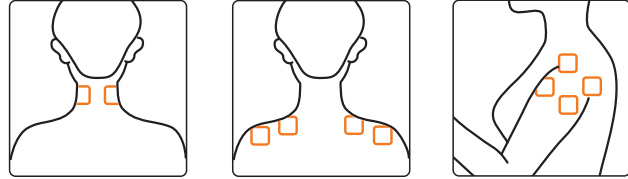


Mode de massage n° 1 : Pression et malaxage

Soulage la douleur et la fatigue musculaire afin que ceux-ci reviennent à leur état normal.

Relaxe de manière efficace la fatigue et les tensions musculaires gênantes, les douleurs musculaires et le stress. Des vagues de stimulation des muscles des couches profondes spécialement conçues et qui peuvent renforcer les muscles, aider à gérer sa santé et affiner la taille.

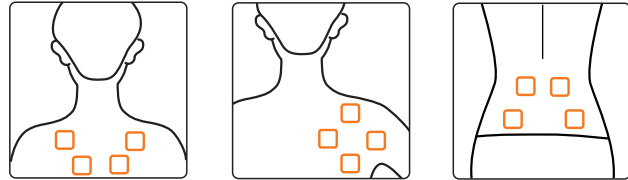
▼ Recommandations de placement des électrodes



Nuque

Epaules

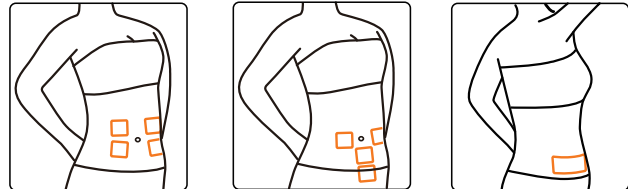
Haut du bras



Haut du dos

Omoplates

Bas du dos



Tonification des abdominaux(1)

Tonification des abdominaux(2)

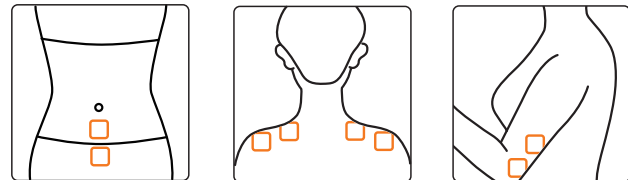
Poignées d'amour

Mode de massage n° 2 : Tapes rapides

Augmente la circulation sanguine et améliore la santé

Ce mode imite le martèlement rythmé du massage suédois appelé Tapotement. Des coups répétitifs qui peuvent aider à toucher des points de pressions précis afin d'y augmenter la circulation sanguine et renforcer votre système immunitaire.

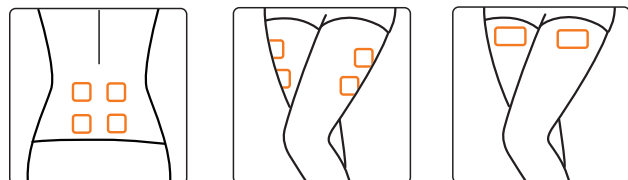
▼ Recommandations de placement des électrodes



Abdomen

Epaules

Haut du bras



Bas du dos

Extérieur des cuisses

Haut des cuisses

⚠ Electrode Usage Guide

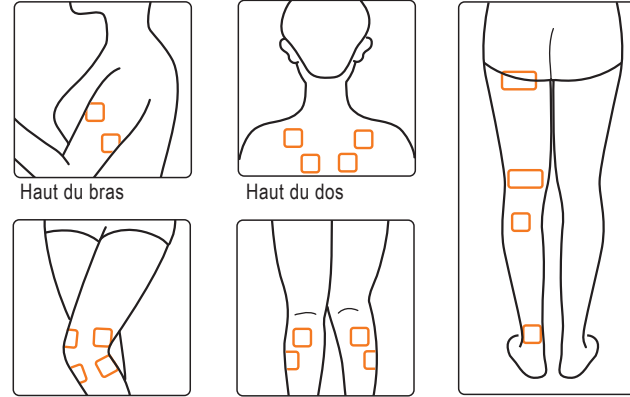
- 1.To avoid dermatological infection and for hygiene purpose, please use dedicated pad for each person.
- 2.Please keep the water-based gel on pad clean and avoid direct touching.
- 3.Place the pad on clear plastic cover to avoid contamination and extend usage life.
- 4.Please keep pads under shade and avoid high humidity and direct sun light. Recommended storage condition: Temperature <28°C and humidity 50±5%
- 5.The average pad usage life is around 30~40 times (roughly one to two weeks) depending on personal hygiene, skin condition and how many times use per day.

