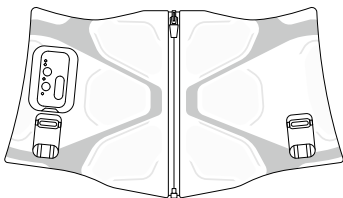


SIXPAD

Quick Guide



Core Belt 2

コアベルト2

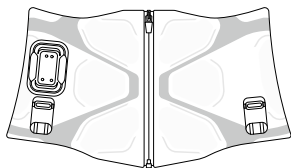
【アプリ対応モデル】

SE-CB

快適なトレーニングを行うために

本品の電気刺激をしっかりと身体へ伝えるには
「着用部の発汗や水分量」、「肌と電極部の密着」が大切です。

同梱品



生地本体 (1)

- 開封時に若干においがすることがありますが、異常ではありません。
気になる場合は陰干しするか、手洗いで1回洗ってください。

付属品



安全ガイド
(保証書付き)
(1)

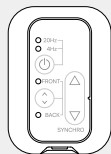


クイックガイド (1)

別売品

コアベルト2専用コントローラー
【アプリ対応モデル】

- ※ 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。



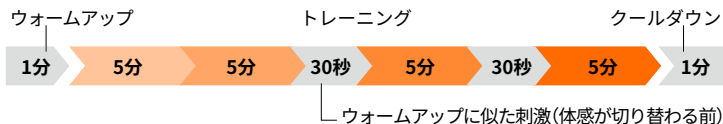
- Bluetooth®のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、株式会社MTGはこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。

トレーニング・プログラム

コントローラーに内蔵された2種類のプログラムで「オート・トレーニング」ができます。

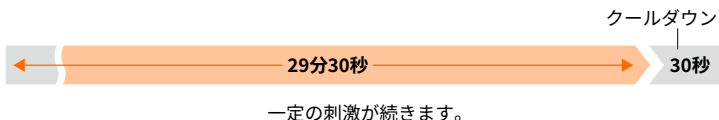
オート・トレーニング

20Hz モード 自動で約23分間続きます。



※「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。

4Hz モード 自動で約30分間続きます。



アプリのご案内



つづけるコツは、アプリで管理すること。

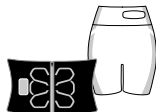
SIXPAD CLUB

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。



アプリ
ダウンロード

- 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



※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。

本品でEMSが通電するしくみ

本品は発汗や肌表面の水分を通じて、電気刺激を伝える製品です。



発汗や肌表面の水分量には個人差があり、室温や体調などでも変化します。
このため、同じレベルでも刺激を感じにくいことがあります。

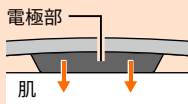
**電気刺激が感じられない、ピリピリ感が起きる、
肌検知のエラー音「ピッ、ピッ(連続音)」が鳴るときは？**

→ 以下 1、2 の順で確認してください。

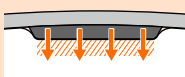
1 電極部が肌にしっかり押し当てられているか

電極部の
押し当てが足りない

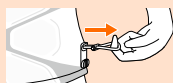
電極部を肌へ
しっかり押し当てる



押し当て小



押し当て大



ドローコードを引き、
電極部を肌へしっかり
押し当ててください。

2 着用部の肌が乾燥していないか

肌表面の水分量不足

肌へ水分を足す



蒸しタオル、濡らした
布等で電極部が当たる
付近の肌へ水分を含ませ
てください。

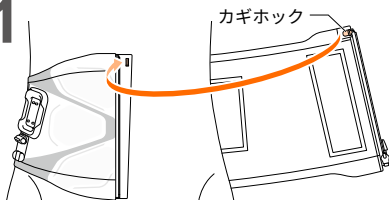
1

生地本体を着用する

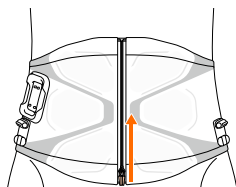
1 着用位置を調整しながらカギホックをかける

2 ファスナーを閉じる

1



2



- トレーニングウェアなどの裾を本品と肌のあいだに挟まないでください。裾が電極部の一部を覆ってしまうと、電気が均一に流れないため、強い刺激や痛みを感じることがあります。

