

INTIMINA™

KegelSmart™ 2

MODE D'EMPLOI





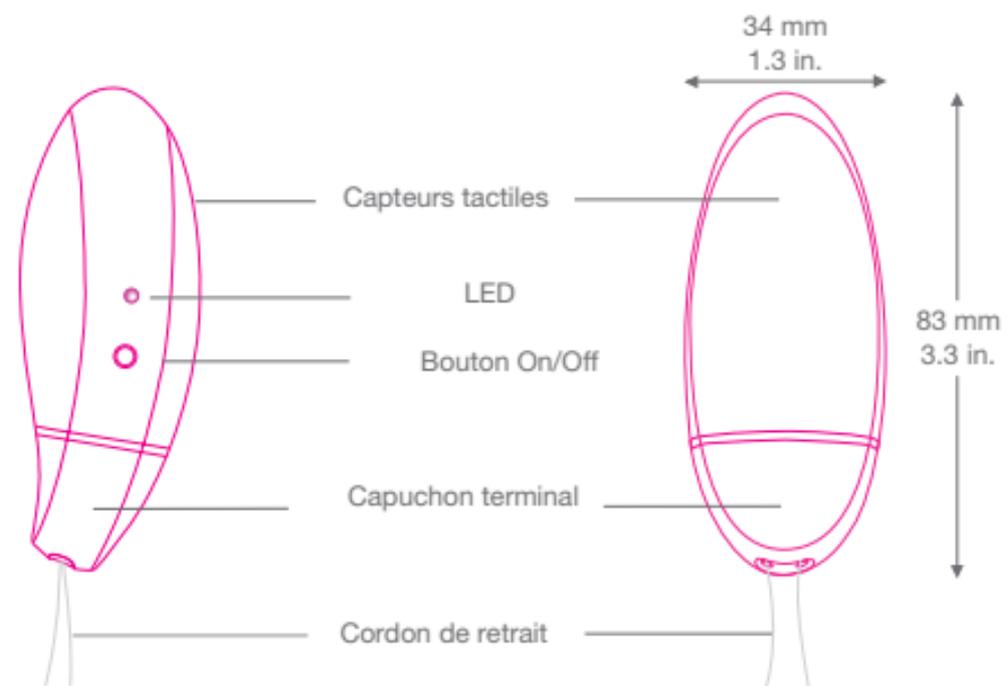
KegelSmart™ 2 coach personnel pour plancher pelvien

Merci d'avoir choisi INTIMINA. Avant de découvrir tout ce que KegelSmart™ 2 est capable de faire, veuillez prendre le temps de lire ce manuel d'utilisation. Pour plus d'informations et pour télécharger une copie électronique de ce document, veuillez consulter le site www.intimina.com/fr.

Découvrez la nouvelle génération de coaches Kegel

Tonifier les muscles pelviens avec un coach Kegel qui pense pour vous, ça vous dit ? KegelSmart™ 2 utilise une technologie de capteurs tactiles pour enregistrer la force de votre périnée et définir le niveau d'exercices qui vous convient le mieux. Le programme intelligent adaptera automatiquement le niveau à mesure que votre force augmente. KegelSmart™ 2 émettra de douces vibrations qui vous guideront à travers des exercices pour le plancher pelvien aussi faciles qu'efficaces.

Ce produit est réservé à une utilisation personnelle par des femmes adultes. Aucune modification de cet appareil n'est autorisée.



Matériaux : silicone médical/plastique ABS/cordon en PVC.

Mode d'emploi de votre KegelSmart™ 2

Chargez votre KegelSmart™ 2 pendant 2 heures avant la première utilisation.

