



# DISPOSITIF DE MASSAGE PORTABLE PAR PRESSOTHÉRAPIE

TRAGBARES PRESSOTHERAPIEGERÄT

PORTABLE PRESSOTHERAPY DEVICE



[www.getjolt.fr](http://www.getjolt.fr) | [www.getjolt.de](http://www.getjolt.de) | [www.getjolt.com](http://www.getjolt.com)

Tous droits réservés / All rights reserved



**NOTICE / GEBRAUCHSANWEISUNG**

**FRANÇAIS** ..... **page 4**

**DEUTSCH** ..... **Seite 23**

**ENGLISH** ..... **page 41**

**JOLT BOOTS**

## SOMMAIRE

<b>Chapitre 1 : Présentation des différents accessoires</b>	<b>page 8</b>
<b>Chapitre 2 : Instructions d'installation et mode d'emploi</b>	<b>page 10</b>
<b>Chapitre 3 : Spécifications techniques</b>	<b>page 17</b>
<b>Chapitre 4 : Précautions particulières</b>	<b>page 18</b>
<b>Chapitre 5 : Entretien et nettoyage</b>	<b>page 21</b>
<b>Chapitre 6 : Rangement et transport</b>	<b>page 21</b>

**Merci de votre commande  
et de votre confiance.**

Afin d'utiliser nos bottes de récupération de massage de manière adéquate, veuillez lire les instructions, modes d'utilisation et consignes de sécurité avant leur utilisation. Vous pouvez obtenir davantage de renseignements en consultant notre site internet

*[www.getjolt.fr](http://www.getjolt.fr)*

## AVANTAGE DES BOTTES DE COMPRESSION JOLT™ BOOTS

Les bottes de récupération JOLT™ Boots sont efficaces après un entraînement intensif, que vous soyez un professionnel ou un amateur. Vous pourrez ainsi récupérer beaucoup plus rapidement tout en réduisant le risque d'inflammation et les douleurs musculaires liées aux courbatures. JOLT™ Boots fonctionne sur le principe du massage pour détendre et éliminer les déchets métaboliques qui s'accumulent dans vos muscles lors d'un entraînement. Nos bottes de récupération procurent un massage uniforme passif, ciblé et progressif.

Vous pourrez ainsi enchaîner une autre séance dès le lendemain avec des muscles régénérés. JOLT™ Boots vous aidera sur le moyen et long terme à améliorer vos performances. Nos bottes de récupération vous permettent aussi de gagner en mobilité.

## PRINCIPE DE FONCTIONNEMENT

JOLT™ Boots est un système de pression d'air qui s'active via le boîtier de contrôle pour alimenter 6 « chambres à air » par jambe. Les modes de fonctionnement, le système de pression, la durée ainsi que d'autres paramètres se règlent via l'interface du boîtier de contrôle. Les chambres à air sont contrôlées par de l'électronique embarquée (compression séquentielle, temps de repos, de gonflement et de dégonflement) pour exercer une pression périodique sur le sang et les tissus périphériques humains. JOLT™ Boots peut être utilisée chez vous sur une prise secteur ou en déplacement grâce à sa batterie intégrée (5200mAh = jusqu'à 4h d'autonomie).

Nous vous conseillons d'utiliser vos JOLT™ Boots dans l'heure qui suit la fin de votre entraînement, pour une récupération optimale. Si ça n'est pas possible, faites une session de JOLT™ Boots dès que possible après votre séance de sport.

# CHAPITRE 1 : PRÉSENTATION DES DIFFÉRENTS ACCESSOIRES

Nos bottes de compression sont composées d'une unité centrale (boîtier de contrôle), de 2 tuyaux de raccordement, d'1 tuyau adaptateur simple à double, de 2 manchons pour les jambes et d'un câble de chargement avec adaptateur secteur.

Retirez les produits et les accessoires de la boîte d'emballage et assurez-vous qu'ils soient complets en vous référant à la « liste » ci-dessous. Vérifiez aussi que les produits et accessoires ne soient pas endommagés.

Modèle : JOLT BOOTS

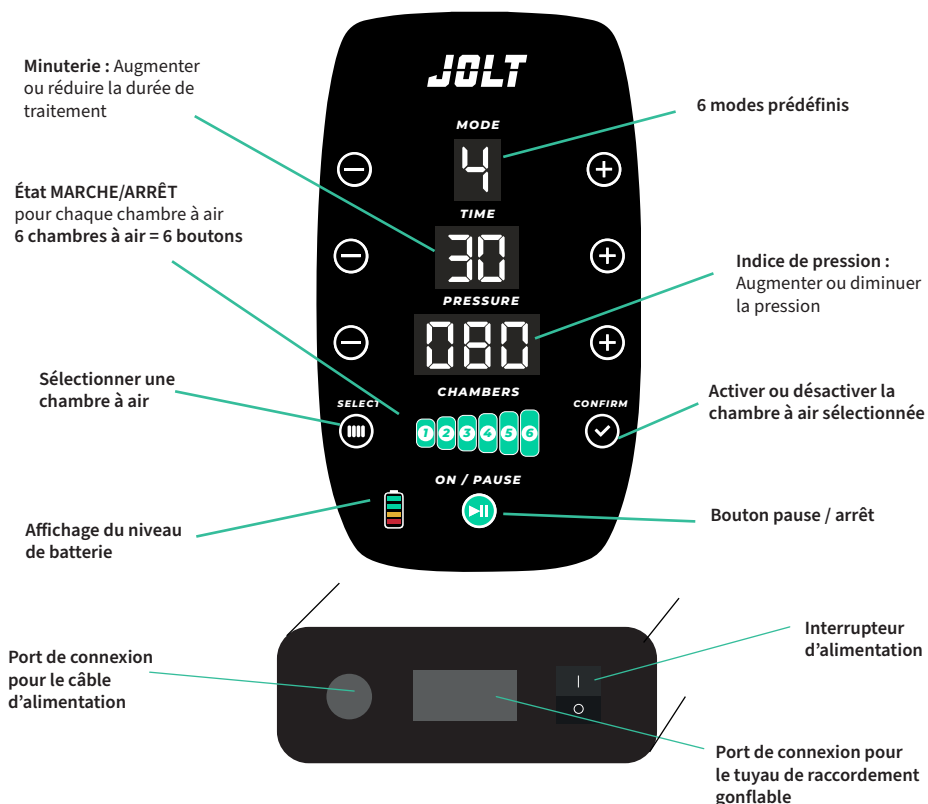


**JOLT BOOTS**



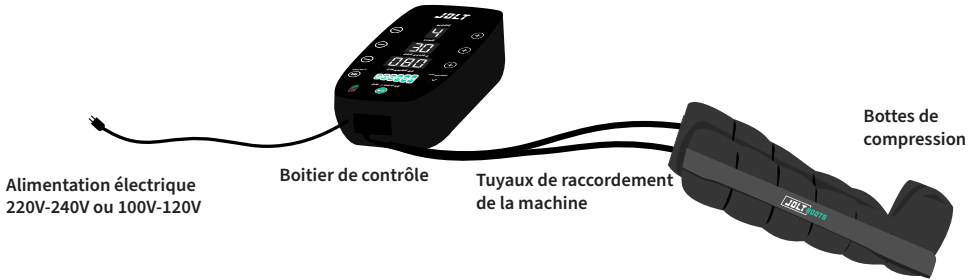
Liste d'emballage	Quantité
1. Jambières, incl. embout de raccordement	2
2. Boîtier de contrôle	1
3. Adaptateur secteur	1
4. Sac de transport	1
5. Adaptateur simple à double	1
6. Tuyau de raccordement	2
7. Manuel d'utilisation	1

## Détail de l'affichage du boîtier de contrôle

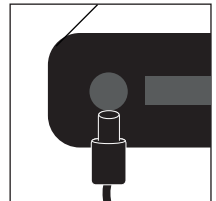


# CHAPITRE 2 : INSTRUCTIONS D'INSTALLATION ET MODE D'EMPLOI

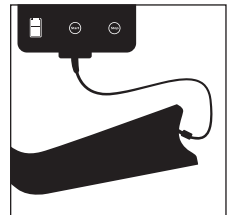
## 2.1 Branchements avant utilisation



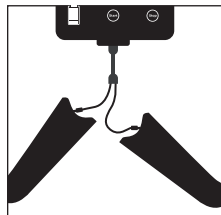
**Avant utilisation :** Vérifiez le niveau de batterie en appuyant sur le bouton d'alimentation du boîtier de contrôle (le bouton d'alimentation se trouve sur le devant du boîtier de contrôle, le symbole « I » met l'appareil en marche). Si le boîtier de contrôle ne s'allume pas, cela signifie que la batterie est déchargée, branchez le chargeur avant de pouvoir l'utiliser.



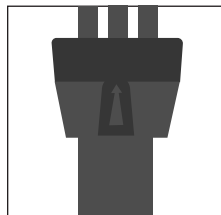
**A)** Connexion des tuyaux de raccordement pour l'utilisation d'une seule jambière : raccordez l'extrémité du « tuyau de raccordement » au « port de connexion » du boîtier de contrôle, et l'autre extrémité au manchon.



**B) Connexion des tuyaux de raccordement pour l'utilisation simultanée des deux jambières :** connectez d'abord une extrémité de « l' adaptateur simple à double » au « port de connexion» du boîtier de contrôle. Ensuite connectez l'autre extrémité de « l'adaptateur simple à double » à chacun des 2 « tuyaux de raccordement ». Enfin connectez l'autre extrémité des « tuyaux de raccordement » aux 2 manchons.



**Remarque :** Il y a un sens de branchement lorsque que vous raccordez les tuyaux et connecteurs entre eux, la flèche vous indiquera si vous êtes dans le bon sens. Vérifiez si « l'adaptateur simple à double » et les « tuyaux de raccordements » sont bien raccordés.



## 2.2 Utilisation des bottes de compression JOLT™

Avant de démarrer votre séance, essayez de rester à l'aise et détendu. Adoptez la bonne position (assise ou allongée). Au cours de la séance, il est recommandé de soulever légèrement les membres pour qu'ils soient au même niveau que le cœur, plus propice à la circulation lymphatique et sanguine dans ces zones.

### A) Enfilez les bottes de récupération

Il faut que vos bottes soient tirées aussi haut que possible. Seuls les pointes de vos orteils devraient sortir au bout. Ainsi vous vous assurez que la totalité de vos jambes profite de la technologie de compression.

