

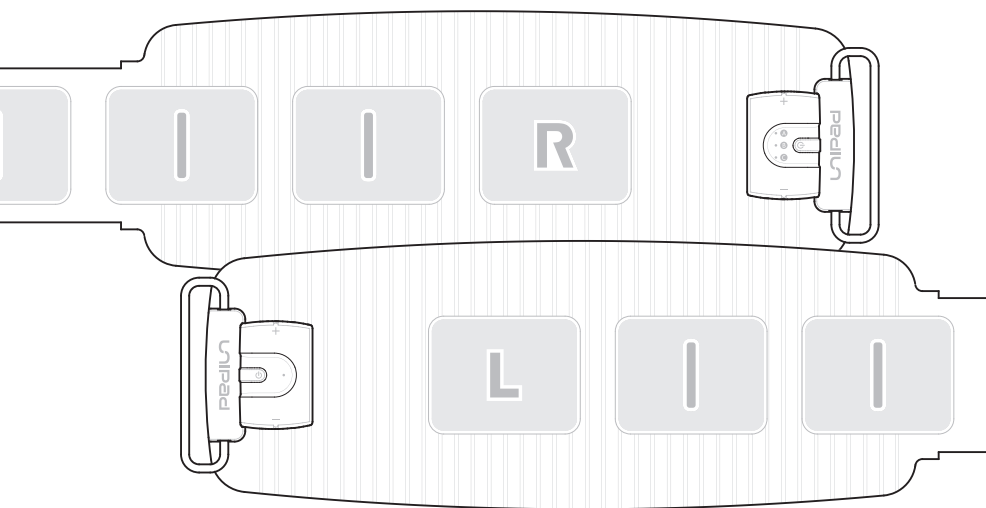
UNIPad

Supported by
DOCTORAIR

Model

ES-4200

使用说明书



POWER IOT
FOR LEGS

目 录

产品功能特色	1
安全注意事项	3
包装内容	7
操作区及部位说明	8
使用前的准备	9
产品基本使用方法	13
清洁与保养	15
外售品及联络资讯	16
常见问题	17
疑似故障的排解方法	18
产品规格	19
产品及电池废弃方式	20
售后服务与保修	22

产品功能特色

非常感谢您购买「POWER IOT FOR LEGS」专业 EMS(Electrical Muscle Stimulation 电脉冲肌肉训练器)产品,使用前请仔细阅读并妥善保存本产品说明书。

POWER IOT FOR LEGS 是 EMS 市场中唯一款采用全机一体绑带式的多功能训练器,他的专业性能绝对是让喜爱运动者,期望拥有不可缺少的训练工具。首先说明:主机完全包容于软性矽胶内,一体成型设计可以达到 IP22 防水等级,无论在室内、健身房内或户外不受场地限制皆可使用,电极区的设计,跳脱一般单一固定黏胶片,改采用液态导电液或给予适度水分做为传导输出介质,实现了长期频繁专业用途的便利性双机同步,特殊性能区隔时下市场机种多半各别操作的不适性,机体强大的 IOT 互联功能的导入,本机组左右大腿无线同步自动控制无时间差的训练程序,均衡施作于左右大腿的肌肉训练过程,此外,如您如果另备有采购 POWER IOT ARMS 机组,此时 IOT 将自动扩充至四机互联功能,实现完整同步锻炼四肢肌肉达到理想的均衡体态美。

POWER IOT FOR LEGS 产品功能特色:

- IOT双机或四机自动同步互联训练(系统可扩充到四机互联)。
- 绑带式EMS矽胶材料与主机一体成型。
- 依各种大腿尺寸可自由调整使用。
- 输出端使用液态导电液材料,无需使用固定黏性导电凝胶。
- 3种专业训练模式(重量、爆发力、紧实力。)
- 双机单机依喜好可自由选择。
- 最新版USB-C 充电接口。
- IP22防泼水。
- 专用收纳袋。

POWER IOT FOR LEGS 说明书能提供您完整的产品操作方法以及安全使用资讯，敬请于使用前仔细阅读，以确保能安全地充分享受本产品所带来的卓越训练效果。

POWER IOT FOR LEGS 的售后服务保证书随附于本使用说明书最末页，敬请您向取得商品的经销商店确认保证书上已记载「购买日期」、「经销商名称」等资讯，并于详阅后妥善保管，以保障您享有完整产品售后服务的权利。