Allumer/Éteindre

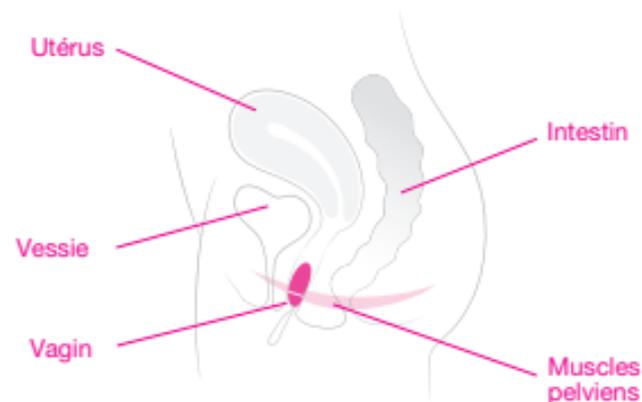
Pour allumer KegelSmart™ 2, appuyez sur le bouton O. L'appareil s'éteint automatiquement à la fin de chaque routine. Pour l'éteindre manuellement, appuyez sur le bouton O et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que le voyant LED s'éteigne. Une fois allumé, votre KegelSmart™ 2 fonctionne de façon continue ; il s'éteindra automatiquement à la fin de votre routine.

Avant de commencer

KegelSmart™ 2 est 100 % étanche. Lavez-le toujours avant et après chaque utilisation pour un maximum d'hygiène. Installez-vous dans une position confortable pour effectuer vos exercices. La plupart préfèrent s'allonger. Lubrifiez votre appareil pour faciliter son insertion.

- 1 Allumez votre KegelSmart™ 2 en appuyant sur la touche O, la routine d'exercice commencera automatiquement au bout de 30 secondes.
- 2 Insérez l'appareil complètement dans le vagin en laissant le cordon de retrait à l'extérieur.
- 3 Une série de trois vibrations rapides indiquera le début de votre routine d'exercices.

Comment placer KegelSmart™ 2



AVERTISSEMENT : En cas de grossesse confirmée ou si vous avez accouché au cours des 12 derniers mois, veuillez consulter un médecin qui vous indiquera si vous pouvez utiliser KegelSmart™ 2 en toute sécurité. Utilisez le produit uniquement comme l'indiquent les instructions, par voie vaginale afin de vous guider dans vos exercices de rééducation périnéale. Ne l'utilisez pas en cas de symptômes de maladie sexuellement transmissible, d'infection ou d'inflammation au niveau de la zone pelvienne.

CHARGER VOTRE KEGEL SMART™ 2

1. Enlever l'extrémité de KegelSmart™ 2.
2. Insérez délicatement le câble USB dans la prise prévue à cet effet. Vous pouvez également le brancher directement sur votre ordinateur.
3. Le témoin USB de votre KegelSmart™ 2 se met à clignoter pour vous indiquer qu'il est en cours de chargement. Les voyants LED fixes indiquent que le chargement est terminé.

Quand la batterie est presque à plat, le voyant LED de votre KegelSmart™ 2 émet une lumière blanche clignotante. Cet appareil contient des piles non remplaçables.



Ces appareils doivent être uniquement alimentés par une source TBTS (très basse tension de sécurité).

NE CHARGEZ VOTRE KEGELSMART™ 2 QU'AVEC UN CHARGEUR CONFORME À LA NORME IEC 60601.

CARACTÉRISTIQUES

MATÉRIAUX :	silicone sûr pour le corps et plastique ABS
FINITION :	lisse
TAILLE :	82 x 32 x 34 mm
BATTERIE :	Li-Ion 3,7 V à 200 mAh
TEMPS DE CHARGE :	jusqu'à 2 h à 5,0 V – 70 mA
AUTONOMIE :	jusqu'à 1,5 h
AUTONOMIE EN VEILLE :	jusqu'à 90 jours
FRÉQUENCE :	183 Hz
NIVEAU SONORE MAX. :	60 dB
INTERFACE :	1 bouton et 1 LED