### B) Mettez l'appareil en marche

Appuyez sur l'interrupteur d'alimentation, l'écran s'allumera.

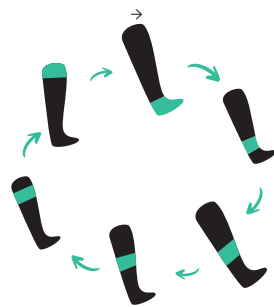
**Remarque :** si l'écran ne s'allume pas après le démarrage, vérifiez le niveau de la batterie. Chargez-la avant utilisation ou branchez le chargeur secteur si elle est déchargée.

## C) Sélectionnez le mode de fonctionnement

Il existe 4 modes. Par défaut, l'appareil s'allume en mode A. On peut uniquement basculer vers un autre mode lorsque l'appareil est en pause.

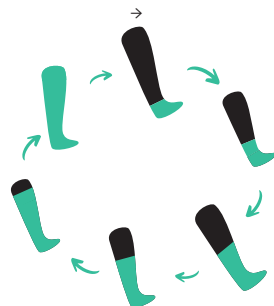
### Mode 1 : Échauffement et utilisation détente

Le mode 1 fonctionne comme un flux, il exerce une pression ponctuelle et est par conséquent parfaitement adapté pour détendre les muscles. Les muscles sont progressivement comprimés des pieds vers le buste. L'utilisation avant le sport doit être courte afin de ne pas priver vos jambes du tonus musculaire dont elles ont besoin pour l'effort qui va suivre.



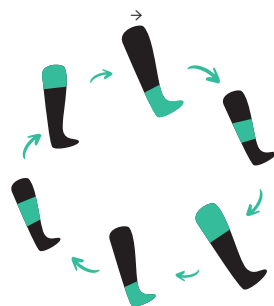
### Mode 2 : Récupération profonde

En raison de la pression continue et progressive exercée vers le haut de vos jambes, le mode 2 favorise l'élimination de l'acide lactique après un entraînement intensif pour vous régénérer ultra rapidement. La récupération est particulièrement efficace à haute pression. Nous recommandons d'utiliser vos JOLT™ Boots le plus rapidement possible après la fin de votre entraînement.



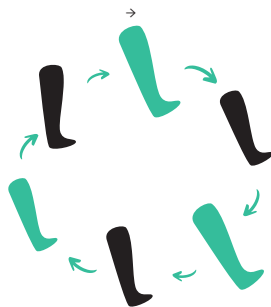
### Mode 3 : Récupération séance rapide

Ce mode combine le flux des programmes 1 et 2. Plusieurs chambres restent toujours gonflées en même temps, ce qui évite les reflux. Ce mode favorise également l'élimination du lactate. Adapté à une séance de récupération rapide mais intensive, car toute votre jambe n'est pas en permanence sous pression (contrairement au mode 2). Ce mode est aussi efficace pour le drainage lymphatique.



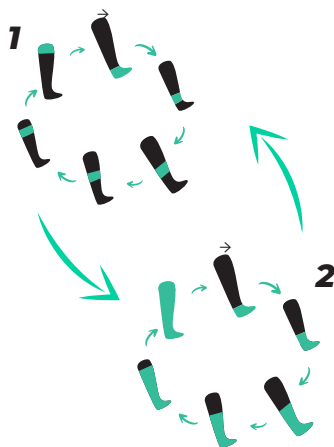
## Mode 4 : Court & intense

Ce mode est destiné aux séances courtes et intenses. Du fait que toutes les chambres soient gonflées en même temps, le nombre de phases de compression possibles dans un temps donné est maximisé.



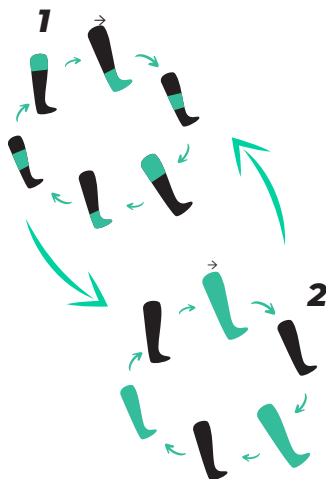
## Mode 5

Le mode 5 combine le mode 1 et 2. Ce mode démarre d'abord par le mode 1, une fois le mode 1 terminée, il enchaîne sur le mode 2. Le cycle se répète ensuite. L'objectif est de coupler l'utilisation détente avec une récupération profonde.



## Mode 6

Le mode 6 combine le mode 3 et 4. Ce mode démarre d'abord par le mode 3, une fois le mode 3 terminée, il enchaîne sur le mode 4. Le cycle se répète ensuite. L'objectif est de coupler une récupération rapide avec une pression intense.



## D) Sélectionnez la durée

Appuyez sur le bouton correspondant sur le boîtier de contrôle pour définir la durée d'utilisation, elle peut être réglée entre 10 et 90 minutes, la durée d'utilisation par défaut est de 30 minutes. La durée optimale se situe entre 30 et 50 minutes. Suite à une séance de sport légère vous pouvez démarrer à 30 minutes. Si votre séance a été intense voire très intense, vous pouvez augmenter le temps d'utilisation jusqu'à 50 minutes. Dépasser 1h d'utilisation n'apportera pas forcément de bénéfices supplémentaires significatifs.

## E) Sélectionnez la pression

Appuyez sur les boutons de pression « + » et « - » pour définir la pression, elle peut se régler entre 80 mmHg (10,7 kPa) et 260 mmHg (34,7 kPa). Par défaut, l'appareil démarre avec une pression de 80 mmHg (10,7 kPa).

## F) Désactivation des chambres (optionnel)

Vous pouvez choisir de désactiver une ou plusieurs chambres en cas de blessure/douleur sur la zone concernée.

Par exemple, lorsque vous appuyez sur le bouton de sélection des chambres, le voyant sur le boîtier de contrôle de la chambre N°1 clignote. appuyez sur le bouton "confirmer" pour désactiver la chambre. Elle ne se gonflera donc pas. Faites la même manipulation pour réactiver la chambre ou les chambres concernées.

**Remarque :** par défaut, toutes les chambres sont activées. Il est possible d'activer ou de désactiver individuellement chacune des chambres à air.

## G) Démarrage de la session

Après avoir réglé les paramètres ci-dessus, appuyez sur le bouton « Start (ON) » pour commencer à utiliser l'appareil, un minuteur décroissant se mettra en marche. Si vous avez besoin d'arrêter/de mettre l'appareil en pause en cours de séance, appuyez sur le bouton « STOP (PAUSE) ».

## H) Fin de cycle

Lorsque la séance prend fin, l'appareil coupe automatiquement la sortie d'air et émet une alerte sonore. L'écran d'affichage reprend son état initial. Vous pouvez enlever les bottes à ce moment-là.

## I) Mise en arrêt de l'appareil

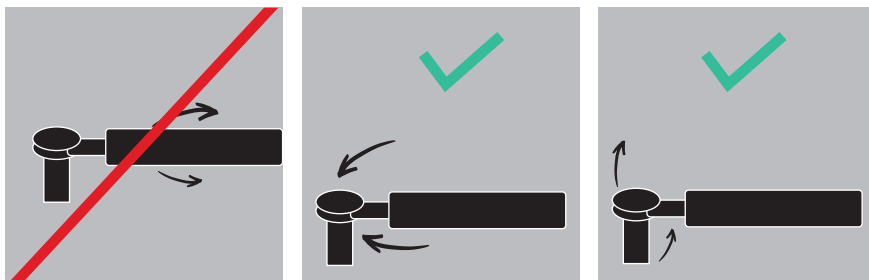
Appuyez sur l'interrupteur d'alimentation situé sur le devant de l'appareil, pour le mettre en position « O » OFF puis débranchez le câble d'alimentation pour le mettre

## J) Rangement et consignes après utilisation

Après utilisation et si vous souhaitez ranger votre matériel, vous pouvez (non obligatoire) retirer les tuyaux de raccordement en appuyant sur les clips situés des deux côtés des « tuyaux de raccordement » et de « l'adaptateur simple à double ».

Pour ce qui est des tuyaux individuels de gonflage (6 par jambière), il n'est pas recommandé de les retirer trop souvent. Cela n'est nécessaire que si vous partez en voyage et que vous souhaitez absolument gagner de la place. Évitez cette opération dans les autres cas, car un « retraitement » fréquent risque d'endommager les tuyaux individuels de gonflage.

Pour les retirer, il est recommandé de les débrancher en tenant puis en retirant le bouchon de scellage en plastique, et non en tirant.



**Ne pas tirer sur le tuyau. Débrancher en tenant puis en retirant le bouchon de scellage en plastique.**

### Attention :

- La relaxation est de rigueur tout au long de l'utilisation. En cas d'inconfort, arrêtez immédiatement l'appareil ou réajustez-le.
- En raison des différentes tolérances à la pression et des différentes circonférences des jambes de chacun, il est impossible de déterminer une indication précise pour la valeur de pression. Cependant, il est suggéré de régler la pression à 80 mmHg dans un premier temps, puis d'ajuster progressivement selon le confort de chacun.
- En général, une séance de pressothérapie est définie à 80-120 mmHg pendant une durée de 20 à 30 minutes, une ou deux fois par jour durant 6 à 10 jours.

## 2.3 Recharge de la batterie

Branchez le chargeur à une prise de courant, l'autre extrémité au port de connexion du boîtier de contrôle : le voyant lumineux de l'adaptateur est rouge : l'appareil est en état de charge. Lorsque le voyant de l'adaptateur passe au vert, la batterie est entièrement chargée

### Attention :

Il est recommandé de débrancher le câble d'alimentation de l'appareil et de le mettre hors tension lorsque la batterie est complètement chargée.

Si l'appareil reste branché, il se mettra en marche tout en se rechargeant.