请注意！

本机仅适用于十八岁以上的成年人使用其他年岁者禁止使用。




请注意！


于使用过程中如果身体遇有不妥状况，应请立即停止使用。


安全注意事项

使用前请先详阅本「安全注意事项」，正确安全地使用本产品。此处标示的各项安全注意事项，乃是为了防范可能对您造成之危害，让您能够正确并安全地使用本产品。

错误使用时，其危害或损害程度轻重
将依下列标示分别说明。

 **危险** 此标记表示因使用不当而「极有可能会造成死亡或重伤」的内容。

 **警告** 此标记表示因使用不当而「可能会造成意外或重伤」的内容。

 **注意** 此标记表示因使用不当而「可能会造成使用者受伤或财物损毁」的内容。

* 财物损毁泛指损毁波及家居、财物及家畜和宠物等。

必须遵守之事项内容，依照以下标示说明。



此标示告知此为禁止行为。



此标示告知需要注意之事项。



此标示告知必遵从之指示。

⚠ 危险

如有下述情况，严禁使用本产品



- 使用心律调整器、人工心脏及体内埋入型电子医疗器材者
- 使用人工心肺起搏器及生命延续用电子医疗器材者。
- 使用心电图机等穿戴式电疗电子仪器者。

⚠ 警告

如有下述情况，不可使用本产品



- 有过敏体质者、皮肤病患或伤口发炎者。
- 心血管疾病患者、血压异常者。
- 发烧中。
- 恶性肿瘤患者。
- 怀孕期间。
- 急性病患。
- 糖尿病患。
- 患有脊椎骨折、扭伤、肌肉拉伤等急症（疼痛性）者。
- 患有骨质疏松等骨骼异常者。
- 需静卧疗养者。
- 感到身体有异状者。
- 其他因疾病就诊治疗中者。

即使并非以上对象，如对产品使用上有任何不安
也请咨询专科医生。

⚠ 警告

请勿将本产品使用于下列部位



- 胸部、肩胛骨等心脏四周，或颈部以上部位（头、脸等）
- 脊椎伤口、眼、口、阴部等部位。
- 24小时内曾进行脱毛的部位。
- 曾进行整形手术的部位。
- 金属、塑胶、矽胶等植入部位。
- 刺青纹身部位。
- 皮肤有破损的位置。

 **警告**

使用时敬请遵守下列注意事项
否则将有可能引起意外、受伤或造成破损、脏污



- 请勿将本体或导电凝胶放进微波炉加热或靠近火源。
- 请勿用于既定用途以外或说明书记载以外的方法。
- 请勿让幼儿或宠物使用本产品。
- 请勿溅洒液体于产品本体。
- 请勿于运动或驾驶期间使用。
- 若本产品出现异臭、异音或内部渗入水等异物，请立即关闭电源。否则将有导致短路、故障及火灾之虞。

充电时，请遵守下列事项。
否则将有可能引致受伤、故障或意外。



- 在10 - 35°C的范围内充电。（在此温度范围外充电可能导致液体泄漏、发热、破裂、故障。）
- 超过规定的充电时间后仍未完成充电的情况下，请停止充电。充电中如发生异常情况，请立即将电源适配器从插座中拔出，否则可能导致冒烟、起火、破裂、故障。
- 请勿使用附带的电源适配器和充电线以外的设备进行充电。
- 请将电源适配器确实插入到底部。若插入不充分的状态下使用，会导致触电或因烟灰尘的堆积而引发火灾。

使用导电凝胶时，请恪守下列事项。
否则将有可能出现疼痛或烫伤。



- 请勿使用破损、劣化、脏污的导电凝胶。
- 请勿屈曲导电凝胶。否则将导致导电凝胶破损。
- 使用导电凝胶时，请紧贴皮肤。如果肌肤黏贴处有空隙，电流将无法平均流经导电凝胶，有可能导致局部强烈的刺激感。
- 取下导电凝胶前，请先关闭本体电源。
- 请将电极贴于导电凝胶上使用。通电时，切勿直接接触电极。

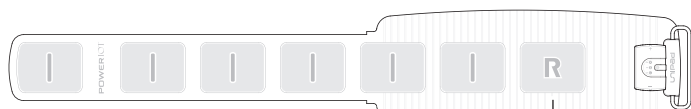
使用本产品前，请先详阅以下内容



- 在使用过程中欲移除或移动本产品时，务请先关机，再将本体由身体剥离。
- 如果身体或肌肤感到不适，请立即停止使用并前往就诊。否则将有发生事故或造成身体不适之虞。
- 故意加强电流或同时间下长时间使用，并不会增加本产品的效果。反而有机会造成肌肉疲劳、皮肤刺痛感红肿等症状。
- 使用本产品时，必须请取下身上的金属饰物(项链、耳环等)。
- 请于使用本产品时，摘下电子产品(手表、步数器、手机等)，或将其远离身体。否则将有使电子产品出现故障之虞。
- 若有特殊使用需求，请于物理治疗师或运动医师指示下配合使用。
- 使用本产品前，勿涂抹化妆水或护肤霜等保养品于使用部位上。否则有可能减弱导电凝胶的黏贴力。
- 如果能事先去除使用部位的毛发，可让软胶贴与肌肤更加贴合。但请勿在脱毛当天使用。
- 请勿于冷却、加热后使用，否则有可能发生产品变形等情况。此外，禁止于淋浴间内使用。
- 请于使用前清洁使用部位。
- 本产品请勿浸泡于水中。
- 请勿自行修理。
- 若无需废弃产品，请勿自行拆解本产品。

