

La incomodidad a largo plazo de los músculos adoloridos o el dolor de las áreas del cuello, hombros y espalda afectará seriamente su calidad de vida

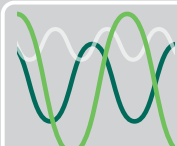
Hoy en día muchas personas trabajan más de 8 horas al día y pasan mucho tiempo sentadas. Aunque cambian su postura y caminan un poco de vez en cuando, la mayoría de los músculos no son estirados adecuadamente y relajados, lo cual ocasiona la acumulación de desecho químico en esas áreas que inducirá al músculo a sentir dolor induce, especialmente en las áreas del cuello, hombros y espalda.

En base a nuestra observación, la mayoría de los trabajadores de cuello blanco tienen un problema de privación del sueño. De hecho, la mayoría del dolor muscular en áreas múltiples llega a ser el resultado de tener una mala postura durante el trabajo. Si el músculo no está relajado por completo desde un principio, la calidad del sueño se verá afectada lo cual ocasionará más dolor muscular, lo cual se convertirá en un círculo vicioso. Dormir lo suficiente es clave para la recuperación muscular, por lo que todos debemos mantener una rutina de por lo menos 8 horas de sueño diarias para que nuestro cuerpo se pueda recuperar por completo mientras dormimos. Podemos comenzar con simplemente estirarnos y ajustar nuestra postura al sentarnos, o simplemente puede usar el UGYM Mini para relajar sus músculos en cualquier momento y en cualquier lugar.

How to check battery life?

Long press 0.3 second to turn on the device. While green or blue LED is blinking, press power button once and white LED will start to blink. Blink once indicates battery life between 10 to 39%; blink twice for 40 to 59%; blink 3 times for 60 to 79% and blink 4 times for more than 80%.





2000-4000Hz
Frequency



Deep Tissue
Massage



Real Massage
Sensation



Up to 5 hours



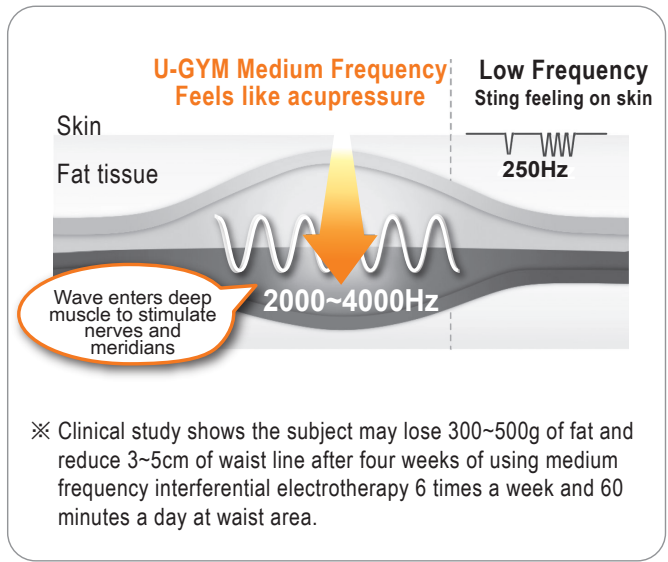
Ultra Portable



Stylish Design

La tecnología propietaria de masaje digital de UGYM le brinda un masaje profesional como si lo recibiera de un terapeuta real

A través del masaje de tejido profundo, los músculos más profundos se contraerán de forma pasiva para mejorar la circulación sanguínea y metabolizar el desecho químico dentro de esas áreas. Por lo tanto puede reducir de forma efectiva cualquier incomodidad por rigidez o dolor muscular. La frecuencia media del UGYM Mini es de entre 2000 a 4000Hz y puede llegar al tejido profundo para estimular los meridianos y nervios, permitiendo que los usuarios tengan un sentimiento de sensaciones a fondo, similar a la acupresión con un terapeuta masajista. La mayoría de los dispositivos TENS y EMS en el mercado están usando una frecuencia bajo (menor a 1000Hz), lo cual solamente llega a las áreas a nivel de piel sin poder estimular de forma efectiva el tejido profundo para una efectiva contracción muscular.



