



MARQUE : SLENDERTONE
REFERENCE : CEINTURE CONNECT ABS
CODIC : 4157648



NOTICE



SLENDERTONE®

Connect Abs

www.slendertone.com

Or call your local Customer Care Line:

United Kingdom: 0345 070 77 77
Republic of Ireland: 1890 92 33 88
USA / Canada: 1-800-551-2443
France: 0810 34 74 50
Deutschland: 0800 100 2832
España: 900 994 467
Italia: 0800 928 388
International: +353 94 902 9936

info@slendertone.com

Designed by & Manufactured for:

Bio-Medical Research Ltd., Parkmore Business Park West, Galway, Ireland.

Copyright © 2015 Bio-Medical Research Ltd. All rights reserved.

SLENDERTONE is a registered trade mark of BMR Ltd.

Part No.: 2400-6000 Rev.: 4 Issue Date: 15/11 Type: 570

Distributed by:

Slendertone Distribution, Inc.

PO Box 5179

Hoboken, NJ 07030.

US patent numbers 6.728.577 and 6.760.629.

SLENDERTONE®

Connect Abs

Instruction Manual
Mode D'emploi
Bedienungsanleitung
Instrucciones de Uso
Istruzioni per l'Uso

Check your smart device compatibility on www.slendertone.com/compatibility

www.slendertone.com

Bienvenue dans le monde de SLENDERTONE CONNECT ABS

SLENDERTONE CONNECT ABS est un système innovant de tonification musculaire interactive. En associant la puissance du système de renforcement abdominal SLENDERTONE et la polyvalence de votre smartphone/tablette, ce produit révolutionne le concept du travail musculaire à domicile.

Téléchargez l'application SLENDERTONE CONNECT ABS, complétez votre profil et enregistrez votre unité pour accéder à une expérience entièrement interactif. Vous y trouverez par exemple des programmes d'entraînement adaptés à vos besoins, des objectifs hebdomadaires et un outil de suivi qui vous incite à vous dépasser et même à défier d'autres utilisateurs, afin d'améliorer constamment vos résultats.

La ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS est ergonomique et a été conçue pour que vous puissiez l'utiliser où vous voulez, quand vous voulez. Très fine et très discrète, elle peut être portée sous les vêtements et vous pouvez l'activer dès que vous le souhaitez : à la maison, en balade ou même au bureau.

Remarques :

- Vous pouvez démarrer et piloter une séance SLENDERTONE CONNECT ABS sans smartphone/tablette, en utilisant simplement les boutons situés à l'avant de l'unité.
- Pour obtenir un résultat optimal, nous recommandons de procéder à au moins quatre séances par semaine.

Important

Vérifiez la compatibilité

Avant de paramétrer votre ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS, assurez-vous que votre smartphone/tablette est compatible. SLENDERTONE CONNECT ABS utilise la technologie de réseau privé sans fil Bluetooth® Smart. Votre smartphone/tablette doit posséder cette fonction, faute de quoi il ne pourra pas être utilisé avec la ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS.

Pour connaître les smartphone/tablettes compatibles avec le système SLENDERTONE CONNECT ABS, consultez notre site Internet www.slendertone.com/compatibility

Controler vos sessions de tonification

Bien que généralement vous utilisez votre smartphone ou tablette pour contrôler vos séances de tonification, il peut y avoir des moments où votre dispositif est indisponible, par exemple, lorsque la batterie est à plat ou lorsque l'appareil est hors de portée. Pour vous assurer que vous puissiez toujours contrôler vos séances de tonification en toute sécurité, les boutons sur l'unité de contrôle vous permettent de régler l'intensité, de mettre l'appareil en pause ou de désactiver la stimulation. Ces contrôles intégrés ont la priorité sur les contrôles d'applications.

Indications, Contre-Indications, Avertissements et Précautions

Votre produit SLENDERTONE peut être utilisé par tout adulte en bonne santé. Cependant, comme pour toute activité physique, il convient de respecter certaines précautions, telles que mentionnées ci-dessous. Veuillez également lire attentivement le mode d'emploi avant toute utilisation. Certains des points ci-après concernent les femmes uniquement.

Indications :

La ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS est conçue pour stimuler les muscles sains afin d'améliorer ou de faciliter les performances musculaires. Ce dispositif est recommandé pour améliorer le tonus musculaire abdominal, renforcer les muscles abdominaux, et raffermir l'abdomen.

Contre-indications :

- Vous ne devez pas utiliser ce dispositif si vous êtes porteur d'un implant électronique (ex. : stimulateur ou défibrillateur cardiaque) ou si vous souffrez d'un quelconque problème cardiaque.
- Vous ne devez pas utiliser ce dispositif si vous portez un autre type d'implant abdominal. La sécurité de l'utilisation de stimulateurs musculaires électroniques sur des implants abdominaux n'a pas été établie.
- Vous ne devez pas utiliser ce dispositif pendant la grossesse. La sécurité d'emploi des stimulateurs musculaires électriques pendant la grossesse n'a pas été établie.
- Vous ne devez pas utiliser ce dispositif si vous souffrez d'un cancer ou d'épilepsie, ou si vous faites l'objet d'un suivi médical pour des troubles cognitifs.
- Vous ne devez pas utiliser ce dispositif à proximité (c'est-à-dire à moins d'un mètre) d'un équipement médical à ondes courtes ou à micro-ondes car cela peut perturber le fonctionnement de l'unité.
- Vous ne devez pas utiliser ce dispositif si cela suppose de placer les électrodes sur des zones où sont par ailleurs administrés des médicaments, par exemple un traitement hormonal, que ce soit en injection ou en perfusion.
- Si vous utilisez ce dispositif alors que vous êtes en même temps relié(e) à un équipement chirurgical à haute fréquence, cela peut provoquer des brûlures à l'emplacement des électrodes et endommager l'unité.

Avertissements :

- Les effets à long terme de la stimulation électronique récurrente ne sont pas connus.
- Le produit ne doit pas être utilisé pendant le sommeil.

Lorsque vous appliquez les électrodes et la ceinture, veuillez respecter les consignes suivantes :

- Placez les électrodes et la ceinture UNIQUEMENT sur l'abdomen, comme indiqué dans ce mode d'emploi.
- La stimulation ne doit pas être appliquée sur la tête, les yeux, la bouche, le cou (notamment au niveau du sinus carotidien), le thorax, le haut du dos ou d'une manière pouvant atteindre le cœur.
- L'application de stimulation sur ou près du thorax peut accroître le risque de fibrillation cardiaque.
- Évitez d'appliquer la stimulation sur ou à proximité de lésions cancéreuses.
- Évitez d'appliquer la stimulation sur des cicatrices récentes, une peau lésée ou irritée, une zone infectée ou présentant de l'acné, en cas de thrombose ou d'autres problèmes vasculaires (ex. : varices), ou sur des régions du corps où la sensibilité est réduite.
- Évitez les zones ayant subi une blessure ou dont l'amplitude de mouvement est restreinte (ex. : fractures ou entorses).
- Évitez de positionner les électrodes directement sur des implants métalliques.