Câble USB : 1 câble de 0,51 m, alimentation CC

Mode de fonctionnement : continu

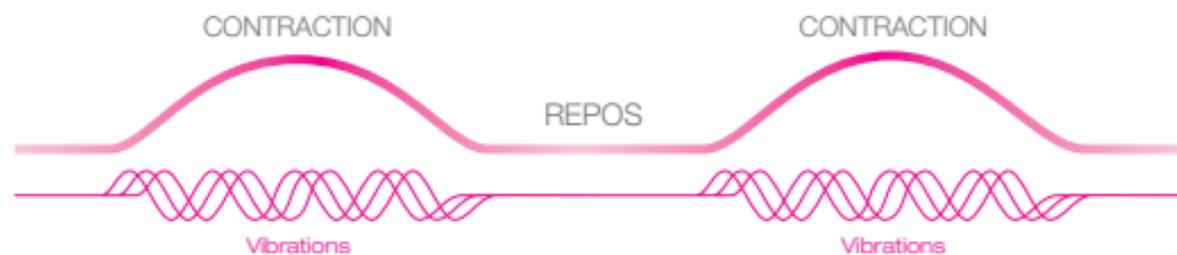
Cycle de vie : 300 cycles

Type : pièces appliquées de type BF

Mode d'emploi de KegelSmart™ 2

Juste 2 étapes simples :

- 1 Soulevez et contractez vos muscles pelviens lorsque vous ressentez les vibrations et maintenez la contraction jusqu'à ce qu'elles cessent.
- 2 Relâchez vos muscles du plancher pelvien dès que les vibrations cessent jusqu'à la prochaine série de vibrations.



- Chaque routine d'exercices commence par un échauffement qui consiste en de courtes séries de « contracter-relâcher ». L'entraînement à proprement dit est constitué de séries plus longues adaptées à la force de votre plancher pelvien. Chacune d'elles dure de 3 à 5 minutes.
- Une série de trois vibrations rapides vous indique la fin de l'entraînement. L'appareil s'éteint alors automatiquement.
- Pour retirer votre KegelSmart™ 2, relâchez vos muscles pelviens et tirez lentement sur le cordon de retrait.

Pour de meilleurs résultats, effectuez quotidiennement une série d'exercices avec votre KegelSmart™ 2. Lorsque vous aurez atteint votre objectif, vous pourrez maintenir votre force périnéale en vous entraînant plusieurs fois par semaine. Si vous ressentez un inconfort quelconque, retirez immédiatement l'appareil. Si cette gêne persiste, veuillez consulter votre médecin. Votre routine de Kegel ne doit en aucun cas dépasser 60 minutes par jour..

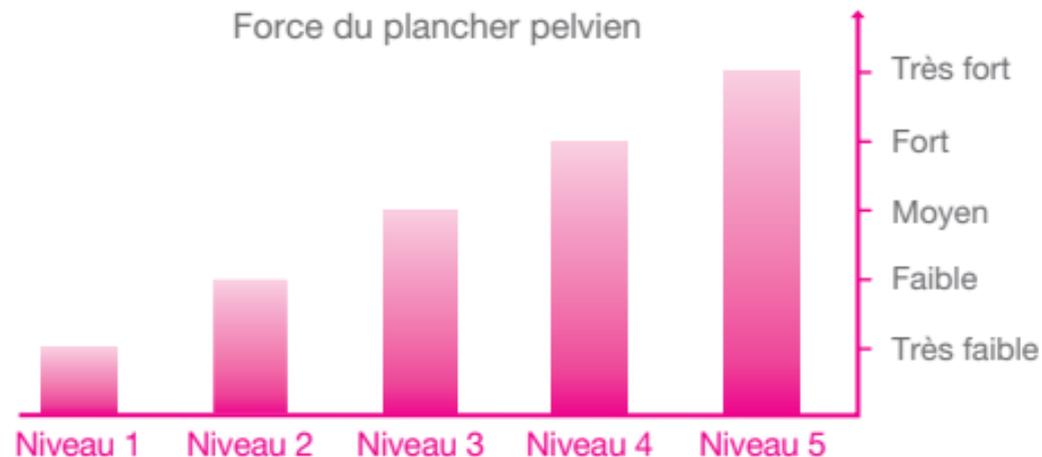
Passage au niveau supérieur

KegelSmart™ 2 inclut cinq niveaux. Chacun d'eux comporte une routine d'exercices visant à tonifier et à renforcer les muscles pelviens. Il enregistre la force de vos contractions lors de chaque routine et utilise les dernières données enregistrées à chaque nouvelle série d'exercices. Il passera donc au niveau supérieur ou inférieur en fonction de vos performances.

Comment vérifier votre niveau ?