**Lorsque la batterie est complètement chargée mais reste branchée à une prise de courant, une alimentation bidirectionnelle se produira, ce qui peut endommager la batterie ainsi que la carte du circuit imprimé (cela affectera la durée de vie de la machine et augmentera le risque de surchauffe provoquée par une surcharge). Il est donc nécessaire de débrancher le câble d'alimentation une fois la batterie complètement chargée.**

**Si le chargeur est branché sur une prise de courant pendant une longue période, il continuera à chauffer, accélérant ainsi le vieillissement des divers composants et matériaux. Afin de prolonger la durée de vie du chargeur, veillez à ce qu'il soit débranché de la prise de courant ou que l'interrupteur individuel de la prise soit mis hors tension.**



## CHAPITRE 3 : SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

- **Pression** : La plage de pressions est réglable de 80 mmHg (10,7 kPa) à 260 mmHg (34,7 kPa). La pression par défaut au démarrage est de 80 mmHg (10,67 kPa).
- **Temps de traitement (séance)** : Il est possible de programmer la durée de chaque séance entre 10 et 90 minutes. La durée par défaut est de 30 minutes.
- **Intensité sonore en état de marche** : Ambiance sonore  $\leq 20$  dB
- **Puissance absorbée** : 49W
- **Conditions normales d'alimentation** : AC 100-240 V, 50-60Hz Sortie DC 12,6 V/4 A OU Batterie au lithium 12,6 V, 5200 mAh.
- **Bouton d'arrêt** : L'appareil dispose d'un bouton d'arrêt d'urgence qui permet d'arrêter la procédure de traitement à tout moment.
- **Modes de compression et nombre de chambres** : 6 chambres à air et 4 modes de compression.
- **Désactivation des chambres** : individuellement via le boîtier de contrôle.
- **Batterie rechargeable** : Batterie au lithium intégrée.
- **Conditions normales d'utilisation** :  
Température de fonctionnement : entre 5 °C et 40 °C ;  
Degré d'hygrométrie :  $\leq 85$  % ;  
Pression atmosphérique : entre 80 kPa et 106 kPa.
- **Poids net du produit** : 1,50 kg
- **Dimensions du boîtier de contrôle (longueur x largeur x hauteur)** : 210 mm x 130 mm x 86 mm.

## CHAPITRE 4 : PRÉCAUTIONS PARTICULIÈRES

### 4.1 Avertissements

- Ne pas mettre le produit dans l'eau ni l'utiliser dans un environnement humide, au risque de provoquer un court-circuit ou un incendie.
- Toute situation anormale ou tout incident éventuel lors de l'utilisation requiert un arrêt immédiat de l'appareil.
- Brancher uniquement l'appareil à une prise de courant correctement reliée à la terre.
- Ne pas plier ou tordre le câble d'alimentation pour éviter un incendie ou un choc électrique.
- Pour toute pièce usée, endommagée ou desserrée, prenez aussitôt contact avec notre société ([hello@getjolt.fr](mailto:hello@getjolt.fr))
- Ne pas utiliser l'appareil dans un environnement soumis à l'inclinaison, aux vibrations ou aux impacts.
- Ne pas retirer les bottes de récupération lorsque l'appareil est en marche.
- Toujours éteindre l'appareil avant d'enlever les manchons.
- Placer le boîtier de contrôle sur une surface plane.
- Ne pas se déplacer avec les bottes de récupération en cours d'utilisation.
- Consulter un médecin avant d'utiliser ce dispositif. Ce produit n'est pas destiné au diagnostic, au traitement ou à la guérison de quelque maladie que ce soit.

### 4.2 Précautions d'emploi

- Vérifier que l'appareil est en bon état, que les tuyaux de raccordement, l'adaptateur simple à double ainsi que les manchons sont en bonne condition.
- Vérifier que les conducteurs de raccordement sont bien fixés et sécurisés avant toute utilisation.
- Vérifier que l'appareil fonctionne correctement avant toute utilisation.
- L'utilisation de câbles électriques endommagés ou non conformes (suite à une modification) présente des risques d'incendie et de choc électrique.
- Couper l'alimentation électrique et débrancher le câble d'alimentation avant de déplacer l'appareil.
- L'appareil doit être soumis à aussi peu de vibrations que possible lors des déplacements.

- Veiller à ce qu'une pression trop forte ne soit pas exercée sur l'appareil lors de son transport afin de ne pas endommager son apparence globale.
- L'appareil doit être placé sur une surface stable. Prévoir un dégagement d'au moins 5 cm autour de lui afin de permettre la circulation de l'air et une dissipation thermique efficace.
- Il est interdit d'utiliser le dispositif en cas d'orage.
- Ne pas mettre le tuyau de raccordement gonflable en contact avec le nez, la bouche, l'oreille ou toute autre partie du corps pour éviter toute blessure.
- Les bottes ne doivent pas être placées à proximité d'une source de chaleur, comme une cuisinière, un mégot de cigarette, etc. afin de minimiser les risques de fuites ou d'incendie.
- Avant utilisation, enlever les bijoux, montres et tout autre objet métallique risquant de provoquer des blessures physiques ou une détérioration au niveau des manchons.
- Éloigner les instruments pointus ou tranchants (aiguilles, ciseaux, etc.) du manchon. Ils risquent de perforer le manchon et ainsi causer une défaillance au niveau de l'appareil.
- Il est interdit de gonfler le manchon à l'aide d'autres outils afin de ne pas l'endommager ou d'entraîner une quelconque blessure physique.
- Il est interdit d'introduire des objets métalliques tranchants tels que les trombones, les agrafeuses, les aiguilles ou des aliments à l'intérieur de l'appareil.
- En cas d'urgence ou de gêne physique (douleur, paralysie, dyspnée, étourdissements, etc.), il est fortement recommandé d'aussitôt appuyer sur le bouton d'arrêt ou de retirer le tuyau de raccordement gonflable.
- Pour les personnes âgées et celles avec une faible élasticité artérielle, la valeur de compression peut être augmentée graduellement au fur et à mesure des séances avant d'atteindre la pression requise. Il ne faut jamais commencer avec une valeur trop élevée, mais accroître progressivement l'intensité. Lors de l'utilisation du manchon, il faut veiller à garder une position allongée et aussi détendue que possible.
- Il est recommandé de porter des sous-vêtements et des chaussettes lors de l'utilisation de l'appareil afin d'éviter des infections croisées dues au nombre de personnes utilisant le même manchon.
- Ne pas démonter, tenter de réparer ou essayer de modifier la conception de l'appareil. Pour tout besoin de réparation, veuillez contacter notre service client à [hello@getjolt.fr](mailto:hello@getjolt.fr)
- Le produit ainsi que ses divers accessoires sont à jeter conformément aux réglementations locales en matière de protection de l'environnement afin d'éviter toute pollution.

- Ne pas utiliser le produit dans un environnement soumis à l'une des conditions suivantes : ensoleillement important, humidité élevée, à proximité d'une source d'eau ; vibration, surface inclinée ; situé dans un champ magnétique très fort ; onde électromagnétique, tension d'impulsion sur site ; lieu de stockage de produits chimiques ; lieu de stockage de gaz corrosif.
- Ne pas utiliser en présence d'un mélange anesthésique inflammable à l'air ou à l'oxygène ou au protoxyde d'azote.

**Veillez porter une attention particulière aux points suivants pour ranger convenablement le produit.**

a) Ne pas ranger les produits dans des conditions de températures et d'humidité élevées, dans un lieu exposé au rayon de soleil direct, dans un endroit poussiéreux ou à proximité de gaz corrosifs.

b) Ne pas placer les produits à proximité d'une source d'eau ou d'humidité.

c) Tous les accessoires, y compris le câble d'alimentation, doivent être nettoyés avant le rangement afin de garantir qu'aucune défaillance ne se produise lors de la prochaine utilisation.

## CHAPITRE 5 : ENTRETIEN ET NETTOYAGE

### 5.1. Entretien

A) Contrôlez régulièrement l'appareil et les accessoires. Vérifiez la présence de fissure, de détérioration, de déformation ou de mauvais raccordement au niveau de l'unité centrale et des accessoires du produit. Si tel est le cas, veuillez contacter notre service clientèle à l'adresse email [hello@getjolt.fr](mailto:hello@getjolt.fr)

B) Rangez l'appareil ainsi que les différents accessoires dans un endroit tempéré et sec afin d'éviter toute exposition directe à l'humidité, à la poussière et à la lumière du soleil. Lorsque vous n'utilisez pas l'appareil pendant une longue période, il est conseillé de le remettre dans sa boîte d'emballage.

### 5.2 Nettoyage

Toute trace de poussière peut être enlevée à l'aide d'un tissu doux et sec ou une serviette en papier. N'utilisez pas d'huile, de benzène, d'alcool, d'essence ou autres produits chimiques pour nettoyer l'appareil.

**Remarque :** Avant toute opération de nettoyage ou d'entretien concernant les bottes de pressothérapie, assurez-vous que l'alimentation a été coupée.

## CHAPITRE 6 : RANGEMENT ET TRANSPORT

### 6.1 Rangement

Conservez les bottes et accessoires dans un endroit bien aéré, à l'abri de la lumière directe du soleil ou de gaz inflammables, explosifs et corrosifs.

### 6.2 Transport

Tout moyen de transport peut être utilisé pour transporter l'appareil, mais il doit être protégé d'un éventuel renversement, chute, impact violent, vibration, fort ensoleillement, projection d'eau de pluie ou de neige tout au long du trajet. Évitez le mélange avec des substances inflammables, explosives et corrosives, comme spécifié dans le contrat de commande.





# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Kapitel 1 : Vorstellung der verschiedenen Zubehör</b>	<b>Seite 26</b>
<b>Kapitel 2 : Installations- und Bedienungsanleitung</b>	<b>Seite 28</b>
<b>Kapitel 3 : Technische Daten</b>	<b>Seite 35</b>
<b>Kapitel 4 : Besondere Vorsichtsmaßnahmen</b>	<b>Seite 36</b>
<b>Kapitel 5: Wartung und Reinigung</b>	<b>Seite 39</b>
<b>Kapitel 6 : Aufbewahrung und Transport</b>	<b>Seite 39</b>

**Vielen Dank für Ihre Bestellung und Ihr  
Vertrauen.**

Um unsere Kompressionsstiefel  
ordnungsgemäß zu verwenden, lesen Sie bitte  
zuerst die Anleitungen, die Gebrauchsanweisun-  
gen und die Sicherheitsrichtlinien. Weitere  
Informationen finden Sie auf unserer Website

*[www.getjolt.de](http://www.getjolt.de)*





## VORTEILE DER JOLT™ KOMPRESSIONSSTIEFEL

Die JOLT™ Boots Kompressionsstiefel sind nach intensivem Training effektiv, egal ob Sie Profi oder Amateur sind. Sie können sich viel schneller erholen und gleichzeitig das Entzündungsrisiko und die mit Muskelkater verbundenen Schmerzen verringern. JOLT™ Boots operieren nach dem Prinzip der Massage, um Ihre Muskeln zu entspannen und die in Ihren Muskeln angesammelten Stoffwechselschlacken nach dem Training zu beseitigen. Unsere Kompressionsstiefel sorgen für eine gleichmäßige, passive, gezielte und progressive Massage. Dadurch können Sie schon am folgenden Tag mit regenerierten Muskeln ein weiteres Training absolvieren. JOLT™ Boots helfen Ihnen mittel- und langfristig, Ihre Leistung zu steigern und Ihre Mobilität zu verbessern.