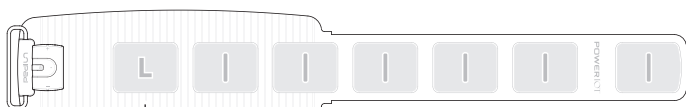
包装内容

主(R)副(L)机



主机此处标示R(表右手)

A



B

副机此处标示L(表左手)

A. 主机 (R) x1 B.副机 (L) x1

附属配件

配件:

C. 收纳袋 x1

D. 黑色擦拭布x1

(用于机体矽胶面清洁用)

白色擦拭布x5

(沾水后可清洁导电橡皮区)

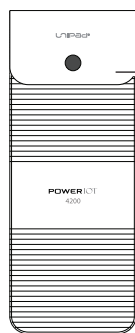
E. 使用说明书/

售后服务保证书 x1

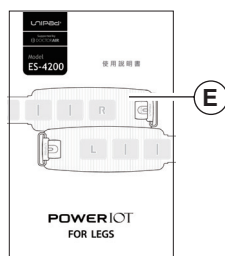
F. 导电液 x1

G. 充电器 x1

H. 充电线 x1



C



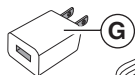
E



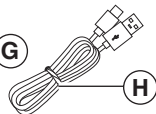
F



D

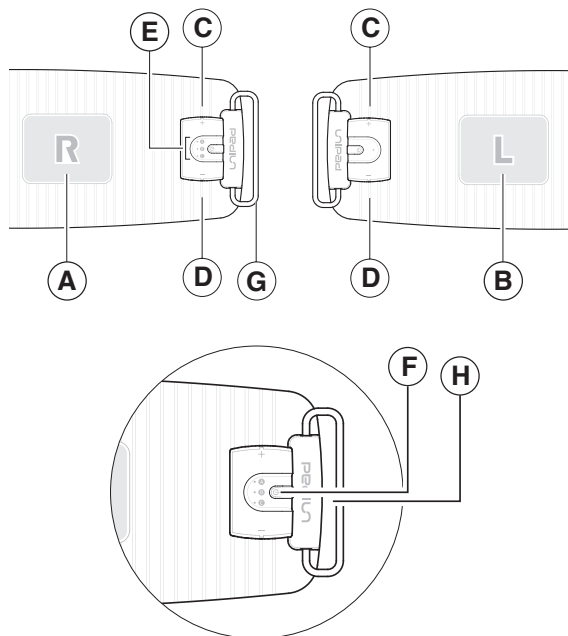


G



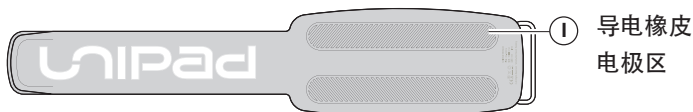
H

主机/副机【正面】



- | | | |
|----------|--------------|-----------------|
| A. 主机 | D. 强度减少键 | G. 绑带扣环 |
| B. 副机 | E. LED 指示灯 | H. 充电接头(type-C) |
| C. 强度增加键 | F. 电源&模式选择按键 | I. 导电橡皮电极区 |

主机/副机【背面】



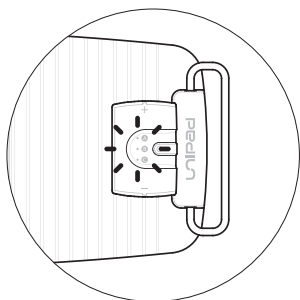
使用前的准备

1. 替产品充电

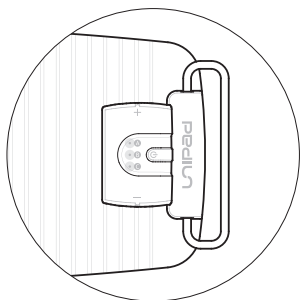
建议于第一次使用前，务必将POWER IOT FOR LEGS进行完全充电后再行使用。



