

INTIMINA™

KegelSmart™

GUIDE D'UTILISATION





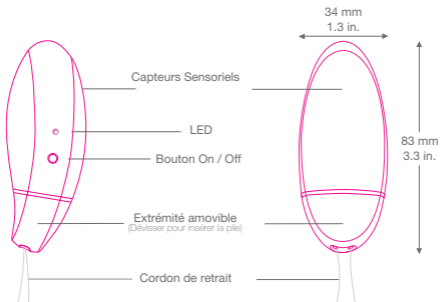
KegelSmart™ Coach Personnel pour le Périnée

Merci d'avoir choisi Intimina. Avant d'utiliser votre KegelSmart™ Coach Personnel pour le Périnée, veuillez prendre le temps de lire attentivement ce manuel. Vous pouvez également obtenir des informations plus détaillées et télécharger la version électronique de ce document en vous rendant sur www.intimina.com

La Nouvelle Génération des Exercices de Kegel est Arrivée

Retrouvez votre tonicité pelvienne grâce au premier appareil pour exercices de Kegel qui pense à votre place. KegelSmart™ utilise un programme intelligent qui définit automatiquement le niveau au fur et à mesure que votre force pelvienne progresse. Laissez les légères vibrations de KegelSmart™ guider chacune de vos contractions pour un entraînement aussi facile qu'efficace.

Ce produit est destiné à être utilisé à des fins intimes par des femmes adultes. L'utilisatrice doit être capable de lire ce manuel. Aucune modification de cet appareil n'est autorisée.



Matériaux: Enveloppe en Silicone de Qualité Médicale (partie extérieure)/ABS/
Cordon en PVC

Utilisation de votre KegelSmart™

Insertion de la batterie

Insérer la pile KegelSmart™ fonctionne avec une seule pile AAA (1,5V, non rechargeable). Pour insérer la pile, dévissez l'extrémité amovible et insérez la pile avec le signe + vers le haut de l'appareil. Une pile AAA devrait vous permettre d'effectuer environ 200 séries d'exercices pour une utilisation régulière. Si l'appareil ne s'allume pas ou si vous remarquez une baisse d'intensité des vibrations, la pile doit alors être changée. Si l'appareil devait ne pas être utilisé pendant une longue période, retirez la pile.

Allumer et éteindre l'appareil

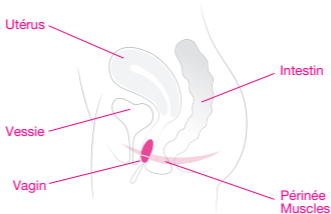
Pour allumer votre KegelSmart™, appuyez sur le bouton **●**. KegelSmart™ s'éteint automatiquement à la fin de chaque série d'exercices. Pour l'éteindre manuellement, maintenez enfoncé le bouton **●** jusqu'à ce que la LED s'éteigne. KegelSmart™ fonctionne en continue (une fois allumé, il fonctionne jusqu'à la fin de la routine d'exercice avant de s'éteindre).

Commencer

Pour une hygiène parfaite, nettoyez systématiquement l'appareil avant et après chaque utilisation, il est parfaitement étanche. Trouvez une position confortable pour effectuer vos exercices. Beaucoup de femmes préfèrent la position allongée. Lubrifiez l'appareil pour une insertion facile.

- 1 Allumez l'appareil en appuyant sur le bouton **●**, la série d'exercices commencera automatiquement au bout de 30 secondes
- 2 Insérez complètement l'appareil dans le vagin, tout en laissant le cordon de retrait à l'extérieur
- 3 Vous sentirez ensuite 3 vibrations rapides indiquant que la série d'exercices commence

Positionner KegelSmart™



IMPORTANT: Si vous êtes enceinte ou si vous avez accouché dans les 12 derniers mois, consultez votre médecin pour vous assurez que vous pouvez utiliser KegelSmart™. Insérez uniquement comme indiqué, par voie vaginale, afin d'être guidée lorsque vous effectuez vos exercices de Kegel. Ne pas utiliser si vous ressentez les symptômes d'une infection sexuellement transmissible, d'une infection pelvienne ou d'une inflammation de la zone pelvienne.

Effectuer ses exercices avec KegelSmart™

Juste 2 étapes simples:

- 1 Lorsque vous sentez la vibration, contractez vos muscles pelviens et maintenez la contraction pendant toute la durée de la vibration
- 2 Lorsque la vibration s'arrête, relâchez vos muscles et détendez-vous



- Chaque série d'exercices débutera par une succession de contractions et de temps de repos de courte durée pour échauffer les muscles. L'entraînement se poursuit avec une succession de contractions et de temps de repos plus longs, adaptée à votre niveau. **Une série d'exercices dure entre 3 et 5 minutes**
- 3 vibrations rapides vous indiqueront que l'entraînement est terminé et l'appareil s'éteindra automatiquement
- Pour retirer votre appareil, détendez vos muscles pelviens, saisissez le cordon de retrait et tirez lentement

Pour de meilleurs résultats, effectuez quotidiennement une série d'exercices avec votre KegelSmart™. Lorsque vous aurez atteint votre objectif, vous pourrez maintenir votre force périnéale en vous entraînant 3 à 5 fois par semaine. Si vous ressentez la moindre gêne, retirez immédiatement votre appareil. Si l'inconfort perdure, consultez votre médecin. Vous ne devez jamais excéder 60 minutes d'exercices de Kegel quotidiens.

