



JP MEDICS

User Manual/取扱説明書
JP-S01

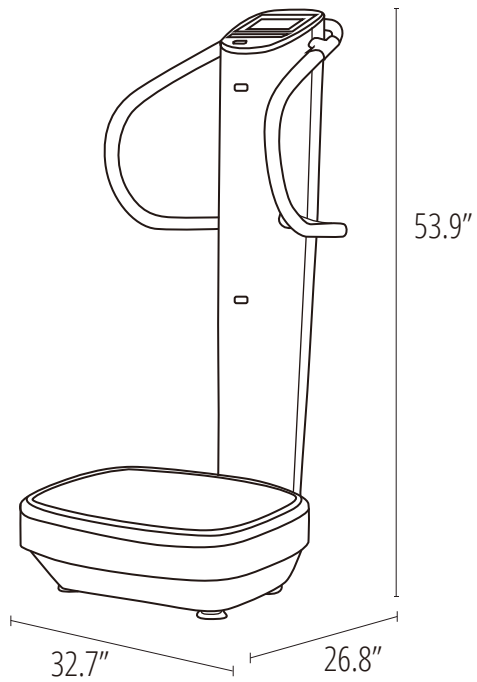
www.jpmedics.com

TABLE OF CONTENTS

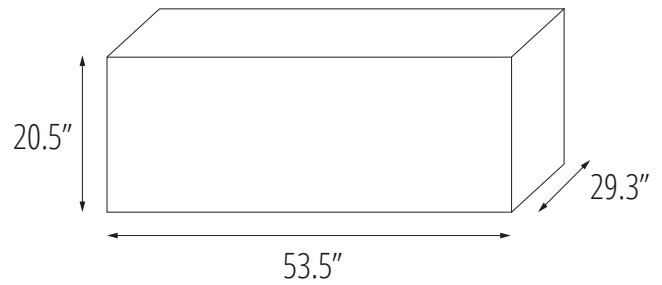
 INTRO	Dimensions	2
	Contents	3
	Installation	4-9
 MACHINE	How to Move	10
	Components	11
	Specifications	12
 MESSAGE	Interface	13-15
	Auto Program Massage	16-18
	Manual Program Massage	19
	Memory Mode	20-23
	Settings	24
	Nami App & Benefits	25
	Nami Auto Programs	26
Nami Advanced Training Program	27-35	
 CARE	Safety	36
	Grounding Instruction	37
	Warranty	37

DIMENSIONS

Get to know the numbers.



Nami



Box

CONTENTS

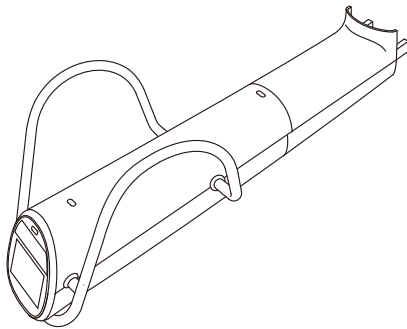
Items inside the package.



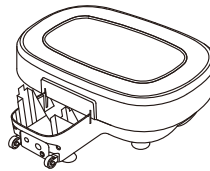
User Manual



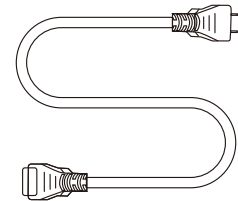
Warranty Card



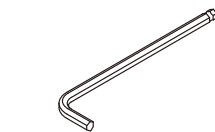
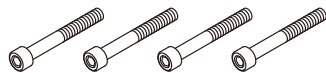
Main Body