## FUNKTIONSPRINZIP

JOLT™ Boots ist ein Luftdrucksystem, das über das Steuergerät aktiviert wird, um 6 «Luftkammern» pro Bein zu versorgen. Die Betriebsarten, das Drucksystem, die Dauer und andere Parameter werden über die Schnittstelle des Steuergeräts eingestellt. Die Luftkammern werden durch Bordelektronik gesteuert (sequenzielle Kompression, Ruhe-, Aufblas- und Entleerungszeiten), um periodischen Druck auf das Blut und das menschliche periphere Gewebe auszuüben.

Sie können JOLT™ Boots zu Hause an der Steckdose oder unterwegs dank seines eingebauten Akkus (5200mAh = bis zu 4 Stunden Betriebszeit) verwenden.

Für eine optimale Regeneration empfehlen wir Ihnen, Ihre JOLT™ Boots möglichst in der ersten Stunde nach dem Training zu verwenden. Falls das nicht möglich ist, sollten Sie so bald wie möglich nach Ihrem Workout eine JOLT™ Boots-Sitzung machen.

# KAPITEL 1 : VORSTELLUNG DER VERSCHIEDENEN ZUBEHÖR

Unsere Kompressionsstiefel bestehen aus einer Zentraleinheit (Steuergerät), 2 Verbindungsschläuchen, 1 Adapterschlauch einfach zu doppelt, 2 Manschetten für die Beine und einem Ladekabel mit Netzadapter. Entnehmen Sie die Produkte und das Zubehör aus dem Verpackungskarton und vergewissern Sie sich anhand der unten stehenden «Liste», dass sie vollständig sind. Überprüfen Sie auch die Produkte und das Zubehör auf Beschädigungen.

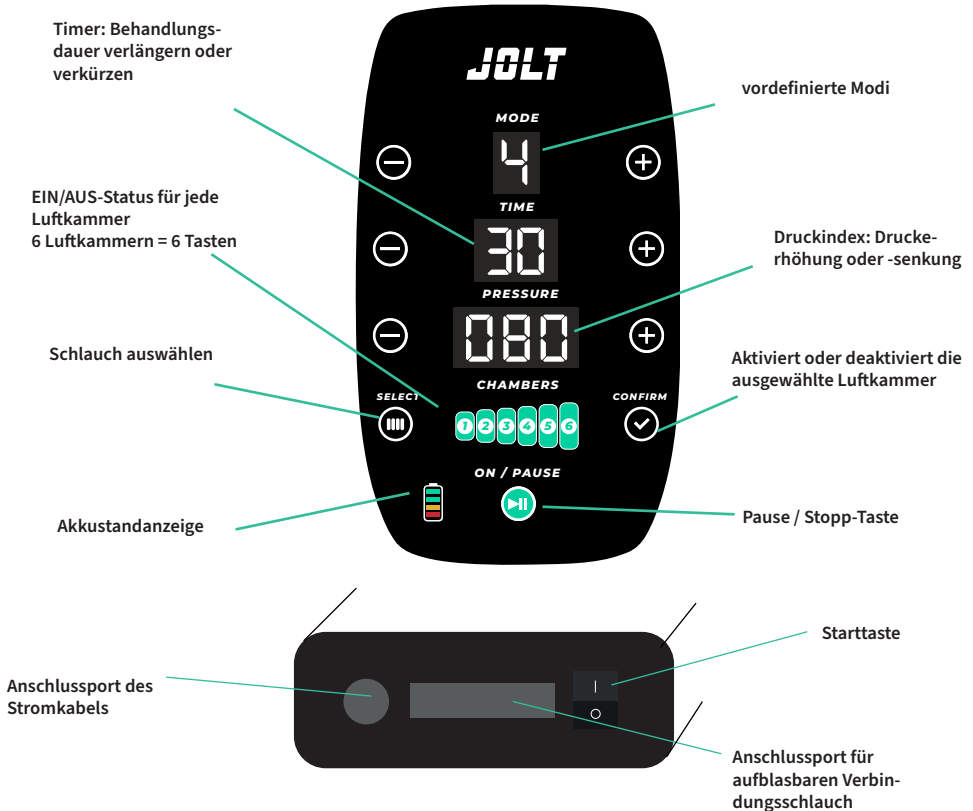
Modell: JOLT BOOTS



**JOLT**BOOTS

Packing list	Menge
1. Beinmanschetten, inkl. Anschlussstück	2
2. Steuergerät	1
3. Netzadapter	1
4. Tragetasche	1
5. Einzel-auf Dualadapter	1
6. Verbindungsschlauch	2
7. Bedienungsanleitung	1

## Details zur Anzeige des Steuergeräts

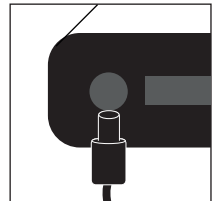


# KAPITEL 2 : INSTALLATIONS- UND BEDIENUNGSANLEITUNG

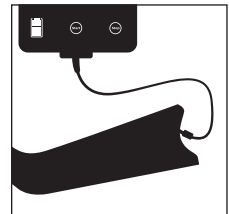
## 2.1 Anschlüsse vor Einsatz



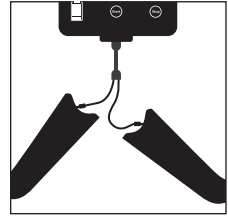
Vor dem Einsatz: Überprüfen Sie den Akkustand durch Drücken des Netzschalters an der Vorderseite des Steuergeräts (das Symbol «I» schaltet das Gerät ein). Sollte sich das Steuergerät nicht einschalten, ist der Akku leer. Schliessen Sie das Ladegerät an, bevor Sie das Gerät verwenden können.



A) Anschluss der Verbindungsschläuche beim Einsatz einer Einzelmanschette: Verbinden Sie ein Ende des «Verbindungsschlauchs» mit dem «Anschlussport» des Steuergeräts und das andere Ende mit der Manschette.



**B)** Anschluss der Verbindungsschläuche für gleichzeitige Verwendung beider Beinmanschetten: Verbinden Sie zuerst ein Ende des « Einzel- auf Dualadapters » mit dem « Anschlussport » des Steuergeräts. Verbinden Sie dann das andere Ende des « Einzel- auf Dualadapters» mit jedem der beiden « Verbindungsschläuche». Verbinden Sie schließlich das andere Ende der «Verbindungsschläuche» mit den beiden Manschetten.



**Hinweis :** Es gibt eine Anschlussrichtung, wenn Sie die Schläuche und Verbindungsstücke miteinander verbinden. Der Pfeil zeigt Ihnen die richtige Anschlussrichtung an. Achten Sie darauf, dass der « Einzel- auf Dualadapter» und die «Verbindungsschläuche» richtig angeschlossen sind.



## 2.2 Verwendung der JOLT™Kompressionsstiefel

Bevor Sie mit der Sitzung beginnen, versuchen Sie, sich wohlfühlen und entspannt zu bleiben. Nehmen Sie die richtige Position ein (sitzend oder liegend). Sie sollten während der Sitzung Ihre Gliedmaßen leicht anheben, damit sie sich auf einer Höhe mit dem Herzen befinden, was für den Lymphfluss und die Blutzirkulation in diesen Bereichen förderlich ist.

### A) Ziehen Sie die Kompressionsstiefel an

Sie sollten Ihre JOLT™ Boots möglichst hoch ziehen. Dabei sollten nur die Zehenspitzen herausschauen. So stellen Sie sicher, dass die gesamte Länge Ihrer Beine von der Kompressionstechnologie profitieren.

### B) Schalten Sie das Gerät ein

Drücken Sie den Netzschalter, die Anzeige schaltet sich ein.

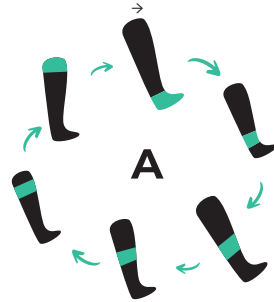
**Hinweis :** Sollte der Bildschirm nach dem Einschalten nicht aufleuchten, überprüfen Sie den Akkustand. Laden Sie das Gerät vor der Verwendung auf oder schließen Sie das Netzladegerät an, wenn der Akku leer ist

## C) Wählen Sie die Betriebsart

Sie können zwischen 4 verschiedenen Modi wählen. Standardmäßig schaltet sich das Gerät im Modus A ein. Man kann nur in einen anderen Modus umschalten, wenn das Gerät pausiert ist.

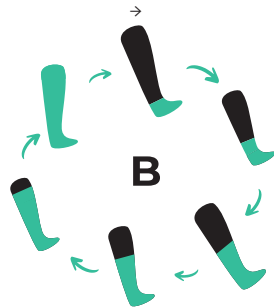
### Modus 1

Modus 1 funktioniert wie ein Fluss, übt punktuellen Druck aus und ist daher perfekt geeignet, um die Muskeln zu entspannen. Die Muskeln werden von den Füßen bis zum Oberkörper allmählich komprimiert. Vor dem Sport sollte dieser Modus nur kurz verwendet werden, damit Ihren Beinen nicht der Muskeltonus entzogen wird, den sie für die anschließende Belastung benötigen.



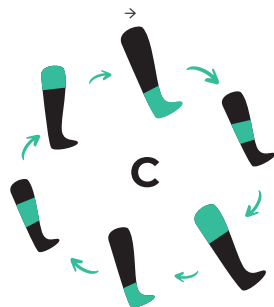
### Modus 2

Durch den kontinuierlichen und progressiven Druck, der auf Ihre Beine ausgeübt wird, fördert der Modus 2 den Abtransport von Milchsäure nach einem intensiven Training, sodass Sie sich besonders schnell regenerieren können. Bei hohem Druck ist die Regeneration besonders effektiv. Wir empfehlen Ihnen, Ihre JOLT™ Boots so bald wie möglich nach dem Training zu verwenden.