- 将充电端子插入侧壁USB端子充电孔



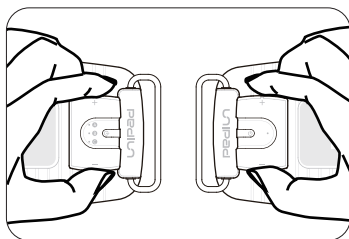
- 当充电时，LED指示灯区域会闪烁绿色灯光。



- 充电完成时，LED指示灯区域的绿色灯光转为恒亮状态。此时代表充电已完成。

2.双机使用配对方式

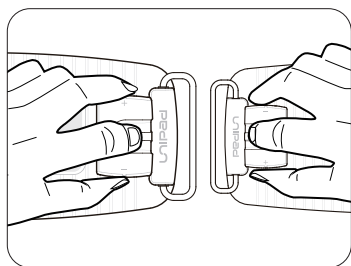
首次使用前主副机必须自我进行配对程序



开启双机后，双机同时押按+ -键约3秒(黄灯快闪)，当听到” 哔- 哔.哔.哔- 哔.哔代表已成功完成双机配对及首次连线程序。

*下次使用时双机将会自行连线

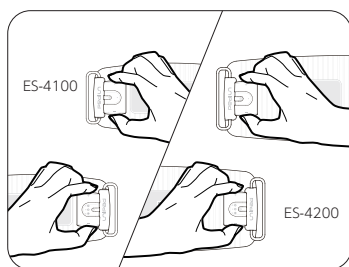
3.四机使用配对方式



程序1

- 先进行各别双主(ES-4100、ES-4200) 配对程序。
- 以左右手三指个别同时压按「电源键及+、-」三组按键(且红绿灯交替闪烁)，时间约计3秒，当听到” 哔- 哔.哔.哔- 哔.哔” 已成功的完成双主机配对程序。

配对失败时，双机会发出连续哔声5秒并自动关机，请开机重新配对。



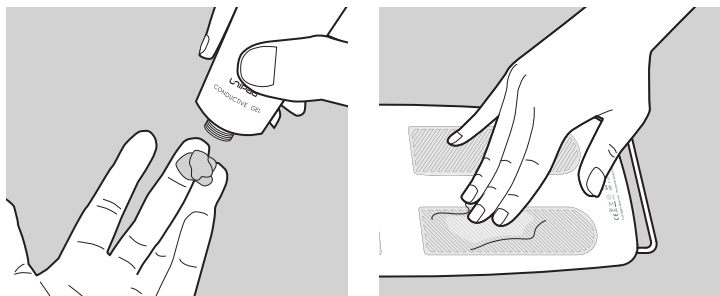
程序2

- 再依序各别进行(ES-4100、ES-4200) 主副机双机配对程序(黄灯快闪)。
 - 当听到” 哔- 哔.哔.哔- 哔.哔” 代表以成功完成首次配对程序。
- ※下次使用时双机将会自行连线

四机同步时，以4100主机为四机之总主机。

4. 涂布导电液

导电液的功能是能将POWER IOT FOR LEGS电极输出的能量均匀传导到皮肤，请依下图指示下正确涂布，取出导电液瓶，并挤出适量导电液置于指尖处，并均匀涂抹至黑色长条导电橡皮上。或以适量均匀涂抹至穿戴手臂部位上亦可。