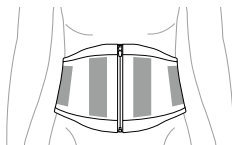
着用位置の確認・調整

イラストの位置に電極部が当たるように、位置を調整してください。
調整する際、以下の位置に電極部が当たらないように注意してください。

- 肋骨 (各電極部の上側) - 骨盤 (各電極部の下側) - 背骨 (背中の電極部)

前

後ろ



腹部・脇腹の
電極部位置



脇腹・背中の
電極部位置

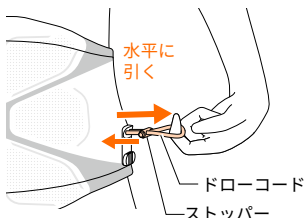
- 刺激を感じにくい場合やビリビリした痛みなど、違和感を感じる場合は、イラストの位置に電極部がしっかりと当たるように、上下左右に移動させてください(電極部の位置を変える場合は、電源を切ってください)。

2

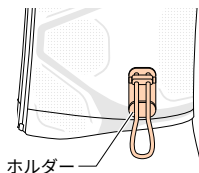
ドロコードで電極部を肌に密着させる

- 1 左右のドロコードを引っ張って、電極部を肌に密着させる
- 2 ストッパーを身体側にスライドさせて、締め付け具合を決める
- 3 余ったドロコードをホルダーの溝に留める

1,2



3

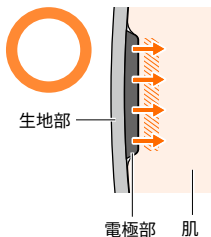


- ・着用した時点で電極部の密着を感じられる場合は、無理にドロコードで締め付けを強める必要はありません。

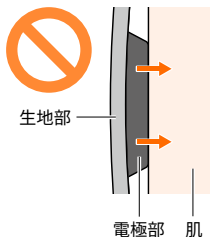
ドロコードの締め付け具合

電極部が浮き上がりなく、肌にしっかり押し当てられるよう、ドロコードを引っ張ってください。

押し当て大



押し当て小

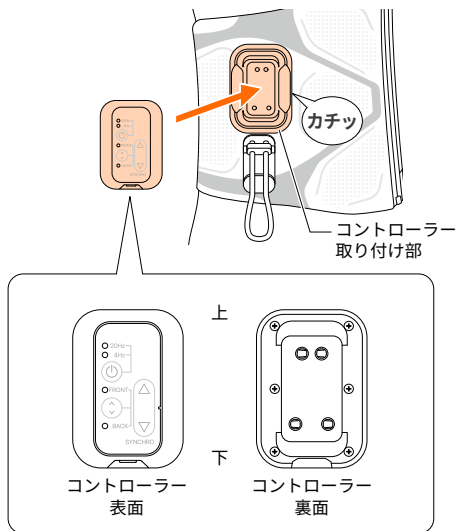


3

コントローラー(別売)を取り付ける

1 コントローラーを生地本体に取り付ける

1



- コントローラー裏面の凹部と、コントローラー取り付け部の凸部の位置を確認し、カチッと音がするまでしっかり取り付けてください。
- コントローラーは上下を正しく取り付けてください。

- 本品に別売のコアベルト2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。
- 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。

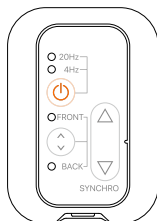
4

電源を入れて、モードを選ぶ

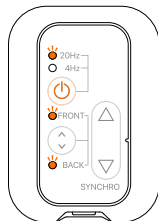
1 電源ボタンを長押しして電源を入れる

2 電源ボタンを短押ししてモードを選ぶ

1



2



- 電源が入るとBluetooth通信が始まります。
- 必ず、生地本体を着用してから、モードを選択してください。
- トレーニングの途中でモードを切り替えることはできません。

- ご使用は、各モード1日1回ずつを推奨します。
- 強い刺激や痛み、違和感を感じる場合は、連続使用をお控えください。
- 1日60分以上連続して使用しないでください。
- トレーニング開始直後は発汗量が少なく、刺激が弱く感じる場合があります。発汗量が少ないうちに、レベルを上げすぎないようにご注意ください。