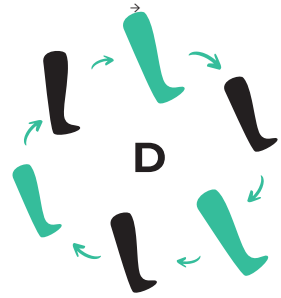
### Modus 3

Dieser Modus ist eine Kombination aus dem Fluss der Programme A und B. Mehrere Kammern bleiben immer gleichzeitig aufgeblasen, wodurch ein Reflux vermieden wird. Außerdem fördert dieser Modus den Laktatabbau. Geeignet für eine schnelle, aber intensive Regenerationssitzung, da nicht Ihr gesamtes Bein ständig unter Druck steht (im Gegensatz zu Modus 2).



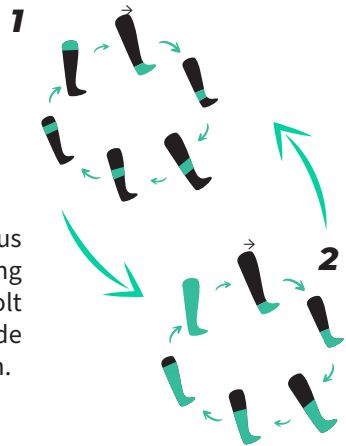
## Modus 4

Dieser Modus ist für kurze, intensive Trainingseinheiten gedacht. Alle Kammern werden gleichzeitig aufgeblasen, sodass die Anzahl der möglichen Kompressionsphasen in einer bestimmten Zeit maximiert wird.



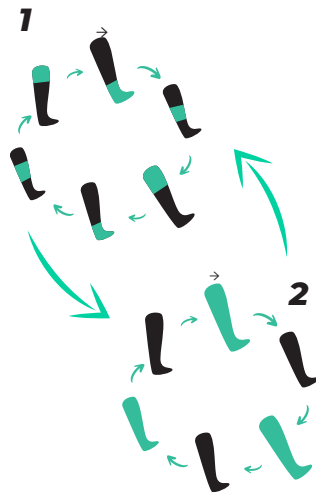
## Mode 5

Modus 5 kombiniert Modus 1 und 2. Dieser Modus startet zunächst mit Modus 1, nach Beendigung von Modus 1 folgt Modus 2. Der Zyklus wiederholt sich dann. Das Ziel ist es, die entspannende Anwendung mit einer tiefen Erholung zu koppeln.



## Mode 6

Modus 6 kombiniert die Modi 3 und 4. Dieser Modus startet zunächst mit Modus 3, nach Beendigung von Modus 3 folgt Modus 4. Der Zyklus wiederholt sich dann. Das Ziel ist es, eine schnelle Erholung mit intensivem Druck zu verbinden.



## D) Stellen Sie die Dauer ein

Drücken Sie die entsprechende Taste am Steuergerät, um die Nutzungsdauer einzustellen. Sie lässt sich zwischen 10 und 90 Minuten einstellen, die Standardeinstellung ist 30 Minuten. Die optimale Dauer liegt zwischen 30 und 50 Minuten. Nach einer leichten Sporteinheit können Sie mit 30 Minuten beginnen. Wenn Ihr Training intensiv oder sehr intensiv war, kann die Nutzungsdauer bis zu 50 Minuten verlängert werden. Mehr als eine Stunde Nutzungsdauer bringt nicht unbedingt signifikante zusätzliche Vorteile.

## E) Stellen Sie den Druck ein

Drücken Sie die Drucktasten «+» und «-», um den Druck einzustellen. Er kann zwischen 80 mmHg (10,7 kPa) und 260 mmHg (34,7 kPa) eingestellt werden. Standardmäßig startet das Gerät mit einem Druck von 80 mmHg (10,7 kPa).

## F) Deaktivierung der Kammern (optional)

Sie können wählen, ob eine oder mehrere Kammern deaktiviert werden sollen, wenn in dem betreffenden Bereich eine Verletzung/Schmerz auftritt. Wenn Sie beispielsweise die Taste zur Auswahl der Kammern drücken, blinkt die LED auf dem Steuergerät von Kammer Nr. 1. Drücken Sie die Taste «Bestätigen», um die Kammer zu deaktivieren. Sie wird also nicht aufgeblasen. Dasselbe tun Sie, um das Zimmer oder die Zimmer wieder zu aktivieren.

**Hinweis :** Standardmäßig sind alle Luftkammern aktiviert. Sie können jedoch jede der Luftkammern einzeln aktivieren oder deaktivieren.

## G) Starten der Sitzung

Nach Einstellung der vorstehenden Parameter drücken Sie die Taste «Start (ON)», um das Gerät in Betrieb zu nehmen, ein absteigender Timer wird in Gang gesetzt. Sie können das Gerät während der Sitzung anhalten oder pausieren, indem Sie die Taste «STOP (PAUSE)» drücken.

## H) Zyklusende

Am Ende der Sitzung schaltet das Gerät automatisch den Luftauslass ab und gibt ein akustisches Warnsignal ab. Der Anzeigebildschirm nimmt wieder seinen Ausgangszustand an. Sie können zu diesem Zeitpunkt die Stiefel ausziehen.



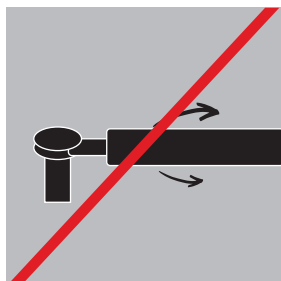
## I) Ausschalten des Geräts

Drücken Sie den Netzschalter an der Vorderseite des Geräts, um die Position «O» OFF einzustellen, ziehen Sie dann das Netzkabel ab, um das Gerät auszuschalten.

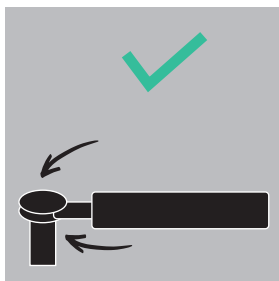
## J) Lagerung und Hinweise nach Gebrauch

Wenn Sie Ihre Ausrüstung nach dem Gebrauch aufbewahren möchten, können Sie ( nicht obligatorisch) die Verbindungsschläuche durch Drücken der Klammern an beiden Seiten der «Verbindungsschläuche» und des « Einzel- auf Dualadapters» entfernen.

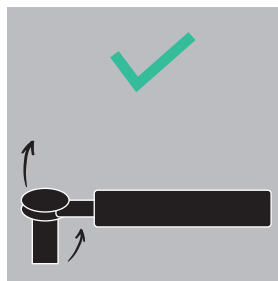
Die einzelnen Aufblasschläuche (6 pro Beinling) sollten Sie nicht so oft entfernen. Das ist nur nötig, wenn Sie reisen und unbedingt Platz sparen wollen. Ansonsten sollten Sie das vermeiden, da das häufige « Entfernen « die einzelnen Aufblasschläuche beschädigen kann. Zum Entfernen wird empfohlen, dass Sie die Kunststoffverschlusskappe festhalten und dann abziehen, statt zu ziehen.



**Nicht am Schlauch ziehen.**



**Halten Sie den Kunststoffverschluss fest und entfernen Sie**



### Achtung :

- Entspannen Sie sich während der Sitzung. Wenn Sie sich nicht wohlfühlen, schalten Sie das Gerät sofort aus oder stellen Sie es neu ein.
- Drucktoleranzen und der unterschiedlichen Beinumfangs jeder Person ist es unmöglich, eine genaue Angabe für den Druckwert zu bestimmen. Es wird jedoch empfohlen, den Druck zunächst auf 80 mmHg einzustellen und dann schrittweise je nach persönlichem Wohlbefinden anzupassen.
- Im Allgemeinen liegt der Druck bei 80-120 mmHg für 20 bis 30 Minuten, eine oder zwei Mal pro Tag für 6 bis 10 Tage.

## 2.3 Aufladen des Akkus

Stecken Sie das Ladegerät in eine Steckdose, das andere Ende in den Anschluss am Steuergerät: Die Kontrollleuchte am Adapter ist rot: Das Gerät wird geladen. Wenn der Akku vollständig aufgeladen ist, leuchtet die Kontrollleuchte grün.

### **Achtung :**

Wenn der Akku vollständig aufgeladen ist, sollten Sie das Netzkabel von dem Gerät abziehen und es ausschalten.

Lassen Sie das Gerät nicht angeschlossen, da es sich während des Aufladens einschaltet.

**Wenn der Akku voll aufgeladen ist, aber an eine Steckdose angeschlossen bleibt, tritt eine bidirektionale Stromversorgung auf, die sowohl den Akku als auch die Leiterplatte beschädigen kann ( die Lebensdauer des Geräts wird dadurch beeinträchtigt und das Risiko einer durch Überlastung verursachten Überhitzung wird erhöht). Es ist also wichtig, dass Sie das Netzkabel abziehen, wenn der Akku vollständig geladen ist.**

**Das Ladegerät erwärmt sich weiter, wenn es über einen längeren Zeitraum an eine Steckdose angeschlossen ist, und die verschiedenen Bauteile und Materialien altern dadurch schneller. Um die Lebensdauer des Ladegeräts zu verlängern, achten Sie darauf, dass es von der Steckdose getrennt ist oder der Einzelschalter der Steckdose ausgeschaltet ist.**



## KAPITEL 3: TECHNISCHE DATEN

- **Druck** : Der Druck ist von 80 mmHg (10,7 kPa) bis 260 mmHg (34,7 kPa) einstellbar. Der Standarddruck beim Start beträgt 80 mmHg (10,67 kPa).
- **Behandlungsdauer (Sitzung)** : Sie können die Dauer jeder Sitzung zwischen 10 und 90 Minuten programmieren. Die voreingestellte Dauer ist 30 Minuten.
- **Schallintensität im Betriebszustand** : Umgebungslautstärke  $\leq 20$  dB
- **Leistungsaufnahme** : 49W
- **Normale Stromversorgungsanforderungen**: AC 100-240 V, 50-60Hz DC 12,6 V/4 A  
Ausgang ODER Lithium Akku 12,6 V, 5200 mAh.
- **Not-Aus-Taste**: Das Gerät verfügt über eine Not-Aus-Taste, mit der Sie den Behandlungsprozess jederzeit unterbrechen können.
- **Kompressionsmodi und Kammeranzahl** : 6 Luftkammern und 4 Kompressionsmodi.
- **Deaktivierung der Kammern** : einzeln über die Steuerbox.
- **Wiederaufladbarer Akku** : Eingebaute Lithium-Akku.
- **Normale Einsatzbedingungen**:  
Betriebstemperatur: zwischen 5 °C und 40 °C  
Feuchtigkeitsgrad:  $\leq 85$  %  
Luftdruck: zwischen 80 kPa und 106 kPa.
- **Nettogewicht von Produkt** : 1,50 kg
- **Steuergerät Dimensionen (Länge x Breite x Höhe)** :  
210 mm x 130 mm x 86 mm.

