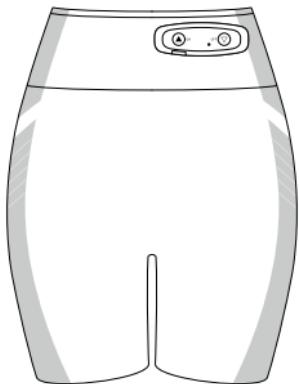


SIXPAD

Quick Guide



Hip Fit
ヒップフィット

SE-BN

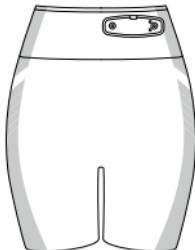


トレーニングの前に必ずご確認ください

本品の刺激をしっかりと感じるには、電極をよく濡らすことが大切です。電極の濡らし方のポイントについては、こちらの動画をご覧ください。



同梱品



本体×1

付属品



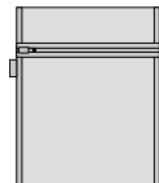
安全ガイド×1



クイックガイド×1



保証書×1



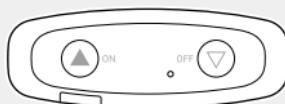
洗濯ネット×1

別売品

・ヒップフィット専用コントローラー

※ACアダプターは同梱されておりません。

充電方法については、コントローラー取扱説明書の「充電する」をご覧ください。



・スプレー ボトル

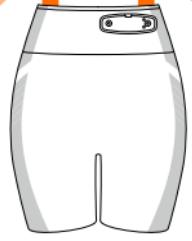
より快適にご使用いただくために開発した「シックスパッド専用スプレー ボトル」をおすすめいたします。

※市販のスプレー ボトルもご使用いただけます。

1

電極部を濡らす

本体(スーツ)を裏返して、電極部全体が十分濡れるまでスプレーで水道水を吹きかける

1  2



※別売のSIXPAD専用スプレー ボトルを使用したときは6プッシュずつ吹きかけてください。
使用するスプレーによってプッシュ数を調整してください。

刺激が弱い場合

- 電極部全体に更に数プッシュ水道水を吹きかけてください。
- スプレー噴霧後、少し時間を置いてからご使用ください。



- 電極部全体が十分に濡れるまで、スプレーで水道水を吹きかけてください。電極部が十分に濡れていないと、強い刺激や痛みを感じるおそれがあります。
- 電極部の濡らし具合については、表紙の二次元コードから動画でも確認することができます。
- 着用前に、本体に破れがないか確認してください。破れがあると、強い刺激や痛みを感じるおそれがあります。
- スプレーを吹きかけるときは、周囲の家財や床などに水がかからないようにご注意ください。
- 電極部に染料を使用しています。
 - 使い始めは色落ちすることがあります、性能に影響はありません。
 - 身生地部分に色移りしたときは、すぐに洗濯してください。

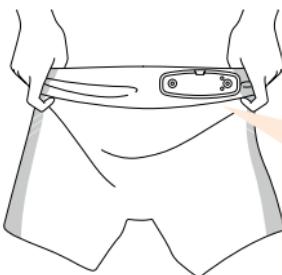
→初めて使用する前に、1、2回洗濯すると色移りを減らすことができます。

2

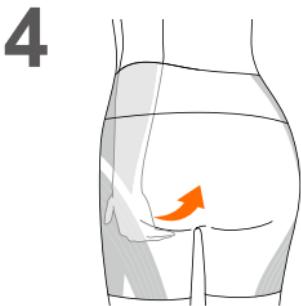
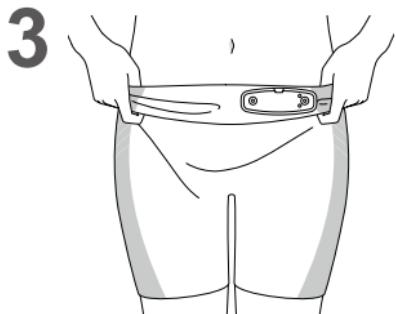
本体(スーツ)を着用する

表に返し、たぐりよせながらプレート部がお腹の前(左側)にくるよう
に着用する

1  2



- ・プレート部が
お腹の前
(左側)にくる



- ・電極部の位置を調整するため、中に片手ずつ入れて、ヒップを持ち上げる



電極部の位置を調整するときは、必ずコントローラーの電源が切れているこ
とを確認してから行ってください。

- ・ウエスト部分には内部に配線や接続端子があるため、生地や内部の配線を無理な
力で引っ張らないでください。破損するおそれがあります。
→断線している場合は使用を中止し、(株)MTG お客様相談室にお問い合わせくだ
さい。
- ・本体(スーツ)はトレーニング時のみ、着用してください。かゆみやケガのおそれがあ
ります。