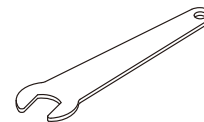
Base



Power Cord

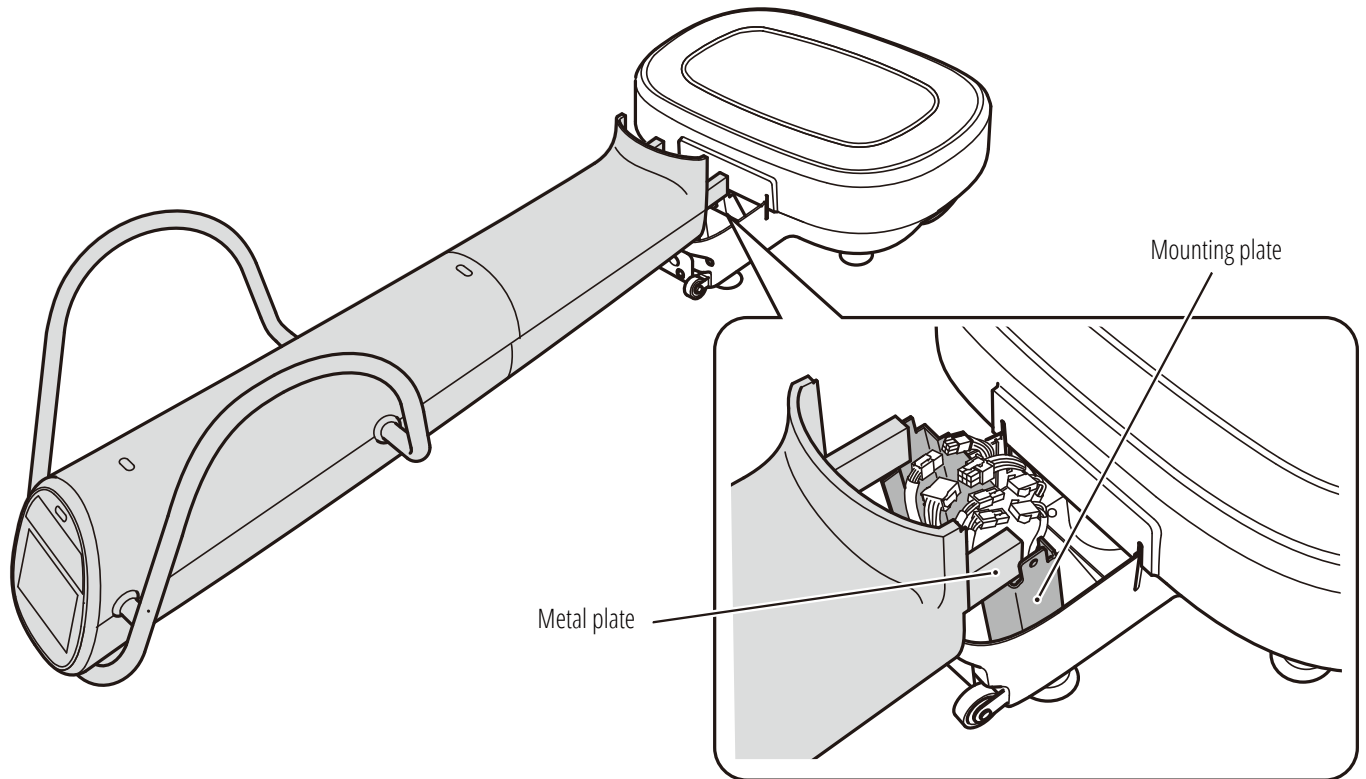


Hardware



INSTALLATION

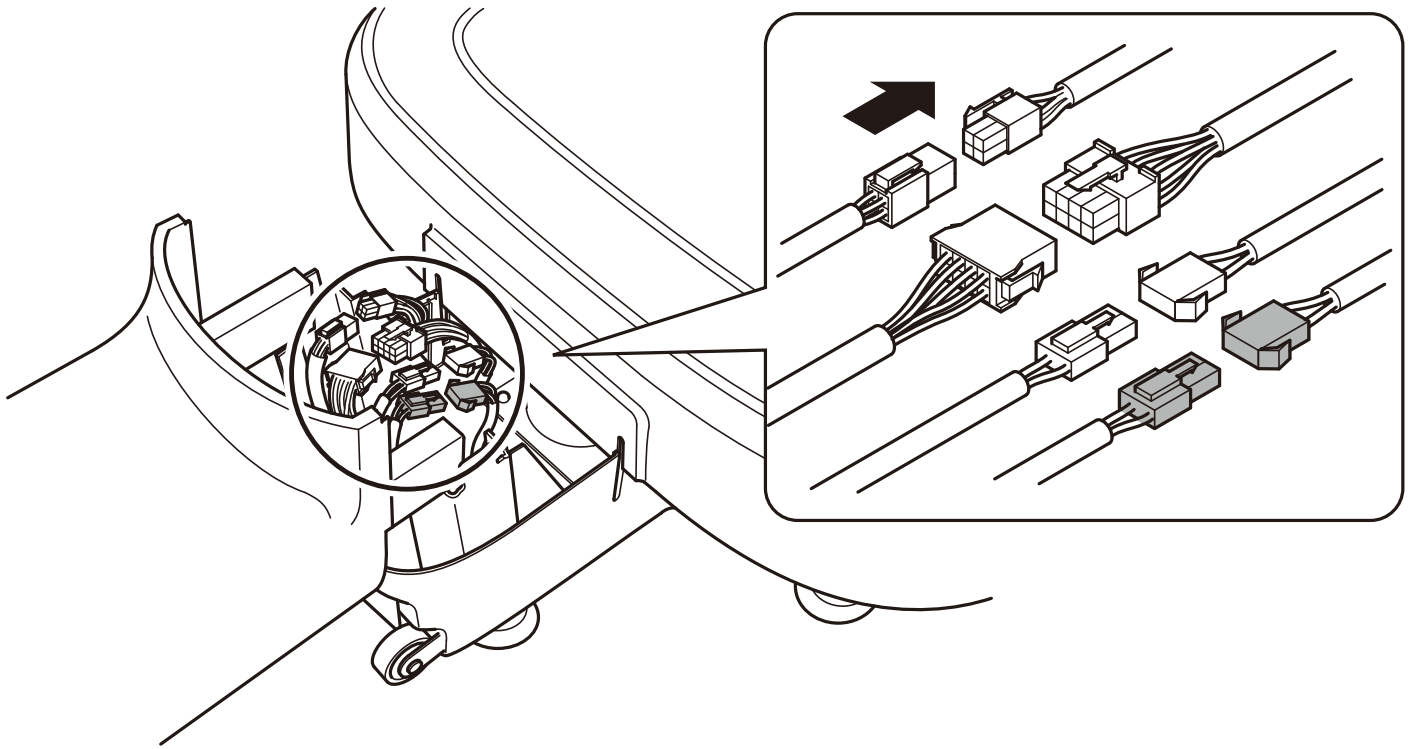
Attach the main body to the base.



Put the metal plates of the main body onto the mounting plates of the base.