# KAPITEL 4: BESONDERE VORSICHTSMASSNAHMEN

## 4.1 Warnhinweise

- Das Gerät nicht ins Wasser legen und nicht in einer nassen oder feuchten Umgebung verwenden, was zu einem elektrischen Kurzschluss oder Brand führen könnte.
- Das Gerät bei jeglichen anormalen Situationen oder Vorfällen sofort anhalten.
- Das Gerät nur an eine ordnungsgemäß geerdete Steckdose anschließen.
- Das Netzkabel nicht knicken oder verdrehen, um Feuer oder Stromschläge zu vermeiden.
- Bei abgenutzten, beschädigten oder losen Teilen wenden Sie sich bitte umgehend an unsere Firma ([hello@getjolt.de](mailto:hello@getjolt.de))
- Das Gerät nicht in geneigter, vibrierender oder stoßbelasteter Umgebung verwenden.
- Die Kompressionsstiefel nicht ausziehen, wenn sie eingeschaltet ist.
- Die Manschetten nur bei ausgeschaltetem Gerät entfernen.
- Das Steuergerät auf ebene Fläche stellen.
- Sich mit den Kompressionsstiefeln während der Nutzung nicht bewegen.
- Vor der Verwendung dieses Produkts den Arzt konsultieren. Dieses Produkt ist nicht für Diagnose, Behandlung oder Heilung von Krankheiten jeglicher Art bestimmt.

## 4.2 Vorsichtsmaßnahmen

- Stellen Sie sicher, dass das Gerät, die Verbindungsschläuche, der Einzel- auf Dualadapter sowie die Manschetten in gutem Zustand sind.
- Vergewissern Sie sich vor dem Gebrauch, dass die Anschlussleitungen fest und sicher angebracht sind
- Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass das Gerät ordnungsgemäß funktioniert.
- Die Verwendung beschädigter oder nicht normgerechter elektrischer Kabel (infolge einer Änderung) kann zu Bränden oder Stromschlägen führen  
Die Stromversorgung abschalten und das Netzkabel abziehen, bevor Sie das Gerät bewegen.
- Das Gerät sollte beim Transport so wenig Vibrationen wie möglich ausgesetzt sein



- Achten Sie darauf, beim Transport nicht zu viel Druck auf das Gerät auszuüben, um das Gesamterscheinungsbild nicht zu beschädigen.
- Das Gerät sollte auf eine stabile Oberfläche gestellt werden. Ein Abstand von mindestens 5 cm sollte um es herum eingehalten werden, damit die Luft ungehindert strömen kann und eine effektive Wärmeableitung gewährleistet ist.
- Das Gerät bei Gewittern zu verwenden ist verboten.
- Bringen Sie den aufblasbaren Verbindungsschlauch nicht mit Nase, Mund, Ohr oder anderen Körperteilen in Berührung, um Verletzungen zu vermeiden.
- Halten Sie die Boots von Wärmequellen wie Herd, Zigarettenkippen usw. fern, um die Austritts- oder Brandgefahr zu minimieren.
- Vor dem Gebrauch Schmuck, Uhren und andere Metallgegenstände entfernen, die zu körperlichen Verletzungen führen oder die Manschetten beschädigen könnten.
- Achten Sie darauf, dass spitze oder scharfe Gegenstände (Nadeln, Scheren usw.) nicht in die Nähe der Manschette gelangen. Sie könnten die Manschette durchstechen und das Gerät zum Ausfall bringen.
- Das Aufblasen der Manschette mit anderen Werkzeugen ist verboten, um sie nicht zu beschädigen und körperliche Verletzungen zu vermeiden.
- Scharfe Metallgegenstände wie Büro- oder Heftklammern, Nadeln oder Lebensmittel dürfen nicht in das Gerät eingeführt werden.
- Im Notfall oder bei körperlichen Beschwerden (Schmerzen, Lähmungen, Atemnot, Schwindel usw.) wird dringend empfohlen, sofort die Abstelltaste zu drücken oder den aufblasbaren Verbindungsschlauch zu entfernen.
- Bei älteren Menschen und Personen mit geringer Arterienelastizität kann die Kompressionsstärke im Laufe der Sitzung schrittweise erhöht werden, bis der erforderliche Druck erreicht ist. Nie mit zu hohem Druck beginnen, sondern die Intensität allmählich steigern. Wichtig ist, bei der Verwendung der Manschette den Körper möglichst entspannt und im Liegen zu halten.
- Wir empfehlen Ihnen, Unterwäsche und Socken bei der Verwendung des Geräts zu tragen, um Kreuzinfektionen, die durch die Anzahl der Personen, die dieselbe Manschette verwenden, zu vermeiden.
- Niemals versuchen das Gerät zu zerlegen, selbst zu reparieren oder das Design zu verändern. Bei Reparaturbedarf wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice unter [hello@getjolt.de](mailto:hello@getjolt.de)
- Um Umweltverschmutzung zu vermeiden, entsorgen Sie das Produkt und seine verschiedenen Zubehörteile gemäß den örtlichen Umweltschutzbestimmungen.

- Das Produkt nicht in Umgebungen mit folgenden Bedingungen verwenden: starke Sonneneinstrahlung, Feuchtigkeit, in der Nähe einer Wasserquelle; Vibrationen, schräge Oberflächen; in einem sehr starken Magnetfeld; elektromagnetische Wellen, vor Ort Impulsspannung ; Lagerort von Chemikalien oder korrosiven Gasen.
- Nicht in Gegenwart von Anästhesiemischungen verwenden, die mit Luft, Sauerstoff oder Stickstoffmonoxid entflammbar sind.

**Bitte beachten Sie die folgenden Punkte, um das Produkt ordnungsgemäß zu lagern :**

- a) Die Produkte nicht bei hohen Temperaturen und hoher Luftfeuchtigkeit, an Orten mit direkter Sonneneinstrahlung, an staubigen Orten oder in der Nähe von korrosiven Gasen aufbewahren.
- b) Die Produkte nicht in der Nähe von Wasser- oder Feuchtigkeitsquellen aufbewahren.
- c) Alle Zubehörteile, auch das Netzkabel, sollten vor dem Verstauen gereinigt werden, damit bei der nächsten Verwendung keine Fehlfunktionen auftreten



## KAPITEL 5: WARTUNG UND REINIGUNG

### 5.1 Wartung

A) Das Produkt und sein Zubehör regelmäßig auf Risse, Beschädigungen, Verformungen oder schlechte Anschlüsse überprüfen. Sollte dies der Fall sein, kontaktieren Sie unseren Kundenservice unter [hello@getjolt.de](mailto:hello@getjolt.de).

Lagern Sie das Produkt und sein Zubehör an einem trockenen, temperierten Ort, um das Gerät vor Feuchtigkeit, Staub und direkter Sonneneinstrahlung zu schützen. Wenn Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht benutzen, bewahren Sie es am besten in seiner Originalverpackung auf.

### 5.2 Reinigung

Verwenden Sie ein weiches, trockenes Tuch oder ein Papierhandtuch, um Staub zu entfernen. Reinigen Sie das Gerät nicht mit Öl, Benzol, Alkohol, Benzin oder anderen Chemikalien.

**Hinweis :** Vergewissern Sie sich vor der Reinigung oder Wartung der Pressotherapie-Stiefel, dass die Stromversorgung ausgeschaltet ist.//

## KAPITEL 6 : AUFBEWAHRUNG UND TRANSPORT

### 6.1 Aufbewahrung

Bewahren Sie Stiefel und Zubehör an einem gut belüfteten Ort auf und schützen Sie sie vor direkter Sonneneinstrahlung oder entzündlichen, explosiven und korrosiven Gasen.

### 6.2 Transport

Sie können das Gerät mit jedem beliebigen Transportmittel transportieren, es muss jedoch während des Transports vor Umkippen, Herunterfallen, starken Stößen, Vibrationen, starker Sonneneinstrahlung, Regenwasser oder Schnee geschützt werden. Achten Sie darauf, das Gerät nicht mit brennbaren, explosiven oder ätzenden Stoffen zu transportieren, wie im Auftragsvertrag angegeben.

**JOLT BOOTS**





## TABLE OF CONTENTS

<b>Chapter 1 : Introduction to the different accessories</b>	<b>page 44</b>
<b>Chapter 2 : Installation and operating instructions</b>	<b>page 46</b>
<b>Chapter 3 : Technical specifications</b>	<b>page 53</b>
<b>Chapter 4 : Special precautions</b>	<b>page 54</b>
<b>Chapter 5: Maintenance and Cleaning</b>	<b>page 57</b>
<b>Chapter 6 : Storage and transport</b>	<b>page 57</b>

**Thank you for your order  
and your trust.**

*In order to use our massage recovery boots properly,  
please read the instructions, directions for use  
and safety guidelines before use. You can get more  
information by visiting our website.*

*[www.getjolt.com](http://www.getjolt.com)*

**JOLT**BOOTS



## JOLT™BOOTS COMPRESSION BOOTS ADVANTAGES

JOLT™ Recovery Boots are effective after hard workouts, whether you're a professional or an amateur. You'll recover much faster while reducing the risk of inflammation and muscle soreness. JOLT™ Boots operate on the massage principle to relax your muscles and remove metabolic waste products that build up in your muscles during training. Our recovery boots provide a passive, targeted and progressive uniform massage. You'll be able to complete another session the following day with your muscles regenerated. JOLT™ Boots will help you in the medium and long term to improve your performance and your mobility.

