



Bedienungsanleitung - Nova

Version 4.0.1

Inhalt

1	Allgemeine Informationen	1
2	Indikationen für den Gebrauch	1
3	Warnhinweise und Sicherheitsrichtlinien	2
4	Pepper EMS Training System	8
5	Gebrauchsanweisung	12
6	Trainingsmodi	20
7	Ihre Power Box aufladen	21
8	Fehlerbehebung	22
9	Lagerung und Pflege	23
10	Garantie	24
11	Technische Daten	25
12	Symbolglossar	30
13	App-Fehlermeldungen	37
14	Elektromagnetische Verträglichkeit (EMV)	42
15	Wesentliche Leistungsmerkmale	42
16	Interoperabilität	42
17	Empfehlungen zur Cybersicherheit	42
18	Bluetooth-Spezifikationen	43
19	Produktsupport	44



1 Allgemeine Informationen

Das Pepper EMS Training System nutzt die Technologie der elektrischen Muskelstimulation (EMS), um gesunde Muskeln zu stimulieren, um die Muskelleistung zu verbessern oder zu erleichtern. Um alle Ihre großen Muskelgruppen effektiv anzusprechen und das Beste aus Ihrem Pepper EMS Training System herauszuholen, lesen Sie bitte diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie mit Ihrem ersten Training beginnen. Das Pepper EMS Training System wird drahtlos über die Pepper EMS Training App (Pepper: EMS Training at Home) gesteuert, die auf jedem Apple- oder Android-Tablet bzw. -Smartphone ausgeführt werden kann. Das Pepper EMS Training System ist für den Einsatz im athletischen und sportlichen Trainingsumfeld bestimmt.

Im Falle einer unsachgemäßen Verwendung, Nichteinhaltung oder unzureichenden Einhaltung der Sicherheitshinweise in dieser Bedienungsanleitung, bei Änderungen am Pepper EMS Training System oder bei Verwendung ungeeigneter Ersatzteile (keine Originalteile) übernimmt der Hersteller keine Haftung für Schäden an Personen, Tieren, Sachwerten oder dem Produkt selbst.

Wenn Sie weitere Fragen oder Anmerkungen haben, wenden Sie sich bitte an das Pepper-Team über www.peppermove.com, per E-Mail an info@peppermove.com oder telefonisch unter +49 160 97032942. Sie können außerdem über den Link in Ihrer Kaufbestätigungs-E-Mail einen Termin mit einem unserer EMS-Experten vereinbaren.

2 Indikationen für den Gebrauch

Das Pepper EMS Training System ist ein freiverkäufliches Gerät (Over-The-Counter), das zur Stimulation gesunder Muskeln bestimmt ist, um die Muskelleistung zu verbessern oder zu erleichtern. Es darf nur von Erwachsenen verwendet werden.

Das Pepper EMS Training System ist nicht dazu bestimmt, in Verbindung mit der Therapie oder Behandlung medizinischer Erkrankungen oder Beschwerden jeglicher Art eingesetzt zu werden. Keines der Trainingsprogramme oder Betriebsparameter ist darauf ausgelegt, verletzte oder erkrankte Muskeln anzusprechen; die Anwendung an solchen Muskeln ist kontraindiziert.

Die elektrischen Impulse des Pepper EMS Training Systems ermöglichen die Auslösung von Aktionspotenzialen an den Motoneuronen der motorischen Nerven (Erregungen). Diese Erregungen der Motoneuronen werden über die motorische Endplatte auf die Muskelfasern übertragen, wo sie mechanische Muskelfaserreaktionen erzeugen, die der Muskularbeit entsprechen. Je nach den Parametern der elektrischen Impulse (Impulsfrequenz, Kontraktionsdauer, Ruhedauer, Gesamtdauer der Sitzung) können den stimulierten Muskeln unterschiedliche Arten von Muskularbeit auferlegt werden.

3 Warnhinweise und Sicherheitsrichtlinien

Pepper empfiehlt Ihnen, vor Beginn dieses oder eines anderen Fitnessprogramms Ihren Arzt zu konsultieren.

Mit diesem Symbol gekennzeichneten Text  weist auf eine Situation hin, die, wenn sie nicht vermieden wird, zu leichten oder mittelschweren Verletzungen des Benutzers oder zu Schäden am Gerät führen kann.

Sicherheitsleitfaden

Bitte prüfen Sie die folgende Liste von Fragen. Wenn Sie eine dieser Fragen mit „Ja“, „Vielleicht“ oder „Ich weiß es nicht“ beantworten, sollten Sie das Gerät nicht verwenden.

Tabelle 1: Sicherheitsfragen

#	Frage
2	Haben Sie einen Herzschrittmacher, einen implantierten Defibrillator oder ein anderes implantiertes metallisches oder elektronisches Gerät?
3	Sind Sie schwanger?
4	Leiden Sie unter extremer Muskelbelastung oder einem Trauma, oder unter einer Muskelbelastungserkrankung wie Rhabdomyolyse (ein Zustand, bei dem geschädigtes Skelettmuskelgewebe rasch abgebaut wird)?
5	Wurde bei Ihnen ein Herzproblem oder eine Herzerkrankung diagnostiziert?
6	Haben Sie eine unzureichende Durchblutung (Ischämie) oder schwere Durchblutungsstörungen in den unteren Extremitäten?
7	Wurde bei Ihnen ein Bauch- oder Leistenbruch diagnostiziert?
8	Wurden Sie kürzlich operiert?
9	Hatten Sie kürzlich ein akutes Trauma oder Knochenbrüche?

10	Wurde bei Ihnen Epilepsie oder eine andere neurologische Erkrankung diagnostiziert?
11	Haben Sie eine Nervenschädigung erlitten, die zu einem Gefühlsverlust in einem bestimmten Körperbereich geführt hat?
12	Haben Sie anhaltende Schmerzen?
13	Benötigen Sie eine Muskelrehabilitation?
14	Besteht bei Ihnen der Verdacht auf eine Herzerkrankung?
15	Haben Sie Krebs?
16	Haben Sie schmerzende oder beeinträchtigte Gelenke?
17	Haben Sie Muskelkrämpfe?
18	Haben Sie einen Verlust von Muskelgewebe oder eine Muskelatrophie erlitten?
19	Neigen Sie dazu, nach einem Trauma oder Knochenbruch innerlich zu bluten (Hämorrhagie)?
20	Befinden Sie sich in der Nähe von elektrischen Überwachungsgeräten (z. B. Herzmonitore, EKG-Geräte)?
21	Sind Sie unter 22 Jahre alt?

Kontraindikationen

Die folgenden Kontraindikationen bezeichnen Situationen, in denen das Pepper EMS Training System nicht verwendet werden darf:

- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht, wenn Sie einen Herzschrittmacher (künstlicher Schrittmacher), einen implantierten Defibrillator oder ein anderes implantiertes metallisches oder elektronisches Gerät haben. Eine solche Anwendung könnte einen Stromschlag, Verbrennungen, elektrische Störungen oder den Tod verursachen.



- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht über einer menstruierenden oder schwangeren Gebärmutter. Die Sicherheit der Verwendung strombetriebener Muskelstimulatoren während der Schwangerschaft wurde nicht nachgewiesen.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht, wenn Sie unter extremer Muskelbelastung oder einem Trauma leiden oder wenn Sie unter einer Muskelbelastungserkrankung wie Rhabdomyolyse leiden (ein Zustand, bei dem geschädigtes Skelettmuskelgewebe rasch abgebaut wird).
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht, wenn bei Ihnen ein Herzproblem oder eine Herzerkrankung diagnostiziert wurde.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht, wenn Sie eine unzureichende Durchblutung (Ischämie) oder eine schwere Durchblutungsstörung in den unteren Extremitäten haben.
- Verwenden Sie Pepper nicht über einem Bauch- oder Leistenbruch.

Vorsichtsmaßnahmen

Pepper empfiehlt Ihnen, vor der Verwendung des Pepper EMS Training Systems die folgenden Vorsichtsmaßnahmen zu beachten:

- Vorsicht ist geboten, wenn eine Neigung besteht, nach einem Trauma oder Knochenbruch innerlich zu bluten (Hämorrhagie).
- Vorsicht ist geboten nach einem akuten Trauma, einem Knochenbruch oder einer kürzlich erfolgten Operation, wenn eine Muskelkontraktion den Heilungsprozess stören könnte.
- Konsultieren Sie Ihren Arzt vor der Verwendung von Pepper, wenn bei Ihnen Epilepsie oder eine andere neurologische Erkrankung diagnostiziert wurde.
- Vorsicht ist geboten bei Nervenschädigungen, die zu einem Gefühlsverlust in einem bestimmten Körperbereich führen.
- Konsultieren Sie vor der Verwendung Ihren Arzt, wenn Sie einen Verlust von Muskelgewebe oder eine Muskelatrophie erlitten haben, Muskelkrämpfe verspüren oder schmerzende oder beeinträchtigte Gelenke haben.
- Konsultieren Sie vor der Verwendung Ihren Arzt, wenn Sie unter anhaltenden Schmerzen leiden.
- Konsultieren Sie vor der Verwendung Ihren Arzt, wenn Sie eine Muskelrehabilitation benötigen.
- Konsultieren Sie vor der Verwendung Ihren Arzt, wenn der Verdacht auf eine Herzerkrankung besteht. Das Gerät kann bei entsprechend veranlagten Personen lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen verursachen.