INSTALLATION

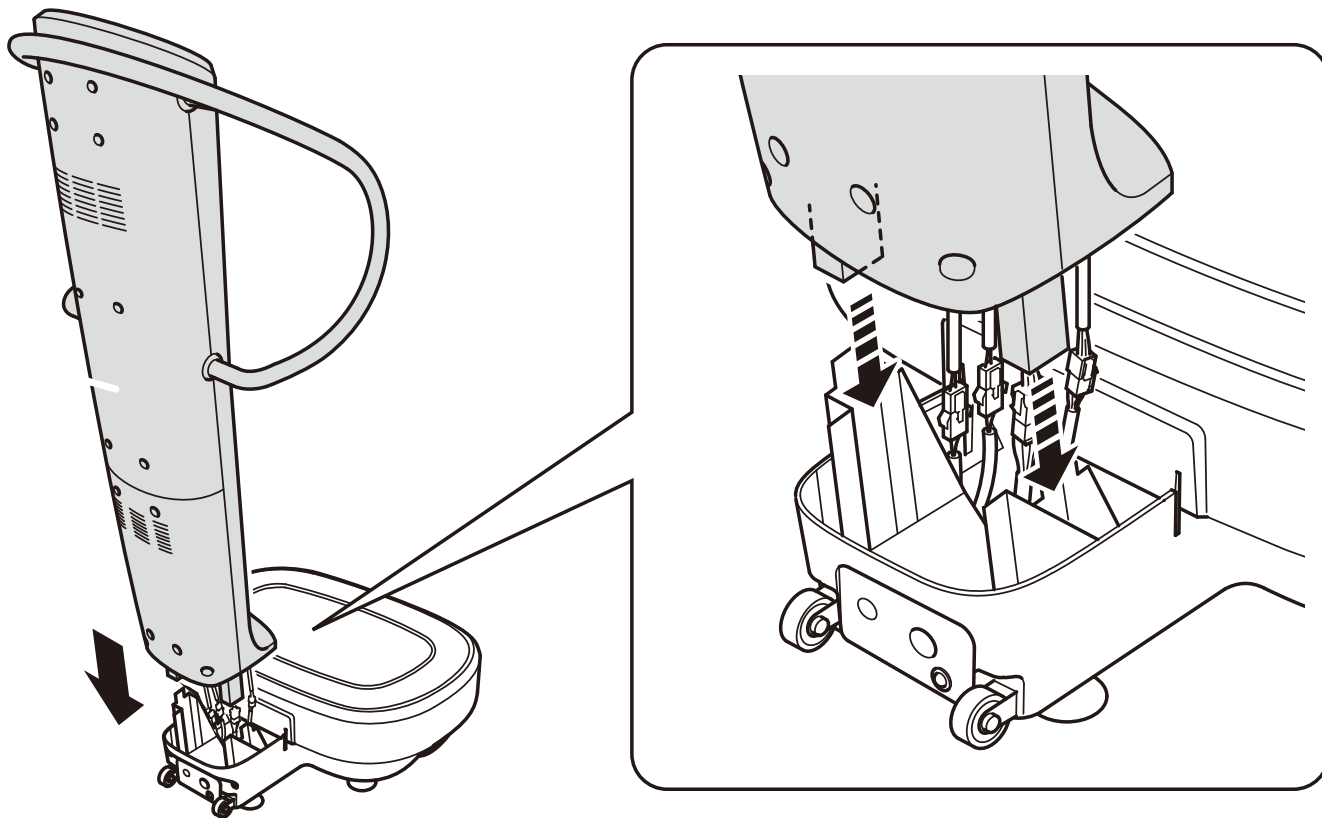
Connect Cables.



Connect the corresponding cables.

INSTALLATION

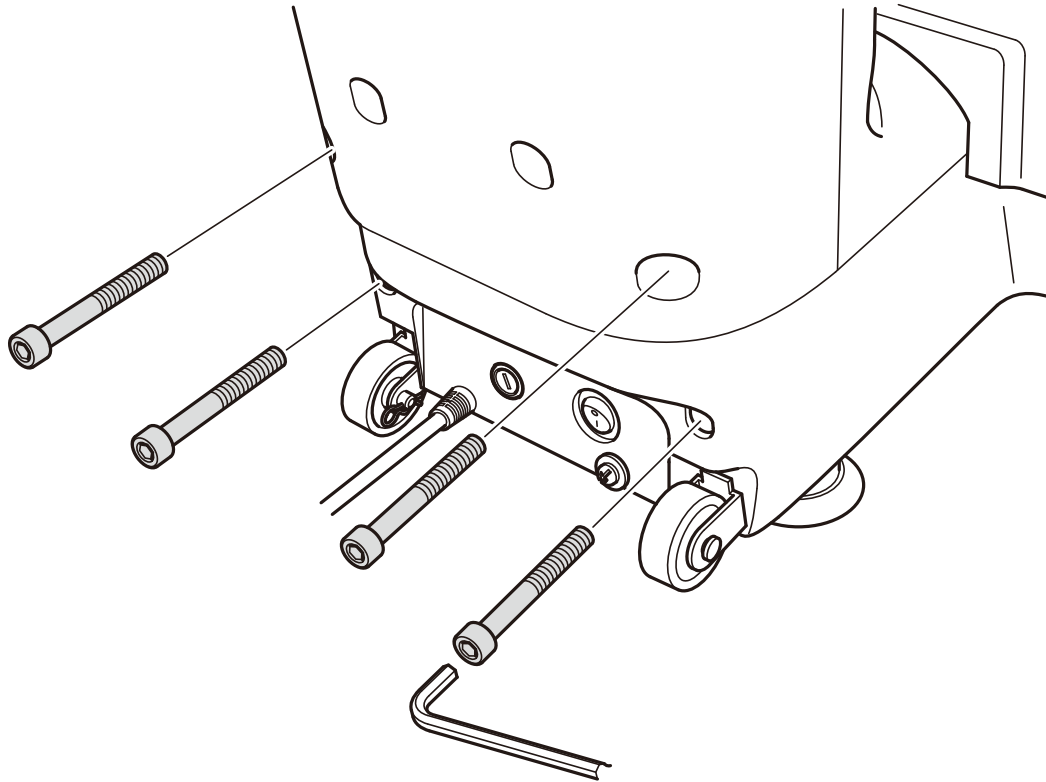
Engage metal & mounting plates.



Engage the metal plates into the mounting plates. Make sure you don't pull the connectors out or cut the wire harness.

INSTALLATION

Screw & tighten bolts.

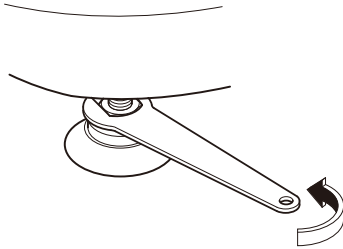


Screw the four screw bolts into the hole first, then tighten.

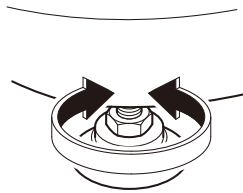
INSTALLATION

Level the machine by adjusting screws.