Mode de massage n° 3 : Chaise de massage

Apaise et étire vos muscles afin de vous relaxer après un entraînement intense.

Ce programme de massage bascule d'un toucher doux et léger à un massage intense et profond. C'est un des modes préférés pour étirer et apaiser efficacement les muscles après une longue journée. Il aide à défendre le métabolisme, à éliminer l'accumulation d'acide lactique et vous aide à récupérer plus rapidement.

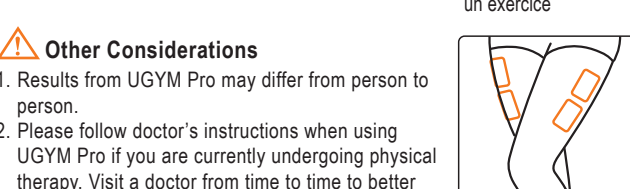
▼ Recommandations de placement des électrodes



Haut du bras

Haut du dos

Zones affectées après un exercice



Genoux

Mollets

Extérieur des cuisses

⚠ Other Considerations

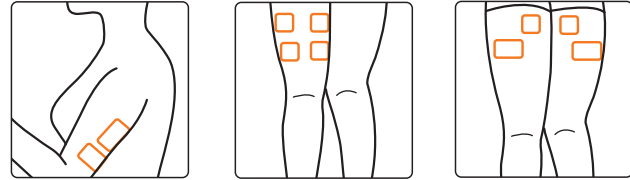
1. Results from UGYM Pro may differ from person to person.
2. Please follow doctor's instructions when using UGYM Pro if you are currently undergoing physical therapy. Visit a doctor from time to time to better understand the recovery progress.
3. If any skin allergy or irritation is caused by the pad gel, stop using UGYM Pro immediately and consult a doctor.

Mode de massage n° 4 : Entraînement musculaire

Augmente efficacement la force et la densité musculaire afin de réduire la graisse.

Combinez une stimulation d'entraînement musculaire avec de l'exercice physique pour augmenter le taux et l'intensité de contraction musculaire. Ce mode vous aide à faire plus rapidement du muscle en réduisant le risque de blessure.

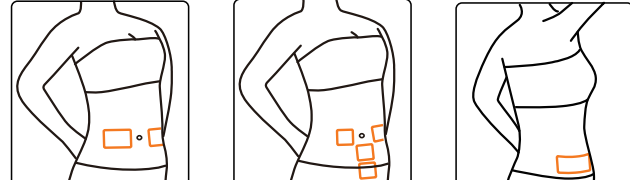
▼ Recommended pad placement



Haut du bras

Ischio-jambiers

Tonification des fessiers



Tonification des abdominaux(1)

Tonification des abdominaux(2)

Poignées d'amour

The actual feeling of stimulation intensity relies on pad locations, physical condition, size of electrodes, distance between each electrode and personal sensitivity.

Please drink 500cc of warm water after each massage session to keep muscle cells hydrated during recovery and speed up metabolism of waste product.

Quick Guide

1. Thoroughly wash and dry the skin, snap the black or red lead to the electrode clip button, slowly pull electrode off the clear plastic sheet by grabbing its ear, apply electrodes flat to the skin. Make sure no electrodes are overlapping. Uneven electrodes will affect the desired stimulation.
2. UGYM Pro has 4 massage modes to choose from. Select the mode that fits you best and raise the intensity level where you find most comfortable. Be careful not to raise the intensity level too fast as overloading intensity may cause muscle cramps or tear.
3. Every massage session lasts for 30 minutes and will stop automatically. If you change the massage mode during previous session, the timer will restart for 30 minutes.
4. If you want to remove electrodes during massage session, remember to press reset button or switch to the lowest intensity. (Reset button is located next to "+" button)
5. Keep in mind you can use your smartphone to control the device remotely. (Bluetooth version only)

Troubleshooting

Device has suddenly stopped during session.

1. Check to see if the battery LED display is blinking in orange. The device may need to be charged.
2. Check to see if electrodes are falling off the skin; one of the leads has got disconnected; or if the lead cord jack got disconnected from the device.
3. Check the lead cord for cracks, tears or other possible damages.
4. Every massage mode lasts for 30 minutes and the device will automatically turn off after 60 seconds with no further action.
5. If your device is overheating or malfunctioning, it will automatically power off.