Warnhinweise und Sicherheitsmaßnahmen

Im Folgenden finden Sie allgemeine Warnhinweise und Sicherheitsmaßnahmen, die Sie vor der Verwendung des Pepper EMS Training Systems beachten sollten:

- Das Pepper EMS Training System ist nur für die Verwendung durch Erwachsene (≥ 22) bestimmt.
- Verwenden Sie den Anzug nicht an Körperstellen, für die er nicht vorgesehen ist.
- Berühren Sie während des Trainings nicht die Innenseite des Anzugs mit Ihren Händen. Falls eine Anpassung des Anzugs erforderlich ist, beenden Sie zunächst das Training und nehmen Sie anschließend die Anpassung vor.
- Am Pepper EMS Training System dürfen keine Änderungen vorgenommen werden.
- Das Pepper EMS Training System darf nicht neben anderen Geräten oder gestapelt mit anderen Geräten verwendet werden.
- Verwenden Sie kein Zubehör, keine Wandler und keine Kabel außer den von Pepper angegebenen oder mitgelieferten, da dies zu erhöhten elektromagnetischen Emissionen oder verringerter elektromagnetischer Störfestigkeit sowie zu unsachgemäßem Betrieb führen kann.
- Laden Sie die Power Box nicht auf, während sie am Anzug befestigt ist. Die App blockiert das Training, während die Power Box geladen wird, und es erscheint eine Fehlermeldung.
- Die Stimulation darf nicht in der Nähe von Metall angewendet werden. Entfernen Sie sämtlichen Schmuck, Piercings, Gürtelschnallen oder andere entfernbare metallische Gegenstände oder Geräte in den Stimulationsbereichen.
- Die Stimulation darf nicht am Hals (insbesondere im Bereich der Karotissinusnerven) angewendet werden, insbesondere bei Benutzern mit bekannter Empfindlichkeit gegenüber dem Karotissinusreflex.
- Die Stimulation darf nicht am Hals oder Mund angewendet werden. Es können schwere Krämpfe der Hals- oder Atemwegsmuskulatur auftreten, und die Kontraktionen können stark genug sein, um die Atemwege zu verschließen oder Atembeschwerden zu verursachen.
- Obwohl die Konstruktion des Pepper EMS Training Systems verhindert, dass elektrischer Strom den Brustkorb durchquert (transthorakal), weisen wir darauf hin, dass die Stimulation nicht über den Brustkorb angewendet werden darf, um zu verhindern, dass elektrischer Strom das Herz erreicht, wo er einen unregelmäßigen Herzschlag (Herzrhythmusstörungen) verursachen könnte.



- Die Stimulation darf nicht am Kopf oder an Stellen angewendet werden, die eine elektrische Stimulation durch den Kopf verursachen könnten (transzerebral). Die Auswirkungen der Stimulation des Gehirns wurden noch nicht untersucht.
- Die Stimulation darf nicht über geschwollenen, infizierten oder entzündeten Bereichen angewendet werden, z. B. bei Phlebitis (Venenentzündung), Thrombophlebitis (Entzündung der Venenwand), Krampfadern (erweiterte, verlängerte und geschlängelte Venen).
- Die Langzeitwirkungen einer chronischen elektrischen Stimulation wurden noch nicht untersucht.
- Die Stimulation darf nicht über oder in der Nähe von krebsartigen Läsionen angewendet werden.
- Wenden Sie keine Stimulation auf Muskelgruppen an, wenn Sie Bedenken hinsichtlich Ihres Komforts oder Ihrer Sicherheit haben.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht, wenn es an elektronische Überwachungsgeräte (z. B. Herzmonitore, EKG-Geräte) angeschlossen ist. Diese Geräte funktionieren möglicherweise nicht ordnungsgemäß, wenn eine elektrische Stimulation angewendet wird.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht im Wasser oder in feuchter Umgebung (Sauna, Hydrotherapie usw.).
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht in sauerstoffangereicherten Bereichen, wie z. B. in der Nähe von Sauerstoffflaschen.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht während des Autofahrens, beim Bedienen von Maschinen, beim Radfahren oder bei anderen Tätigkeiten, bei denen eine elektrische Stimulation Sie oder andere einem Verletzungsrisiko aussetzen könnte.
- Wenden Sie keine Stimulation während des Schlafens an.
- Bewahren Sie das Pepper EMS Training System und sein Zubehör außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht an Tieren.
- Lassen Sie keine Fremdkörper (Schmutz, Wasser, Metall usw.) in die Power Box gelangen.
- Manipulieren Sie den Anzug oder die Power Box nicht (z. B. durch den Versuch, sie zu öffnen).
- Plötzliche Temperaturschwankungen können zur Bildung von Kondenswasser im Inneren der Power Box führen. Verwenden Sie das Gerät erst wieder, wenn sich die Temperatur wieder normalisiert hat.



- Überanstrengen Sie sich während des Trainings mit elektrischer Muskelstimulation nicht. Jedes Training sollte auf einem für Sie angenehmen Niveau erfolgen.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht, wenn Sie an ein Hochfrequenz-Chirurgiegerät angeschlossen sind, da dies zu Hautreizungen oder Verbrennungen unter den Pads führen könnte.
- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht in der Nähe von Kurzwellen- oder Mikrowellentherapiegeräten. Dies kann zu Instabilität der Power Box führen.
- Das Pepper EMS Training System darf nicht in der Nähe medizinischer Geräte wie MRT, CT, Diathermie und Röntgengeräten verwendet werden, da diese den von der Power Box erzeugten Strom verändern und Gewebeschäden sowie schwere Verletzungen oder den Tod zur Folge haben könnten.
- Das Pepper EMS Training System darf nicht in Bereichen verwendet werden, in denen ungeschützte Geräte elektromagnetische Strahlung aussenden. Tragbare Kommunikationsgeräte, RFID sowie elektromagnetische Sicherheitssysteme (z. B. Metalldetektoren und EAS) können das Pepper EMS Training System stören und den von ihm erzeugten Strom verändern.
- Verwenden Sie keine tragbaren HF-Kommunikationsgeräte (einschließlich Peripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) näher als 30 cm an jedem Teil des Pepper EMS Training Systems, einschließlich der Kabel. Andernfalls könnte die Leistung dieses Geräts beeinträchtigt werden.

	Nicht alle HF-Sender sind sichtbar. Falls Sie unerwartete Änderungen der Intensität feststellen, beenden Sie Ihr Training bitte sofort und wenden Sie sich an Pepper.
---	---

Unerwünschte Reaktionen

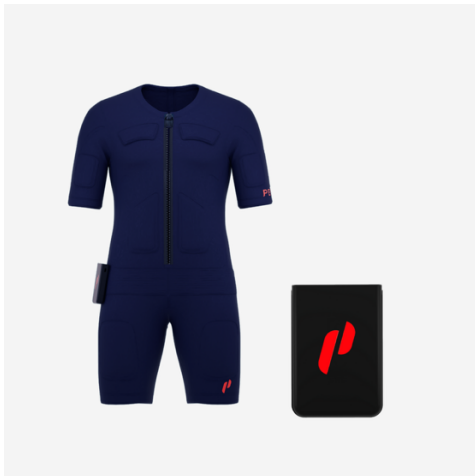
- Manche Personen mit sehr empfindlicher Haut können nach der elektrischen Muskelstimulation Rötungen oder Reizungen unter den Pads verspüren. Diese Rötung ist in der Regel völlig harmlos und sollte nach kurzer Zeit wieder verschwinden. Beginnen Sie kein neues Training, solange die Rötung noch sichtbar ist. Falls die Rötung anhält, beenden Sie die Verwendung des Pepper EMS Training Systems und konsultieren Sie Ihren Arzt.
- Manche Personen können während oder nach dem Training Kopfschmerzen oder andere schmerzhaft empfindungen verspüren. In diesem Fall sollte ein Arzt konsultiert werden, und das Training sollte so lange ausgesetzt werden, bis die Zustimmung eines Arztes vorliegt.

	Falls unerwünschte Reaktionen auftreten, beenden Sie die Verwendung des Pepper EMS Training Systems sofort und konsultieren Sie Ihren Arzt.
---	---

4 Pepper EMS Training System

Das Pepper EMS Training System besteht aus zwei Hauptkomponenten bzw. Zubehörteilen: dem Anzug und der Power Box. Beide Zubehörteile werden in diesem Abschnitt beschrieben.

Abbildung 1: Pepper Anzug und Power Box



Der Anzug

Der Anzug leitet Impulse direkt von der angeschlossenen Power Box an alle wichtigen Muskelgruppen weiter. Der Anzug wird direkt auf der Haut getragen, was die beste Leitfähigkeit zwischen den Elektroden und den Muskeln gewährleistet. Sie können Unterwäsche unter dem Anzug tragen, achten Sie jedoch darauf, dass alle Elektroden Ihre Haut berühren. Der Anzug ist einteilig und kann vorne mit dem Reißverschluss geschlossen werden.

Der Anzug verfügt über 20 integrierte Trockenelektroden, die zehn wichtige Muskelgruppen abdecken:

- Linker/rechter Quadrizeps
- linke/rechte Oberschenkelrückseite
- Linke/rechte Gesäßmuskulatur
- Linker/rechter unterer Rücken
- Linker/rechter oberer Rücken

- Linke/rechte Schulter
- Linker/rechter Bizeps
- linker/rechter Trizeps
- Linke/rechte Brust
- Linke/rechte Bauchmuskeln

Abbildung 2: Pepper Anzug Vorder- und Rückseite



	Es wird empfohlen, Anzüge nicht mit anderen Personen zu teilen, da dies zu einem unsachgemäßen Sitz des Anzugs oder zur Übertragung von Körperflüssigkeiten führen kann.
	Wenn Sie Unterwäsche unter Ihrem Anzug tragen, stellen Sie sicher, dass diese keine Elektroden bedeckt. Alle Elektroden müssen direkt auf Ihrer Haut aufliegen.