Un voyant LED situé au-dessus du bouton O clignote à chaque fois que vous allumez l'appareil afin d'indiquer le niveau de votre force pelvienne actuel : s'il clignote une fois, cela correspond au niveau 1 ; s'il clignote cinq fois, cela correspond au niveau 5. Vous pouvez l'allumer à chaque fois que vous le souhaitez afin de connaître votre niveau et l'éteindre manuellement avant le début de la routine d'exercices.

5 niveaux de force musculaire du plancher pelvien



Visitez le site www.intimina.com/fr pour en savoir plus sur les exercices de musculation faciles pour le plancher pelvien avec KegelSmart™ 2.

Nettoyage et rangement

Lavez toujours vos coachs Kegel avant et après l'entraînement avec un savon antibactérien ou un produit spécialement prévu à cet effet comme notre nettoyant pour accessoires intimes. N'utilisez jamais de produit contenant de l'alcool, du pétrole ou de l'acétone, car ceux-ci pourraient endommager le silicone qui revêt l'appareil et altérer l'équilibre naturel de votre corps. Rangez-le dans sa pochette antibactérienne (fournie).

INTIMINA recommande d'utiliser un lubrifiant à base d'eau tel que l'hydratant féminin INTIMINA. L'utilisation de lubrifiants à base de silicone risque de rendre son revêtement en silicone irrémédiablement collant.

Clause de non-responsabilité : les usagers de ce produit l'utilisent à leurs propres risques. Ni INTIMINA ni ses revendeurs ne sauront assumer de responsabilité quant à l'utilisation de ce produit. INTIMINA se réserve le droit de modifier le présent document sans préavis. Des améliorations peuvent être apportées au modèle sans préavis.

Conditions environnementales : Mesures en matière d'utilisation : de 10 °C à 40 °C, humidité de 40 % à 80 %, pression atmosphérique de 800 à 1 060 hPa. Conditions de stockage et de livraison : de -10 °C à 50 °C, humidité 30 % à 80 %, pression atmosphérique de 500 à 1 060 hPa.

Informations sur la garantie

INTIMINA peut se targuer de développer des produits d'hygiène intime haut de gamme 100 % étanches et fabriqués en silicone médical. Les appareils tels que KegelSmart™ et les masseurs personnels sont couverts par une garantie d'un (1) an.

Si vous deviez rencontrer un problème avec l'un d'eux, veuillez consulter nos pages d'assistance produit.

Effectuer une réclamation sous garantie

Pour activer la garantie de votre appareil Intimina, veuillez contacter notre service client par e-mail à customercare@intimina.com. Veuillez conserver votre preuve d'achat (le reçu original) afin de prouver que vous avez bien effectué votre réclamation pendant la période de la garantie.

Conditions générales de la garantie

Intimina garantit KegelSmart™ 2 pendant UN (1) AN, à compter de la date la date d'achat, pour tout défaut matériel ou de fabrication. Nous remplacerons votre produit KegelSmart™ 2 gratuitement à condition que votre réclamation soit faite pendant la période de garantie.

Elle ne couvre ni les dégradations esthétiques causées par l'usure normale ni les dommages résultant d'une mauvaise utilisation, d'un accident ou d'un manque d'entretien de KegelSmart™ 2. Toute tentative d'ouverture ou de démontage de cet appareil entraîne l'annulation de la garantie.

Les réclamations sous garantie doivent être étayées par une preuve suffisante que l'appareil est encore couvert par la garantie à la date de la demande et qu'il présente un défaut.

Renvoyez-nous votre KegelSmart™ 2 défectueux à l'adresse indiquée après avoir enregistré la garantie pour que nous puissions effectuer un remplacement. Les frais de port ne sont pas remboursables.

Pour toute réclamation effectuée pendant la période de garantie d'un (1) an, la garantie du produit de remplacement e KegelSmart™ 2 est calculée à partir de la date d'achat de l'article original.

Nous n'offrons aucune clause de remboursement, ni d'avoir, ni de garantie satisfait ou remboursé. Nous remboursons tout produit non ouvert dans les 14 jours suivant son achat sur le site intimina.com/fr.