Veillez respecter les délais suivants avant d'utiliser le système SLENDERTONE CONNECT ABS :

- Au moins six semaines après un accouchement (et après avis médical).
- Au moins trois mois après une césarienne (et après avis médical).
- Un mois après la pose d'un dispositif intra-utérin (stérilet).
- Après la fin de règles abondantes.

Précautions:

Veillez lire les informations suivantes avant d'utiliser le système SLENDERTONE CONNECT ABS :

- SLENDERTONE CONNECT ABS ne doit pas être utilisé dans l'eau ou dans un environnement humide, notamment la baignoire, la douche, le spa ou la piscine.
- Il convient d'agir avec précaution dans les cas suivants:
 - en cas de risque d'hémorragie après un traumatisme aigu ou une fracture;
 - après une intervention chirurgicale récente lorsque la stimulation électronique peut gêner le processus de cicatrisation;
 - sur des zones de peau où les sensations sont altérées.
- Votre produit SLENDERTONE n'est pas conçu pour une utilisation médicale, pour le traitement d'une maladie, ni pour obtenir une modification physique permanente.
- Laissez toujours l'unité refroidir pendant deux (2) heures entre les séances de stimulation. Lors d'une utilisation normale, l'unité génère une petite quantité de chaleur. Les résultats des tests effectués ont indiqué que dans des conditions extrêmes, cela peut entraîner une hausse de la température de 3 °C maximum sous la ceinture, au niveau de l'unité. Lorsque la température ambiante est élevée (avoisinant 40 °C), veillez à limiter votre utilisation du dispositif.

Vous devez consulter votre médecin ou votre kinésithérapeute avant d'utiliser la ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS dans les cas suivants :

- Vous souhaitez utiliser la ceinture alors que vous avez des problèmes de dos. Dans ce cas, vous devez limiter l'intensité de la stimulation.
- Vous souffrez d'une maladie ou d'une lésion grave, non mentionnée ici.
- Vous avez tendance à présenter des hémorragies internes, comme à la suite d'une blessure ou d'une fracture.
- Vous êtes diabétique et prenez de l'insuline.
- Vous souffrez de troubles musculaires ou articulaires.
- Vous utilisez le dispositif dans le cadre d'un programme de rééducation.

Si vous devez repositionner la ceinture ou les électrodes pendant une séance :

- Mettez systématiquement en pause le programme en cours, décrochez la ceinture et raccrochez-la après avoir remis en place les électrodes.

Contactez le service consommateur local (voir page 6) dans les cas suivants :

- Votre produit ne fonctionne pas correctement. Ne l'utilisez plus en attendant d'en savoir plus.
- Vous développez une irritation, une réaction cutanée, une hypersensibilité ou tout autre événement indésirable. Veuillez noter cependant qu'une rougeur cutanée peut apparaître sous les électrodes et perdurer quelque temps après une séance.

Remarque :

- Un traitement efficace ne doit provoquer aucune gêne excessive.

Important :

- Conserver le produit hors de portée des enfants.
- Les pastilles et les électrodes ne doivent pas entrer en contact avec d'autres objets.
- N'utilisez pas votre système SLENDERTONE CONNECT ABS en même temps qu'un autre dispositif qui envoie un courant électrique dans le corps (ex. : un autre stimulateur musculaire).
- Arrêtez d'utiliser la ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS si vous éprouvez des étourdissements ou si vous vous évanouissez. Dans ce cas, consultez votre médecin.
- N'activez pas le système tant qu'il n'est pas correctement inséré dans la housse de la ceinture (à l'exception de l'appareillage)
- Ne touchez pas les électrodes ou les pastilles métalliques avec vos doigts lorsque l'unité est allumée.
- N'utilisez pas la ceinture lorsque vous conduisez, utilisez des machines ou roulez à vélo.
- Afin d'éviter tout risque d'étouffement, conservez les électrodes et les emballages hors de portée des enfants.
- Pour des raisons d'hygiène, la ceinture et les électrodes ne doivent être utilisés que par une seule personne. Ne prêtez pas votre ceinture ou vos électrodes.
- La stimulation musculaire ne doit pas provoquer un effort musculaire exagéré. Vous ne devez jamais aller au-delà de vos limites.
- Vous ne devez pas utiliser SLENDERTONE CONNECT ABS si vous portez un piercing sur ou dans le nombril. Enlevez votre piercing avant de débiter une séance.
- SLENDERTONE décline toute responsabilité si les consignes et instructions fournies avec le produit ne sont pas respectées.
- Bien que ce dispositif soit conforme aux normes en vigueur pour la compatibilité électromagnétique, il est susceptible d'interférer avec des équipements particulièrement sensibles. Dans ce cas, vous devez éloigner la ceinture ou l'éteindre.
- Conserver le produit hors de portée des animaux familiers ou indésirables.

Réactions indésirables pouvant se produire :

- Quelques réactions cutanées isolées ont été signalées par des personnes utilisant des dispositifs de stimulation musculaire, notamment des allergies, un rougissement prolongé de la peau et l'apparition d'acné.
- En présence d'une réaction allergique persistant pendant plusieurs heures, vous devez arrêter d'utiliser le produit car il est probable que vous ne le supportez pas.
- Très rarement, des utilisateurs d'un dispositif de stimulation électrique ont signalé des étourdissements ou des évanouissements. Nous vous recommandons par conséquent d'utiliser le produit en position assise, le temps de vous habituer aux sensations qu'il provoque. Lors de la première utilisation, la stimulation musculaire peut provoquer une sensation inhabituelle. Nous vous recommandons de débiter avec une intensité de stimulation minimale afin de vous habituer à cette sensation, puis d'augmenter progressivement l'intensité de stimulation.

Note : Si, pour une raison ou une autre, vous vous interrogez sur la possibilité d'utiliser la ceinture SLENDERTONE, veuillez consulter un médecin au préalable.

Bluetooth® et sans fil

Votre unité peut connaître des dysfonctionnements dans certaines situations exceptionnelles à cause de l'interférence d'autres sources de radiofréquence. Éteignez votre unité, éloignez-vous de la source d'interférence et réessayez.

Contenu du pack

1. Ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS :

Ceinture ergonomique permettant de positionner correctement les électrodes conductrices. La ceinture convient aux tours de taille compris entre 61 et 107 cm. L'unité est reliée à la ceinture lorsque la stimulation est activée.

2. Unité SLENDERTONE CONNECT ABS :

L'unité génère des signaux qui, via les électrodes et la ceinture, sont transmis à vos muscles afin de les faire se contracter et se relâcher en rythme.