How to reset the device if it's malfunctioning?

1. Leave it for a day and it will become normal again.
2. Let the battery drain and recharge the device again. (May take couple days)
3. Charge the device for 10 minutes and unplug the micro USB cable.

⚠ Embedded 3200mA Lithium Battery

UGYM has a battery life up to 8 hours. Depending on the program and intensity selected, the battery life may vary from person to person. Through the USB port, U-GYM can also be used as an external battery to charge other electronics. When the device is fully charged the LED will display green. As the battery life diminishes, it will blink orange. All functions will shut off during charging.

*** Attention

- Do not use U-GYM in temperatures above 37°C.
- Do not put U-GYM in or around fire.

About Electrodes (Pads)

1. To avoid dermatological infection and for hygiene purpose, please use dedicated pad for each person.
2. Please keep the water-based gel on pad clean and avoid direct touching.
3. Place the pad on clear plastic cover to avoid contamination and extend life after use.
4. Please keep pads under shade and avoid high humidity and direct sun light. Recommended storage condition: Temperature <28°C and humidity 50±5%
5. The average pad usage life is around 30~40 times (roughly 3 to 4 weeks) depending on personal hygiene, skin condition and how many times use per day.

⚠ Electrodes and lead cords are consumables with limited life expectancy and no warranty provided.

UGYM Technology Corp.

No.2-1, Ln. 18, Yangshou St., Songshan Dist., Taipei City 105, Taiwan
Tel: 886-2-27476176 Email: info@myugym.com

@RelaxDeepMuscle



RelaxDeepMuscle.com

U>>GYM

Empowering Muscle Strength

U-GYM Pro Smart Deep Tissue Muscle Massager

⚠ Attention

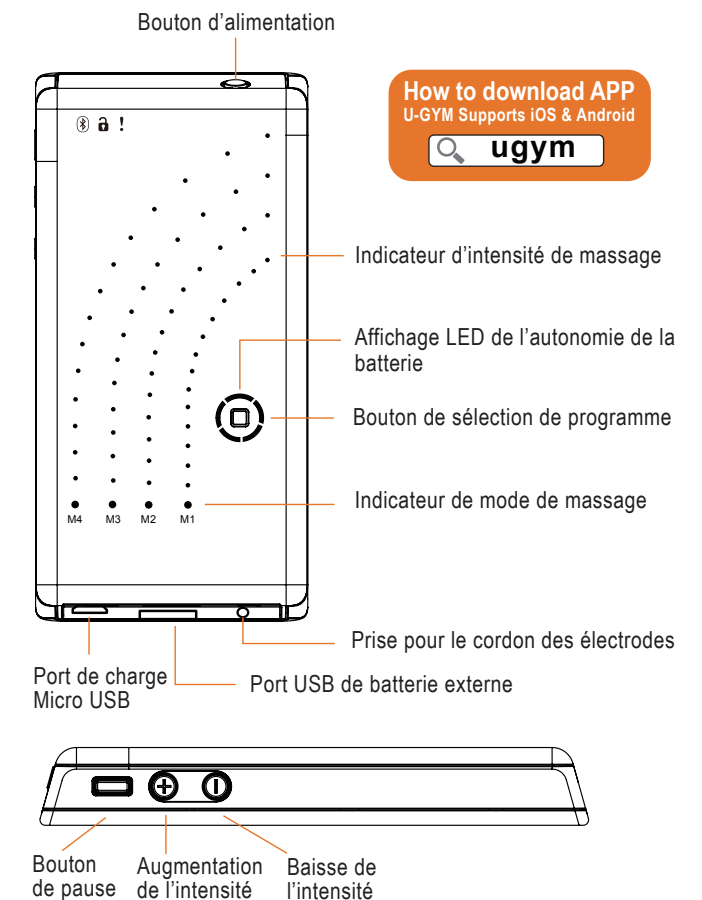
Si vous souffrez d'un des troubles médicaux suivants, veuillez consulter votre médecin avant d'utiliser l'UGYM.

- Dysfonction cardiaque ou pose d'un Pacemaker
- Hypertension, cancer ou diabète.
- Température corporelle supérieure à 38°C, inflammation aiguë ou santé fragile.
- Entorse, foulure, claquage ou déchirure musculaire ou douleur aiguë.
- Si vous êtes enceinte, ou si vous avez donné naissance à un enfant par les voies naturelles durant les 6 derniers mois, ou par césarienne durant la dernière année.