Operation Notice:

1. Please clean the skin using water and keep it dry; lift up pad (electrode) from rounded ear side off the clear plastic cover and place the pad to the treated area. Keep the pad flat on skin and avoid any wrinkle for better effect.
2. There are two stimulation modes to choose from. Select the desired mode and press + or - to change the intensity level. Slowly increase the intensity level and keep intensity bearable and comfortable. (Double press ⏻ to switch mode)
3. The stimulation mode is set to end automatically in 30 minutes. The timer and intensity level will reset if the mode has been switched.
4. UGYM mini will shut off automatically in 60 seconds if no further action is followed.
5. Please do not remove the pad from skin until the intensity level is switched to the lowest level or device is turned off.
6. Stimulation cannot be activated for battery lower than 10% and device cannot turn on if battery is lower than 5%.

U-GYM simulates deep massage technique from real therapist to give you full relaxation!

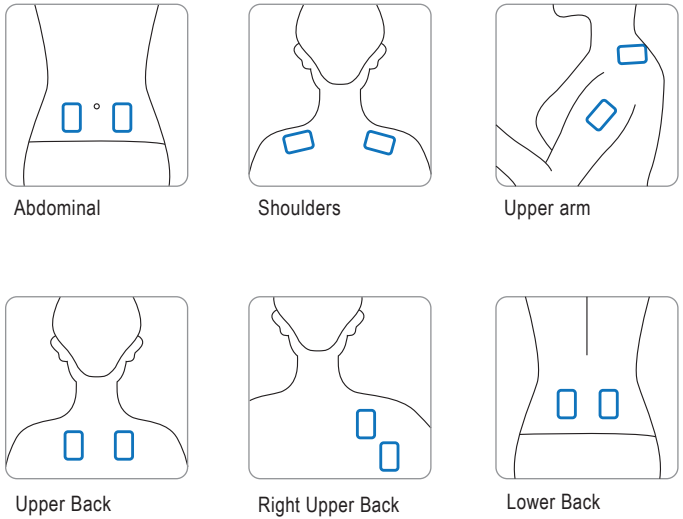
Secuencia de masaje 1 :

Usando diversos niveles y frecuencias de pulsos de estimulación unos sobre los otros para producir una sensación gentil pero sólida de masaje profundo para sus músculos. Puede reducir la fatiga y dolor muscular y ayudar a liberar su presión mental.

Secuencia de masaje 2 :

Alterna entre pulsos de movimiento gentil y fuerte para reducir de forma efectiva la rigidez muscular ocasionada por una postura estática. Puede mejorar la circulación sanguínea y el metabolismo para acelerar la recuperación muscular.

▼ Colocación recomendada de las almohadillas

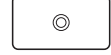


Supported Electropad

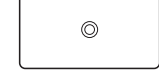
Currently we have three sizes to choose from



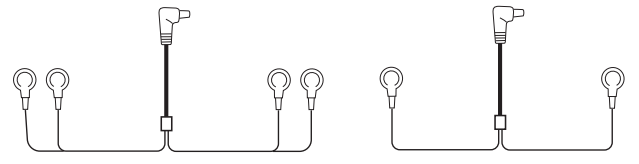
Size 5X5cm, 4 pads a pack



Size 5X9cm, 4 pads a pack



Size 7X13cm, 2 pads a pack



※Recommend to use 4 pads with 1 to 4 cord;
and use 2 pads with 1 to 2 cord

Notice during Massage:

The stimulation intensity is selected based on different treatment areas, size of pads, personal muscle sensitivity and individual body condition. Make sure the intensity is at your most comfortable zone.

- 1.1 hour (two cycles) of treatment for each area per day is recommended.
- 2.Please drink 500cc of warm water after each session to keep muscle cells hydrated during recovery and speed up metabolizing extra cell waste.
3. The actual feel of stimulation intensity relies on pad locations, personal physique and individual sensitivity.
4. Please stop using UGYM mini immediately if you are feeling discomfort or ill in any way during the session and consult your doctor.

Instruction for Electrode:

- 1.Avoid placing pads at heart, neck, eye, oral, genital, arteries and sensitive areas.
- 2.Avoid putting pads at rash, zit and wounded areas.
- 3.For users with skin disease history, please be careful not to use over time.
- 4.If the pads are contaminated, dried out, worn off or other factors causing weak stimulation performance, we recommend to replace with new pads. (For best stimulation result, we recommend to replace new pads every month or after 30~40 uses.)