3. Électrodes adhésives :

Ces électrodes adhésives sont placées sur la ceinture avant d'activer la stimulation. Lorsque vous enroulez la ceinture autour de votre taille, ces électrodes doivent être en contact avec la peau afin que les signaux de stimulation soient transmis aux muscles.

4. Câble USB :

Branchez le câble USB à l'unité et à un chargeur USB ou à votre PC pour recharger la batterie. Il faut au minimum trois heures pour recharger entièrement la batterie.

5. Instructions :

Guide détaillé de configuration et d'utilisation de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS.

Remarque : Application SLENDERTONE CONNECT ABS :

Vous devrez également télécharger l'application SLENDERTONE CONNECT ABS pour consulter et utiliser vos programmes d'entraînement personnels.

Besoin d'aide ?

Pour toute demande, ou si vous avez besoin d'aide pour configurer votre produit, veuillez contacter le service consommateur local ou envoyez-nous un e-mail :

France : 0810 34 74 50

International : +353 94 902 9936

Email: info@slendertone.com

www.slendertone.com



Unité SLENDERTONE CONNECT ABS

L'unité est reliée à la ceinture et joue différents rôles dans le fonctionnement de votre système SLENDERTONE CONNECT ABS. Certaines fonctions de la ceinture peuvent également être pilotées via l'application mobile.

1. Bouton marche/arrêt (|| ⏻) :

Appuyez sur ce bouton pour allumer ou éteindre l'unité. Vous pouvez par ailleurs appuyer brièvement sur ce bouton pour mettre en pause la séance de tonification. Appuyez brièvement de nouveau pour relancer la stimulation. Vous pouvez également suspendre la séance à l'aide de l'application.

Remarque :

Le témoin lumineux sur le bouton marche/arrêt joue différents rôles, décrits à la page 8.

2. Bouton d'augmentation de l'intensité (+) :

Pour accroître l'intensité de la stimulation, vous pouvez utiliser ce bouton ou la commande correspondante sur l'application. Notez toutefois que ce bouton prend le pas sur la commande de l'application.

3. Bouton de diminution de l'intensité (-) :

Pour diminuer l'intensité de la stimulation, vous pouvez utiliser ce bouton ou la commande correspondante sur l'application. Notez toutefois que ce bouton prend le pas sur la commande de l'application.

4. Témoin de stimulation (□) :

Ce témoin est ambre lorsque vos abdominaux sont stimulés. Il possède d'autres fonctions qui sont décrites à la page 8.

5. Témoin de batterie (🔋) :

Ce témoin bicolore indique le niveau de charge restante de la batterie, selon le code détaillé à la page 8.

Remarque :




Si la batterie est complètement déchargée, le témoin lumineux peut ne pas s'allumer tout de suite lorsque vous mettez l'unité en charge.

Une fois l'unité allumée (niveau 1, ci-dessus), vous pouvez également commander votre ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS depuis l'application installée sur votre appareil intelligent (consultez l'application pour plus de détails). Bluetooth® Smart offre une connexion extrêmement sécurisée et fiable ; vous ne devriez donc pas rencontrer de problème d'interférence depuis d'autres appareils Bluetooth® ou sans fil. En cas de dysfonctionnement du stimulateur alors que vous le commandez depuis votre appareil intelligent, éteignez l'application et continuez votre séance à l'aide des commandes intégrées suivantes. Contactez SLENDERTONE pour en savoir plus.



Témoins de l'unité

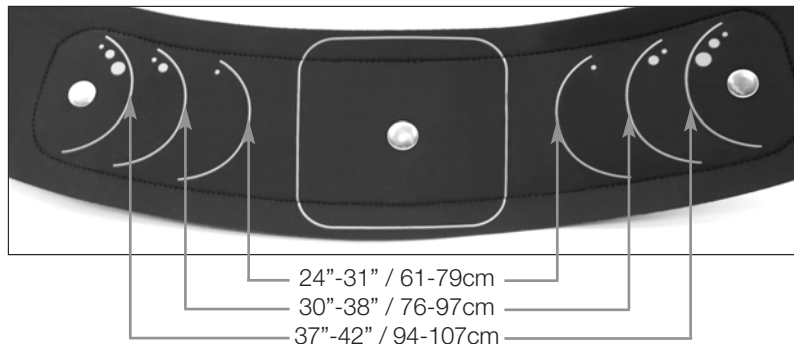
L'unité est dotée de trois témoins ayant différentes fonctions. Le tableau ci-dessous résume leur fonctionnement.

	Témoin de fonctionnement 	Témoin de stimulation 	Témoin de batterie 
Fixe en permanence			Ambre = batterie en charge Vert = entièrement chargée
Allumé ou éteint en alternance	L'unité allumée	Allumé = contraction musculaire Éteint = phase de relâchement	
Clignotant lent	Programme en pause		Ambre = batterie faible
Clignotant rapide	Appariement Bluetooth®	Problème de contact avec les électrodes* Problème avec l'unité	
Clignotement de toutes les DEL en boucle	Mise à jour du logiciel de l'unité	Mise à jour du logiciel de l'unité	Mise à jour du logiciel de l'unité

* Cela signifie que la ceinture et les électrodes ne sont pas bien en contact ou que les électrodes n'adhèrent pas bien à votre peau (voir page 14).

Ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS


La ceinture convient aux tours de taille compris entre 61 et 107 cm. De chaque côté du carré central figurent 3 repères de taille. En fonction de votre tour de taille, vous pouvez ainsi identifier l'endroit où vous devez mettre en place les deux électrodes ovales. Par exemple, si vous avez la taille plutôt fine, les deux électrodes ovales doivent être positionnées dans les tracés les plus proches du carré central. Utilisez le guide des tailles ci-dessous pour repérer l'endroit où vous devez mettre en place les deux électrodes ovales.



Démarrer

Important :

Pour connaître les smartphone/tablettes compatibles avec le système SLENDERTONE CONNECT ABS, consultez notre site Internet www.slendertone.com/compatibility.

1. Tout d'abord, vérifiez que votre appareil est connecté à Internet et lancez iTunes, puis recherchez l'application SLENDERTONE CONNECT (). Installez l'application et ouvrez-la.
2. Ensuite, activez la fonction Bluetooth® Smart dans les réglages de votre appareil (activez Bluetooth® Smart).

Charger la batterie


1. L'unité est livrée avec une batterie partiellement chargée. Cependant, lorsque vous déballez l'unité, nous vous recommandons de la charger entièrement, soit au minimum pendant 3 heures.
2. Pour charger la batterie, enlevez l'unité de la ceinture, branchez le câble USB à l'unité (Fig. a) d'un côté, et à un chargeur USB ou à votre ordinateur de l'autre. La batterie est entièrement chargée lorsque le témoin de batterie () est vert. Lorsque le témoin de la batterie commence à clignoter en orange, il est temps de la recharger.