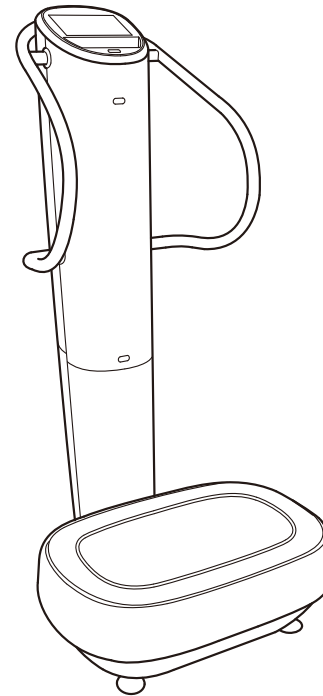
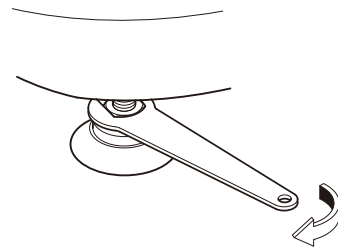
Loosen the screw nut with the wrench first



Rotate the upholder by hand to adjust the height



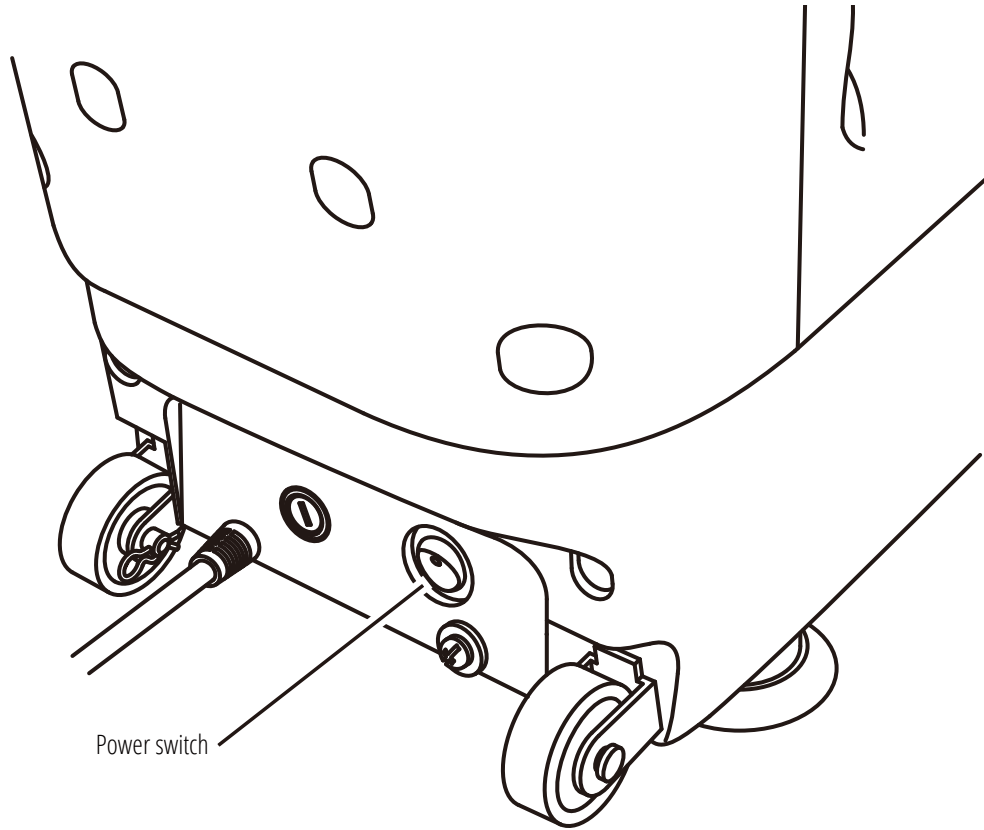
Tighten the screw nut after the upholder had been adjusted



Completed picture

Adjust the support screws to make the machine horizontal.