Caractéristiques du produit:

U-GYM Poids : 150 g
Dimensions : 128mm(L) x 63mm(l) x 17mm(H)
Intégré : module Bluetooth, batterie lithium 3200mAh
Inclut : guide d'utilisation, cordon pour 2 électrodes, cordon pour 4 électrodes, câble de charge USB, étui de rangement, électrodes (la taille et la quantité varie selon le modèle)

⚠ Veuillez conserver votre UGYM Pro dans votre bagage à main lors de vos voyages en avion, comme il s'agit également d'une batterie externe.



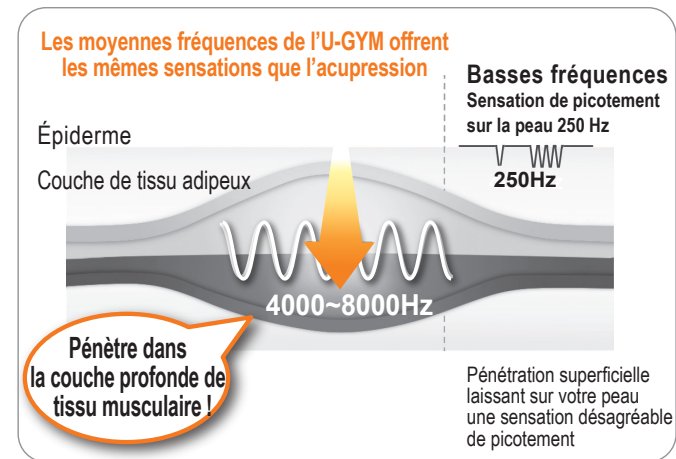
The LED light is in green when battery life is over 20%; it will require charging when LED blinks orange light, Device will turn off by itself when battery life is below 5%.
- 5LEDs will light when device is fully charged.
- All functions will shut off while device is charging.
- Embedded lithium battery can be used up to 8hrs with one charge.



Notre appareil de massage des muscles profonds vous permet de relâcher et soulager les tensions musculaires à tout moment, n'importe où. Son design lisse et portable vous permet de transporter l'UGYM Pro très facilement avec vous. Vous pouvez ainsi l'utiliser à la maison comme lors de vos déplacements.

UGYM Pro utilise une fréquence de stimulation entre 4000-8000 Hz qui peut pénétrer dans les tissus profonds sous-cutanés, en stimulant les nerfs profonds et les points de pressions pour soulager efficacement les douleurs ou les raideurs musculaires.

En utilisant notre technologie de massage unique et inédite, les utilisateurs ressentiront une stimulation des tissus profonds similaire à un massage ou une acupuncture traditionnelle effectuée par un thérapeute. C'est ce qui différencie l'UGYM de tous les autres stimulateurs à basse fréquence, comme les TENS et les STIMs. Les unités à basse fréquence TENS ne stimulant que l'épiderme, ce qui peut vous laisser une sensation désagréable de picotement.



L'UGYM Pro se connecte à votre téléphone portable grâce à un module Bluetooth BLE intégré afin de vous fournir des fonctionnalités supplémentaires. Avec l'application UGYM Smart Massage, compatible sur iOS et Android OS, vous pouvez établir votre propre programme d'entraînement musculaire ou de massage préféré et le partager avec vos amis.



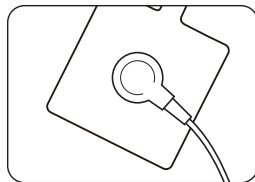
L'application UGYM Smart Massage comprend des fonctions telles que : Info, massage prédéfini, partage de massage, téléchargement de nouveaux massages, connexion Facebook et Airsig.

Vous pouvez même tester d'autres modes de massage et contrôler l'appareil sur votre application pour smartphone.

NCC Notice
According to NCC regulation for low frequency and radiation electronics section 12: Company, business and end user can not alter frequency, enhance power or change original certified design and functionality without official authorization; section 14: Low power radiation electronics cannot be used to affect flight safety or interfere with approved communication and should stop using the electronics immediately if situation appears so.

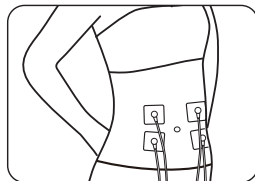
This device complies with part 15 of the FCC rules. Operation is subject to the follow Two Conditions.
(1) This device may not cause harmful interference and
(2) This device must accept any interference received including interference that may cause undesired operation.