Die Power Box

Die Power Box ist die Steuerzentrale des Pepper EMS Training Systems. Dieses Gerät nutzt niederfrequente Impulse, um Muskelkontraktionen zu erzeugen, wodurch die Arbeitsleistung und -abgabe jeder Muskelgruppe vervielfacht wird. Sie kommuniziert drahtlos mit der Pepper App. Die Power Box ist so konzipiert, dass sie in den USB-C-Anschluss des Anzugs passt, wo sie anschließend mit den Gurten gesichert werden kann. Die Power Box verfügt über ein Kunststoffgehäuse zum Schutz vor elektrischen Gefahren.

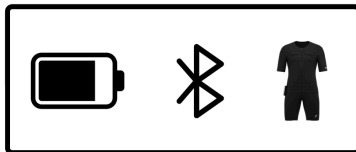
Abbildung 3: Power Box Vorder- und Rückseite



Einschalten der Power Box

Die Power Box verfügt über eine einzige Taste zum Ein- und Ausschalten. Halten Sie die Taste drei Sekunden lang gedrückt, um sie einzuschalten, bis das Pepper-Logo auf dem Display erscheint. Die Leuchte sollte dann grün sein, und auf dem Bildschirm werden der Akkustand, die Anzugverbindung und die App-Verbindung angezeigt. Leuchtet das Display, ist die Power Box eingeschaltet; ist nichts zu sehen, ist die Power Box ausgeschaltet.

Abbildung 4: Symbole auf dem Display



Ausschalten der Power Box

Wenn Sie mit Ihrem Training fertig sind, drücken Sie die Taste erneut 3 Sekunden lang. Die Power Box schaltet sich daraufhin ab, wobei kurz ein einzelnes Pepper-P-Logo auf dem Bildschirm erscheint, bevor dieser schwarz wird. Sobald die LED und der Bildschirm inaktiv sind, ist der Akku ausgeschaltet.

LED-Statusanzeige der Power Box

Die Power Box nutzt die LED und den Bildschirm, um ihre Betriebsbereitschaft für das Training anzuzeigen. Die LED dient als Hilfestellung für allgemeine Funktionen, während der Bildschirm wesentlich mehr Details anzeigt. Die LED zeigt an, ob die Box gerade lädt, eingeschaltet ist oder eine Verbindung zur Anwendung hergestellt hat.

Tabelle 2: LED-Leuchte und Beschreibung

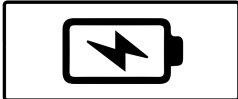
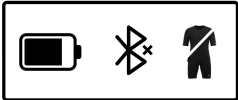
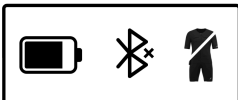
Zustand	Anzeigeleuchte	Beschreibung
Aus	Keine	Die Power Box ist ausgeschaltet und lädt nicht.

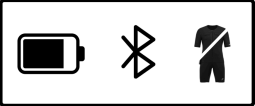
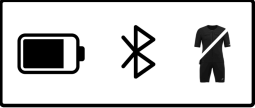
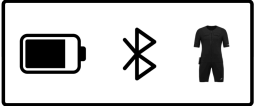
Laden	Gelb	Die Power Box wird geladen.
Ein bzw. trainingsbereit.	Grün	Die Power Box ist eingeschaltet und kann mit der App verbunden werden.
Verbunden	Schnelles blaues Blinken	Die Power Box wurde erfolgreich mit der App verbunden.

Bildschirm-Statusanzeige der Power Box

Die Power Box nutzt den Bildschirm, um alle Details anzuzeigen, die Sie für die korrekte Verwendung des Anzugs und des Akkus benötigen. Der Akku verwendet eine 3-Symbol-Anzeige, wobei eines den Akkustand in Form einer Batterie darstellt. Das nächste Symbol ist das Bluetooth-Symbol, das den Verbindungsstatus zur App anzeigt. Das letzte Symbol zeigt die Anzugverbindung an.

Tabelle 3: Bildschirmanzeige und Beschreibung

Zustand	Bildschirmanzeige	Beschreibung
Aus	Keine	Die Power Box ist ausgeschaltet und lädt nicht.
Laden	Batteriesymbol mit Blitzsymbol	Die Power Box wird geladen. 
Ein	3-Symbol-Anzeige mit durchgestrichenem Bluetooth- und durchgestrichenem Anzugsymbol.	Die Power Box ist eingeschaltet und kann mit der App verbunden werden. 
Bluetooth getrennt	Bluetooth-Symbol mit einem Kreuz daneben.	Die Power Box ist nicht mit der Pepper App verbunden. 

Bluetooth verbunden	Bluetooth-Symbol ohne Kreuz daneben.	Die Power Box ist mit der Pepper App verbunden. 
Anzug getrennt	Anzugsymbol ist durchgestrichen.	Der Anzug ist nicht verbunden. 
Anzug verbunden	Anzugsymbol wird vollständig angezeigt, ohne durchgestrichen zu sein.	Der Anzug ist verbunden und einsatzbereit 

5 Gebrauchsanweisung

Bevor Sie mit Ihrem Training mit dem Pepper EMS Training System beginnen, müssen Sie die Pepper App auf Ihrem Smartphone oder Tablet installieren und konfigurieren sowie Ihren Anzug so anpassen, dass er eng am Körper anliegt, aber dennoch bequem sitzt.

Installieren und Starten der Pepper App

Die Pepper App ist eine Anwendung, die Ihre Pepper EMS Training System-Workouts steuert und verwaltet.

Um die App zu installieren, verwenden Sie bitte eine der beiden folgenden Methoden.

- Öffnen Sie die Kamera-App auf Ihrem Smartphone oder Tablet und zentrieren Sie den unten stehenden QR-Code (oder den auf dem Kurzanleitungsflyer) auf dem Bildschirm. Es erscheint eine Banner-Benachrichtigung, über die Sie den mit dem QR-Code verknüpften Link öffnen können. Bitte tippen Sie auf den Link.





- Klicken Sie auf einen dieser Links für den [App Store](#) oder [Google Play Store](#) , um direkt auf Ihrem Smartphone oder Tablet zur App zu gelangen.
- Öffnen Sie den App Store bzw. Google Play Store auf Ihrem Smartphone oder Tablet und suchen Sie nach der App **Pepper: EMS at Home** und installieren Sie sie.

Nachdem Sie die Pepper App erfolgreich installiert haben, öffnen Sie sie und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um sich zu registrieren oder anzumelden.

Die App fordert Sie auf, eine kostenlose Testversion der App zu starten. Um mit Ihrem Pepper-Training fortzufahren, bestätigen Sie bitte die kostenlose Testversion. Sie können das Abonnement nach Ablauf der kostenlosen Testphase kündigen.

Anlegen Ihres Anzugs

Im Folgenden finden Sie Anweisungen zum Anlegen Ihres Anzugs.

	Überprüfen Sie Ihren Anzug stets auf Risse, Löcher oder andere Beschädigungen. Falls eine Beschädigung vorliegt, ersetzen Sie den beschädigten Anzug. Verwenden Sie den Anzug nicht, wenn er beschädigt ist.
--	--

1. Ziehen Sie den Anzug so an, dass die Elektroden nach innen zeigen und sich der Reißverschluss an der Vorderseite des Anzugs befindet. Sie können Unterwäsche unter Ihrem Anzug tragen, achten Sie jedoch darauf, dass keine Elektroden bedeckt sind, da sie direkt auf Ihrer Haut aufliegen müssen.

Abbildung 5: Anlegen des Pepper Anzugs



2. Schließen Sie den Reißverschluss an der Vorderseite.

Abbildung 6: Reißverschluss an der Vorderseite schließen



Starten Ihres Onboardings in der App

Öffnen Sie die Pepper App auf Ihrem Smartphone oder Tablet und starten Sie den Onboarding-Prozess. Sie können den Onboarding-Prozess starten, indem Sie ein beliebiges Training beginnen oder die Power Box verbinden. Der Onboarding-Prozess besteht aus einem Informationsvideo und der Verbindung Ihrer Power Box mit Ihrem Smartphone.

Verbinden Ihrer Power Box

Die Power Box nutzt Bluetooth, um mit der Anwendung zu kommunizieren. Bevor Sie die Power Box in Ihrem Training verwenden können, müssen Sie sie mit Ihrem Smartphone oder Tablet koppeln. Stellen Sie dazu sicher, dass sich Ihr Gerät in der Nähe der Power Box befindet, Bluetooth eingeschaltet ist und Ihre Power Box eingeschaltet ist, d. h. die LED-Leuchte grün leuchtet und der Bildschirm die 3 Symbole anzeigt.

Klicken Sie in der Pepper App auf „Meinen Pepper Anzug finden“ und wählen Sie Ihre Pepper Power Box durch Anklicken aus. Sie beginnt mit „Pepper“ und wird von einem Code fortgesetzt.

Herzlichen Glückwunsch, Ihr Gerät ist jetzt mit Ihrer Power Box gekoppelt. Das Bluetooth-Symbol auf Ihrer Power Box ist nun nicht mehr durchgestrichen.

	Überprüfen Sie Ihre Power Box stets gründlich. Verwenden Sie Ihre Power Box nicht, wenn eine Beschädigung vorliegt. Wenden Sie sich zu Ihrer eigenen Sicherheit an Pepper.
---	--

Befestigen der Power Box am Anzug

Sobald Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit der Power Box gekoppelt haben, können Sie sie am Anzug befestigen.

1. Setzen Sie die Power Box auf die Schienen am Befestigungspunkt und schieben Sie sie vorsichtig nach unten in Position. Sie spüren bzw. hören ein leises Klicken, sobald sie verbunden ist.
2. Sobald der Anzug erfolgreich verbunden ist, wird das Anzugsymbol vollständig angezeigt und ist nicht mehr durchgestrichen.