Fig. a



Remarque:

- Vérifiez que la prise de votre chargeur répond aux spécifications de la page 20.

Enregistrer le produit

Lorsque vous installez l'application, vous devez enregistrer votre produit afin de pouvoir bénéficier de toutes les fonctionnalités SLENDERTONE CONNECT ABS. Votre unité fonctionne même si vous n'avez pas encore procédé à l'enregistrement car elle est préchargée avec le programme d'entraînement « Essentiel » de SLENDERTONE. Notez que vous ne pourrez pas piloter la ceinture depuis votre smartphone/tablette et vous n'aurez pas accès à l'ensemble des programmes, ni aux fonctions et à l'assistance Slendertone Connect abs tant que vous n'aurez pas enregistré votre produit.

Au cours du processus d'enregistrement, vous devrez répondre à quelques questions sur votre activité et vos habitudes sportives. Ces données permettent au logiciel de vous proposer le programme d'exercices SLENDERTONE CONNECT ABS le mieux adapté à vos besoins. Vous pourrez ensuite définir vos propres objectifs hebdomadaires, passer d'un programme à l'autre et suivre vos progrès au fil du temps.

Apparier l'unité et le smartphone ou la tablette

Important :

Vous devez appairer votre unité avec votre smartphone/tablette avant de la insérer dans la housse de la ceinture.

Vérifiez que votre unité est allumée, puis lancez l'application et suivez les étapes requises pour le paramétrage.

Suivez les instructions à l'écran pour appairer votre smartphone/tablette avec votre unité.

Remarques :

- Normalement, votre unité et votre smartphone/tablette doivent alors se connecter automatiquement dès lors qu'ils sont allumés et que la fonction Bluetooth® est activée.
- Si l'appariement échoue, votre smartphone/tablette vous en informe et vous devez reprendre la procédure.

Positionner les électrodes

1. Placez la ceinture sur une surface plane, les 3 pastilles métalliques étant sur le dessus.
2. Sortez les trois électrodes adhésives de leur emballage. Vous avez devant vous une grande électrode carrée et deux électrodes ovales plus petites. Sur une face, les électrodes présentent un motif quadrillé, tandis que l'autre face est complètement noire.
3. Enlevez les protections situées sur la **face quadrillée** de l'électrode carrée (Fig. b) et collez-la, **face quadrillée** vers le bas, sur le carré bleu de manière à recouvrir la pastille métallique située au milieu (Fig. c). Appuyez fermement sur les bords de l'électrode pour la faire adhérer à la ceinture.
4. Enlevez ensuite les protections situées sur la **face quadrillée** des deux électrodes ovales et placez-les, **face quadrillée** vers le bas, sur chaque tracé latéral (Fig. d), à l'emplacement qui correspond le mieux à votre tour de taille (voir page 8). Appuyez fermement sur les bords des électrodes pour les faire adhérer à la ceinture.

Important :

- Assurez-vous que les trois pastilles métalliques sont **entièrement** recouvertes par les électrodes.
- Vous devez utiliser uniquement des électrodes SLENDERTONE avec votre produit SLENDERTONE CONNECT ABS.

5. Alignez les contacteurs de l'unité et ceux situés dans la housse de la ceinture, placez l'unité au-dessus de la housse et appuyez légèrement sur les deux côtés (Fig. e) jusqu'à ce qu'elle s'insère dans son logement. Vérifiez que l'unité est entièrement encliquetée.

Fig. b

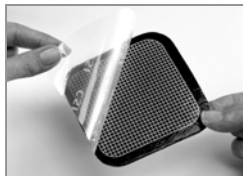


Fig. c



Fig. d



Fig. e



Lancer un programme d'entraînement abdominal

1. Retirez les protections situées sur la **face noire** des électrodes (Fig. f). Ne jetez pas ces protections car vous devrez les remettre en place sur les électrodes à la fin de votre séance.
2. Positionnez l'électrode carrée sur votre nombril et étirez la ceinture autour de votre taille jusqu'à ce que les électrodes ovales soient placées entre votre hanche et vos côtes, à gauche comme à droite (Fig. g). Les électrodes contiennent du gel, ce qui peut vous procurer une sensation de froid lorsque vous les collez sur votre peau. Attachez la ceinture et appuyez fermement sur chaque électrode pour la faire adhérer à la peau. Vous devez serrer la ceinture mais sans que cela ne vous gêne.
3. Appuyez sur le bouton marche/arrêt pour allumer l'unité (Fig. h) et lancez l'application sur votre smartphone/tablette.
4. Sélectionnez « Lancer le programme » et augmentez progressivement l'intensité en faisant glisser le curseur à l'écran. Vous pouvez également augmenter l'intensité à l'aide du bouton correspondant sur l'unité (+). Le curseur vous indique le niveau d'intensité sélectionné. Dans un premier temps, vous devez ressentir une légère sensation de picotement. Puis, à mesure que vous augmentez l'intensité, vous devriez commencer à ressentir une contraction douce et confortable de vos abdominaux.

Si possible, augmentez l'intensité de la stimulation au fil de la séance. Vous sentez alors que les muscles se contractent de plus en plus à mesure que la stimulation s'intensifie. N'oubliez pas que plus vos muscles travaillent, meilleurs seront les résultats mais vous devez diminuer l'intensité si vous ressentez la moindre gêne. L'intensité de la stimulation est mesurée sur une échelle allant de 0 à 100. Pour augmenter ou diminuer plus rapidement l'intensité, faites glisser votre doigt sur le curseur de l'application. Vous pouvez également presser et maintenir enfoncé le bouton d'augmentation de l'intensité (+) ou le bouton de diminution de l'intensité (−) sur l'unité.

Mettre en pause une séance

Si vous souhaitez mettre en pause une séance en cours, appuyez sur Pause à l'écran (⏸ Fig. x). Appuyez de nouveau sur Pause pour relancer la stimulation. Vous pouvez également suspendre puis relancer la séance en appuyant brièvement sur le bouton marche/arrêt de l'unité. À tout moment au cours d'une séance, vous pouvez éteindre votre unité en appuyant sur le bouton marche/arrêt pendant deux secondes.

À l'issue de votre séance d'entraînement, votre dispositif SLENDERTONE CONNECT ABS s'arrête automatiquement et l'unité émet une tonalité indiquant que la séance s'est achevée correctement. Enlevez avec précaution la ceinture et remettez les protections sur la **face noire** des électrodes. L'unité et les électrodes peuvent rester en place d'une séance à l'autre.

Fig. f

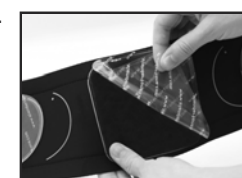


Fig. g

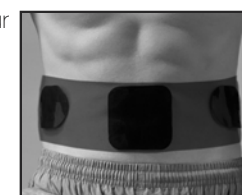


Fig. h



Foire aux questions

Puis-je utiliser l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS pour réaliser des exercices après un accouchement ?