Best Practice for Electrodes:

- 1.To avoid dermatological infection and for hygiene purpose, please use dedicated pad for each individual.
- 2.Please keep silicone gel on pad clean and avoid touching directly.
- 3.Place the pad on clear plastic cover after every use 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 degree and humidity 50±5%.)
- 5.The average pad usage life cycle is around 30~40 times (roughly within one month) depending on use frequency, personal hygiene and skin condition.



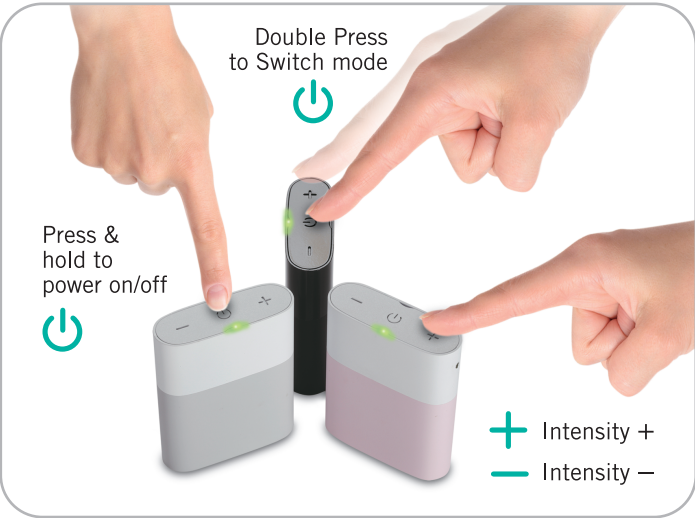
La técnica simulada de masaje a mano de UGYM puede relajar su cuerpo por completo.

Set de UGYM Mini :

- Peso del Dispositivo: 100 g (+/- 5%)
Dimensiones del Dispositivo: 80(H) × 60(W) × 22(L) mm
- Electrodos: Cuatro electrodos en una bolsa
 - El paquete incluye: Manual del usuario, cable 1-a-2, cable de carga por micro USB
 - Batería recargable de Litio de 2600mAh integrada

Please contact us for assistance:
E-mail: info@myugym.com
Phone: 886-2-2747-6176
Hours: Monday to Friday from 10AM to 6PM

Cómo operar el UGYM Mini (según se ilustra)



1. Presione y deje presionado el botón por un instante para encenderlo y presione y deje presionado por 2 segundos para apagarlo.
2. Presione dos veces el botón para cambiar entre los modos (alternar entre la secuencia 1 y la 2)
3. Presione para aumentar el nivel de intensidad y para disminuir el nivel de intensidad.

Notice for Charging:

If orange LED light is off while charging, that indicates the device is fully charged.

Embedded 2600mAh Lithium Battery:

1. UGYM mini can be used up to 5 hours after fully charge (Usage time varies and is depending on different intensity level and sequence used)
2. The orange LED will flash slowly to indicate low battery level (Less 10%).
3. Stimulation will be disabled during battery charging. Both charging and stimulation cannot perform at the same time.

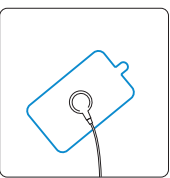
Warning:

Please do not use UGYM mini in environment over 40 degree Celsius.
Throwing the device and battery in fire is strictly prohibited.

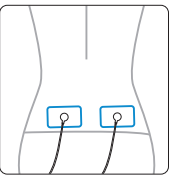
Troubleshooting - Device stops during stimulation:

1. Please check if the LED is flashing in orange showing low battery. Please charge the device immediately if that's the case.
2. Whether electrode cord is firmly plugged in the device and all snap-on clips are firmly attached to the pads. Also, check to see if any of the electrodes are fallen off from skin.
3. Please check if electrode cord is damaged or cracked.
4. If the session has been run for 30 minutes, the device will shut off automatically.
5. If the device is overheating or acting abnormally, it will shut down automatically for safety.