Abbildung 7: Schieben Sie die Power Box in die Schienen auf der rechten Seite Ihres Anzugs



Verwalten Ihrer Trainingseinheit

Der letzte Schritt Ihres Onboarding-Prozesses ist Ihr erstes Pepper-Erlebnis, das Ihnen alles im Detail erklärt und mit Übungen für Anfänger beginnt. Dieses Training sieht wie jedes andere Training in der Pepper App aus. Sobald die Trainingseinheit beginnt, wird der Trainingsbildschirm angezeigt.

Der Trainingsbildschirm im Überblick

Abbildung 8: Gesamter Trainingsbildschirm

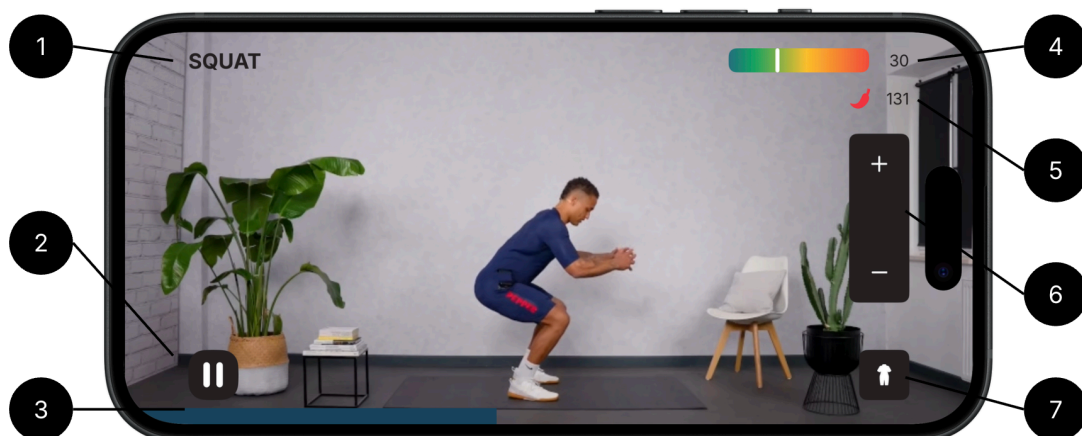


Tabelle 4: Gesamtbildschirm – Bildelemente und Beschreibungen

Nummer	Bildschirmelement	Beschreibung
1	Übung	Zeigt den Namen der aktuellen Übung an.
2	Pause/Wiedergabe	Pausieren und fortsetzen Sie das Training jederzeit.
3	Impulsleiste	Zeigt die verbleibende Zeit für die aktuelle Stimulationsphase an: • Wenn sie blau ist, sendet die Power Box elektrische Impulse an die Komponenten des Pepper EMS Training Systems. • Wenn sie weiß ist, befindet sich die Power Box in der Ruhephase und hat die Aussendung elektrischer Impulse gestoppt. Bitte beachten Sie, dass die Power Box im Cardio- und Entspannungsmodus eine konstante Stimulation liefert, weshalb diese Leiste dort nicht angezeigt wird.
4	Belastungszonen	Stellt die Gesamtintensitätszone der Trainingseinheit auf Grundlage Ihrer bisherigen Trainingsintensität dar. Die gelben und roten Zonen liegen über der bisherigen Trainingsintensität.
5	Pepper Points	Gamification-Element basierend auf Trainingsintensität, Trainingsminuten und Video-Trainingsstufe (alle Stufen sowie fortgeschritten).
6	Gesamtsteuerung der Elektroden	Steuert die Gesamtintensität der Elektroden. Das „+“ erhöht die Gesamtintensität der Elektroden (unter 20 in Schritten von 5, über 20 in Schritten von 1), das „-“ verringert die Gesamtintensität der Elektroden (unter 20 in Schritten von 5, über 20 in Schritten von 1). Der Ein-/Aus schalter schaltet alle Elektroden gleichzeitig ein und aus.
7	Einzelelektroden-Steuerung	Diese Schaltfläche öffnet die Detailansicht der Elektrodensteuerung, in der einzelne Elektroden gesteuert werden können.

Abbildung 9: Detaillierter Trainingsbildschirm



Tabelle 5: Detailbildschirm – Bildelemente und Beschreibungen

Nummer	Bildschirmelement	Beschreibung
8	Einzelelektrode	Jede Elektrode (vorne: Brust, Bizeps, Trizeps, Bauch, vordere Oberschenkel; hinten: oberer, mittlerer und unterer Rücken, Gesäß, hintere Oberschenkel) kann einzeln gesteuert werden. Das „+“ erhöht die Elektrode (unter 20 in Schritten von 5, über 20 in Schritten von 1), das „-“ verringert die Elektrode (unter 20 in Schritten von 5, über 20 in Schritten von 1). Der Ein-/Ausschalter schaltet die Elektrode ein oder aus.
9	Detailansicht schließen	Durch Drücken des „x“ können Sie den detaillierten Trainingsbildschirm schließen und zum Gesamttrainingsbildschirm zurückkehren.
10	Voreinstellung speichern und laden	Wenn Ihnen eine Trainingsintensität gefällt, können Sie auf „Voreinstellung speichern“ drücken, um diese Elektrodeneinstellung für zukünftige Trainingseinheiten zu speichern. Wenn Sie auf „Voreinstellung laden“ drücken, können Sie die zuvor gespeicherte Intensität laden; sie wird über eine Minute hinweg kontinuierlich geladen. Für jeden Anzugmodus können Sie eine Voreinstellung speichern. Sie können die Einstellungen jederzeit aktualisieren.

Pausieren oder Beenden Ihrer Trainingseinheit

Um Ihr Training zu pausieren oder zu beenden, gibt es drei verschiedene Möglichkeiten:



1. Drücken Sie Pause auf Ihrem Trainingsbildschirm.
2. Trennen Sie die Power Box von Ihrem Anzug.
3. Schalten Sie Ihre Power Box aus.

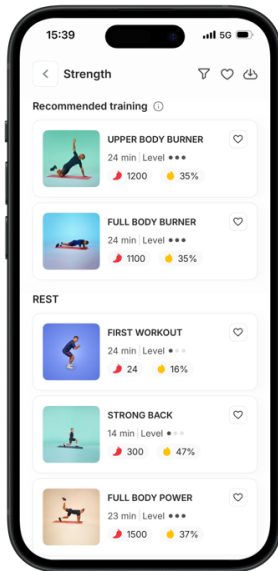
!	Falls Sie während des Trainings erhebliches Unbehagen oder Schmerzen verspüren, pausieren oder beenden Sie das Training sofort und verringern Sie die Intensität nach Bedarf.
---	---

Auswahl Ihres Trainings

Wenn Sie die Pepper App auf Ihrem Smartphone oder Tablet öffnen, können Sie zwischen einem Anzugtraining (Anzug -> Training) oder einem Videotraining (Klassen) wählen, bei dem alle verfügbaren Kraft-, Cardio- und Entspannungsvideos aufgelistet sind.

!	In den ersten Wochen empfehlen wir, mit Trainingseinheiten für alle Stufen und mit niedrigen Intensitätseinstellungen zu beginnen, bevor Sie zu höheren Intensitäten übergehen, um sich mit dem Gefühl vertraut zu machen. Wir empfehlen außerdem, mit einem Krafttraining pro Woche zu beginnen und nach 4-6 Wochen langsam auf zwei zu steigern.
---	--

Abbildung 10: Trainingsvideos

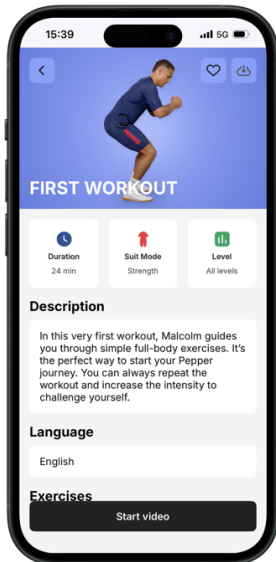


Die Klassenübersicht bietet die folgenden Details für jedes Trainingsvideo.

Tabelle 6: Trainingsinformationen und Beschreibung

Trainingsinformation	Beschreibung
Trainingsmodus	Der dem Training zugeordnete Trainingsmodus: Kraft, Cardio oder Entspannung.
Trainingsname	Der Name beschreibt den Schwerpunkt des Trainings oder des Erholungsmodus.
Trainingsstufe	Der Gesamtschwierigkeitsgrad der einzelnen Übungen im Training: • Alle Stufen • Fortgeschritten
Trainingsdauer	Die Dauer zeigt die Länge des Trainingsvideos in Trainingsminuten an.

Abbildung 11: Trainingsdetails



Sobald Sie das gewünschte Training ausgewählt haben, werden weitere Informationen zum Training angezeigt.

Tabelle 7: Trainingsdetails und Beschreibung

Trainingsdetails	Beschreibung
Trainingsbeschreibung	Eine kurze Beschreibung des Trainings.
Körperbereiche	Die Körperbereiche, auf die sich die Übungen konzentrieren, werden angezeigt.
Übungen	Alle im Training enthaltenen Übungen werden aufgelistet.

Wenn Sie das Training gefunden haben, das Ihren Trainingsbedürfnissen entspricht, drücken Sie die Schaltfläche **Training starten** auf dem Bildschirm, um Ihre Trainingseinheit zu beginnen.

6 Trainingsmodi

Die Trainings in der Pepper App sind jeweils einem bestimmten Trainingsmodus zugeordnet. Jeder Modus ist darauf ausgelegt, die Übungen und die Arbeit anzugeben, auf die sich das ausgewählte Training konzentriert. Die folgende Liste hilft Ihnen, ein für Ihre Trainingsbedürfnisse geeignetes Trainingsprogramm auszuwählen.