- Oui mais vous devez attendre au minimum six semaines après la naissance pour l'utiliser et vous **devez** consulter un médecin au préalable.
- Si vous avez subi une césarienne au cours des trois derniers mois, demandez l'accord de votre médecin avant d'utiliser la ceinture.

La stimulation me gêne. Que puis-je faire ?

- Assurez-vous que les électrodes sont correctement positionnées et qu'elles sont bien en contact avec votre peau (voir page 11). Éteignez votre unité et repositionnez la ceinture si nécessaire.
- Vous pouvez également étaler quelques gouttes d'eau sur la face noire des électrodes. Cela peut améliorer votre sensation lors de la stimulation mais prenez garde à ne pas mouiller l'unité. Veuillez auparavant à ÉTEINDRE l'unité.
- Assurez-vous que les pastilles métalliques sont entièrement recouvertes par les électrodes.

Ma peau est rouge après une séance. Est-ce normal ?

- Un rougissement temporaire de la peau sous les électrodes est normal après une séance de tonification. Cela est dû entre autres à l'augmentation de l'afflux sanguin et doit s'estomper après quelques instants. Tout comme lorsque vous portez des vêtements serrés, la ceinture en elle-même peut laisser une marque sur la peau, qui doit également disparaître rapidement.
- Si les rougeurs vous semblent très marquées ou persistent pendant plus de 30 minutes, vérifiez l'état de vos électrodes. Lorsqu'elles sont sèches, les électrodes peuvent provoquer une gêne lors de la stimulation et une irritation cutanée. Dans de rares cas, une réaction allergique aux électrodes ou une hypersensibilité au courant de stimulation peut survenir. Veuillez contacter le service consommateur SLENDERTONE pour en savoir plus.

L'unité ne s'allume pas. Que dois-je faire ?

- Si le témoin de fonctionnement ne s'allume pas et si l'unité ne réagit pas lorsque vous appuyez sur le bouton marche/arrêt, il est probable que la batterie soit complètement déchargée. Enlevez l'unité de la ceinture, branchez le câble USB et chargez-la pendant au moins 3 heures. Quelques minutes après avoir mis l'unité en charge, vous devriez voir s'allumer le témoin de batterie en orange.
- Si le problème persiste après avoir tenté de charger la batterie, contactez le service consommateur SLENDERTONE pour obtenir de l'aide car il sera peut-être nécessaire de remplacer l'unité.

Comment puis-je savoir s'il est temps de remplacer mes électrodes ?

- Au fil du temps, des cellules mortes s'accumulent sur les électrodes et ces dernières doivent alors être remplacées car la stimulation perd en efficacité et peut devenir désagréable.
- Il se peut que vous ressentiez une diminution de la stimulation même lorsque la batterie est complètement chargée. Cela signifie généralement que les électrodes sont usées et doivent être remplacées. Pour vous en assurer, vous pouvez tout d'abord repositionner la ceinture pour vérifier le bon positionnement des électrodes. Si la stimulation est toujours faible ou désagréable, vous devez vous procurer de nouvelles électrodes.

- Vous pouvez commander de nouvelles électrodes sur le site www.slendertone.com ou auprès du service consommateur.

L'utilisation du produit provoque-t-elle des courbatures ?

- Comme avec toute activité physique, vous pouvez ressentir des courbatures après avoir utilisé la ceinture. Ceci est normal et doit s'estomper après un jour ou deux. Si vous avez des courbatures, diminuez l'intensité de la stimulation pendant quelques séances.

Je ressens un picotement dans les jambes au cours de la séance. Que dois-je faire ?

- Cela signifie que les électrodes sont placées sur vos hanches. Pour éviter cela, repositionnez les électrodes ovales en les déplaçant vers le haut et vers l'intérieur autour de votre taille (c'est-à-dire vers le milieu de votre ventre). N'oubliez pas de mettre le système SLENDERTONE CONNECT ABS en pause ou de l'arrêter avant de déplacer la ceinture ou les électrodes.

Je sens les muscles de ma taille qui travaillent mais pas ceux de mon ventre.

- Mettez en pause le programme et repositionnez l'électrode centrale légèrement plus bas sur votre ventre. Si cela ne change rien, déplacez les deux électrodes ovales et positionnez-les dans les tracés correspondant à la taille inférieure sur la ceinture (c'est-à-dire plus près de l'électrode centrale).

Je sens les muscles de mon ventre qui travaillent mais pas ceux de ma taille.

- Mettez en pause le programme et repositionnez l'électrode centrale légèrement plus haut sur votre ventre. Si cela ne change rien, déplacez les deux électrodes ovales et positionnez-les dans les tracés correspondant à la taille supérieure sur la ceinture (c'est-à-dire plus loin de l'électrode centrale).

Que se passe-t-il si la batterie de mon smartphone ou de ma tablette se décharge au cours d'une séance ?

- Aucune inquiétude, la séance se poursuit normalement. Dans ce cas, vous devez utiliser l'unité pour réguler l'intensité, mettre en pause ou arrêter la séance.

Comment puis-je savoir s'il est temps de remplacer la batterie de mon unité ?

- Nos batteries sont conçues pour durer des années. Cependant, si votre batterie donne des signes de faiblesse, vous ne devez essayer d'ouvrir votre unité pour la remplacer. Ces batteries ne sont pas remplaçables. Si l'appareil n'est plus sous garantie, vous pouvez acheter une nouvelle unité auprès de notre service client (info@slendertone.com).

Veuillez vous référer à la section Aide de l'application ou à la FAQ du site Internet pour plus d'informations et d'astuces concernant l'utilisation du produit.

Guide de dépannage

Ci-dessous figurent quelques éléments de dépannage mais vous trouverez un guide plus détaillé dans l'application.