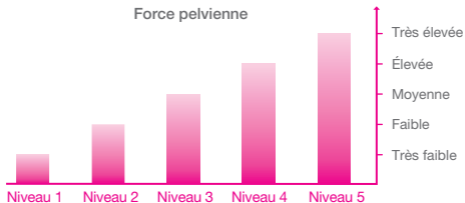
Progresser à travers les niveaux

KegelSmart™ vous guidera à travers ses 5 niveaux, chacun correspondant à une série d'exercices spécialement conçue pour développer votre force et votre tonicité musculaires. À chaque utilisation, KegelSmart™ choisira votre niveau en fonction de la force de contraction qu'il aura enregistrée à la séance d'entraînement précédente. KegelSmart™ s'ajustera au niveau supérieur ou inférieur, en fonction de votre performance.

Comment connaître votre niveau

À chaque fois que vous allumez KegelSmart™, une LED située au-dessus du bouton ● clignote pour indiquer votre niveau : elle clignote 1 fois pour le niveau 1 et 5 fois pour le niveau 5. Pour connaître le niveau auquel vous vous trouvez sans commencer une série d'exercices, allumez l'appareil, comptez le nombre de clignotements puis éteignez-le manuellement avant que le programme ne commence.

5 niveaux de force pelvienne



Rendez-vous sur www.intimina.com pour en apprendre davantage sur l'entraînement du périnée facile à suivre KegelSmart™.

Nettoyage et rangement

Nettoyez systématiquement votre appareil avant et après chaque utilisation à l'aide d'un savon antibactérien ou d'un produit conçu pour les accessoires intimes comme notre Intimate Accessory Cleaner. Ne jamais utiliser de nettoyeurs contenant de l'alcool, du pétrole ou de l'acétone car ils peuvent modifier l'équilibre naturel de votre corps et endommager le silicone de votre appareil. Rangez votre KegelSmart™ dans la pochette antibactérienne fournie.

Intimina vous recommande l'utilisation d'un lubrifiant à base d'eau comme l'Hydratant Féminin d'Intimina. Évitez d'utiliser un lubrifiant à base de silicone car il pourrait endommager irrémédiablement le silicone.

Clause de non-responsabilité: Les utilisatrices de ce produit le font à leurs propres risques. Intimina et ses détaillants déclinent toute responsabilité ou obligation quant à l'utilisation de ce produit. En outre, Intimina se réserve le droit de réviser ce document et d'en modifier le contenu, sans obligation de le notifier à quiconque. Ce modèle peut être modifié sans préavis pour être amélioré.

Conditions environnementales: Pour l'utilisation : de 10° à 40° Celsius, humidité de 40% à 80%, pression atmosphérique de 800 à 1060 hPa. Pour le rangement et le transport : de 10° à 50° Celsius, humidité de 30% à 80%, pression atmosphérique de 500 à 1060 hPa.

Informations sur la Garantie

Intimina est fière de développer des accessoires intimes de qualité supérieure qui sont parfaitement étanche, fabriqués en silicone médical et couverts par une garantie complète d'1 an.

Activer la garantie

Pour activer votre garantie, veuillez identifier le numéro de garantie qui se trouve sur le code-barres joint au manuel d'utilisation. Rendez-vous ensuite sur www.intimina.com et cliquez sur Service Client dans le coin supérieur droit de la page, puis sur Garantie et suivez les instructions pour l'activation.

Termes & conditions de garantie

Intimina garantit cet appareil pendant UN (1) AN, après la date d'achat, pour tout défaut de fabrication ou de matériel. Si vous découvrez un défaut, prévenez Intimina pendant la période de garantie qui, à sa discrétion, remplacera votre KegelSmart™ gratuitement.

La garantie couvre les parties qui sont relatives au fonctionnement de KegelSmart™. Elle ne couvre PAS les dégradations cosmétiques dues à une mauvaise utilisation, un accident ou un manque d'entretien. La garantie s'annule dès lors que KegelSmart™ a été ouvert ou tenté de l'être.

Toute réclamation pendant la période de garantie doit comporter la preuve que l'objet est toujours couvert par la garantie. Veuillez donc conserver le reçu original de l'achat avec ces conditions de garantie durant toute la période d'application de la garantie.

Réclamation sous garantie

Pour effectuer une réclamation pendant la période de garantie, connectez-vous à votre compte sur www.intimina.com et suivez les instructions. Les conditions citées ci-dessus s'ajoutent au statut du droit des consommateurs et ne restreint ce dernier en aucun cas.

Safety



1 Directive Européenne relative aux dispositifs médicaux 93/42/EEC. 2 Conforme aux normes ANSI/AAMI Std.ES60601-1& certifié CAN/CSA Std. C22.2 No.60601-1. 3 Conforme aux restrictions sur les substances dangereuses. 4 Les appareils électriques et électroniques ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. 5 Degré de protection contre les chocs électriques type BF. 6 Étanche jusqu'à une profondeur d'1m. 7 Lisez les instructions avant toute utilisation.

Ce produit ne crée aucune interférence électrique avec d'autres appareils électriques.

Si vous avez des questions ou des doutes et que vous souhaitez obtenir plus d'information sur les produits Intimina, rendez-vous sur www.intimina.com ou envoyez directement un email à customercare@intimina.com

© 2021 LELOi AB. Tous les droits sont réservés.

Fabricant: Suzhou Armocon Technology Co. Ltd. 3-5 / F 77 SuHong Middle Road, SIP, 215027 Jiangsu, Chine

Mise sur le marché: LELOi AB, Karlavägen 41, 114 31 Stockholm, Suède

Pays d'origine: Chine

www.intimina.com