Cet engagement s'ajoute aux droits légaux des consommateurs et ne les affecte en aucune façon.

Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter la section « service client » sur www.intimina.com/fr.

Déclaration de conformité

a. AVERTISSEMENT : veuillez noter que toute altération ou modification non expressément approuvée par écrit par la partie responsable de la conformité sont susceptibles d'entraîner la révocation de l'autorisation d'utilisation de l'appareil et l'annulation de toutes les garanties.

b. Déclarations relatives à la FCC et à l'IC :

Ce produit est conforme à la section 15 des règles de la FCC et aux normes d'exemption de licence RSS d'Industrie Canada.

Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

- (1) cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles ; et
- (2) il doit accepter toute interférence reçue, notamment celles susceptibles d'entraîner un fonctionnement non désiré.

Cet appareil numérique de classe B est conforme à la norme canadienne NMB-003.

c. REMARQUE : cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites imposées aux appareils numériques de classe B, conformément à la section 15 des règles de la FCC. Ces limites sont conçues pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre de l'énergie de fréquence radio et, s'il n'est pas installé et utilisé

conformément aux instructions, peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Il n'y a toutefois aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans un environnement spécifique. Si cet appareil produit effectivement des interférences portant atteinte à la réception d'ondes radio ou télévisuelles (ce qui peut être déterminé en l'éteignant et en le rallumant), l'utilisateur peut tenter de corriger ces interférences en suivant une ou plusieurs des mesures suivantes :

- réorienter ou déplacer l'antenne de réception ;
- augmenter la distance séparant l'appareil du récepteur ;
- brancher l'appareil sur une prise située sur un circuit différent de celui sur lequel est branché le récepteur ;
- s'adresser au vendeur de l'appareil ou à un technicien radio/télévision qualifié pour obtenir de l'aide.

Cet appareil est conforme aux normes IEC 60601-1-2 : 2014 et AMD1 : 2020 en matière d'immunité et d'émissions. Des précautions particulières sont néanmoins à observer :

L'appareil dont la PRINCIPALE CARACTÉRISTIQUE EN TERMES DE PERFORMANCE est celle énoncée ci-après est conçu pour une utilisation dans un contexte de soins de santé à domicile.

PRINCIPALE CARACTÉRISTIQUE EN TERMES DE PERFORMANCE :
Appuyez sur le bouton « + » ou « - » pour contrôler la vitesse du moteur.

AVERTISSEMENT : L'utilisation d'accessoires, de transducteurs et de câbles autres que ceux spécifiés ou fournis par INTIMINA, le fabricant de cet équipement, pourrait entraîner une augmentation des émissions électromagnétiques ou une diminution de l'immunité électromagnétique de celui-ci et entraîner un mauvais fonctionnement. Les équipements de communication RF portables (notamment les périphériques tels que les câbles d'antenne et les antennes externes) ne doivent pas être utilisés à moins de 30 cm (12 po) des composants de ce produit, y compris les câbles spécifiés par le LELO. Sinon, les performances de cet appareil pourraient se dégrader.

DÉCLARATION : Pour les besoins de son fonctionnement, l'appareil dispose d'une fonction de communication sans fil, qui comprend un émetteur et un récepteur RF de 2,4 GHz, et une modulation d'impulsions.

EMI Compliance Table (Table 1)

Table 1 - Emission

Phenomenon	Compliance
RF emissions	CISPR 11, Group 1, Class B

EMS Compliance Table (Table 2-5)

Table 2 - Enclosure Port

Phenomenon	Basic EMC standard	Immunity test levels
		Home healthcare environment
Electrostatic Discharge	IEC 61000-4-2	±8 kV contact ±2kV, ±4kV, ±8kV, ±15kV air
Radiated RF EM field	IEC 61000-4-3	3V/m 80MHz-2.7GHz 80% AM at 1kHz
Proximity fields from RF wireless communications equipment	IEC 61000-4-3	Refer to table 3
Proximity fields from RF wireless communications equipment	IEC 61000-4-8	30A/m 50Hz or 60Hz