Guide d'utilisation rapide



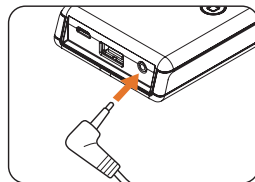
1 Installez et commencez

Connectez le cordon aux boutons sur les électrodes, en vous assurant qu'ils soient bien fixés au centre des électrodes.



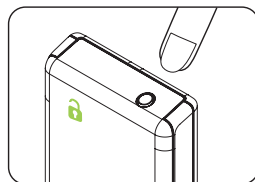
2 Appliquez les électrodes sur la peau

Placez les électrodes sur les muscles en fonction de vos préférences. Appliquez toujours les électrodes sur la peau avant d'allumer l'appareil.



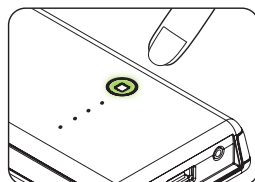
3 Connectez le cordon à l'appareil

Insérez le connecteur du cordon dans la prise en bas de l'appareil. Assurez-vous que le connecteur soit bien inséré dans la prise.



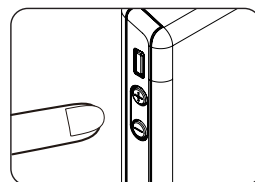
4 Allumez

Appuyez et maintenez la pression sur le bouton d'alimentation (situé en haut à droite de l'appareil) pendant 1 seconde. L'UGYM Pro vibrera une fois et l'écran LED s'éclairera. Votre appareil est maintenant en marche.



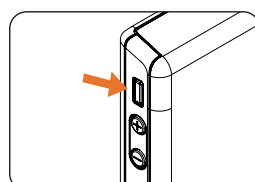
5 Sélectionnez le mode de massage

Appuyez sur le bouton mode (Il y a une marque carrée sur le bouton) sur le devant de l'appareil pour naviguer dans les 4 modes de massages (M1 à M4). En plus de ces 4 modes de massage de base, nous recherchons et développons continuellement de nouveaux modes qui sont disponibles au téléchargement sur l'application UGYM Smart Massage.



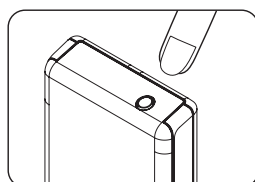
6 Changez l'intensité de massage

Les deux boutons sur le côté gauche de l'appareil et qui comportent le signe +/- vous permettent de contrôler l'intensité de votre massage. Il y a au total 26 niveaux différents d'intensité indiqués par des lumières LED. Une lumière LED indique deux niveaux de changement d'intensité.



7 Pause durant un massage

Pendant un massage, vous pouvez appuyer sur le bouton pause (un bouton rectangulaire au-dessus du bouton +) pour arrêter temporairement l'appareil. Ceci remettra le chronomètre et l'intensité de massage sélectionnés à leur réglage d'origine. Si vous laissez l'appareil inactif pendant 60 secondes, il s'éteindra automatiquement.



8 Eteindre l'appareil

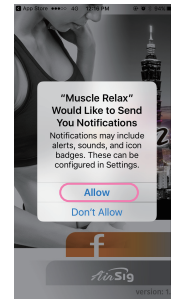
Pour éteindre votre appareil il suffit de maintenir le bouton d'alimentation appuyé pendant 3 secondes. Il y aura alors deux vibrations et les LEDs s'éteindra pour indiquer que l'appareil est éteint. Quand vous avez terminé une session de massage, remplacez les électrodes sur la feuille de plastique et rangez l'appareil dans un endroit sec et frais afin d'assurer sa longévité.

Utiliser l'application UGYM Smart Massage

1. Téléchargez et installez l'application

How to download app
U-GYM Supports iOS & Android
ugym

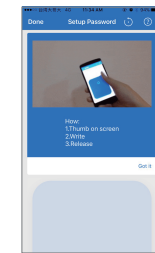
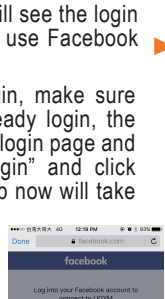
Just use keyword "UGYM" in app store and you should find UGYM logo. Please download and install the app in your smartphone.



2. Activez l'application

Once you open the app you will see the login screen (right). You can either use Facebook login or Airsig login.