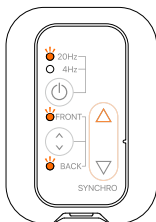
肌検知のエラー音「ピッ、ピッ(連続音)」が鳴るときは？

→本紙表面「本品でEMSが通電するしくみ」をご覧ください。

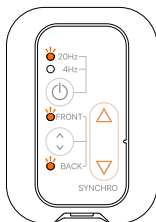
トレーニングを開始する

- 1 △ボタンを押してトレーニングを開始する
- 2 △ボタン/▽ボタンでレベルを調整する

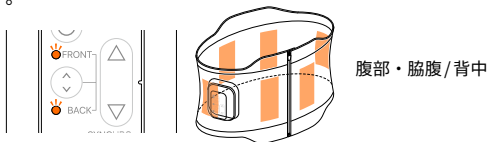
1




2



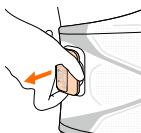
- レベルは0(刺激なし)～20(最大)の21段階で変更できます。
- トレーニング開始時のレベルは1です。
- トレーニング開始時は、「FRONT」(腹部・脇腹) / 「BACK」(背中) のレベルが同時に変更されます。



- 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。
- 20Hzモードでは約23分間、4Hzモードでは約30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、 を長押ししてください。

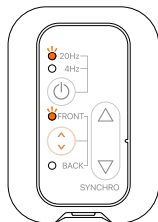


- トレーニング中に本品や身体に異常を感じた場合や、コントローラーで操作ができなくなった場合は、速やかにコントローラーを本品から取り外し、使用を中止してください。
- 緊急時に、コントローラーがすぐ取り外せる状態で使用してください。

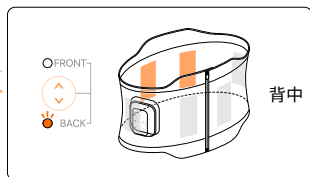
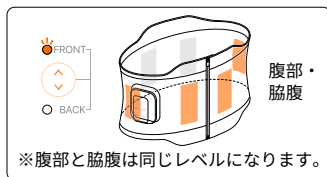


部位別でレベルを変更する場合

① 〴〵ボタンで部位 (FRONT/BACK) を選ぶ



- レベル変更ができる部位のLEDが点灯します。
- 一度〴〵を押すと、「FRONT」「BACK」同時レベル変更に戻すことはできません。



〴〵を押すたびにレベル変更部位が切り替わる

② △ボタン/▽ボタンで選んだ部位のレベルを調整する

ほかのSIXPAD製品と同時に使用する場合 (シンクロ動作)

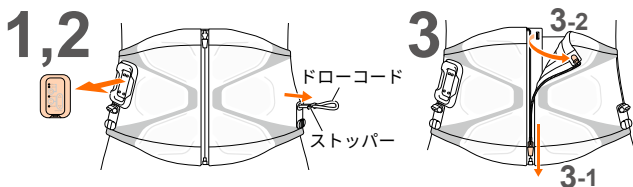
電源が入った状態で、本品の▽ボタンと、シンクロ動作させたい製品のSYNCHRO ボタンを同時に長押しする

- 本品とシンクロ動作可能な製品については、SIXPAD 公式サイトをご確認ください。
- シンクロすると、すべてのLEDが3秒間緑色で点灯し、本品のコントローラーから両方の製品を同時にスタートできるようになります。レベルの調節はそれぞれのコントローラーで行ってください。
- 一度シンクロさせると、もう一度本品の▽ボタンを長押ししてシンクロを解除するまで、シンクロ動作が継続します。

6

終了する

- 1 コントローラーを取り外す
- 2 ストッパーを生地本体と反対側にスライドさせ、ドローコードを緩める
- 3 ファスナーを開き、カギホックを外して生地本体を脱ぐ



- ・トレーニングが終了すると、「ピー」と音がして、LEDがすべて消灯し、電源が切れます。
- ・トレーニング終了後、コントローラーを生地本体に取り付けたままにしていると、「ピピピッ」という音で取り外し忘れをお知らせします。
- ・ドローコードを緩める前にプログラムの停止を確認してください。