Tabelle 8: Trainingsmodus und Beschreibung

Modus	Beschreibung
Kraft	Dieser Modus ist darauf ausgelegt, die maximale Muskelkraft zu erhöhen.
Cardio	Dieses Programm verbessert die allgemeine Muskelausdauer und die Ermüdungsresistenz. Es aktiviert während des Trainings den aeroben Stoffwechsel der Muskelfasern.
Entspannung	Dieses Programm trägt zur Verbesserung der Durchblutung bei. Es sollte nach Trainingseinheiten und Wettkämpfen verwendet werden.

Trainingsempfehlung

Da die verschiedenen Trainingsmodi unterschiedliche Intensitäten aufweisen, empfehlen wir für jeden Modus eine maximale Trainingszeit pro Woche.

Tabelle 9: Trainingsmodus und Empfehlung

Modus	Trainingsempfehlung
Kraft	Maximal 25 Minuten pro Sitzung, maximal 50 Minuten pro Woche, mit mindestens zwei Ruhetagen zwischen den Sitzungen (z. B. 2 x 25 Min.)
Cardio	Maximal 125 Minuten pro Woche (z. B. 5 x 25 Min.)
Entspannung	Maximal 125 Minuten pro Woche (z. B. 5 x 25 Min.)

7 Ihre Power Box aufladen

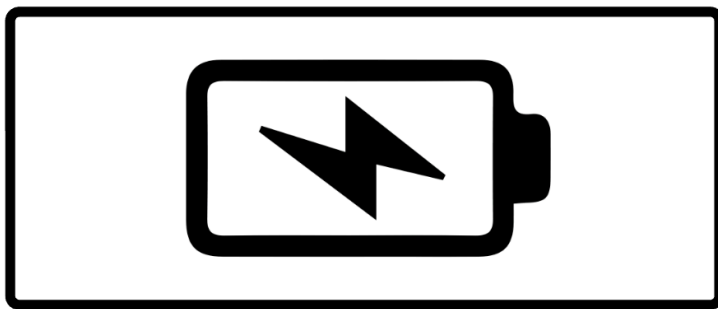
Der Akkustand ist auf dem Display der Power Box ersichtlich. Die Pepper App prüft ebenfalls den Akkustand der Power Box und zeigt ihn auf dem Anzug-Bildschirm an. Der Akkustand sollte vor Beginn Ihrer Trainingseinheit über 10 % liegen. Die App weist Sie darauf hin, wenn der Akku vor einer Trainingseinheit aufgeladen werden muss.

Um Ihre Power Box aufzuladen, gehen Sie bitte wie folgt vor:

1. Trennen Sie die Power Box vom Anzug, falls angeschlossen.

2. Stellen Sie sicher, dass die Power Box ausgeschaltet ist, indem Sie überprüfen, dass sowohl LED als auch Bildschirm aus sind.
3. Schließen Sie das USB-Typ-C-Ladekabel an den USB-Typ-C-Anschluss an der Seite der Power Box an.
4. Verwenden Sie zum Laden ein handelsübliches USB-Typ-C-Standardladegerät mit 5V 0,5A (DC5V).
5. Achten Sie auf die gelbe LED-Leuchte und das Display, das ein Batteriesymbol mit einem Blitz in der Mitte anzeigt.

Abbildung 12: Ladesymbol auf dem Display, während die Power Box lädt



	Laden Sie die Power Box niemals auf, während sie an Ihrem Körper befestigt ist. Laden Sie die Power Box niemals über unzuverlässige oder problematische Quellen auf.
---	--

8 Fehlerbehebung

Im Folgenden finden Sie eine Zusammenstellung möglicher Probleme mit dem Pepper EMS Training System. Falls Sie weitere Fragen oder Bedenken haben, wenden Sie sich bitte an Pepper.

Tabelle 10: Fehlerbehebung – Problem und Lösung

Problem	Lösung
Die Power Box lässt sich nicht einschalten	Schließen Sie das Ladegerät an die Power Box an; stellen Sie sicher, dass es sich um ein Standard-USB-Typ-C-Ladegerät mit 5V handelt. Während des Ladevorgangs sollte das Display ein Batteriesymbol mit einem Blitz in der Mitte anzeigen. Lassen Sie die Power Box 30 Minuten lang laden. Nehmen Sie die Power Box nach dem Laden vom Ladegerät und schalten Sie sie ein. Drücken Sie die Ein-/Austaste einmal und warten Sie einige Sekunden, bis die LED-Leuchte und das Pepper-Logo auf dem Display erscheinen.

Die App kann sich nicht mit der Power Box koppeln	Stellen Sie sicher, dass Ihre Power Box eingeschaltet ist. Stellen Sie sicher, dass Sie die Pepper App und nicht die Bluetooth-Einstellungen Ihres Smartphones oder Tablets mit der Power Box verbinden. Falls Ihr Smartphone oder Tablet weiterhin keine Verbindung zur Power Box herstellen kann, befolgen Sie die Anweisungen Schritt für Schritt: 1. Stellen Sie sicher, dass die Power Box eingeschaltet ist. 2. Stellen Sie sicher, dass das Bluetooth Ihres Smartphones oder Tablets eingeschaltet ist. 3. Öffnen Sie die Pepper App und gehen Sie zu Anzug und Konfiguration. 4. Drücken Sie auf Anzug verbinden und Meinen Pepper Anzug finden. 5. Verbinden Sie sich mit Ihrer Power Box. Wenn keine Power Box angezeigt wird, gehen Sie zu den Einstellungen Ihres Smartphones oder Tablets und öffnen Sie die Einstellungen für die Pepper App. 6. Aktivieren Sie Bluetooth und Standort (bei Android). 7. Versuchen Sie es erneut.
Probleme mit dem Anzugkontakt / Stimulation ist schwach oder unangenehm, selbst bei hohen Intensitäten	Stellen Sie sicher, dass Ihre Elektroden Ihre Haut berühren; wenn sie zu locker sitzen, verwenden Sie die mitgelieferten Gurte, um den Anzug enger anzupassen. Der Anzug sollte nicht verwendet werden, wenn er locker sitzt und eine der Elektroden nicht vollständig und fest mit der Haut in Kontakt ist. Stellen Sie sicher, dass die Power Box eingeschaltet und ordnungsgemäß an der Seite des Anzugs angeschlossen ist. Obwohl Pepper Trockenelektroden verwendet, funktioniert die Leitfähigkeit am besten mit etwas Feuchtigkeit. Achten Sie daher auf ein angemessenes Aufwärmen. Falls Sie die Impulse nicht richtig spüren können, verlängern Sie Ihr Aufwärmen oder verwenden Sie ein feuchtes Tuch, um die Elektroden von der Innenseite des Anzugs zu befeuchten.

9 Lagerung und Pflege

Pepper hat die folgenden Empfehlungen zur Lagerung und Pflege Ihres Pepper EMS Training Systems:

- Bewahren Sie Ihren Anzug an einem kühlen, trockenen, gut belüfteten Ort auf.
- Bewahren Sie die Power Box bei Nichtgebrauch in der mitgelieferten Hülle auf.
- Wenn Sie die Power Box über einen längeren Zeitraum ohne Verwendung lagern möchten, sollten Sie sie alle sechs Monate vollständig aufladen.



- Verpacken Sie den Anzug nicht über einen längeren Zeitraum, wenn er feucht ist (z. B. nach dem Training oder Waschen), da sich sonst Schimmel und Bakterien bilden können.
- Falls Sie den Anzug waschen, waschen Sie ihn bei 30° Celsius mit einem handelsüblichen Waschmittel. Der Anzug ist für die Verwendung in Haushaltswaschmaschinen ausgelegt.
- Um die Langlebigkeit Ihres Anzugs zu gewährleisten, empfiehlt Pepper, ihn mit kaltem Wasser und einem milden Waschmittel von Hand zu waschen und nur selten in der Waschmaschine zu waschen.
- Der Anzug ist so konzipiert, dass er mit kaltem Wasser und mildem Waschmittel maschinenwaschbar ist; es ist jedoch möglich, dass wiederholtes Waschen in der Waschmaschine im Laufe der Zeit die Wirksamkeit des Anzugs verringert.
- Überprüfen Sie den Anzug nach der Reinigung stets visuell auf Rückstände von Schmutz. Wenn der Anzug nach der Reinigung nicht sichtbar sauber ist und Schmutzrückstände am Gerät sichtbar sind, wiederholen Sie bitte die Reinigung. Falls auch nach wiederholter Reinigung noch Schmutzrückstände verbleiben, wenden Sie sich bitte an info@peppermove.com für weitere Anweisungen.
- Lassen Sie Ihren Anzug stets an der Luft trocknen. Geben Sie Ihren Anzug NICHT in den Trockner, da dies zu Schäden führt.
- Sie können die Kontaktstifte an Ihrem Anzug und Ihrer Power Box vorsichtig mit einem trockenen Tuch abwischen, um sicherzustellen, dass an keinem Teil der Kontaktstifte Staub oder Partikel sichtbar sind.
- Reinigen Sie Ihre Power Box ausschließlich mit einem weichen, trockenen Tuch.
- Die Power Box wird systematisch auf Qualität geprüft und erfordert daher niemals eine zusätzliche Kalibrierung oder Verifizierung. Die Trainingsparameter für das Pepper EMS Training System sind in Hardware und Software festgelegt und verschlechtern sich bei normaler Verwendung nicht im Laufe der Zeit.
- Öffnen oder verändern Sie Ihr Pepper EMS Training System nicht. Dies gilt als Manipulation am Gerät und entbindet den Hersteller von jeglicher Verantwortung hinsichtlich der Garantie sowie der Gefahren, denen der Bediener oder Benutzer ausgesetzt sein könnte.

