnąć cele związane poprawą kondycji mięśni.



Po więcej informacji, wskazówek oraz najlepszych praktyk odwiedź www.marcpro.com

Rozwiązywanie problemów:

Jeśli wskaźnik baterii zacznie migać podczas zabiegu oznacza to, że poziom naładowania baterii jest niski. Zatrzymaj sesję zabiegową i naładuj urządzenie.

Jeśli sygnał jest słaby lub przerywany:

- Sprawdź, czy wszystkie elektrody dobrze przylegają do skóry.
- Być może nadszedł czas na zmianę zestawu elektrod na nowe (patrz „Pielęgnacja elektrod”).
- Spróbuj w pełni naładować baterię.

Jeśli urządzenie jest włączone, a ekran LCD się nie włącza, sprawdź, czy ładowarka jest odłączona od urządzenia. Upewnij się również, że bateria jest naładowana.

Jeśli zostało to zrobione i nie nastąpiła zmiana lub jeśli urządzenie nie utrzymuje 10-godzinnego czasu pracy na jednym naładowaniu należy skontaktować się z Mark Pro. Być może konieczna jest wymiana baterii.

Specyfikacja techniczna:

- + Napięcie 0-35V
- + Częstotliwość 2Hz
- + Czas trwania impulsu 5ms; 1ms przy 50% maksymalnej amplitudy
- *testy przeprowadzone pod obciążeniem 1K
- + Przepływ prądu 0-35mA
- + Przebieg dwufazowy

Czyszczenie urządzenia:

Do czyszczenia urządzenia Marc Pro używaj szmatki i środka czyszczącego na bazie alkoholu, który nie zawiera rozpuszczalników.

Przechowywanie i transport

Marc Pro zawiera akumulatory. Warunki przechowywania nie mogą przekraczać następujących wartości:

- Temperatura przechowywania: od -20° C do 45° C Max.
- wilgotność względna: 75%
- Ciśnienie atmosferyczne: od 700 hPa do 1060 hPa



Zwróć uwagę na instrukcję obsługi!

Utylizacja:

Ze względu na ochronę środowiska należy odpowiednio utylizować urządzenie, baterię i akcesoria.

Część aplikacyjna typu AB



NOTATKI:

NOTATKI:

NOTATKI:

DYSTRYBUCJA I WYNAJEM



Strefa Regeneracji S.A.
Ul. Boya-Żeleńskiego 25
35-105 Rzeszów
www.strefaregeneracji.pl