## OPERATING PRINCIPLE

JOLT™ Boots is an air pressure system activated via the control unit to supply 6 «air chambers» per leg. The modes of operation, pressure system, duration and other parameters are set through the interface of the control unit. The air chambers are controlled by on-board electronics (sequential compression, rest, inflation and deflation times) to apply periodic pressure to the blood and human peripheral tissues.

You can use JOLT™ Boots at home on a power outlet or on the move thanks to its built-in rechargeable battery (5200mAh = up to 4 hours of battery life).

For optimal recovery, we recommend that you use your JOLT™ Boots within the first hour after your workout if possible. If that is not possible, you should do a JOLT™ Boots session as soon as possible after your workout.

# CHAPTER 1 : INTRODUCTION TO THE DIFFERENT ACCESSORIES

Our compression boots include a central unit (control box), 2 connection hoses, 1 single to double adapter hose, 2 leg sleeves and a charging cable with power adapter. Take the products and accessories out of the packaging and make sure they are complete by referring to the «list» below. Also check that the products and accessories are not damaged.

Model: JOLT BOOTS



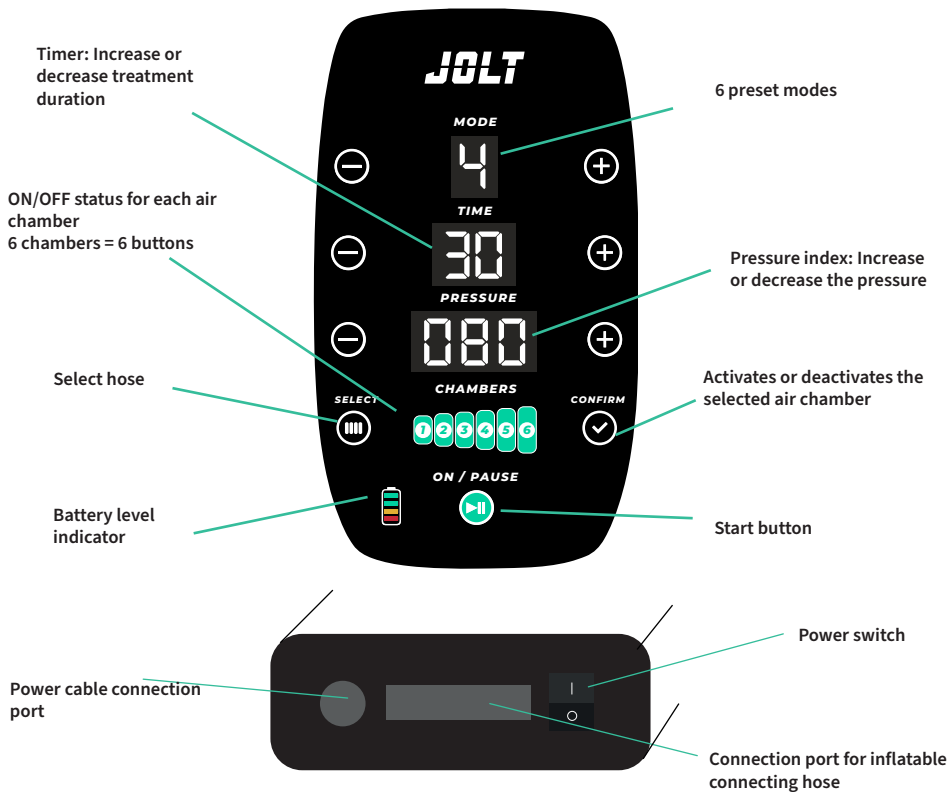


### Packing list

### Quantité

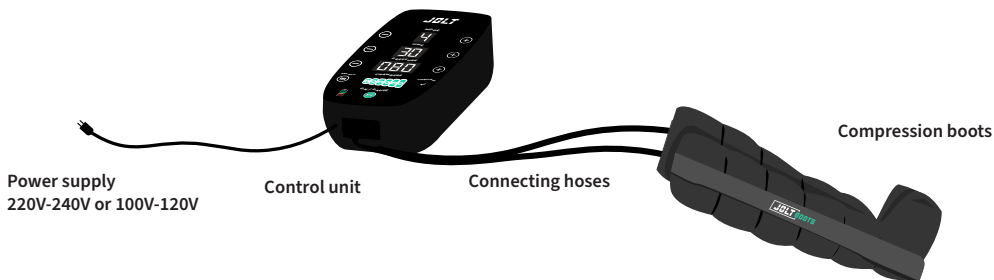
1. Leg sleeves, connecting piece incl.	2
2. Control unit	1
3. Mains adapter	1
4. Carrying case	1
5. Single to dual adapter	1
6. Connecting hose	2
7. User Manual	1

### Control unit display details

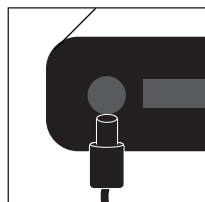


## CHAPTER 2 : INSTALLATION AND OPERATING INSTRUCTIONS

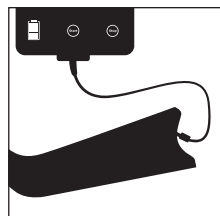
### 2.1 Connections before use



**Before use :** Check the battery level by turning on the power switch on the front of the control unit (the symbol «I» turns the device on). If the control unit does not turn on, it means the battery is discharged, so plug in the charger before using.

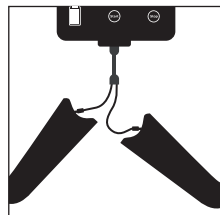


A) Hose connection for single sleeve use: connect the one end of the «connection hose» to the «connection port» of the control unit and the other end to the sleeve.





**B)** Hoses connection for simultaneous use of both sleeves: First connect one end of the «single to double adapter» to the «connection port» of the control unit. Then connect the other end of the «Single to Dual Adapter» to each of the 2 « connecting hoses». Finally, connect the other end of the « connecting hoses » to the 2 sleeves.



**Note :** There is a connection direction when you connect the hoses and connectors. The arrow shows you the correct connection direction. Make sure that the « single to dual adapter» and the «connecting hoses» are correctly connected.



## 2.2 Use of JOLT™ compression boots

Before you start with your session, it is important to stay comfortable and relaxed. Adopt the right position ( sitting or lying ). It is recommended to slightly lift the limbs during the session so that they are at the same level as the heart, more convenient for the lymphatic and blood circulation in these areas.

### A) Put on the recovery boots

You should pull your boots up as high as you can. Only your toes should stick out at the end. This way you ensure that your entire legs benefit from the compression technology.

### B) Turn on the device

Turn on the power switch, the screen will switch on.

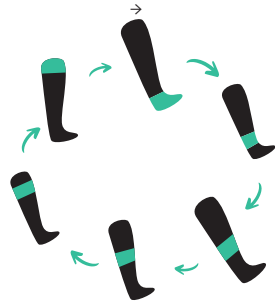
**Note :** If the screen does not turn on after starting, check the battery status. Please charge the battery before use or plug in the charger if the battery is discharged.

## C) Select the mode of operation

The device has 4 modes. The default mode is A. You can only switch to another mode when the device is in pause.

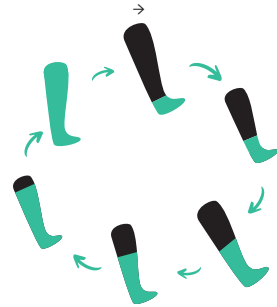
### Mode 1

Mode 1 operates like a flow, exerting pressure in a specific area and is therefore ideal for muscle relaxation. The muscles are gradually compressed from the feet to the chest. The use of this mode before sport should be short so as not to deprive your legs of the muscle tone they need for the exercise.



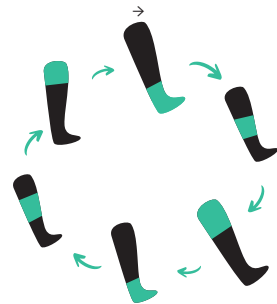
### Mode 2

Mode 2 helps you to get rid of lactic acid after an intensive workout by applying continuous and progressive pressure on your upper legs for fast recovery. Recovery is most efficient at high pressure. We suggest using your JOLT™ Boots as soon as possible after you complete your workout.



### Mode 3

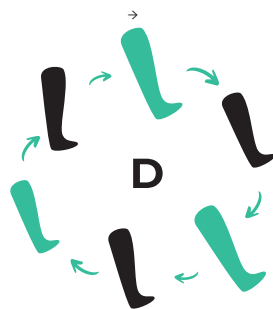
It is a combination of the programs 1 and 2. Several chambers remain inflated at the same time, thus avoiding reflux. This mode also promotes lactate removal. Suitable for a faster but intensive recovery session, as your whole leg is not permanently under pressure (unlike mode 2).





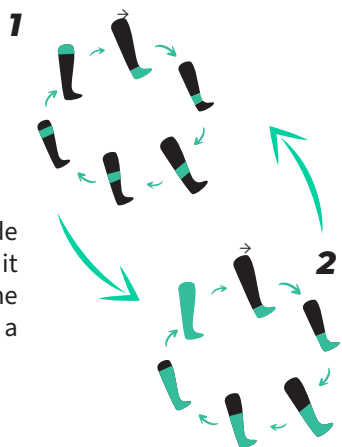
## Mode 4

This mode is for short, intense sessions. Because all chambers are inflated at the same time, the number of possible compression phases in a given time is maximized.



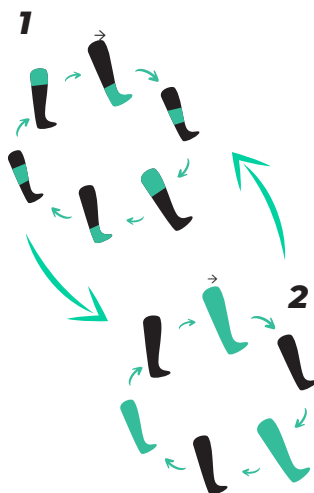
## Mode 5

Mode 5 combines mode 1 and 2. This mode starts with mode 1, once mode 1 is completed, it switches to mode 2. The cycle then repeats. The objective is to couple the use of relaxation with a deep recovery.