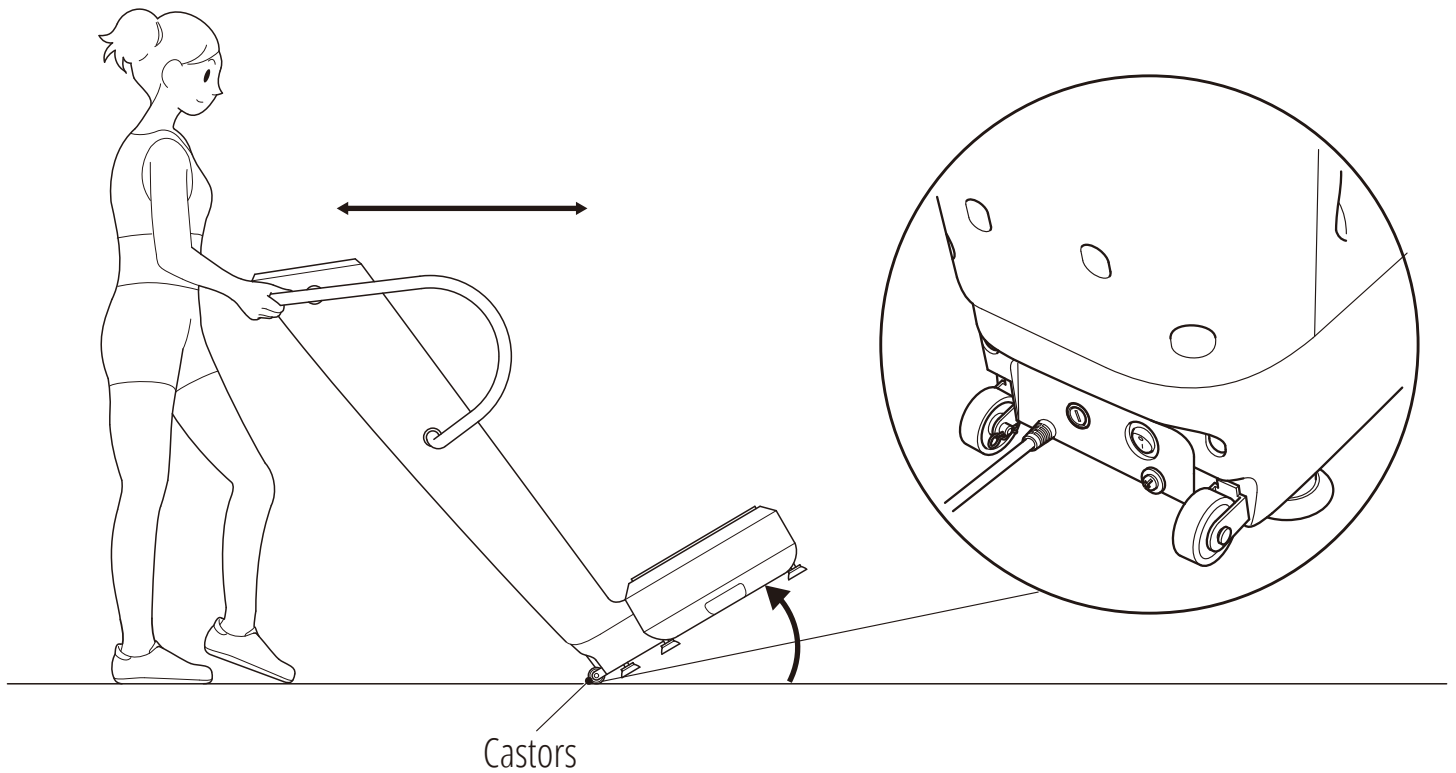
INSTALLATION



Connect the power cord to wall outlet and turn on the power switch.

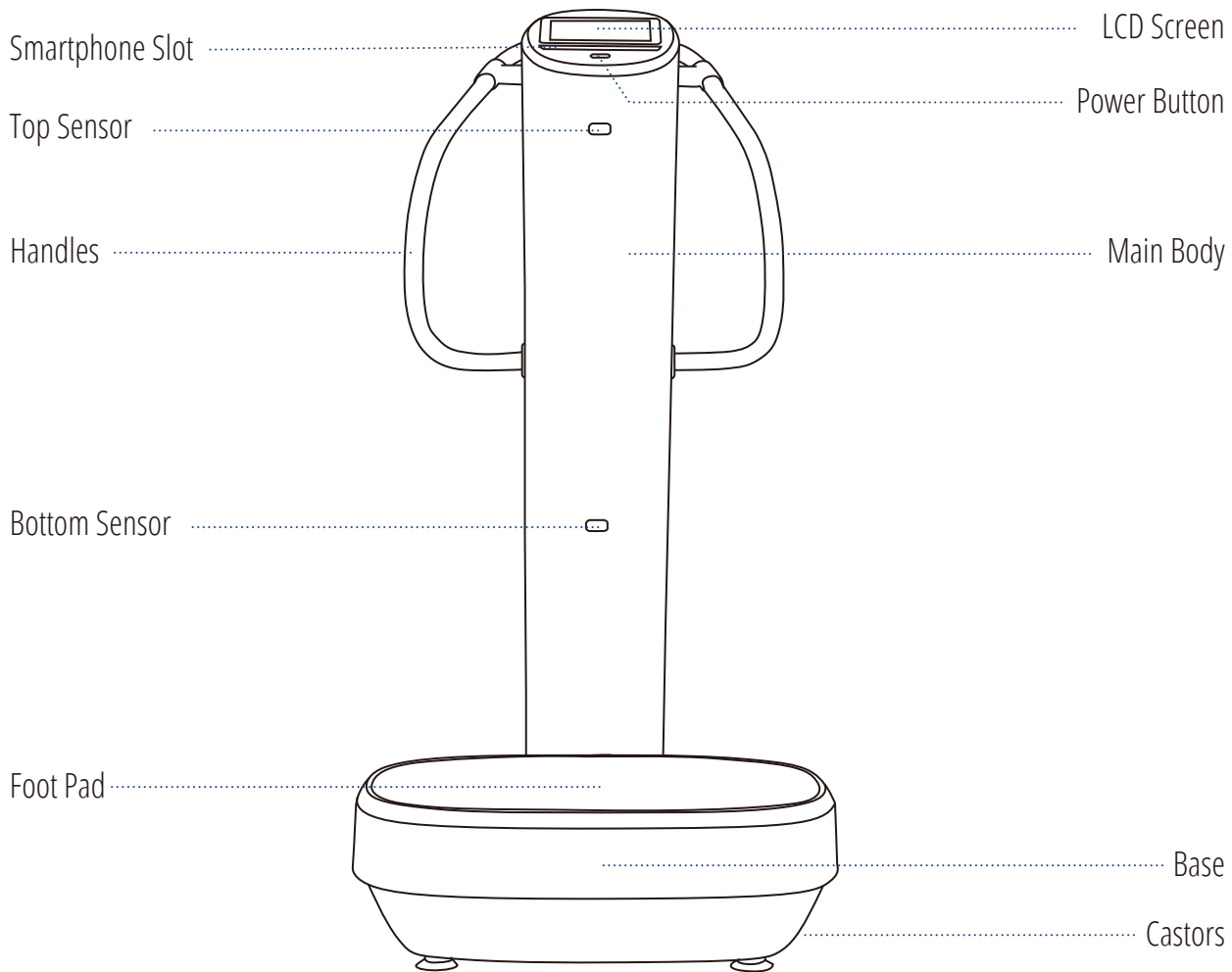
HOW TO MOVE

Move the machine by holding handle and pushing castors.



COMPONENTS

Some of your machine's most important features.



SPECIFICATIONS

A few important facts about your machine.



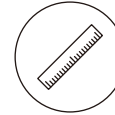
Model No.

