

# Checklist prima dell'allenamento

Per controllare il funzionamento e lo stato corretto prima di ogni sessione EMS

N°	Passaggio	Nota
1.	<b>Familiarità con il prodotto</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Utilizzo conosciuto secondo il manuale / app</li><li>Controindicazioni lette</li><li>App Antelope Go installata</li><li>Attrezzatura</li></ul>	Puoi anche trovare altri video sul nostro canale YouTube e tutorial sulle funzioni principali nell'app Antelope GO: <a href="#">Prima del primo allenamento – Con EMS di Antelope</a>
2.	<b>Ispezione visiva</b> Booster, tessuti, elettrodi privi di danni (crepe, buchi, ammaccature, cavi danneggiati)	
3.	<b>Posizionamento corretto</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Tessuti adeguati, elettrodi a contatto con la pelle</li><li>Booster inserito correttamente (nessuno spazio nel supporto magnetico)</li><li>Connessione tra parte superiore/inferiore stabilità (USB)</li><li>Batteria sufficientemente carica</li><li>(se necessario, applicare gel a contatto per elettrodi o bagnare)</li></ul>	 
4.	<b>Controllo tecnico</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Dispositivo e programma avviati</li><li>Se appare il simbolo della spina gialla: controllare il contatto con la pelle, applicare gel se necessario</li><li>Se l'errore persiste: interrompere l'allenamento e contattare il servizio</li></ul>	
5.	<b>Arresto d'emergenza / Sicurezza</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Funzione conosciuta: pausa nell'app, pulsante sul dispositivo o rimuovere dal supporto</li></ul>	  
6.	<b>Messaggio di errore / Documentazione</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Segnalazione tramite app (con dati di log, data, ora)</li><li>In alternativa via e-mail/telefono all'assistenza</li></ul>	Antelope by Beurer Telefono: +49 69 25786744 E-Mail: <a href="mailto:info@antelope.de">info@antelope.de</a> Orari del servizio: 10:00 – 15:00 Uhr CET, Lun – Ven
7.	<b>Manutenzione</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Cura secondo il manuale d'uso</li><li>Conservare il booster nella custodia designata</li></ul>	<a href="#">Manuale d'uso</a>