Table 3 – Proximity fields from RF wireless communications equipment

Test frequency (MHz)	Band (MHz)	Immunity test levels
		Home healthcare environment
385	380-390	Pulse modulation 18Hz, 27V/m
450	430-470	Pulse modulation 18Hz, 28V/m
710	704 - 787	Pulse modulation 217Hz, 9V/m
745		
780		
810	800 - 960	Pulse modulation 18Hz, 28V/m
870		
930		
1720	1700 -1990	Pulse modulation 217Hz, 28V/m
1845		
1970		
2450	2400-2570	Pulse modulation 217Hz, 28V/m
5240	5100 - 5800	Pulse modulation 217Hz, 9V/m
5500		
5785		

Table 4 – Proximity magnetic fields

Test frequency	Modulation	Immunity test levels
		Home healthcare environment
30 kHz	CW	8 A/m
134.2 kHz	Pulse modulation 2,1 kHz	65 A/m
13.56 MHz	Pulse modulation 2,1 kHz	7.5 A/m

Sécurité et informations concernant l'élimination des déchets

L'usage de cet appareil est réservé aux personnes âgées de dix-huit (18) ans ou plus. Il peut être utilisé par des individus dont les capacités physiques, sensorielles ou mentales sont réduites, ou qui sont dénués d'expérience ou de connaissances, à condition d'avoir pu bénéficier d'une surveillance ou d'instructions quant à l'utilisation sûre de cet objet et de comprendre les risques encourus. Les mineurs ne doivent pas jouer avec cet appareil, ni le nettoyer, ni l'utiliser sans surveillance.

L'élimination des produits électroniques usagés (applicable à l'Union européenne et à d'autres pays européens disposant d'un système de collecte séparée des déchets) :

le symbole de la poubelle barrée indique que ce coach pour le plancher pelvien ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères. Il doit être apporté dans un point de collecte approprié pour le recyclage des équipements électriques et électroniques.



Li-ion



Cet appareil ne provoque pas d'interférences électromagnétiques avec d'autres appareils électriques.

Pour toute question ou préoccupation, ou si vous souhaitez en savoir plus sur les produits Intimina, rendez-vous sur www.intimina.com/fr ou envoyez un e-mail à customercare@intimina.com.



N° DE SÉRIE



DATE DE FABRICATION



SUIVEZ LE MODE D'EMPLOI



APPAREIL NUMÉRIQUE
DE CLASSE BF



IPX 7

EXIGENCES ENVIRONNEMENTALES :

Test d'émission	Utilisation	Rangement et transport
Température	de 5 à 40 °C	de -10 à 50 °C
Humidité	15 % RH~93 % RH	≤93%RH
Pression	de 700 hPa à 1 060 hPa	de 700 hPa à 1 060 hPa

AVERTISSEMENT

1. Ne pas placer votre KegelSmart™ 2 près d'une source de chaleur extrême, notamment sous le pare-brise d'une voiture en une journée ensoleillée, car la pile risque de surchauffer. Cela peut également réduire la performance et la durée de vie de la batterie.
2. Si la batterie fuit et que les électrolytes entrent en contact avec vos yeux, ne les frottez pas. Rincez-les sous l'eau courante propre et consultez immédiatement un médecin. Dans le cas contraire, les électrolytes causer des blessures oculaires.
3. N'utilisez la batterie qu'en respectant les spécifications de sa notice technique. Le non-respect de cette condition peut entraîner une performance réduite et raccourcir sa durée de vie.
4. Pour des raisons d'hygiène, nous recommandons de ne prêter votre KegelSmart™ 2 à personne.

©2023 LELOi AB. Tous droits réservés.

Fabricant : Suzhou Armocon Technology CO. LTD.

3-5 / F 77 SuHong Middle Road,

SIP, 215027 Jiangsu, Chine

Distribué dans l'UE par : LELOi AB, Karlavägen 41, 114 31 Stockholm, Suède.

Distribué aux États-Unis par : LELO Inc, 5799 Fontanoso Way,

San Jose, CA 95138, États-Unis.

Distribué en Australie par : LELO Océanie, 6 Prohasky Street,

Port Melbourne, VIC 3207, Australie.

Conçu et développé par LELO en Suède.

Fabriqué en Chine.

www.intimina.com