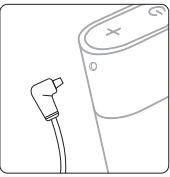
Guía Rápida para el UGYM mini:



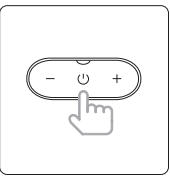
1. Conecte los electrodos con el cable: Presione firmemente el clip sobre las almohadillas.



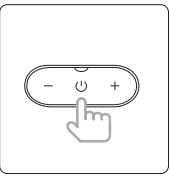
2. Colocación de los electrodos: Coloque las almohadillas sobre las áreas que quiere masajear, normalmente directamente sobre las áreas adoloridas (por favor hágalo con el dispositivo apagado y revise la ilustración de abajo para las áreas recomendadas para colocarlas)



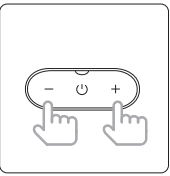
3. Conectando el cable: Conecte el cable al lado del UGYM Mini y asegúrese de que entre por completo.



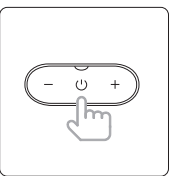
4. Encendido del dispositivo: Presione y deje presionado el botón por un instante. El dispositivo vibrará una vez y el LED parpadeará en verde, por lo que el LED indicará la secuencia de masaje 1(se apagará automáticamente a los 60 segundos si no se detecta alguna acción posterior).



5. Cambio de modo de masaje: Hay dos modos entre los cuales cambiar. Presione dos veces el botón para cambiar entre la secuencia 1 y la secuencia 2. El LED verde indica la secuencia 1 y el LED azul indica la secuencia 2.



6. Selección del nivel de intensidad: y son para controlar la intensidad del nivel de estimulación. Hay 26 niveles en total de donde escoger.



7. Apagado del dispositivo: Presione y deje presionado el botón durante 2 segundos y el dispositivo se apagará. La luz LED también se apagará y el dispositivo vibrará dos veces para indicar el proceso.

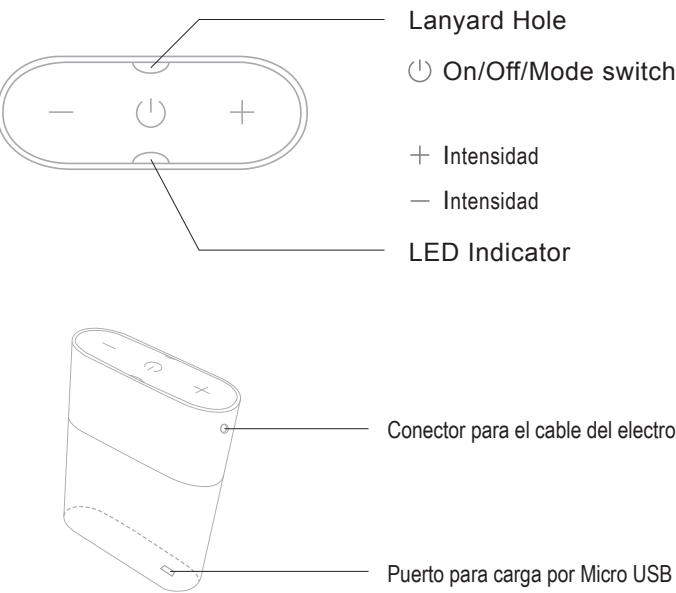
UGYM mini

Masajeador Portátil Para Masaje de Tejido Profundo

Advertencia

Si usted tiene una condición médica, por favor consulte a su médico antes de usar UGYM.

- Marcapasos o enfermedad cardíaca
- Hipertensión, cáncer o diabetes.
- Temperatura corporal por encima de 38° C, inflamación aguda o en condición delicada.
- Esguince o distensión muscular o con dolor agudo.
- Embarazada, ha tenido un parto natural durante los últimos 6 meses o tuvo una cesárea durante el último año.



Each stimulation mode will stop after 30 minutes, If no further action in one minute or power level is under 5%, U-GYM will shut off automatically.

UGYM mini

Masajeador Portátil Para Masaje de Tejido Profundo

U-GYM Technology Corp.
No.2-1, Ln. 18, Yanshou St., Songshan Dist., Taipei City 105, Taiwan
Tel: 886-2-27476176 Email: info@myugym.com
 @RelaxDeepMuscle
15112017



RelaxDeepMuscle.com