Problème	Cause possible	Solution
L'unité est sous tension et le témoin de stimulation est allumé mais la stimulation ne fonctionne pas	Intensité trop faible	Augmentez l'intensité
L'unité ne se connecte pas à l'application	L'unité et l'application ne sont pas appariées	Voir page 10 pour les instructions d'appariement
Les contractions musculaires sont faibles alors que l'intensité est élevée	Batterie faible	Rechargez la batterie
	Mauvais contact entre les électrodes et la peau	Appuyez fermement sur les électrodes pour les faire adhérer à la peau
	Les électrodes ne couvrent pas les pastilles métalliques	Repositionnez les électrodes de sorte qu'elles recouvrent les pastilles métalliques
Sensation désagréable sous les électrodes pendant une séance OU problème de contact des électrodes	Mauvais contact entre les électrodes et la peau	Appuyez fermement sur les électrodes pour les faire adhérer à la peau.
	Les électrodes sont usées	Vous pouvez commander de nouvelles électrodes en contactant SLENDERTONE
	Les électrodes ne couvrent pas les pastilles métalliques	Repositionnez les électrodes de sorte qu'elles recouvrent les pastilles métalliques
	Les pastilles métalliques sont sales	Nettoyez les pastilles métalliques avec un chiffon sec et repositionnez les électrodes
Je ne vois pas la connexion Bluetooth® avec le système Connect sur mon smartphone ou ma tablette	Vous n'avez pas apparié l'unité et le smartphone ou la tablette correctement	Voir page 10 pour les instructions d'appariement
L'unité ne se charge pas	Le câble USB n'est peut-être pas relié à une source d'alimentation adaptée	Vérifiez que le chargeur USB utilisé convient
L'unité émet des bips et le témoin de stimulation clignote	Cela indique que la ceinture et les électrodes ne sont pas bien en contact ou que les électrodes n'adhèrent pas bien à votre peau	Éteignez l'unité, retirez la ceinture et vérifiez la position des électrodes et qu'elles recouvrent les pastilles métalliques.
	Problème avec l'unité	Éteignez-la et rallumez-la. Si le problème persiste, contactez SLENDERTONE
Un message d'erreur s'affiche sur l'application	Problème avec l'unité	Allez dans la section Aide de l'application pour obtenir de l'aide

Entretien du produit

L'unité ne doit jamais être mouillée et ne doit pas être exposée à la lumière du soleil de manière prolongée. De temps à autre, vous pouvez la nettoyer à l'aide d'un chiffon doux, légèrement imbibé d'eau savonneuse. Évitez toute pénétration d'humidité dans votre unité. N'utilisez ni détergents, ni alcool, ni aérosols ni solvants pour nettoyer l'unité.

Dans le cadre de l'entretien classique, vous n'avez pas besoin d'accéder à l'intérieur de l'unité. La batterie n'est ni accessible ni remplaçable. En cas de problème avec la batterie, n'essayez pas d'ouvrir l'unité ; contactez le service consommateur SLENDERTONE.

Si votre unité est endommagée, ne l'utilisez plus et renvoyez-la à SLENDERTONE ou à votre distributeur local pour réparation ou remplacement. Toute opération ou réparation doit être effectuée par les techniciens qualifiés agréés par SLENDERTONE. Signalez tout fonctionnement ou événement étrange à SLENDERTONE ou à votre distributeur.

Entretien des électrodes


- La durée de vie et l'efficacité des électrodes sont fortement conditionnées par la manière dont vous les utilisez, les conservez et les entretenez. Elle dépendent par ailleurs du type de peau, de la durée et du nombre de séances, ainsi que de l'intensité et de la zone de stimulation.
- Les électrodes ne doivent être utilisés que par une seule personne.
- Vous devez utiliser la ceinture sur une peau propre et ne pas appliquer d'huile, de crème ou autres lotions.
- Veillez à manipuler les électrodes avec des mains propres. Dans la mesure du possible, évitez de toucher la face des électrodes en contact avec la peau lorsque vous manipulez la ceinture car vous risquez ainsi de déposer du sébum et des cellules de peau à la surface des électrodes.
- Après utilisation, remettez en place les protections sur la face noire des électrodes et rangez-les dans un endroit frais et sec.
- Les électrodes doivent être remplacées à intervalles réguliers car au fil du temps, des cellules mortes s'accumulent à leur surface et le matériau commence à sécher.
- Vous ne devez pas utiliser les électrodes si elles sont tordues.

Élimination des électrodes

Les électrodes usagées ne doivent jamais être brûlées mais mises au rebut conformément à la législation nationale ou étatiques en vigueur concernant ce type de déchets.

Entretien de la ceinture

Vous pouvez nettoyer votre ceinture mais vous devez d'abord enlever l'unité et les électrodes et éviter d'immerger la housse. Respectez les instructions d'entretien figurant sur l'étiquette.

 Ne jamais laver la ceinture en machine. Toujours laver à la main dans de l'eau tiède. Le lavage en machine pourrait endommager le revêtement interne. Même en lavant à la main, vous devez prendre des précautions et ne jamais tordre la ceinture pour l'essorer.

 Ne pas nettoyer la ceinture à l'eau de Javel.

 Ne pas nettoyer à sec la ceinture.

 Ne pas mettre la ceinture au sèche-linge. Laisser sécher à plat. Ne pas placer sur un élément chauffant (tel un radiateur) car la ceinture contient des pièces en plastique. Vérifier que la ceinture est parfaitement sèche avant de l'utiliser à nouveau.

 Ne pas repasser la ceinture.

Accessoires

Vous ne devez jamais utiliser des accessoires autres que les produits SLENDERTONE avec votre SLENDERTONE CONNECT ABS (type 570). Les produits d'autres fabricants ne sont pas forcément compatibles et pourraient nuire à la sécurité du dispositif. Tous les accessoires peuvent être commandés via l'application, sur le site www.slendertone.com ou auprès du service consommateur local.

Ceinture SLENDERTONE CONNECT ABS:

Électrodes SLENDERTONE ABS :

- 1 grande électrode carrée (type 732)
- 2 petites électrodes ovales (type 733)

Câble USB : type A-micro B pour chargeur USB

Caractéristiques techniques

Type de produit : 570

Usage prévu : stimulation des muscles abdominaux

Classification :

- Équipement à alimentation interne, parties appliquées de type BF.
- Ce produit est destiné à fonctionner en continu dans le cadre d'un usage normal, pendant une durée illimitée, dans la plage de température spécifiée.
- Ce produit ne peut être utilisé dans un environnement à forte teneur en oxygène.
- Ce produit ne peut être stérilisé.
- Protection contre la pénétration d'eau.

Ondes : Impulsions biphasées symétriques mesurées sous charge de résistance.

Remarque :

- Le signal augmente progressivement jusqu'à l'intensité maximale au début de la phase de contraction et diminue progressivement pour revenir à zéro au début de la phase de relâchement. Lorsqu'un problème de contact avec l'électrode est détecté, le signal s'interrompt.

Spécifications environnementales :

Fonctionnement	Température : 5 à 40 °C / 41 à 104°F Humidité : 15 à 93 % HR (sans condensation) Pression atmosphérique : 70 à 106 kPa
Transport et stockage	Température : -25 à +70 °C / -13 à +158°F Humidité : 10 à 93 % HR (sans condensation) Pression atmosphérique : 50 à 106 kPa

La fréquence de sortie correspond au nombre d'impulsions par seconde envoyées par l'unité. Elle est mesurée en hertz (Hz).

L'intensité efficace de sortie désigne l'intensité efficace maximale pour chaque canal.

La tension efficace de sortie désigne la tension efficace maximale pour chaque canal.

L'unité contient une batterie 4,2 V Li-Po.


Description des symboles figurant sur l'unité :

L'unité et son emballage comportent différentes mentions techniques Voici leur signification :


 Ce produit est fabriqué pour Bio-Medical Research Ltd, Parkmore Business Park West, Galway, Irlande.