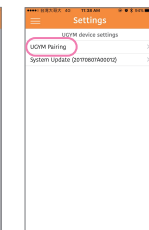
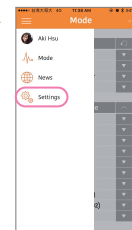
When using Facebook to login, make sure the Facebook account is already login, the app will take you to Facebook login page and select "Use Facebook to Login" and click "Confirm" to continue. The app now will take you to the main page. (Note that if you are inactive for 5 minutes, you will be logged out.)



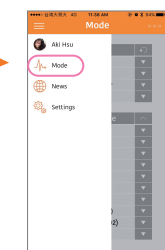
When using Airsig to login the first time, the prompt will lead you to setup a signature. Please think of a name at least 6 characters such as "Franky", picture that word in your head and keep your thumb on the screen and hold the phone like a wand to write the word as if you are writing on the wall with the tip edge of your phone. Once it's setup, it will take you to the main page. (Note that if you are inactive for 5 minutes, you will be logged out.)

3. Connectez et contrôlez l'appareil

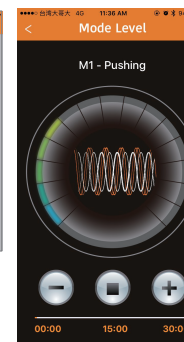
You will need to pair the device to update the firmware or control the device. Press the upper left corner and click on "Settings" and click on "UGYM Pairing". Now you see a device turned on named "U-Gym 075DBC", click on the name and you can set a nickname for it. Now the device is paired successfully. You can click on "System Update" to see if there's any available firmware to update your device.



Now click on "Mode" to go back to the main screen.



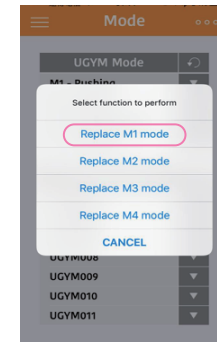
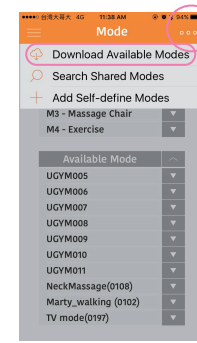
Click on one of the M1-M4 modes and the screen will change to below. Press "+" to go up higher intensity and "-" to go down. You can see the remaining time left on the lower bar.



Plus d'informations sur :
<http://RelaxDeepMuscle.com>
Email : info@myugym.com

4. Téléchargez des modes de massages supplémentaires

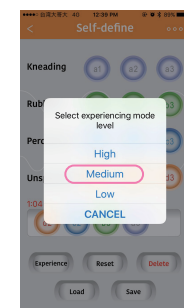
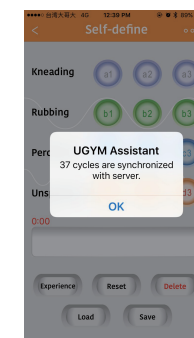
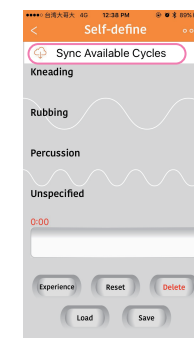
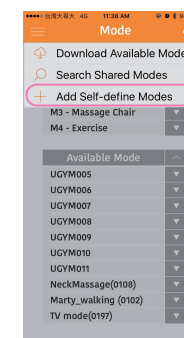
Press the upper right corner and select "Download Available Modes" and you will see UGYM005 to UGYM011 show up in the Available Mode section.



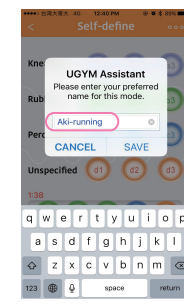
If you select one of the available modes download from our server, you can replace M1 to M4 mode on the device. If you don't like the change, you can restore the default M1-M4 back on device as well.

5. Créer des modes personnalisés

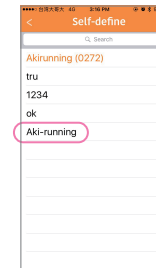
Before using the Self-define mode, please make sure you click on upper corner to select "Sync Available Cycles" and you will see different cycles pops up.



Click on any of the cycles and they will show up in the row of sequence. Click on "Experience" and intensity to try your design. (Make sure your pads are already on your body and cord is plugged in to the device)



If the design is complete, press "Save" and give the mode a name. Now you can see there's additional mode on the bottom of main page.



6. Chargez et partagez vos modes personnalisés

Click on one of the Self-design mode and you can delete or share the mode on Facebook.