10 Garantie

Auf den Pepper-Akku wird eine Garantie von zwei Jahren gewährt, auf den Pepper-Anzug eine Garantie von einem Jahr, jeweils ab dem ursprünglichen Kaufdatum, zugunsten des ursprünglichen Käufers. Für die erwartete Nutzungsdauer des Anzugs mit Power Box wurden mehr als 150 Trainingseinheiten und Reinigungen in der Waschmaschine bewertet. Für Anzug und Akku wird Garantie auf Freiheit von Herstellungsfehlern gewährt, mit Ausnahme von Schäden oder Mängeln, die zurückzuführen sind auf

1) normale Abnutzung im Zusammenhang mit dem bestimmungsgemäßen Gebrauch, 2) gewerbliche Nutzung und 3) Nichtbeachtung der Anweisungen in der Bedienungsanleitung, Unfälle, unsachgemäßen Gebrauch, Vernachlässigung, Missbrauch, Veränderungen, Modifikationen, unsachgemäße Montage, Installation oder Verwendung nicht-originaler Teile. Die Garantie für den Pepper-Akku deckt keine Schäden durch die Verwendung eines ungeeigneten Ladegeräts, unsachgemäße Wartung oder Wasserschäden ab. Garantieansprüche müssen an info@peppermove.com gerichtet werden. Bitte beachten Sie,

dass unser Pepper-Team vor dem Austausch eines Teils gegebenenfalls Fotos oder Videos des beschädigten Teils sehen möchte.

11 Technische Daten

Im Folgenden finden Sie die technischen Daten für das Pepper EMS Training System.

Technische Daten des Anzugs

Tabelle 11: Anzugparameter und Werte

Parameter	Wert
Anzuggewicht	600-800 g
Material	68 % Nylon, 32 % Elasthan, Silberionen-Silikon

Tabelle 12: Anzuglänge

	Länge in cm					
	XS	S	M	L	XL	XXL
Gesamtlänge	96	97	98	99	100	101
Taille	34	35	36	37	38	39
Arm	11,5	12	12,5	13	13,5	14
Bein	19	19,5	20	20,5	21	21,5

Technische Daten der Elektroden

Die Elektroden in Ihrem Anzug sind entsprechend der Position der jeweiligen zu stimulierenden Muskelgruppen platziert. Sie bestehen aus speziellem leitfähigem Gewebe, einem Silberionen-Material. Die Pad-Größen für die verschiedenen Anzuggrößen sind wie folgt:

Tabelle 13: Elektrodengröße

	Fläche in cm ²
--	---------------------------

Muskelgruppe Elektrode		XS	S	M	L	XL	XXL
Vorne	Vordere Arme	43,20	50,00	56,80	63,60	70,40	77,20
	Brust	50,69	51,99	53,30	54,60	55,90	57,20
	Bauch	130,03	134,47	138,92	143,36	147,81	152,25
	Vordere Beine	201,40	214,92	228,44	241,96	255,48	269,00
Hinten	Hintere Beine	136,06	141,52	146,98	152,44	157,90	163,36
	Gesäß	114,75	121,86	128,96	136,06	143,17	150,27
	Unterer Rücken	101,33	106,91	112,48	118,05	123,63	129,20
	Mittlerer Rücken	67,82	74,53	81,24	87,94	94,65	101,36
	Oberer Rücken	34,04	36,25	38,47	40,69	42,90	45,12
	Hintere Arme	41,32	48,27	55,23	62,19	69,14	76,10

Technische Daten der Power Box

Tabelle 14: Power Box Parameter und Werte

Parameter	Wert
Material	Lithium-Polymer (LiPo)
Gehäusematerial	Kunststoffspritzguss, Polylac Abs (J01)
Akkugewicht	152 g
Akkugröße	96x65x29mm
Akku kapazität	2650mAh
Ladeeingang	Wiederaufladbar, 5V über Micro-USB-Anschluss
Akku spannung	3.8VF
Stimulationskanäle	16Kanäle
Ausgangsfrequenz	15-100Hz
Ausgangsimpulsbreite	160-490Mikrosekunden
Stimulationswellenform	Bipolarsymmetrisch
Form	Rechteckig
Maximale Ausgangsspannung	54 Volt
Maximaler Ausgangsstrom	108Milli-Ampere
Betriebstemperatur und -luftfeuchtigkeit	5°C bis 40°C, 15 % bis 90 % RH
Transport- und Lagertemperatur und -luftfeuchtigkeit	-25°C bis 70°C, 15 % bis 90 % RH
Betriebsdruck	700hPa bis 1060hPa
Transport- und Lagerdruck	500hPa bis 1060hPa



Drahtlose Verbindung Typ BF	Integriertes BLE-Modul Anwendungsteil vom Typ BF
--------------------------------	---

Bluetooth-Spezifikationen

Typ des BT-Moduls: EZ-BLE PSoC XT/XR BT 4.2 Modul

Empfangs-/Sendefrequenzband: 2,402 - 2,480 GHz

Bandbreite: 2 MHz

Maximale Funkreichweite: 50 Meter / 165 Fuß

Einschränkungen

Das Produkt ist nicht für den Einsatz in Umgebungen mit hoher Sauerstoffkonzentration und/oder brennbaren Flüssigkeiten und/oder brennbarem Gas geeignet; nicht zusammen mit Geräten für Elektrochirurgie oder Kurzwellen- bzw. Mikrowellentherapie verwenden; das Gerät kann durch andere Geräte gestört werden, selbst wenn diese anderen Geräte die CISPR-Emissionsanforderungen erfüllen.

Emissionen

Tabelle 15: Emissionstabelle

Emissionsprüfung	Konformität	Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden
HF-Emissionen CISPR 11	Gruppe 1	Das oben genannte Modell nutzt HF-Energie ausschließlich für seine interne Funktion. Daher sind seine HF-Emissionen sehr gering und verursachen wahrscheinlich keine Störungen bei nahegelegenen elektronischen Geräten.
HF-Emissionen CISPR 11	Klasse B	Das oben genannte Modell ist für die Verwendung in allen Einrichtungen geeignet, einschließlich Wohngebäuden und solchen, die direkt an das öffentliche Niederspannungsnetz angeschlossen sind, das Gebäude für Wohnzwecke versorgt.
Oberschwingungsemissionen IEC 61000-3-2	N/A (Batteriebetrieb)	/

Emissionsprüfung	Konformität	Elektromagnetische Leitfaden	Umgebung –
Spannungsschwankungen / Flicker-Emissionen IEC 61000-3-3	N/A (Batteriebetrieb) /		

Störfestigkeit

Tabelle 16: Störfestigkeitstabelle

Gehäuseport			
Störfestigkeitsprüfung	Prüfbedingung	IEC 60601 Konformitätspegel	Anmerkungen
Elektrostatische Entladung (ESD) IEC 61000-4-2	±8 kV Kontakt ± 2,4,8,15 kV Luft	±8 kV Kontakt ± 15 kV Luft*	Keine Leistungsminderung beobachtet.
Abgestrahlte HF-elektromagnetische Felder und Nahfelder von HF-Funkkommunikationsgeräten IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz – 2,7 GHz 80 % AM 1kHz	10 V/m 80 MHz – 2,7 GHz	Keine Leistungsminderung beobachtet.
	385MHz (18Hz Pulsmodulation)	27 V/m	
	450MHz (FM+/-5KHz Abweichung 1kHz Sinus oder 18Hz Pulsmodulation)	28 V/m	
	710MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	745MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	780MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	810MHz (18Hz PM)	28 V/m	
	870MHz (18Hz PM)	28 V/m	
	930MHz (18Hz PM)	28 V/m	
	1720MHz (217Hz PM)	28 V/m	

	1845MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	1970MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	2450MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	5240MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	5500MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	5785MHz (217Hz PM)	9 V/m	
NENN- Netzfrequenz- Magnetfelder IEC 61000-4-8	50Hz oder 60Hz	30 A/m	Keine Leistungsminder- ung beobachtet.
Magnetfelder im Nahbereich IEC 61000-4- 39	30 kHz (CW)	8 A/m	Keine Leistungsminder- ung beobachtet.
	134,2 kHz (2,1 kHz PM)	65 A/m	
	13,56 MHz (50 kHz PM)	7,5 A/m	
Anmerkung: /			

Tabelle 17: Störfestigkeitstabelle 2

Anschluss für Patientenkopplung			
Störfestigkeits- prüfung	Prüfbedingung	IEC 60601 Konformitätspe- gel	Anmerkungen
Elektrostatische Entladung (ESD) IEC 61000-4-2	±8 kV Kontakt ± 2,4,8,15 kV Luft	±8 kV Kontakt ± 15 kV Luft	Keine Leistungsminder- ung beobachtet.
Leitungsgeführte HF-Störgrößen, eingekoppelt durch HF-Felder IEC 61000-4-6	3Vrms 150 kHz - 80 MHz auch 6Vrms ISM- und Amateurfunk-bänder 80 % AM 1kHz	6Vrms	Keine Leistungsminder- ung beobachtet.
Anmerkung: /			

Wenn der Verlust oder die Minderung der wesentlichen Leistung eintritt, können Sicherheit und Wirksamkeit beeinträchtigt sein; es wird empfohlen, das Training abzubrechen.

Das Pepper EMS Training System wurde gemäß den Empfehlungen der IEC TR 60601-4-2 geprüft: Medizinische elektrische Geräte – Teil 4-2: Anleitung und Interpretation – Elektromagnetische Störfestigkeit: Leistung von medizinischen elektrischen Geräten und medizinischen elektrischen Systemen.