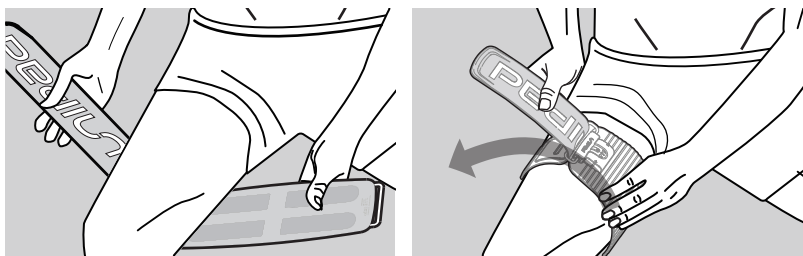


关于导电液使用的其他注意事项如下：

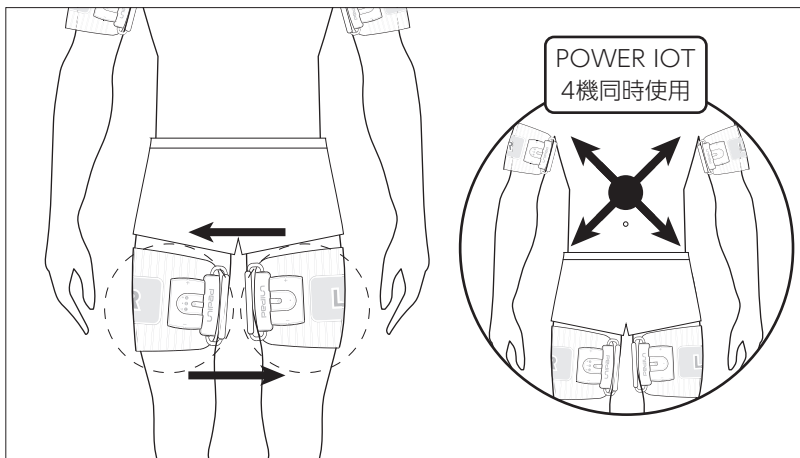
- 抹导电液时，请完全覆盖电极部。否则将有可能产生输出不平均现象。
- 导电液特性，除了内含导电介质有效的让电流顺利舒适通过皮肤的作用外，成份内添加了部分保湿性材料，全程运作输出比较单纯用水替代下，更能保障使用中输出脉冲的稳定性。
- 请勿使用过期劣化、非原厂的导电液。
- 保持用毕封盖并请保存于阴暗处，避免日光直射及远离高温高湿度的地方。

导电液完成涂抹于电极区后，先将产品卷成筒状，依序由手臂下方穿入。套紧后，再进行细部位置调整，此时控制机体并朝向手臂内侧靠向中心内侧，代表穿戴正确位置。

- 将产品卷成环状，套入并穿过手臂。
- 尽量将产品控制主机转向至中心内侧位置，并将魔鬼毡牢固贴上。



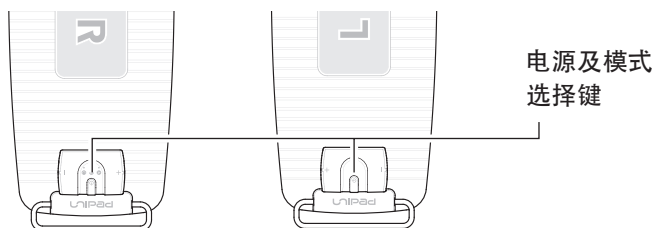
- 本系统除了提供单、双机使用外，另可扩充结合POWER IOT FOR LEGS 四机组合同步使用。



产品基本使用方法

1. 开启电源

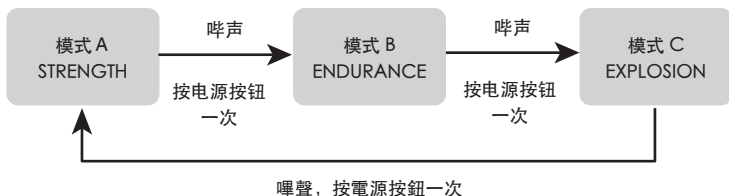
个别长按主机与副机的电源键约1.5秒，会听见“哔”一长声，表示主副机电源已开启。当副机串连发出一“哔-哔.哔-哔.哔.”声响，表示已完成同步连线状态。