## Mode 6

Mode 6 combines mode 3 and 4. This mode starts with mode 3, once mode 3 is completed, it switches to mode 4. The cycle then repeats. The objective is to couple a fast recovery with an intense pressure.



## D) Select the duration

Press the corresponding button on the control unit to set the duration of use, adjustable from 10 to 90 minutes, the default duration of use is 30 minutes. The optimal duration is between 30 and 50 minutes. Following an easy workout, you can start with 30 minutes. If you have had an intense or even very intense session, you can increase the duration of use to 50 minutes. Exceeding 1 hour of use will not necessarily bring significant additional benefits.

## E) Set the pressure

Press the pressure buttons «+» and «-» to set the pressure, adjustable from 80 mmHg (10.7 kPa) to 260 mmHg (34.7 kPa). By default, the device starts with a pressure of 80 mmHg (10.7 kPa).

## F) Chambers deactivation (optional)

You can choose to deactivate one or more chambers in case of injury/pain on the concerned area.

For example, when you press the chamber selection button, the light on the control box for chamber 1 will flash. It will not inflate. Do the same to reactivate the chamber or chambers concerned.

**Note :** All chambers are activated by default. Each chamber can be activated or deactivated individually.

## G) Starting the session

After setting the above parameters, press «Start (ON)» to start using the device, a countdown timer will start. If you wish to stop/pause the device during the session, press «STOP (PAUSE)».

## H) End of cycle

At the end of the session, the device automatically shuts off the air outlet and emits an audible alert. The display screen will reset to its original state. The boots can be removed then.

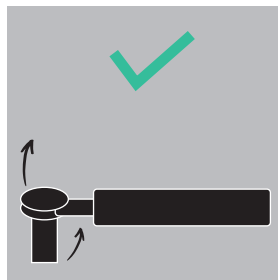
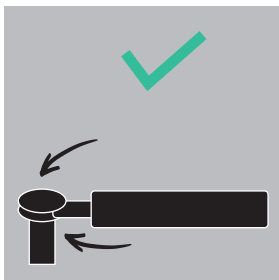
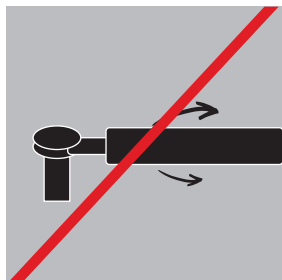
## I) Switching off the device

Turn off the power switch on the front of the unit by setting it to the «O» OFF position, then unplug the power cable to completely power off the unit.

## J) Storage and instructions after use

To store your equipment after use, you can remove ( not obligatory) the connection hoses by pressing the clips on both sides of the «connection hoses» and the « single to dual adapter».

Do not remove the individual inflation hoses (6 per legging) so often. This is only necessary if you travel and absolutely want to save space. Otherwise, you should avoid it because frequent « removing « may damage the individual inflation tubes. To remove, it is recommended that you hold the plastic cap and then pull it.



**Do not pull on the hose. Disconnect by holding and removing the plastic sealing plug.**

### ⚠ Warning :

- It is important to relax during use. If you experience any discomfort, turn off the device immediately or readjust it.
- Because of different pressure tolerances and the different leg girths of every person, it is impossible to determine exactly the pressure value. However, we recommend initially setting the pressure at 80 mmHg and then gradually adjusting it according to your personal comfort.
- A pressotherapy session is generally 80-120 mmHg for 20 to 30 minutes, one or two sessions a day for 6 to 10 days.

## 2.3 Charging the battery

Plug the charger into an electrical outlet, the other end into the connection port on the control unit: the indicator light on the adapter is red: the device is charging. The indicator light turns green when the battery is fully charged.

### Warning :

Please unplug the power cable from the unit and turn it off when the battery is fully charged.

The device will turn on while recharging if left plugged in.

Should the fully charged battery remain plugged into an electrical outlet, a bidirectional power will occur which may damage both the battery and the circuit board ( affecting the device's lifespan and increasing the risk of overheating caused by overload). So it is important to unplug the power cable when the battery is fully charged.

The charger will keep heating up if it is connected to a power outlet for a long time, and therefore the various components and materials deteriorate more quickly. For longer charger life, always keep the charger unplugged from the wall outlet or turn off the power switch of the outlet.



## CHAPTER 3 : TECHNICAL SPECIFICATIONS

- **Pressure:** The pressure is adjustable from 80 mmHg (10.7 kPa) to 260 mmHg (34.7 kPa). The default pressure at startup is 80 mmHg (10.67 kPa).
- **Treatment time (session):** Each session duration can be programmed between 10 and 90 minutes. The default time is 30 minutes.
- **Sound intensity in operation:** Ambient sound  $\leq 20$  dB
- **Power consumption:** 49W
- **Normal power supply requirements:** AC 100-240 V, 50-60Hz DC 12.6 V/4 A output OR Lithium battery 12.6 V, 5200 mAh.
- **Emergency stop button:** The treatment process can be stopped at any time by pressing the emergency stop button.
- **Compression modes and number of chambers:** 6 chambers and 4 compression modes.
- **Chamber deactivation:** individually via the control unit.
- **Rechargeable battery:** Built-in lithium battery.
- **Normal conditions of use:**  
Operating temperature: between 5 °C and 40 °C  
Degree of humidity:  $\leq 85$  %  
Air pressure: between 80 kPa and 106 kPa.
- **Net weight of product :** 1,50 kg
- **Control unit size (length x width x height) :**  
210 mm x 130 mm x 86 mm.

## CHAPTER 4 : SPECIAL PRECAUTIONS

### 4.1 Warnings

- Do not put the product in water and do not use it in a wet or humid environment, which could cause an electrical short circuit or fire.
- In the event of any abnormal situation or incident during use, immediately switch off the device.
- Plug the device only into a properly grounded outlet.
- Do not kink or twist the power cable to avoid fire or electric shock.
- In case of worn, damaged or loose parts, please contact our company immediately (hello@getjolt.com)
- Do not use the unit in tilted, vibrating or impacted environments.
- Do not pull the recovery boots off while the device is running.
- Only remove the sleeves when the unit is switched off.
- Place the control unit on a flat surface.
- Do not move with the recovery boots during use.
- Please consult your doctor before using this device. This product is not intended to diagnose, treat or cure any disease.

### 4.2 Precautions for use

- Please check that the device, the connecting hoses, the single to dual adapter and the sleeves are in good condition.
- Ensure that the connecting cables are properly connected and secured before use.
- Before using the device, ensure that it is functioning properly.
- Using damaged or non-compliant electrical cables ( following a modification) may cause fire and electric shock.
- Using damaged or non-compliant electrical cables ( following a modification) may cause fire and electric shock.
- Turn off the power and unplug the power cable before moving the device.
- During transport, the device should be subjected to as little vibration as possible.



- Be careful not to exert too much pressure on the device during transport so as not to damage its overall appearance.
- The device should be placed on a stable surface. Allow at least 5 cm clearance around it to allow air circulation and efficient heat dissipation.
- Do not use the device during thunderstorms.
- To avoid injury, do not bring the inflatable connecting hose into contact with the nose, mouth, ear or any other part of the body.
- Keep the Boots away from heat sources such as stove, cigarette butts, etc. to reduce the risk of leakage and to prevent fire.
- Before use, remove jewelry, watches, and other metal objects that could cause physical injury or damage the sleeves.
- Keep pointed or sharp instruments (needles, scissors, etc.) away from the sleeve. They may puncture the sleeve and cause failure of the device.
- Do not inflate the sleeve with other tools so as not to damage it and to avoid any physical injury.
- Sharp metallic objects such as paper clips, staplers, needles or food must not be inserted into the device.
- In the event of an emergency or physical discomfort (pain, paralysis, dyspnea, dizziness, etc.), it is highly recommended to immediately press the stop button or to remove the inflatable connecting hose.
- For the elderly and people with poor arterial elasticity, the compression level can be gradually increased during the session before reaching the required pressure. Do not start with too high a pressure, but increase the intensity gradually. It is important to use the sleeve in a lying position with the body as relaxed as possible.
- It is recommended to wear underwear and socks when using the device to prevent cross-infection from the number of people using the same sleeve.
- Do not disassemble, attempt to repair or otherwise modify the design of the device. Should you need repair, please contact our customer service department at [hello@getjolt.com](mailto:hello@getjolt.com)
- Dispose of the product and its different accessories in accordance with local environmental protection regulations to prevent environmental pollution.

- Do not use the product in environments with any of the following conditions: intense sunlight, humidity, near a water source; vibrations, inclined surfaces; in a very strong magnetic field; electromagnetic waves, on-site pulse voltage; storage location of chemicals or corrosive gases.
- Do not use in the presence of flammable anesthetic mixtures with air, oxygen or nitric oxide.

**Please pay special attention to the following points to properly store the product.**

- a) Do not store the products in high temperature and humidity conditions, in direct sunlight, in dusty environments or near corrosive gases.
- b) Do not place the products near sources of water or moisture.
- c) Before you store the product, all the accessories, including the power cable should be cleaned to prevent failure the next time you use the product.





## CHAPTER 5: MAINTENANCE AND CLEANING

### 5.1. Maintenance

A) Regularly check the product and its accessories for cracks, damage, distortion or poor connection. Contact our customer service at [hello@getjolt.com](mailto:hello@getjolt.com) should this be the case.

B) Store the product and its accessories in a cool, dry place to protect them from moisture, dust, and direct sunlight. When you do not use the device for a long period of time, it is recommended to store it in its original packaging.

### 5.2 Cleaning

You can remove any dust with a soft, dry cloth or paper towel. Do not use oil, benzene, alcohol, gasoline or other chemicals to clean the device.

**Note :** Before cleaning or maintaining the pressotherapy boots, check that the power supply has been switched off.

## CHAPTER 6 : STORAGE AND TRANSPORT

### 6.1 Storage

Keep the boots and the accessories in a well-ventilated area away from direct sunlight or flammable, explosive and corrosive gases.

### 6.2 Transport

The device can be transported by any means, but must be protected from overturning, falling, strong impact, vibration, intense sunlight, rainwater or snow during transport. Do not transport the product with flammable, explosive or corrosive substances, as specified in the order contract.

**JOLT** BOOTS



[www.getjolt.fr](http://www.getjolt.fr) | [www.getjolt.de](http://www.getjolt.de) | [www.getjolt.com](http://www.getjolt.com)

Tous droits réservés / All rights reserved