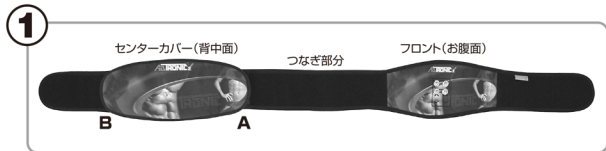


ABTRONIC² 簡単巻き方ガイド

アプトロニックX2をはじめて、お使いになる方にベルトの巻き方を説明します。
別冊の取扱説明書で警告や注意事項をお読みになった上で使用を開始してください。



まず、ベルトをまっすぐに広げます。



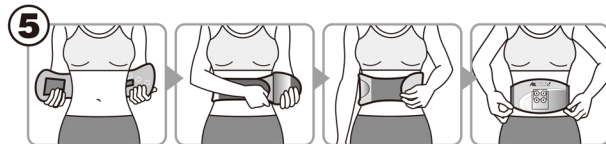
センターカバーAを開きます。

④

センターカバーAを閉じます。

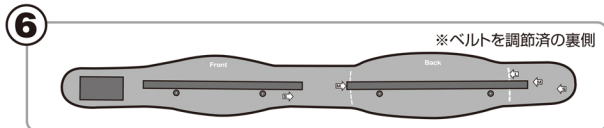
⑤

おおよその位置でつなぎ部分を、折り曲げ、センターカバーAの中へ入れ込みます。
※裏側にL・M・Sが入っていますので、目安にしてください。

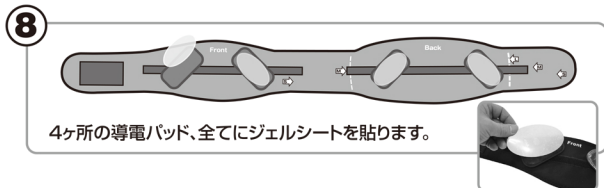
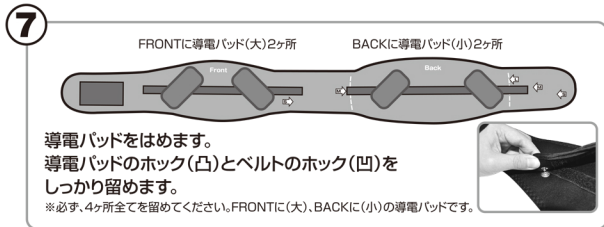


- ▲背中にぴったりとベルトを押し当てます。
- ▲センターカバーBへベルトの端を入れます。
- ▲センターカバーBを閉じます。
- ▲フロントが正面に来るようにベルトをずらします。

お腹周りに一度巻いてください。ぴったりしたらベルトの調節は完了です。
ぴったりとしない場合は、上の③を繰り返して調節します。



ベルトの調節が終わったら、再びベルトを外し内側を向けます。

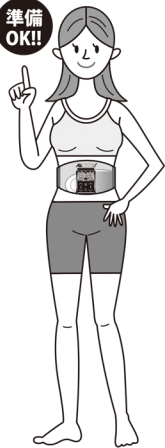


重要

- アプトロニックX2は衣服の上からでは動きません。
- コントロールユニットとベルトのホックは必ず、地肌(肌)に直接触れさせてください。
- 導電パッドには、必ずジェルシートを貼ってください。
- 液晶画面が上部にくるように留めてください。ジェルシートが貼っていないと動きません。

ABRONICX 簡単 使い方ガイド

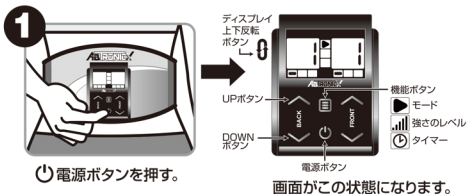
準備 OK!!



チェックポイント

- 導電パッドがベルトに4ヶ所とも取り付けられている。
- ジェルシートが導電パッドに4ヶ所とも貼ってある。
- コントロール・ユニットがベルトにしっかり留まっている。
- ジェルシートを貼った導電パッドが地肌に密着している。
(衣服の上からでは動きません。また1ヶ所でも浮いていると動きません。)

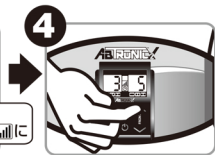
コントロールユニットの設定前に、
上のチェックポイントを再確認してください。
「動かない」場合の多くが、この4つが原因です。



◇を押して「4 4」にします。
使い始めの1週間は、
体をEMS運動に慣らす
ために「4」のモードを
選択してください。



目機能ボタンを押します。
画面は「0 0」になり、
数字の間のマークが
目からに変わります。



へ押して「強さのレベル」を
選択します。「0 0」以上で
スタートします。
●強さのレベルは、
FRONTとBACKのそれぞれに
異なったレベルで設定できます。

ヒント



画面が見つからない場合は、
ディスプレイ反転ボタンを
押すと逆向に表示され、
見やすくなります。

アプトロニックX2が動きだしてエクササイズがスタートしています。

5 タイマーの設定



目機能ボタンを押します。

6



画面は「10 10」になり、
数字の間のマークが
目からに変わります。

7



◇押して「終了時間」を
設定します。(単位分)

●タイマーの設定は、
FRONTとBACKのそれぞれに
異なった時間で設定できます。

タイマーの設定をしない場合は、自動的に10分間で
電源が切れ終了します。

使い始めの1週間は
最大で10分間までにし、
1日2回までの使用に
してください。

モード/8つのプログラム

モード名	表示	説明
強い手もみ	1 ■■■	長い収縮
タッピング	2 ■■■	非常に速いパルス
空手チョップ	3 ■■■	休みを入れながら叩く運動
ワークアウト	4 ■■■	休みを入れながら運動を行う一般的なプログラム
アプメルト	5 ■■■	強さをだんだん上げながら行うプログラム
脂肪プラスター	6 ■■■	さまざま要素を組み合わせたフルエクササイズプログラム
クランチクレーズ	7 ■■■	フロントとバックの要素と組み合わせで叩くプログラム
アイアンマン	8 ■■■	フロントとバックのチャンネル、遅い要素と速い要素を 組み合わせたプロフェッショナルな運動プログラム

モード1~4は同じ動作を繰り返します。モード5~8はモード1~4のプログラムに含まれる様々な要素で
構成されています。これらのプログラムの間には、長さやパルスが変わり続けます。いろいろな要素で筋肉を
刺激させることで、より大きな効果が得られます。短いパルスは反射運動のために、長いパルスは持続的な
エクササイズに用いられます。

ヒント

途中で終了したい場合は電源ボタンを3秒間押し続けると電源が切れます。