- 接通电源时的默认强度等级为“0”（无刺激）。
- 当机体开机后长期在未贴附于人体部位下，本体将会进行自动断电。

2. 训练模式选择

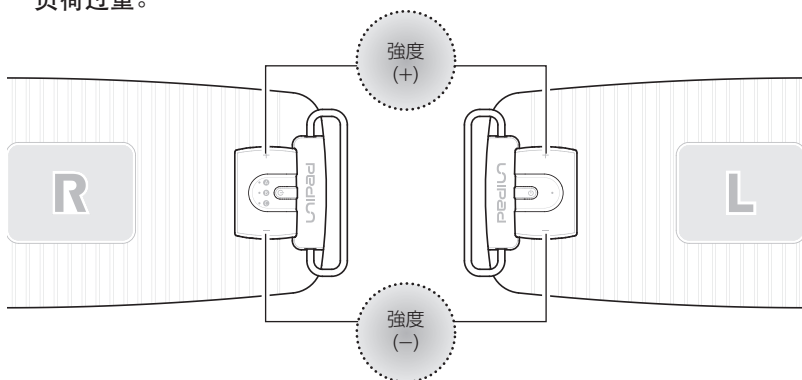
每短按模式选择键(同电源键)一次可选择不同的训练模式，模式选择循环如下图：



模式	训练内容
模式 A : STRENGTH	重量训练
模式 B : ENDURANCE	耐力训练
模式 C : EXPLOSION	爆发力训练

3. 调整强度

本机设计是双机输出强弱个别调整的，最大输出值是三十阶，增强电压时。请缓缓依序调整，避免速度过快按压，造成瞬间肌肉负荷过重。

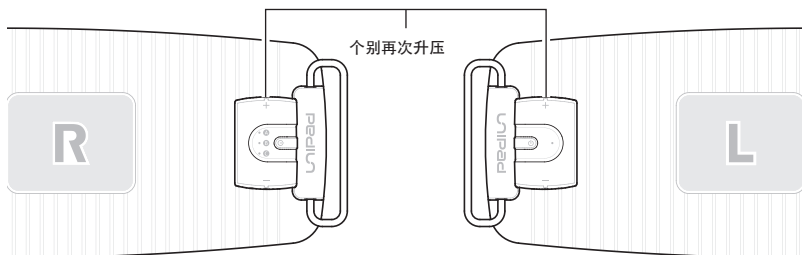


- 每次增减键按压时会发出一“哔”声，增减至最大或最小值时以“哔哔”二声提示。

4. 中途调整使用位置或关机

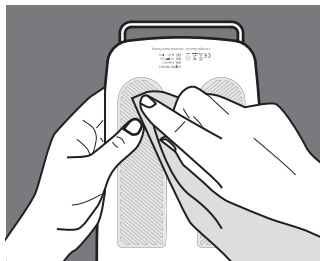
中途调整位置下，请个别将两机降键减至最小，直到0值输出位置再移动调整，调整位置后需要个别按压增加按键再次升压。

中途停止使用下，请直接按压电源开关键约1.5秒，听到哔一长声后机体电源已关闭，再进行移除动作。



机体每回用毕后的结束保养

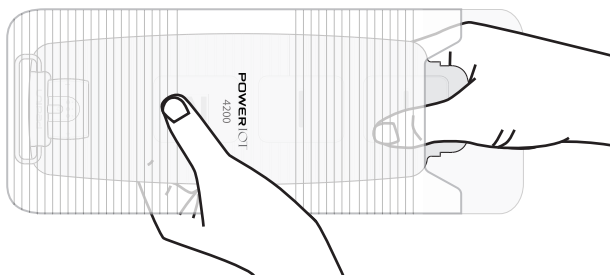
请先使用“白色擦拭纸巾”，沾上少许清水擦拭残留在机体上的导电液，擦拭干净后，再使用黑色擦拭布进行机体外观表面的脏污。



- 确认机体处于关机状态下。
- 清洁时，请确实做到导电区内橡皮凹陷沟纹处残余导电液已被完成的清洁干净。
- 清洁后，白色擦拭纸巾用毕可丢弃，黑色机体擦拭布请保持留供下回再次使用。

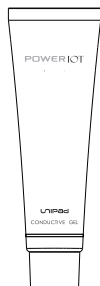
正确保存方式

每次保养完毕请确认机体干燥后再放入收纳袋，可避免潮湿条件下易产生不良的异味。置入收纳袋内小技巧：本机出厂包装内附两条海棉条。折弯机体置入袋内时，可将海棉条一并夹放置入，用以防止长期收纳绑带折弯处易受挤压下的变形。



購買POWER IOT導電液

- 請洽詢本公司或經銷商店購買。
- 請務必使用本產品專用的導電液。
- 若誤用或錯用非原廠生產的導電液，將有導電效果不佳，感覺不到效果之虞。
- 若因使用非原廠品所造成意外事故等問題，本公司將不承擔任何責任。敬請見諒



POWER IOT
專用導電凝膠
(ES-4000GEL)

常见问题

Q: 是否可以每日使用?

A: 可以每天使用。但相同部位每天最多勿超过使用二次以上, 否则将有可能产生肌肉疲劳之虞。

Q: 请问使用EMS强度愈强效果愈佳?

A: 当超过个人体感强度下坚持使用过大强度的电压, 对肌肉而言疼痛不适反而是一种伤害, 是绝对错误使用并应禁止的。

Q: 今天感冒或体能欠佳期间请问能否使用本产品?

A: 当体能感觉欠佳状况下进行EMS训练, 让身体造成更多的负担正是适得取反, 建议多休息! 待完全恢复正常后再行使用。

Q: 使用本产品是否会造成肌肉酸痛?

A: 本产品与其他健身器材训练目的相同, 有可能运动后会导致肌肉酸痛。若肌肉过于酸痛不适下, 或可将输出脉冲强度调低或请暂缓二天停止训练。

Q: 是否能在浴室内使用本产品?

A: 本产品虽具防水性能, 但于浴室内处于未知水气环境下, 易于发生不必要事故, 因此禁止使用。

Q: 是否可以在手臂区域与机体导电区域同时涂抹 POWER IOT导电液?

A: 完全正确, 这是本机体输出表现的最佳条件, 请保持这种方式持续使用。

Q: 是否有无法使用本产品的部位或是环境?

A: 本产品指定用途是手臂区域的设计训练用途, 其他部位皆不适合使用。

Q: 是否可以不用导电液下直接使用产品?

A: 这种方法使用无法将机体电流稳定释放, 是完全被禁止的!