12 Symbolglossar

Tabelle 18: Symbole und Erklärungen

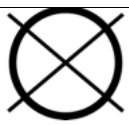
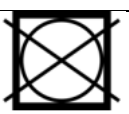
Symbol	Symboltitel	Beschreibung	Symbol-Referenz-Nr.	Bezeichnung-Nr.	Normtitel
	Vorsicht	Weist darauf hin, dass der Benutzer die Gebrauchsanweisung zu wichtigen Vorsichtshinweisen wie Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen konsultieren muss, die aus verschiedenen Gründen nicht auf dem Medizinprodukt selbst angebracht werden können.	5.4.4	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Gebrauchsanweisung/Broschüre beachten	Weist darauf hin, dass die Bedienungsanleitung gelesen werden muss.	M002	ISO 7010	Grafische Symbole – Sicherheitsfarben und Sicherheitszeichen – Registrierte Sicherheitszeichen
	Hersteller	Weist auf den Hersteller des Medizinprodukts hin,		ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung

		wie in den Richtlinien 90/385/EWG, 93/42/EWG und 98/79/EG definiert			, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Herstellungsdatum	Weist auf das Datum hin, an dem das Medizinprodukt hergestellt wurde.	5.1.3	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Katalognummer	Weist auf die Katalognummer des Herstellers hin, damit das Medizinprodukt identifiziert werden kann.		ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil

					1: Allgemeine Anforderungen
SN	Seriennummer	Weist auf die Seriennummer des Herstellers hin, damit ein bestimmtes Medizinprodukt identifiziert werden kann.	5.1.7		Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
LOT	Losnummer	Weist auf die Losnummer des Herstellers hin, damit die Losnummer identifiziert werden kann.	5.1.5	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen

	Anwendungsteil des Typs BF	Weist auf ein Anwendungsteil des Typs BF gemäß ICE 60601-1 hin, BF = Body Floating. Wird für Geräte verwendet, die leitenden Kontakt mit dem Patienten haben oder mittel- bis langfristigen Kontakt mit dem Patienten aufweisen. Darf nicht geerdet werden (potentialfrei).		IEC 60417:2002	Grafische Symbole zur Verwendung auf Geräten
	Temperaturgrenzwert	Weist auf die Temperaturgrenzwerte hin, denen das Medizinprodukt sicher ausgesetzt werden kann.	5.3.7	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Feuchtigkeitsbegrenzung	Weist auf den Feuchtigkeitsbereich hin, dem das Medizinprodukt sicher ausgesetzt werden kann.	5.3.8		Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu

					verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Atmosphärische Druckbegrenzung	Weist auf den Bereich des atmosphärischen Drucks hin, dem das Medizinprodukt sicher ausgesetzt werden kann.	5.3.9	ISO 15223-1:2021	
	WEEE	Elektro- und Elektronik-Altgeräte. Weist darauf hin, dass ein Produkt nicht auf einer Deponie entsorgt werden darf; der schwarze Balken zeigt an, dass das Gerät nach 2005 hergestellt wurde.	-	EN 50419:2006	Kennzeichnung von Elektro- und Elektronikgeräten gemäß Artikel 11(2) der Richtlinie 2002/96/EG (WEEE)
	Stand-by	Weist auf einen Ruhemodus oder Zustand mit niedrigem Energieverbrauch hin. Der Schalter trennt das Gerät nicht vollständig von der Stromversorgung.	5009	IEC 60417:2002	Grafische Symbole zur Verwendung auf Geräten
	FCC-Kennzeichnung	Die Kennzeichnung zeigt an, dass das in den Vereinigten Staaten verkaufte elektronische Gerät zertifiziert ist und die vom Gerät	-	Federal Communications	-

		ausgehenden elektromagnetischen Störungen unterhalb der von der Federal Communications Commission genehmigten Grenzwerte liegen.			
	Nicht verwenden, wenn die Verpackung beschädigt ist	Weist darauf hin, dass das Gerät nicht verwendet werden darf, wenn die Verpackung beschädigt oder geöffnet wurde.		ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte – Bei Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen zu Medizinprodukten zu verwendende Symbole – Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Nicht chemisch reinigen	Weist darauf hin, dass das Kleidungsstück nicht ohne Beschädigung chemisch gereinigt werden kann		ISO 3758:2021	Textilien – Pflegekennzeichnung mittels Symbolen
	Nicht bügeln	Weist darauf hin, dass das Kleidungsstück nicht ohne Beschädigung gebügelt werden kann.	-	ISO 3758:2012	Textilien – Pflegekennzeichnung mittels Symbolen
	Nicht im Trockner	Weist darauf hin, dass das Kleidungsstück nicht ohne Beschädigung im Trockner	-	ISO 3758:2012	Textilien – Pflegekennzeichnung mittels Symbolen

	trocknen	getrocknet werden kann.			
	Nicht bleichen	Weist darauf hin, dass das Kleidungsstück nicht ohne Beschädigung gebleicht werden kann.	-	ISO 3758:2012	Textilien – Pflegekennzeichnung mittels Symbolen
	Maximale Waschtemperatur 30 °C (105 °F) unter normalen Bedingungen	Weist auf die maximale Temperatur hin, bei der das Kleidungsstück ohne Beschädigung gewaschen werden kann	-	ISO 3758:2012	Textilien – Pflegekennzeichnung mittels Symbolen
	In kaltem Wasser unter normalen Bedingungen waschen	Weist darauf hin, dass das Kleidungsstück ohne Beschädigung in kaltem Wasser gewaschen werden kann.	-	ISO 3758:2012	Textilien – Pflegekennzeichnung mittels Symbolen
IP22	IP-Code	Weist darauf hin, dass das Gerät gegen Finger oder ähnliche Objekte sowie senkrecht tropfendes Wasser geschützt ist, ohne schädliche Auswirkungen, wenn die Power Box in einem Winkel von 15° zu ihrer		IEC 60529	

		Normalposition geneigt wird.			
	CE-Konformität	Weist darauf hin, dass der Hersteller die Konformität der Ware mit europäischen Gesundheits-, Sicherheits- und Umweltschutznormen bestätigt.	-	-	Europäisches Konformitätssymbol
	Trocknen halten	Weist darauf hin, dass die Power Box vor Feuchtigkeit geschützt werden muss.		ISO 15223-1	Medizinprodukten-Symbole
	Nicht sicher für Herzschrittmacher und Defibrillatoren	Kein Zugang für Personen mit aktiven implantierten Herzgeräten.		ISO 3864-3:2012	Medizinprodukten-Symbole
	MR-unsicher	Von Magnetresonanztomographie (MRT)-Geräten fernhalten.		ASTM F2503-20	Medizinprodukten-Symbole

13 App-Fehlermeldungen

Tabelle 19: Fehlermeldungen mit Erklärungen

F#	Fehlermeldung	Erklärung
E1	Fehler bei der Passwortprüfung	Passwortformat ungültig. Mindestens 8 Zeichen sind

		erforderlich, und 3 von 4 Bedingungen müssen erfüllt sein: ein Großbuchstabe, ein Kleinbuchstabe, ein Sonderzeichen, eine Zahl.
E2	Ungültige Anmeldedaten	Bei Eingabe ungültiger Anmeldedaten während der Anmeldung
E3	Anmeldefehler	Wenn bei der Anmeldung keine E-Mail-Adresse oder kein Benutzername eingegeben wird
E4	E-Mail existiert nicht	Bei Eingabe einer E-Mail-Adresse, die auf dem Bildschirm „Passwort vergessen“ nicht in unserer Datenbank existiert
E5	Bitte gültige(s) <i>Feldbezeichnung</i> eingeben	Beim Registrieren, wenn einige Felder leer gelassen werden
E6	Das Gewicht muss zwischen 30 und 150 kg (65 und 350 lb) liegen	Bei Eingabe eines Gewichts außerhalb dieses Bereichs während der Registrierung
E7	Die Größe muss zwischen 130 und 230 cm (4,1 und 7,5 ft) liegen	Bei Eingabe eines Gewichts außerhalb dieses Bereichs während der Registrierung
E8	Die Größe muss zwischen 130 und 230 cm (4,1 und 7,5 ft) liegen	Bei Eingabe einer Größe außerhalb dieses Bereichs während der Registrierung

E9	Bitte stimmen Sie den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und der Datenschutzrichtlinie der App zu, um die Registrierung abzuschließen	Wenn den AGB und der Datenschutzrichtlinie während der Registrierung nicht zugestimmt wird
E10	Der Benutzer wurde nicht verifiziert. Bitte überprüfen Sie Ihren Posteingang auf die Verifizierungs-E-Mail.	Beim Versuch, sich mit einem nicht verifizierten Benutzer anzumelden
E11	Zahlungsfehler – Es ist ein Fehler aufgetreten... Bitte versuchen Sie es erneut oder kontaktieren Sie unseren Support unter info@Peppermove.com , falls das Problem weiterhin besteht.	Wenn bei der Zahlung etwas schiefgeht
E12	Bitte bestätigen Sie, dass Sie zuerst die Gesundheitsprüfung/Sicherheitsprüfung/Bedienungsanleitung gelesen haben	Wenn dies während des Einführungs-Tutorials nicht bestätigt wird
E13	Alle Elektroden erhöhen/verringern – Dies erhöht/verringert alle Elektroden. Alle Elektroden unter 20 % erhöhen/verringern sich um 5 %, alle anderen um 1 %	Beim erstmaligen Versuch, die Intensität zu erhöhen/verringern
E14	Sicherheit zuerst – Diese fortgeschrittenen Trainingsvideos können erst angesehen werden, nachdem 4 der Trainingsvideos „Alle Stufen“ für den Anzugmodus Kraft oder 1 Trainingsvideo „Alle Stufen“ für die Anzugmodi Cardio und Entspannung abgeschlossen wurden.	Beim Versuch, ein später sichtbares Video zu starten, auch wenn es noch nicht freigeschaltet wurde
E15	Erklärung des reinen Anzugtrainings – Pepper-Benutzer können selbstständig trainieren, ohne Video, indem sie den sogenannten „Nur Anzug“-Modus betreten, den Sie gerade betreten haben. Auf diese Weise haben Sie die volle Kontrolle über den Anzug, aber das Training selbst liegt bei Ihnen; es gibt keinen Trainer, der Sie anleitet. Beachten Sie, dass diese Trainingseinheiten ebenfalls in Ihrer Lebenszeit-Statistik erfasst werden, die unter dem Menüpunkt „Aktivität“ verfügbar ist.	Beim erstmaligen Betreten des reinen Anzugmodus