 Ce symbole signifie Attention, veuillez lire la documentation fournie.

 Ce symbole désigne les parties appliquées de type BF (ceinture et électrodes).

 Le marquage CE indique que ce dispositif est conforme aux exigences de la directive ROHS (2011/65/UE), relative à la limitation de l'utilisation de certaines substances dangereuses dans les équipements électriques et électroniques. BMR Ltd. déclare par la présente que ce produit SLENDERTONE CONNECT ABS répond aux exigences essentielles et autres dispositions pertinentes de la directive 1999/5/CE.. La déclaration de conformité peut être consultée à l'adresse BMR Ltd., Parkmore Business Park West, Galway, Ireland.

SN signifie numéro de série. Sur l'étiquette au dos de l'unité figure le numéro de série propre au produit. La lettre qui précède les chiffres correspond à l'année de fabrication, à savoir T pour 2014, U pour 2015, etc.

 Lorsque le produit arrive en fin de vie, il ne doit pas être jeté dans les ordures ménagères mais déposé dans un point de collecte des équipements électroniques en vue de son recyclage.

Certains matériaux de ce produit seront réutilisés s'il passe par la filière du recyclage. En permettant de recycler certains éléments ou matériaux des produits en fin de vie, vous contribuez de manière significative à la protection de l'environnement. Veuillez contacter les organismes compétents dans votre région pour en savoir plus sur les points de collecte.

Les équipements électriques et électroniques usagés peuvent nuire à l'environnement. S'ils ne sont pas mis au rebut correctement, des composants toxiques peuvent se répandre dans l'air, l'eau ou le sol et constituer un risque pour la santé humaine.

 Ce produit utilise la technologie Bluetooth® Smart.

IP22 : indice de protection décrivant le niveau d'étanchéité.

Ce symbole présent sur l'appareil signifie qu'il est protégé contre l'accès aux parties dangereuses avec les doigts et contre les chutes verticales de gouttes d'eau lorsqu'il est incliné jusqu'à 15 degrés.s.

VXX : version du logiciel fournie.



Ce symbole indique que l'appareil émet des radiations non ionisantes. Tous les appareils et systèmes qui incluent des émetteurs RF ou qui appliquent intentionnellement de l'énergie électromagnétique RF doivent porter une étiquette comportant ce symbole.

Certification FCC/IC concernant l'émetteur: Cet appareil est conforme à la Partie 15 des règles de la FCC. Son utilisation est soumise aux deux conditions suivantes: (1) cet appareil n'est pas susceptible de provoquer d'interférences néfastes, et (2) cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences susceptibles de provoquer un fonctionnement non désiré. Cet appareil est conforme aux normes d'exemption de licence RSS d'Industrie Canada.

Puissance de sortie émise (RF) : 2,4 Ghz, 1,1 mW

Puissance/tension/intensité de sortie : Type 570

L'électricité sortante du SLENDERTONE CONNECT ABS dépend des paramètres du programme actif NMES. Le programme chargé lors de la fabrication est décrit comme " Tonification Basic " et délivre les sorties suivantes

Paramètre	500Ω	1KΩ
Type d'ondes	Symétrique, biphasique, courant constant contrôlé	
Pic de courant sortant (réglable par l'utilisateur)	0 - 75 mA	0 - 70mA
Pic de voltage sortant	0 - 38V	0 - 70 V
Gamme de fréquence sortante	60 - 70 Hz	60 - 70 Hz
Durée de phase	250 -300 μS	250 - 300 μS
Composant DC	aucun	aucun

Le programme « Tonification Essentielle » comprend les phases suivantes :

Phase	Fréq. (Hz)	Impulsion (μS)	Accélération (Sec)	Contract (Sec)	Décélération (Sec)	Détente (Sec)	Durée (Mins)
1	70	250	1.5	3.5	1.5	5.5	5.0
2	65	275	1.0	4.0	1.0	4.0	5.0
3	65	290	0.5	4.5	0.5	4.5	5.0
4	65	300	1.0	3.0	1.0	5.0	5.0
5	60	275	0.5	3.5	1.0	5.0	5.0

L'application du SLENDERTONE CONNECT vous permet de choisir parmi divers autres programmes NMES ayant différentes sélections de paramètres et le tableau suivant donne les limites de ces paramètres. Tous les programmes du SLENDERTONE CONNECT ABS sont dans ces limites.

Paramètre	500Ω	1KΩ
Type d'ondes	Symétrique, biphasique, courant constant contrôlé	
Pic de courant sortant (réglable par l'utilisateur)	0 - 80 mA	0 - 70mA
Pic de voltage sortant	0 - 40V	0 - 70V
Gamme de fréquence sortante	10 - 80 Hz	20 - 80 Hz
Durée de phase	100μS - 400 μS	200μS - 400 μS
Composant DC	aucun	aucun

Les paramètres de chaque programme peuvent être consultés sur l'application. La puissance maximale par canal dans une charge de 500Ω est 180 MW.

Charge et décharge de la batterie

Votre dispositif est alimenté par une batterie rechargeable. Elle peut se charger et se décharger des centaines de fois mais elle finit tout de même par s'user. Afin de garantir un fonctionnement optimal de la batterie, vous devez utiliser votre dispositif régulièrement, à raison par exemple d'une séance par jour, quatre jours par semaine.

Pour économiser l'énergie, débranchez le câble USB de l'unité lorsque la batterie est entièrement chargée.

Si vous laissez l'unité dans des endroits très froids ou très chauds, comme une voiture fermée en été ou en hiver, la capacité et la durée de vie de la batterie seront diminuées. Lorsque la batterie chauffe ou se refroidit exagérément, le dispositif est susceptible de mal fonctionner, même si la batterie est complètement chargée. Les performances de la batterie sont particulièrement affectées par les températures négatives. Ne pas jeter la batterie au feu car elle risque d'exploser. La batterie peut également exploser si elle est endommagée. Éliminer la batterie conformément aux réglementations locales. Recycler dans la mesure du possible. Ne pas jeter avec les ordures ménagères.

Spécifications de charge

Pour charger la batterie, veuillez utiliser un chargeur présentant les caractéristiques suivantes : **Tension de sortie** : 5 V CC nominal. **Intensité de sortie** : 0,5 A (500 mA) au minimum. **Connecteur de sortie** : prise USB micro B.

Durée de vie attendue

Unité : 2 ans

Ceinture : 2 ans

Électrodes : 20-30 séances

Garantie Produit (Seulement UE)

Si votre produit souffre d'un défaut dans les deux ans suivant l'achat, SLENDERTONE s'engage à la remplacer ou à réparer les éléments défectueux sans aucun frais (heure de travail, matériel)* si et seulement si :

- La télécommande a été utilisée pour ce à quoi elle a été conçue et conformément aux consignes de ce manuel.
- La télécommande n'a pas été branchée à une source d'alimentation inappropriée.
- La télécommande n'a pas été mal utilisée ou négligée.
- La télécommande n'a pas été modifiée ou réparée par une personne autre qu'un agent slendertone agréé.