疑似故障的排解方法

18

状态	原因	处置方式
电源无法开启	电池耗尽	请进行充电
	开机键按压时间太短	请长按开机按钮(1.5秒),直到发出「哔—」声为止
	于低温/高温环境下使用	请于建议使用温度(15~35°C)下使用
「哔、哔」10秒	电池残余电量过低	请进行充电
「哔、哔」达一分钟	涂布导电液后的产品电极区未能紧贴肌肤	请将电极区紧贴肌肤
感受不到电流刺激	涂布导电液后的产品电极区未能紧贴肌肤	请将电极区紧贴肌肤
	导电液涂布不足	请取下产品, 增加在电极区的导电液并涂抹均匀。
	主副机好像其中有一机没动作	请检查是否已开机
请再次开关机检查是否已连线完成		
电流刺激太弱	强度设定偏低	请按压刺激能量增强按钮直到发出「哔」声
	电池残余电量过低	请进行充电
	导电液涂抹不足	请取下产品, 增加在电极区的导电液并涂抹均匀
电流刺激突然中断	电池耗尽	请进行充电
肌肤变红有刺痛感	涂布导电液后的产品电极区未能紧贴肌肤	适度调整绑带松紧度
	导电液涂抹不足	请取下产品, 增加在电极区的导电液并涂抹均匀

* 本产品内并无其它附属零件, 勿自行自我拆卸或修复, 否则将失去售后服务权利。

产品规格

- 型号: ES-4200 POWER IOT FOR LEGS
- 电器规格: 输入5V / 500mA
- 内含电池规格: DC3.7V (充电式锂电池)
- 电池容量: 250mAh
- 充电器规格: 输入=AC 100~240V, 50-60Hz /
输出=DC5V 500mA
- 频率: 4 ~ 80Hz \pm 10% (Cycle Rotates)
- 波宽: 200~400 μ s \pm 10%
- 输出强度: Max. 120 Vpp \pm 10%, based 1K Ω on load
- 输出强度: 0 - 30 阶可调
- 单次使用时间: 20 minutes ; 自动关机
- 使用环境: 10~40 $^{\circ}$ C / 相对湿度30%~85%
- 充电环温: 10~35 $^{\circ}$ C
- 储存条件: 0~40 $^{\circ}$ C / 相对湿度30%~85%
- 本体尺寸: 长680mm x 宽115mm x 高14mm
- 适用手臂范围: 42~61cm
- 本体重量: 约428克
- 生产地: 中国

请根据居住地方相关条例适当处理废弃本产品长期使用下，本体如果发生损伤或龟裂，请立即停止使用并予以废弃。本产品配备有锂电池，废弃时请务必拆下锂电池。

危险

请勿对取出的锂离子电池进行充电或以下操作
(否则，可能导致发热、起火、破裂、故障。)



- 勿将其投入火中，或对其进行加热。
- 请勿用钉子刺，给其带来冲击或对其进行拆卸、改造。
- 请避免电池的电极与金属接触。
- 不得和项链、发夹等物品一同携带、收纳。
- 不得将其放置在火源旁边或火焰环境等高温场所

警告

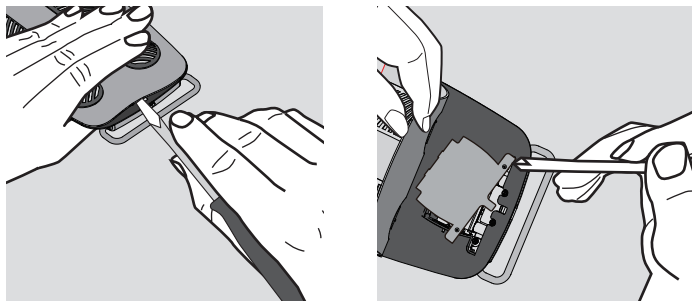
取出的锂离子电池请勿放置在婴幼儿可触及的地方。



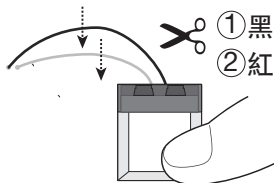
- 万一将其吞下，请立即咨询医生。
- 锂离子电池漏液时，请勿赤手触摸，使用以下的措施进行处理。
- 当液体进入眼睛时，请勿揉搓眼睛，立即用干净的水进行清洗后，向医生咨询。
- 当液体附着在身体或衣服上时，用干净的水充分冲洗后，向医生咨询。
- 除废弃产品外，请勿拆卸。（可能引起火灾，电击，伤害等。）