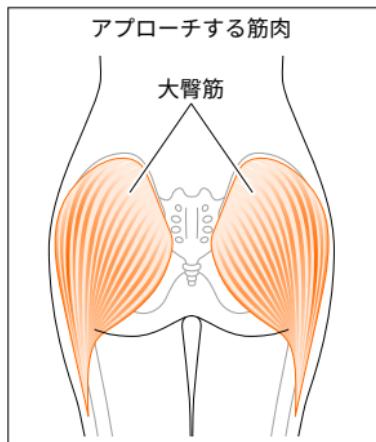
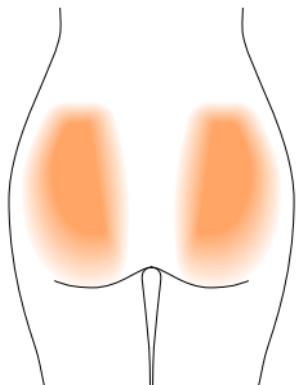
使用部位の確認・調整

大臀筋に電極部が当たるように位置を調整すると、刺激をよりしっかりと感じていただけます。



電極部の位置を調整するときは、必ずコントローラーの電源が切れていることを確認してから行ってください。

■の部位に使用してください。

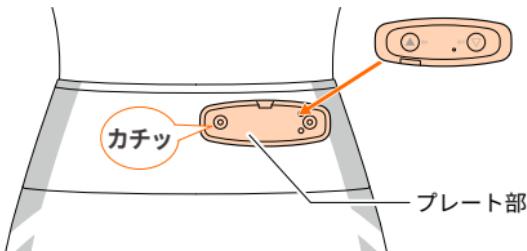


3

コントローラー(別売)を取り付ける

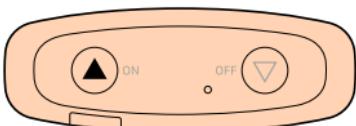
上下の向きに注意してコントローラーをプレート部に取り付ける

1



コントローラーは上下を正しく取り付けてください。無理やり上下逆に取り付けようすると、プレート部やコントローラーが破損するおそれがあります。

正面



- 充電用USB端子が下面にくる

上面



- ロゴが上面にくる

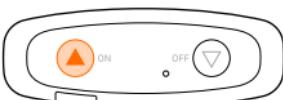
- 本品に別売のヒップフィット専用コントローラー以外の製品を取り付けて使用しないでください。故障のおそれがあります。
- コントローラー(別売)の取り付け時や使用時にコントローラーのボタンが物に当たるなどして、意図せずに動作しないようご注意ください。事故や肌・身体のトラブルのおそれがあります。
- 充電方法については、コントローラー取扱説明書の「充電する」をご覧ください。

4

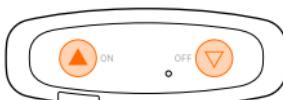
トレーニングする

電源を入れて、レベルを設定する

1



2



- ・▲ボタン長押しで電源オン
(まだ刺激はありません)
- ・▲ボタンを短く1回押して、
トレーニング開始(開始時はレベル1)
- ・▲ボタン/▽ボタンでレベルを20段階で変更
- ・約23分間経つと、トレーニングプログラムが自動で終了します。
トレーニング途中で終了したいときは、▽ボタンを長押ししてください。



トレーニング中に本品や身体に異常を感じた
場合や、コントローラーで操作ができなくなっ
た場合は、速やかにコントローラーを振り払
うようにして本品から取り外し、使用を中止
してください。



- ・ご使用は、1日に1回(約23分間)までを推奨します。
- ・レベル設定は使用する体勢で行ってください。
- ・初めてお使いになるときは、弱いレベルで使用してください。慣れてきたら、レベル
を調節してください。
- ・緊急時にコントローラーがすぐ取り外せる状態で使用してください。
- ・コントローラーの上に着圧が強い衣類やベルトが当たらないようにしてください。ケ
ガのおそれがあります。
- ・電極部は皮ふに密着させてください。電極部と肌の間に隙間がある、または衣服な
どが電極部に当たっていると、電極部全面に電気が均一に流れないと、強い刺激
や痛みを感じことがあります。

EMSの刺激と姿勢の関係

直立

椅子に座る

椅子に座る
+前かがみ

前屈

しゃがむ



刺激の強度

- 前かがみになったり、しゃがんだりすると、刺激が強くなります。
- 体勢を変えるときは、刺激の強度が変化することをご理解のうえで、ゆっくり体勢を変えたり、レベルを下げて使用してください。

アプリのご案内



つづけるコツは、アプリで管理すること。

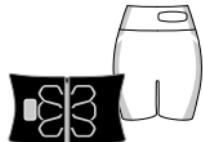
SIXPAD CLUB

SIXPAD CLUBは、Bluetooth®で製品とつながり、あなたのSIXPADトレーニングライフをさらに充実させる、さまざまな機能を兼ね備えたアプリです。

01 保証期間の延長*

02 製品とのアプリ連携

03 トレーニングログ機能



アプリ
ダウンロード

*延長保証の対象商品は2次元コード
からご確認いただけます

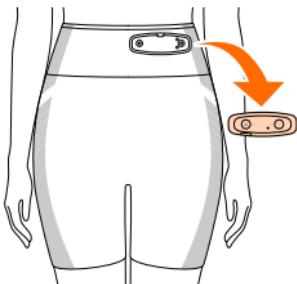
本製品はSIXPAD CLUBのトレーニング機能に対応しています。

5

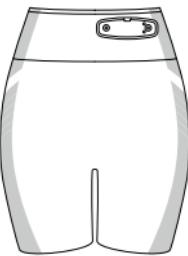
終了する

コントローラーを取り外し、本体(スーツ)を脱ぐ

1



2



- ・トレーニングが終了すると、「ピー」と音がして、LEDが消灯し、電源が切れます。
- ・コントローラーが汗などで濡れている場合は、拭き取ってから外してください。
- ・ウエスト部分には内部に配線や接続端子があるため、生地や内部の配線を無理な力で引っ張らないでください。破損するおそれがあります。