JP-501



Max. Time Rate

10 minutes



Dimensions (L x W x H)

Machine dimensions: 32.7"x26.8"x53.9"



Shipping Weight

Gross weight: 141.1lbs

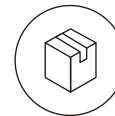
Net weight: 121.2lbs



Usage Condition

Environment temperature: 10 °C-40 °C

Contrasting humidity: 30-85RH



Storage Condition

Storage temperature: -20 °C-60 °C

Storage humidity level: 30-85RH



Power Consumption

320W



Rated Voltage

110 - 120V



Rated Frequency

60Hz



Length of Wiring

Power supply wiring 70.9"



Safety Feature

Equipped with power surge detectors safety feature

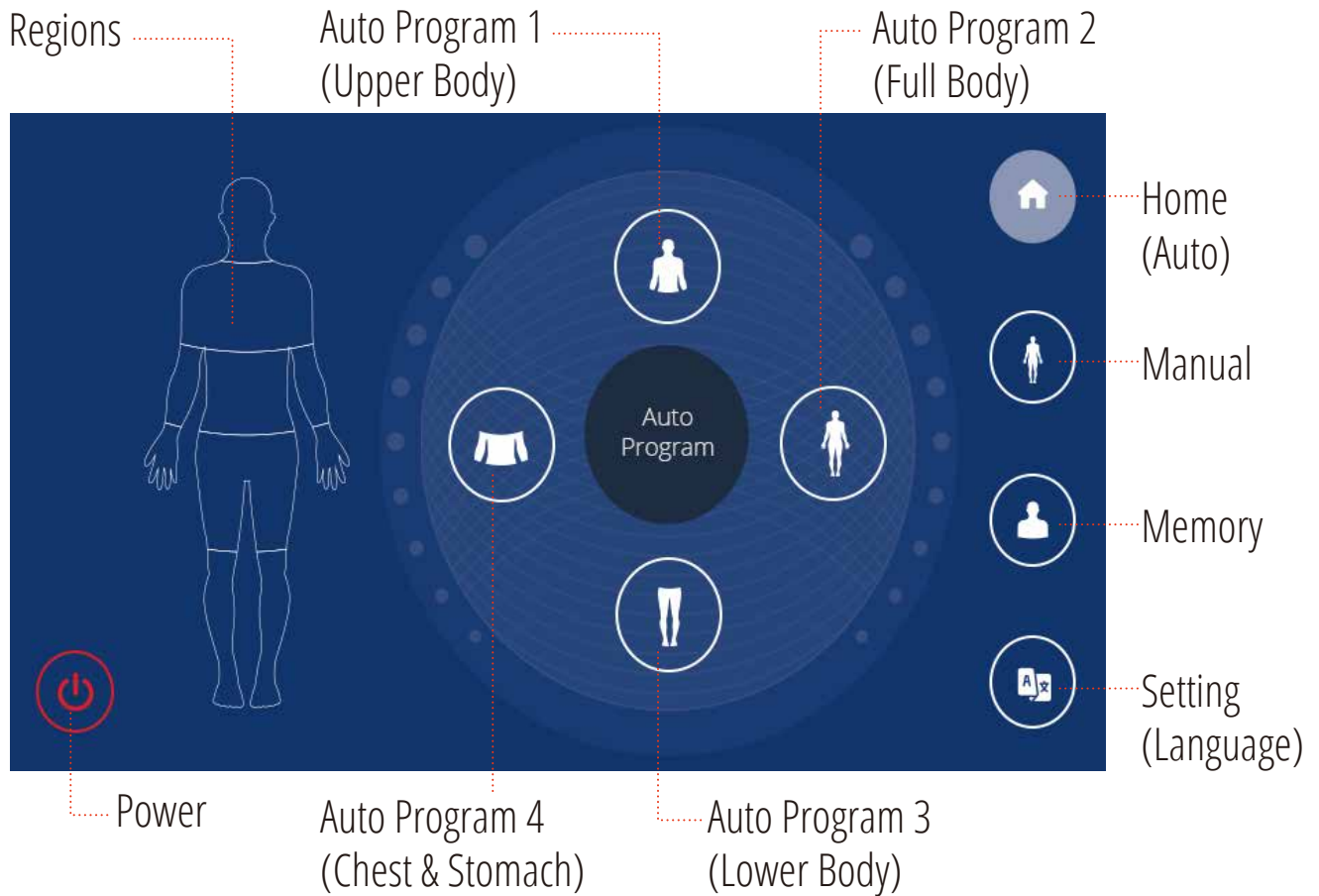


Safety Feature

Platform weight capacity limit
Max weight: 396lbs

SCREEN INTERFACE : HOME SCREEN

We have designed the Nami controller with a user-friendly interface to make using your machine even easier.



SCREEN INTERFACE : AUTO PROGRAM SCREEN



Press this button for Auto Programs.

The screenshot shows the Auto Program screen with the following callouts:

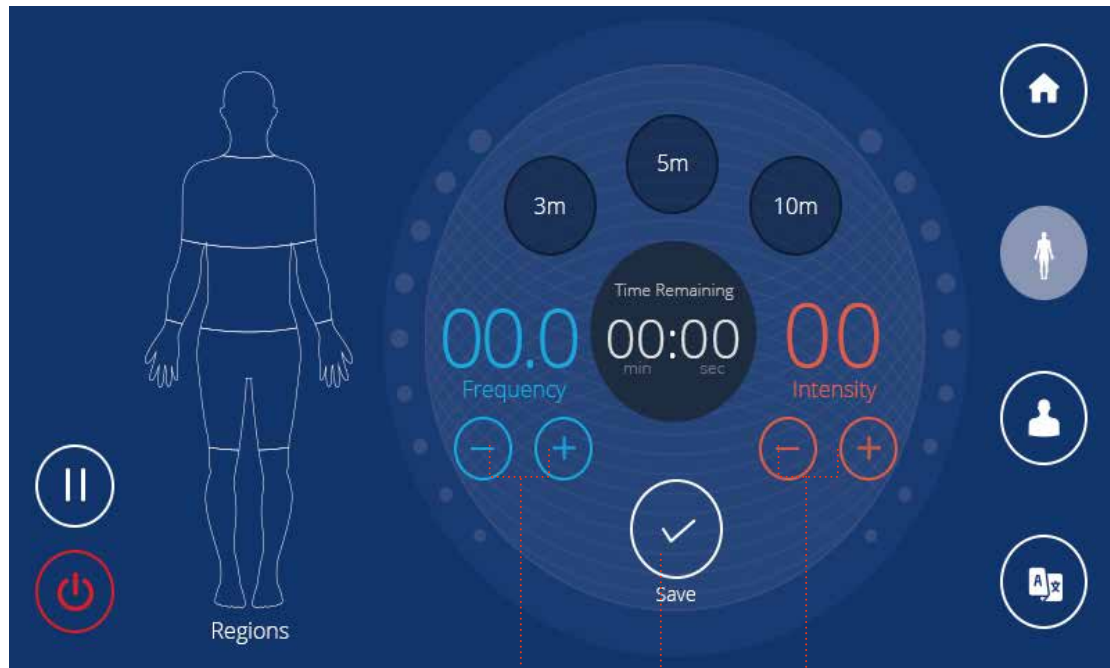
- Frequency**: Points to the '00.0' frequency display.
- Time Setting (3m/5m/10m)**: Points to the 3m, 5m, and 10m time selection buttons.
- Intensity**: Points to the '00' intensity display.
- Return**: Points to the left arrow button.
- Pause**: Points to the pause button.
- Regions**: Points to the human silhouette icon.
- Intensity Adjust (Low/Med/High)**: Points to the Low, Med, and High intensity selection buttons.
- Time Remaining**: Points to the '00:00' time remaining display.