取下锂离子电池

1. 请将POWER IOT FOR LEGS使用到完全无法运作(对锂离子电池进行放电)。
2. 将一字螺丝刀等放入主体盒的间隙，撬开盒盖，将电池从基板上取下。



3. 将黑色与红色两条导线依序剪断（同时剪断可能发生危险）。



- 进行废弃拆解操作时，请使用工具并小心避免受伤。
- 取下的锂离子电池勿使导线相接触(红和黑)。否则可能短路导致烧伤。
- 请在不破坏电池外壳的情况下将其取下。
- 使用后请勿作为家庭垃圾处理，将其交给回收合作店。



Li-ion

使用完的充电式电池专用若未经专业处理程序，可能造成环境污染或危险，因此请用胶带等将电池的电极进行绝缘处理后，送到离您最近的充电式电池回收合作店，或者将其放入专用的“充电式电池回收箱”中。

保证书

确保保修卡中包含购买日期和经销商名称之类的信息，请仔细阅读保修卡的内容并将其放在安全的地方。

要求维修时...

请联系购买地点以获取以下信息。

- 购买日期
- 产品型号名称
- 故障状态（具体而言）

如果您在保修期内要求维修

我们将根据保修条款进行维修。请仔细阅读保修，因为即使在保修期内也可能需要付费。

保修期过后

如果可以诊断和维修，将根据要求收费。维修费包括以下内容

- 技术费用：诊断，修理，调整，检查等。
- 零件费用：用于修理的零件和辅助材料。
- 维修品的的往返运费。

维修功能部件的保留期限

维护本产品功能所需的维修功能部件的维护期限为自生产之日起五年。保留期结束后，维护将终止。

联络我们

如果您对售后服务有任何疑问或有任何疑问，请联系购买地点或UNIPAD客户服务中心。

UNIPAD®

Supported by

DOCTORAIR

| UNIPAD 客户服务中心 |



0120-88-5001

10点 ~ 18点（周六，周日，国定假日和新年假期除外）

MEMO

免费保证规定

1.在保修期内，请按照说明手册及产品标签来使用产品，如果发生故障，我们将免费维修。

*在保修期内要求免费维修时，请将本产品和本手册提供给您的经销商。请携带、出示并告诉我们。

*如果如果您已经搬迁，或者您的产品是受人馈赠的礼物等，您依然可以在此保修中所列的经销商处获得免费维修。如果没有，请联系UNIPAD客户服务中心。

2.原则上，将在保修期内向您收取以下费用。

- (1) 使用说明书以外的错误使用引起的故障和损坏
- (2) 维修或改装不当引起的故障和损坏
- (3) 购买后的运输和掉落
- (4) 一般家庭用于非商业用途（例如，商业用途）时的故障和损坏
- (5) 未出示保修卡时
- (6) 保修卡中不包括购买日期，客户名称，地址或商店名称如果或者，如果文字被改写了亦须收取费用。
- (7) 安装在车辆，船舶等上时发生的故障和损坏。
- (8) 火灾，地震，洪水，雷电，其他自然灾害，异常电压，未使用指定的电源
- (9) 除我们（及我们的关联公司）以外的任何人错误地维修或改装而导致的故障或损坏故障和损坏
- (10) 主机以外的耗材和配件
- (11) 由于磨损或老化而导致使用寿命有限的部件的更换

3.此保修仅在日本有效。（此保修仅在日本。）

4.此保修卡不会被重新发行，因此请妥善保管。对于付费维修，客户负责维修零件维修零件的费用和技术费用。

修理纪录

•此保修保证在本文档指定的条件下可以免费维修。

如果对保修期后的维修有任何疑问，请联系经销商或UNIPAD客户服务。

保证书

送修服务

本保证书基于免费维修规定，约定于购买日起1年内提供免费维修服务。遵循使用说明等记载的注意事项，在正常使用状态下发生的故障（除因因异常状况如火灾、地震、暴动、恐怖攻击等或顾客蓄意、疏忽或使用不当所造成之损害，本公司将不承担任何责任。），本公司将根据保证书记载内容进行免费维修。请于保修期间内携带本产品、保证书以及可确认购买日期的证明（收据等），前往当地代理或进口商客服中心申请维修。确认保证书上已记载「购买日期、经销商名称」等资料，于熟读保证书内容后详加保管。

型号	ES-4200 POWER IOT FOR LEGS
保修期间	自购买日期起1年以内 ※ 附件除外
制造序号	
購買日期	年 月 日
购买日期	姓名 电话
	地址
经销商	※经销商名称(原购买商家)、地址、电话

※ 请经销商详细填写并加盖店章

修理事项记载栏

850-17420-01001



www.unipad.jp

UNIPAD

制造商：UNIPAD 株式会社

〒135-0032 东京都中央区八丁堀 3-8-7 瑞穂ビル4阶

©2020 UNIPAD JAPAN INC. All rights reserved.