



# Schnellstartanleitung

## Schritt 1



Legen Sie drei AAA-Batterien in den Fast Track Computer ein.

## Schritt 2



Befestigen Sie den Fast Tack Computer auf der Vorderseite des **Total Abs** Gürtels. (Druckknöpfe)

## Schritt 3



Befestigen Sie die Pads auf der **Total Abs** Gürtelinnenseite. (Druckknöpfe)

#### Schritt 4



Entfernen Sie den Plastikschutz der Pads und heben Sie diese auf.

#### Schritt 5



Legen Sie den Gürtel so am Bauch an, dass jeweils ein Pad an der oberen, mittleren und unteren Bauchmuskulatur liegt, sowie die beiden restlichen Pads an der seitlichen Bauchmuskulatur liegen.

#### Schritt 6



Stellen Sie sicher, dass die Pads korrekt (vollflächig) auf der Haut sitzen und der Gürtel mit den Klettverschlüssen fixiert ist.

**Hinweis:** Damit die Pads nach dem Gebrauch des Gürtels nicht auf der Haut kleben bleiben, nehmen Sie einen nach dem anderen ab. Setzen Sie zum Aufbewahren den Plastikschutz wieder auf jedes Pad auf.

### Programmauswahl

Die Taste + / - drücken, um den Fast Trank Computer einzuschalten.

Nach dem Einschalten beginnt Total Abs mit dem Programm 1, das Intensitätsniveau ist „0“.

Für die Auswahl weiterer Programme kann die Taste MODE verwendet werden.

Durch einmaliges Drücken der Taste MODE wird das Programm 2 gewählt, durch ein weiteres Drücken das Programm 3 und so weiter.

Auf das Programm 6 folgt wieder Programm 1.

**Für weitere Informationen lesen Sie bitte die Bedienungsanleitung!**