Additional UI elements visible on the screen include a home button, a person icon, a profile icon, and a document icon on the right side, and a power button at the bottom left.

SCREEN INTERFACE : MANUAL PROGRAM SCREEN



Press this button for Manual Programs.



Adjust Frequency.....

Save Program

.....Adjust Intensity

AUTO PROGRAM MASSAGE

We have designed the Nami with four massage options (Head & Upper Body, Full Body, Chest & Stomach and Buttocks & Legs) for your changing needs. Follow these simple instructions to begin a new auto massage.



Upper Body



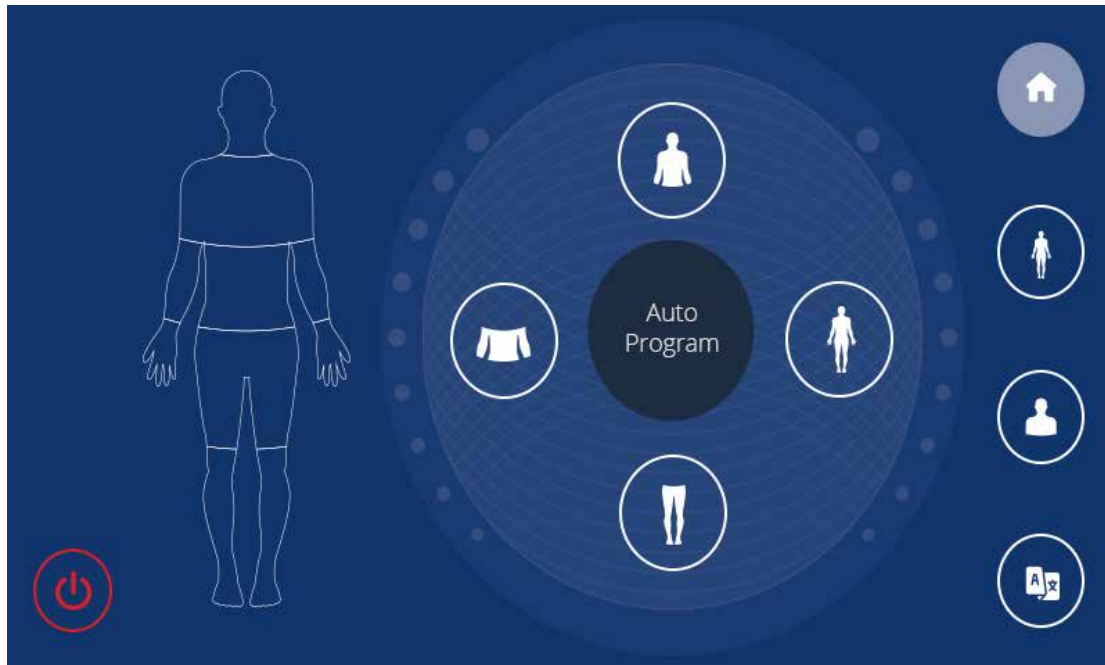
Full Body



Chest & Stomach



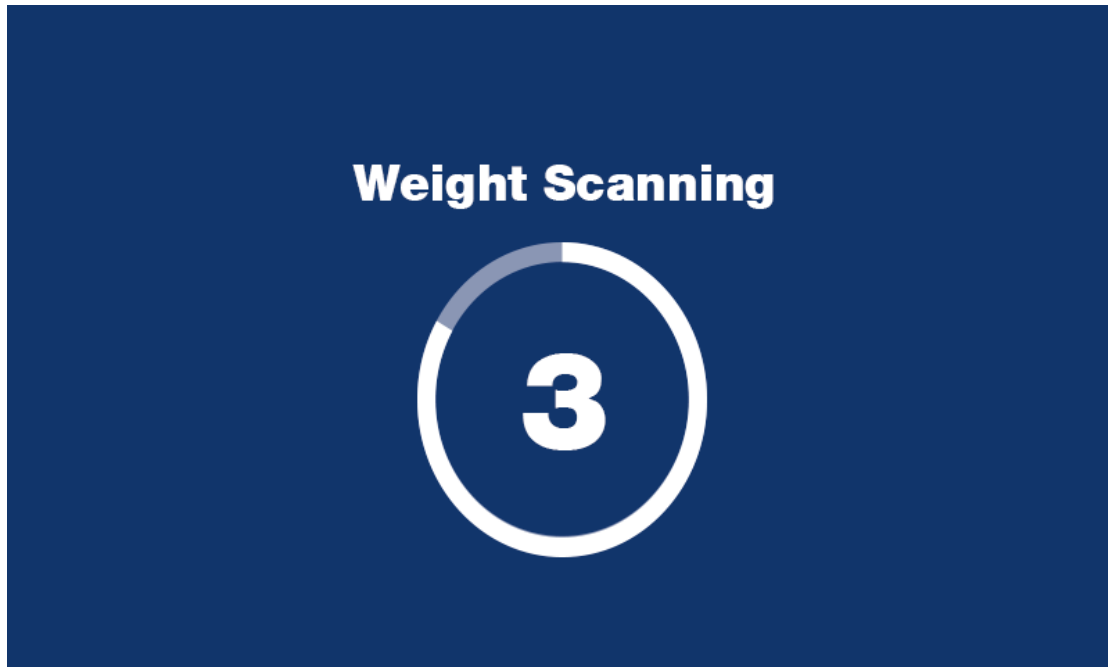
Lower Body



Touch any auto program icon to start your massage.