E1 6	Fehler, Trainingsstatistik kann im Offline-Modus nicht gespeichert werden	Beim Versuch, ein Training im Offline-Modus zu speichern
E1 7	Kraft-Trainingslimit – Die Dauer von Krafttrainings ist auf 20 Minuten über drei Sitzungen pro Woche begrenzt. Für Ihre Gesundheit und Sicherheit empfehlen wir, diesen Wert nicht zu überschreiten.	Wenn Sie versuchen, im Kraftmodus mehr als 60 Minuten pro Woche zu trainieren
E1 8	Keine Internetverbindung – Es scheint ein Problem mit Ihrer Internetverbindung zu bestehen	Beim Öffnen der Liste der Trainings oder Statistiken im Offline-Modus
E1 9	Training gestoppt – Es scheint ein Problem mit Ihrer Internetverbindung zu bestehen	Wenn Sie mitten im Training die Internetverbindung verlieren
E2 0	Niedriger Akkustand – Ihr Power-Box-Akkustand liegt unter 10 %. Vergessen Sie nicht, ihn nach dem Training aufzuladen	Beim Start des Trainings mit einem Akkustand unter 10 %
E2 1	Abonnement abgelaufen – Ihr Abonnement ist abgelaufen. Bitte gehen Sie online, um es zu abonnieren, oder, falls Sie bereits Abonnent sind, gehen Sie online, um Ihre Daten zu synchronisieren.	Wenn Sie längere Zeit offline waren und wir nicht sicher sein können, ob Sie noch ein aktiver Abonnent sind
E2 2	Keine Internetverbindung – Das Video kann nicht gestartet werden. Es scheint ein Problem mit Ihrer Internetverbindung zu bestehen.	Beim Versuch, ein Online-Video im Offline-Modus zu starten
E2 3	Bitte beantworten Sie alle Fragen	Wenn nicht alle Video-Bewertungsfragen beantwortet werden und Sie versuchen, Ihre Bewertung abzusenden
E2 4	Sie haben ein aktives Abonnement. Ein Konto mit aktivem Abonnement kann nicht gelöscht werden. Bitte klicken Sie	Beim Versuch, Ihr Konto bei aktivem

	auf der Abonnement-Seite auf die Schaltfläche „Abonnement verwalten“ und kündigen Sie Ihr aktives Abonnement, bevor Sie versuchen, Ihr Konto zu löschen.	Abonnement zu löschen
E2 5	Die Funktion zur Abonnementverwaltung steht Nutzern mit einem kostenlosen Einjahresabonnement nicht zur Verfügung. Sie wird verfügbar, sobald Sie zahlender Abonnent werden, im August 2023.	Beim Klicken auf „Abonnement verwalten“, wenn Sie einen kostenlosen Einjahres-Plan haben
E2 6	Bitte trennen Sie das Ladegerät – bitte trennen Sie das Ladegerät von Ihrer Power Box, um ein Training zu starten. Sie dürfen kein Training starten, während der Akku geladen wird.	Beim Versuch, ein Training zu starten, während die Power Box geladen wird
E2 7	Training gestoppt – Training gestoppt. Sie dürfen nicht trainieren, während der Akku geladen wird.	Beim Anschließen des Ladegeräts an die Power Box während des Trainings
E2 8	Der Code muss genau 6 Zeichen lang sein	Bei Eingabe eines kürzeren oder längeren Codes während des Verfahrens „Passwort vergessen“
E2 9	Passwörter stimmen nicht überein	Wenn die Felder „Passwort“ und „Passwort bestätigen“ bei Registrierung, Passwort-vergessen-Verfahren oder Profiländerung nicht übereinstimmen
E3 0	E-Mail/Benutzername nicht verfügbar	Beim Versuch, sich mit einer bereits vergebenen E-Mail-Adresse oder einem bereits vergebenen

		Benutzernamen zu registrieren
--	--	-------------------------------

14 Elektromagnetische Verträglichkeit (EMV)

Das Pepper EMS Training System ist für die Verwendung in typischen, zugelassenen häuslichen Umgebungen gemäß der Sicherheitsnorm IEC 60601-1-2 ausgelegt.

Das Pepper EMS Training System ist so konzipiert, dass es die zu erwartenden Störungen durch elektrostatische Entladung, Magnetfelder der Stromversorgung oder Hochfrequenzsender aushält. Das Pepper EMS Training System kann jedoch durch starke Hochfrequenzfelder aus anderen Quellen beeinträchtigt werden.

Wenn der Verlust oder die Minderung der wesentlichen Leistung eintritt, können Sicherheit und Wirksamkeit beeinträchtigt sein; es wird empfohlen, das Training abubrechen.

15 Wesentliche Leistungsmerkmale

Gemäß der Zweckbestimmung ist unser strombetriebener Muskelstimulator dazu bestimmt, gesunde Muskeln zu stimulieren, um die Muskelleistung zu verbessern und zu erleichtern. Die wesentliche Leistung für diese Funktionen umfasst:

- Sichere und wirksame Stimulation der Zielmuskeln.
- Präzise Steuerung der Stimulationsparameter wie Intensität, Frequenz und Impulsbreite.
- Kompatibilität mit der vorgesehenen Benutzerpopulation (gesunde Erwachsene).
- Einhaltung der geltenden Normen für elektrische Sicherheit und elektromagnetische Verträglichkeit.

16 Interoperabilität

Die elektronische Schnittstelle ist die Pepper-Anwendung für Smartphone oder Tablet, deren Zweck darin besteht, die Software mit dem Pepper EMS Training System zu verbinden. Damit sie ordnungsgemäß funktioniert, muss der Bildschirm der elektronischen Schnittstelle (Smartphone oder Tablet) fehlerfrei und ohne Fehlfunktionen arbeiten. Wir empfehlen eine sichere und schnelle Internetverbindung bei Verwendung der Online-Version der Anwendung.

17 Empfehlungen zur Cybersicherheit

Achten Sie darauf, ein sicheres Passwort zu verwenden, und verwenden Sie nicht Ihren Vor- oder Nachnamen oder Ihr Geburtsdatum. Bitte verwenden Sie mindestens 8 Zeichen, bestehend aus Groß- und Kleinbuchstaben, Zahlen und Sonderzeichen.



Achten Sie stets darauf, die neueste Betriebssystemversion auf Ihrem Smartphone und Tablet sowie die neueste Version der Pepper App im Apple und Google Play Store zu verwenden.

Achten Sie darauf, eine sichere Internetverbindung zu verwenden, wenn Sie die App mit dem Internet nutzen. Der „Nur-Anzug“-Teil der App sowie heruntergeladene Trainings können auch offline genutzt werden.

Stellen Sie sicher, dass während des Trainings nur Sie Zugriff auf Ihr Smartphone haben, sodass nur Sie das Trainingsprogramm und die Intensität Ihrer elektrischen Impulse auswählen können.

18 Bluetooth-Spezifikationen

Typ des BT-Moduls: EZ-BLE PSoC XT/XR BT 4.2 Modul

Empfangs-/Sendefrequenzband: 2,402 - 2,480 GHz

Bandbreite: 2 MHz

Maximale Funkreichweite: 50 Meter / 165 Fuß

Das Pepper EMS Training System ist speziell für die Verwendung zusammen mit der Pepper App konzipiert, die für ausgewählte Android- und iOS-Mobilgeräte unterstützt wird.

Das Pepper EMS Training System ist in der Lage, ein vorgeladenes Stimulationsprogramm mit den zuletzt verwendeten Intensitätswerten unabhängig auszuführen und automatische Bluetooth-Wiederverbindungen vorzunehmen.

In dieser Hinsicht sollten vorübergehende Hochfrequenzstörungen (z. B. durch das gleichzeitige Vorhandensein mehrerer Bluetooth- und/oder WLAN-Geräte in Ihrer Reichweite) die Gesamteffizienz und Sicherheit Ihrer Stimulationssitzung nicht beeinträchtigen.

Aufgrund der Notabschaltmechanismen auf Hardwareebene (siehe Gebrauchsanweisung) sollten Bluetooth-Trennungen dauerhafterer Art die Sicherheit der Stimulation nicht beeinträchtigen und können lediglich vorübergehende Unannehmlichkeiten verursachen, indem Sie gezwungen sind, Ihre geplante Stimulationssitzung zu verschieben, bis eine günstigere Bluetooth-Verbindungsumgebung besteht.

Wie jedes drahtlose Gerät sendet das Pepper EMS Training System sehr niedrige Hochfrequenz(HF)-Pegel aus und verursacht daher voraussichtlich keine Störungen bei nahegelegenen elektronischen Geräten (z. B. Radios, Computern, Telefonen usw.).

Das Pepper EMS Training System ist darauf ausgelegt, vorhersehbaren Störungen durch elektrostatische Entladungen, Magnetfelder der Netzstromversorgung oder Hochfrequenzsender standzuhalten.



19 Produktsupport

Bitte wenden Sie sich an den Hersteller unter info@peppermove.com für weitere Informationen zu Einrichtung, Verwendung und Wartung oder um Probleme mit Ihrem Pepper EMS Training System zu melden.

Pepper Interactive Inc
251 Little Falls Drive
19808-1674 Wilmington, Delaware

Deutsche Tochtergesellschaft:

Pepper Interactive GmbH
Baaderstr. 30
80336 München, Deutschland