Cette garantie vient compléter les obligations de garantie nationale existantes et n'affecte en rien vos droits statutaires en tant que consommateur.

* Cette garantie exclut les consommables (électrodes, ceinture, etc.) lorsque ceux-ci sont sujets à une usure normale.

- Détails de la garantie pour l'État-Uni et Canada sont disponibles sur le site www.slendertone.com ou auprès du service consommateur - info@slendertone.com.

Ce dispositif médical est conforme à la norme CEI 60601-1-2:2007 relative à la compatibilité électromagnétique. Voir les tableaux 1, 2, 4 et 6 pour plus de détails.

Tableau 1 - Informations et déclaration du fabricant sur le rayonnement électromagnétique		
L'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® est conçu pour être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® doit s'assurer du respect de ces conditions d'utilisation.		
Test d'émissions	Conformité	Informations sur l'environnement électromagnétique
Émissions RF CISPR 11	Groupe 2	L'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® émet de l'énergie électromagnétique pour fonctionner selon son usage prévu.
Émissions RF CISPR 11	Classe B	L'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® convient à tous les lieux, y compris aux logements et aux endroits raccordés directement au réseau public basse tension qui alimente les bâtiments à usage résidentiel.
Émissions harmoniques CEI 61000-3-2	Sans objet	
Fluctuations de tension/papillotement CEI 61000-3-3	Conforme	

Tableau 2 - Informations et déclaration du fabricant sur l'immunité électromagnétique pour tous les équipements et systèmes			
L'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® est conçu pour être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® doit s'assurer du respect de ces conditions d'utilisation.			
Test d'immunité	CEI 60601 Niveau de test	Niveau de conformité	Informations sur l'environnement électromagnétique
Décharge électrostatique CEI 61000-4-2	± 6 kV contact ± 8 kV air	± 6 kV contact ± 8 kV air	Le sol doit être en bois, en béton ou carrelé. S'il est recouvert de matière synthétique, l'humidité relative doit au moins atteindre 30 %.
Champ magnétique à fréquence industrielle (50/60 Hz) CEI 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Les champs magnétiques à fréquence industrielle doivent présenter les niveaux caractéristiques d'un environnement commercial ou hospitalier type.


Tableau 4 - Informations et déclaration du fabricant sur l'immunité électromagnétique pour les équipements et systèmes autres que ceux de maintien de la vie			
L'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® est conçu pour être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® doit s'assurer du respect de ces conditions d'utilisation.			
Test d'immunité	CEI 60601 Niveau de test	Niveau de conformité	Informations sur l'environnement électromagnétique
RF rayonnées CEI 61000-4-3	3 V/m 80 MHz à 2,5 GHz	3 V/m	<p>Les équipements de communication RF portables et mobiles doivent en tous points rester séparés de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth®, y compris des câbles, de la distance calculée à partir de l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur.</p> <p>Distance de séparation recommandée</p> $d = [1,17] \sqrt{P}$ $d = [1,17] \sqrt{P} \dots 80 \text{ MHz à } 800 \text{ MHz}$ $d = [2,33] \sqrt{P} \dots 800 \text{ MHz à } 2,5 \text{ GHz}$ <p>Où P est la puissance de sortie maximale de l'émetteur en watts (W) selon les données du fabricant de l'émetteur et d la distance de séparation recommandée en mètres (m).</p> <p>Les intensités de champ d'émetteurs RF fixes déterminées par mesure électromagnétique sur le site ^a, doivent être inférieures au niveau de conformité dans chaque gamme de fréquences ^b.</p> <p>Des interférences peuvent se produire près d'un équipement porteur du symbole suivant :</p> 
<p>REMARQUE 1 : À 80 MHz et 800 MHz, la gamme de fréquences supérieure s'applique.</p> <p>REMARQUE 2 : Ces directives ne s'appliquent pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.</p>			
<p>a Une estimation théorique précise des intensités de champ d'émetteurs fixes (stations de base pour radiotéléphones (cellulaires/sans fil) et radios mobiles terrestres, radios amateur, stations radio AM et FM, stations télévisuelles, etc.) est impossible. Pour évaluer l'environnement électromagnétique produit par des émetteurs RF fixes, il convient de prévoir une mesure électromagnétique sur le site. Si l'intensité de champ mesurée au lieu d'utilisation de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® dépasse le niveau de conformité RF applicable, il convient d'observer l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® pour vérifier qu'il fonctionne normalement. En présence d'une anomalie de fonctionnement, il peut être nécessaire de réorienter l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® ou de le déplacer, par exemple.</p>			
<p>b Dans la gamme de 150 kHz à 80 MHz, les intensités de champ doivent être inférieures à 3 V/m.</p>			

Tableau 6 - Distances de séparation recommandées entre l'équipement de communication RF portable et mobile et l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth®.

L'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® est conçu pour être utilisé dans un environnement électromagnétique où les interférences RF rayonnées sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur de l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth® peut aider à prévenir des interférences électromagnétiques en maintenant une distance minimale entre l'équipement de communication RF portable/mobile (émetteurs) et l'appareil SLENDERTONE CONNECT ABS contenant un module radio Bluetooth®, comme recommandé ci-dessous, en fonction de la puissance de sortie maximale de cet équipement.

Puissance de sortie maximale nominale de l'émetteur (W)	Distance de séparation selon la fréquence de l'émetteur (m)		
	150 KHz à 80 MHz	80 MHz à 800 MHz	800 MHz à 2,5 GHz
	$d = 1,17 \sqrt{P}$	$d = 1,17 \sqrt{P}$	$d = 2,33 \sqrt{P}$
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,37	0,37	0,75
1	1,17	1,17	2,33
10	3,70	3,70	7,36
100	11,70	11,70	23,50

Pour les émetteurs présentant une puissance de sortie maximale non mentionnée ci-dessus, la distance d en mètres (m) peut être estimée avec l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur, P étant la puissance de sortie maximale de l'émetteur en watts (W) telle qu'indiquée par le fabricant de l'émetteur.

REMARQUE 1 : À 80 MHz et 800 MHz, la distance pour la gamme de fréquences supérieure s'applique.

REMARQUE 2 : Ces directives ne s'appliquent pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

Seulement UE

- Certains appareils de communication sans fil tels les boîtiers Internet sans fil, les téléphones mobiles (hormis le vôtre), les téléphones sans fil, les stations d'accueil et les talkie-walkies de 1 à 10 W peuvent perturber le fonctionnement de cet équipement et doivent demeurer à une distance comprise entre 2,3 et 7,3 mètres du dispositif.