7

保管する

しっかり乾燥させてから保管する

- ・使用後、汗や汚れは、ウェットティッシュや水で濡らして固く絞った布で拭き取ってください。
汚れやにおいが気になる場合は手洗いしてください。
- ・生地本体のお手入れ・保管方法について、詳しくは同梱の『安全ガイド』の「長くご愛用いただくために」をご覧ください。
- ・生地本体を手洗いする際は、必ずコントローラーを取り外してください。コントローラーを取り付けたまま洗濯すると、故障の原因になります。
- ・電極部を折り曲げないように注意してください。
- ・脱いだ生地本体および取り外したコントローラーを小さなお子様の手の届くところやベットの近くに置かないでください。

SIXPAD CLUBで トレーニングを アプリと連携する



アプリ
ダウンロード

1 アプリをダウンロード 2 会員登録(無料) ~ ログイン



②画面

メールアドレスのご登録状況を選びます。

弊社他サービスにご登録済みの際は、メールアドレスなどの登録済み情報を読み込みます。

- 新規会員登録 (以下へ未登録)
- MTG ONLINESHOP、または My ReFa アプリ、SIXPAD Health Coach アプリ
- SIXPAD HOME GYM

③画面

画面のガイダンスに沿って、入力してください。

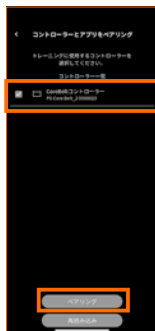
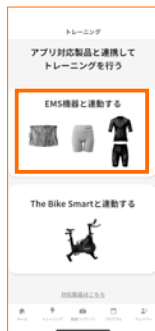
・サービス向上のため、画面内容を変更することがあります。ご了承ください。

SIXPAD CLUBの 多様なファンクション

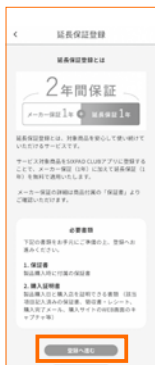
一例をご説明します。

[A] アプリトレーニング

- ・リモート操作
- ・トレーニングの可視化(レベル、残時間)



[B] 延長保証登録※



以降は画面の
ガイダンスに
沿って
登録します

※通常メーカー保証期間を延長するキャンペーンです。当キャンペーンは予告なく終了、または内容や条件を変更することがあります。ご了承ください。

コントローラーの音の種類と意味

種類	意味
ピロツ	電源が入った
ピー	・ 電源切 ・ トレーニング中止／終了 ・ レベル調節部位が切り替わった
ピツ	・ トレーニングプログラム（モード）が切り替わった ・ レベル調節
ピピツ	・ レベル20／レベル1に達した ・ 操作できない
ピピピツ	・ レベル0に達した
ピツ、ピツ（連続音）	肌検知できていない→以下のことをご確認ください ・ トレーニングウェアなどの裾で電極部を覆っていませんか？ ・ 肌が電極部に密着していますか？ ・ 肌が乾燥していませんか？
ピツ、ピツ（10回）	他製品とのBluetooth接続開始
ピツ、ピツ、ピツ	他製品とのシンク口動作解除
ピピピピ（連続音）	内蔵充電電池の残量がない →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。
ピー、ピー、ピー （トレーニング終了後）	内蔵充電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。 この音はいずれかのボタンを押すと止まります。
ピー（高）ピー（低） （連続音）	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。
ピピピツ （生地本体を脱いだ後）	ご使用後、コントローラーが生地本体に取り付けられたままになっている（コントローラー洗濯防止のための取り外し忘れお知らせ音） →生地本体からコントローラーを取り外してください。

コントローラーのLEDの状態と意味

状態	意味
緑色点灯（約3秒）	シンク口接続成功
緑色点滅	・ アイドリング状態（電源が入り、肌検知できている状態） ※「FRONT」「BACK」消灯時は、その部位の肌が未検知です。 ・ トレーニング中
赤色点灯	充電中
赤色点滅	充電エラー
消灯	・ 充電終了 ・ トレーニング中止／終了 ・ 電源切