6

洗濯する・保管する

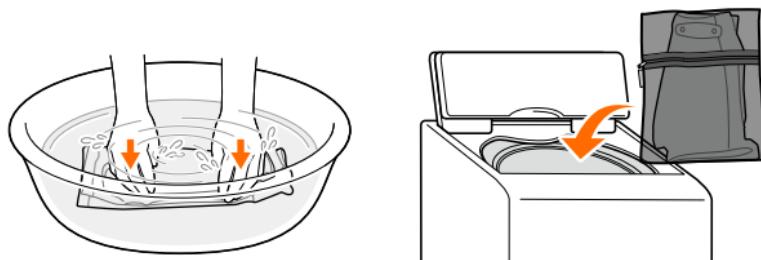
使用するたびに、本体(スーツ)を洗うことをおすすめします。
電極部の皮脂汚れは、刺激を感じにくくなる原因になります。

洗濯方法

手で「押し洗い」

または

洗濯機で「デリケート洗い」(付属ネット使用)



- ・コントローラーを外す
- ・裏返さない(電極部の保護)
- ・電極部を折り曲げない(折れ曲がりのおそれ)
- ・衣類用の中性洗剤を使う
- ・柔軟剤成分が入った洗剤や柔軟剤は使わない

洗濯後は、しっかり乾燥させてから保管してください。

- ・本体(スーツ)の洗濯・保管方法について、
詳しくは同梱の『安全ガイド』をご覧ください。

コントローラーの音の種類と意味

| 種類 | 意味 |
|-------------------------|--|
| ピロッ | 電源が入った |
| ピー | <ul style="list-style-type: none"> 電源切 トレーニング中止／終了 |
| ピッ | レベル調節 |
| ピピッ | <ul style="list-style-type: none"> 最大／最小レベルに達した 操作できない |
| ピッ、ピッ(連続音) | <p>肌検知できていない →以下のことをご確認ください</p> <ul style="list-style-type: none"> 電極部が十分に濡れていますか？ 衣服などの裾で電極部を覆っていませんか？ 肌が電極部に触れていますか？ コントローラー取り付け位置に内部の配線や生地がはさまっていますか？ |
| ピッ、ピッ(10回) | 他製品とのBluetooth接続開始 |
| ピピピピ(連続音) | <p>内蔵充電池の残量がない →充電してください。60秒経過するか、▽ボタンを押し続けると音が止まります。</p> |
| ピー、ピー、ピー (トレーニング終了後) | <p>内蔵充電池の残量が少ない →次回のトレーニングまでにコントローラーを充電してください。この音は▽ボタンを押すと止まります。</p> |
| ピー(高)ピー(低) (連続音) | <p>エラーが検知された →電源を入れ直してもエラーが検知される場合は、 (株)MTG お客様相談室にお問い合わせください。</p> |

コントローラーのLEDの状態と意味

| 状態 | 意味 |
|------------|--|
| 緑色点滅(ゆっくり) | <ul style="list-style-type: none"> 肌未検知状態 アイドリング状態(電源が入り、肌検知できている状態) |
| 緑色点滅(速い) | トレーニング中 |
| 緑色点灯 | Bluetooth接続完了 |
| 赤色点灯 | 充電中 |
| 赤色点滅 | 充電エラー |
| 消灯 | <ul style="list-style-type: none"> 充電終了 トレーニング中止／終了 電源切 |

トレーニングプログラム



- ・トレーニングプログラムは自動で約23分間続けます。
- ・「トレーニング」は2種類の波形を組み合わせています。5分ごとに組み合わせ方が切り替わって体感が変化し、刺激が段階的に強まります。

仕様一覧

| | |
|----------|--|
| 商品名 | SIXPAD Hip Fit(シックスパッド ヒップフィット) |
| 品番 | SE-BN |
| 推奨使用環境温度 | 5 ~ 35°C |
| 材質 | <ul style="list-style-type: none">身生地:ポリエステル80%、ポリウレタン20%電極部:ナイロン66%、ポリウレタン34%プレート部:ポリプロピレン洗濯ネット:ポリエステル100% |
| 同梱品／付属品 | <ul style="list-style-type: none">同梱品:本体(1)付属品:洗濯ネット(1)、安全ガイド(1)、クイックガイド(1)、保証書(1) |
| 製造元 | 株式会社MTG(日本) 原産国:中国 |