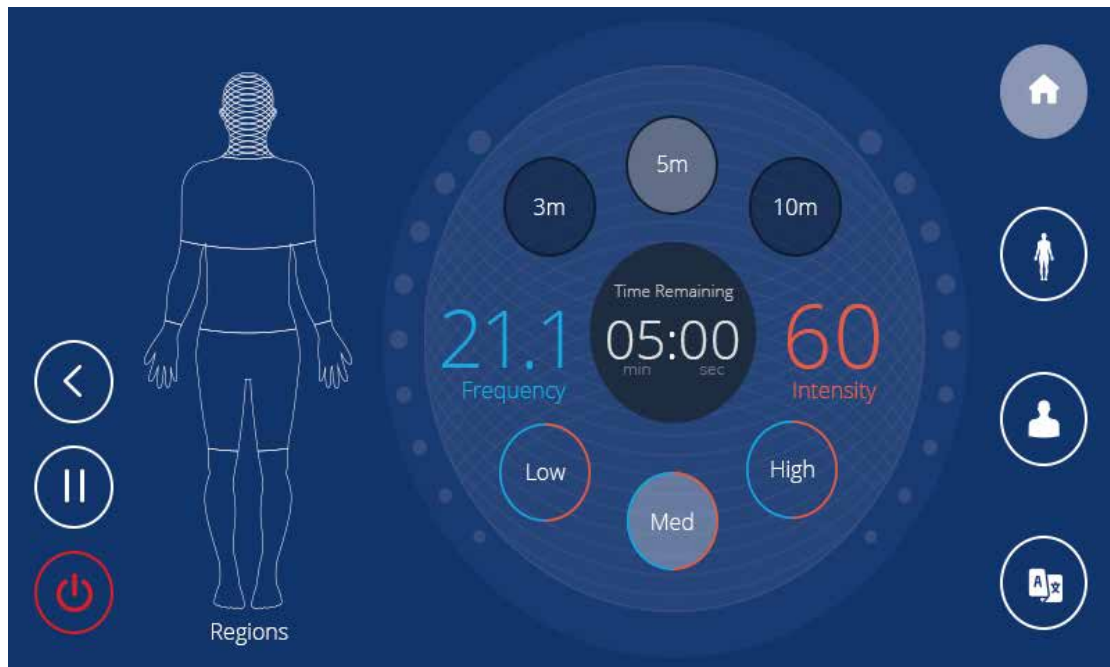
WEIGHT SCANNING

When you start any auto or manual program the machine will scan your weight. The machine will stop working should the platform weight capacity exceed more than 396lbs. Additional safety feature will display "light load detected" if weight capacity on platforms is less than 83lbs (it will display not recommended for children) press confirm to continue and bypass this safety feature.



AUTO PROGRAM MASSAGE INTERFACE

Final display screen to auto program massage interface.



MANUAL PROGRAM MESSAGE INTERFACE

You can alter your experience by changing the intensity and frequency on the Nami, in the manual massage program.

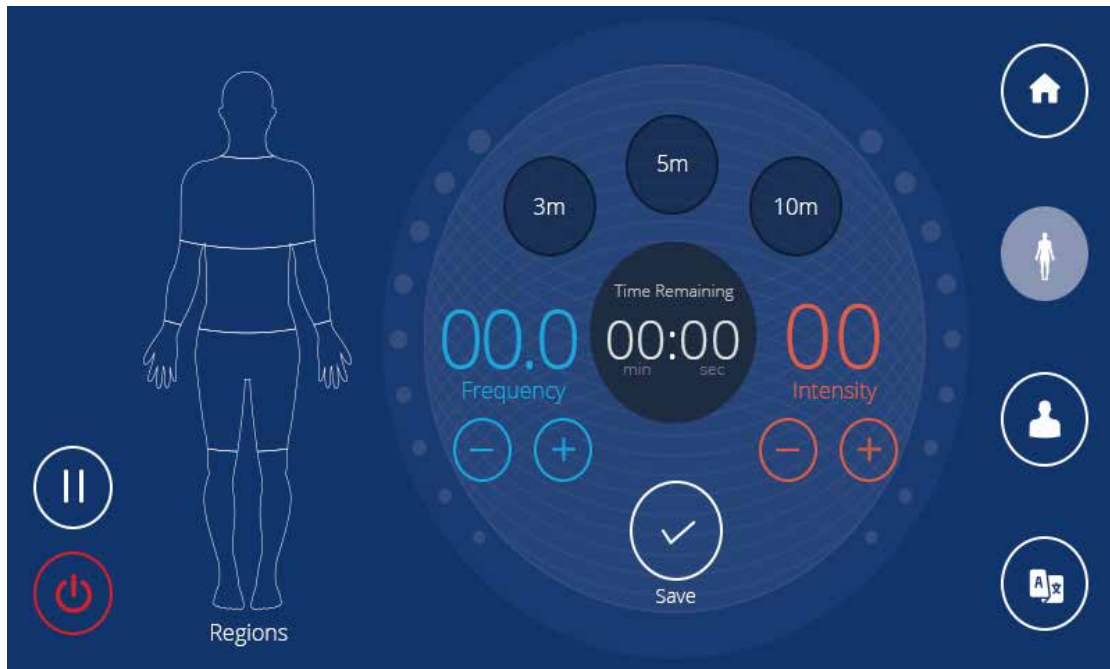
Frequency



Intensity



Press to increase or decrease settings.

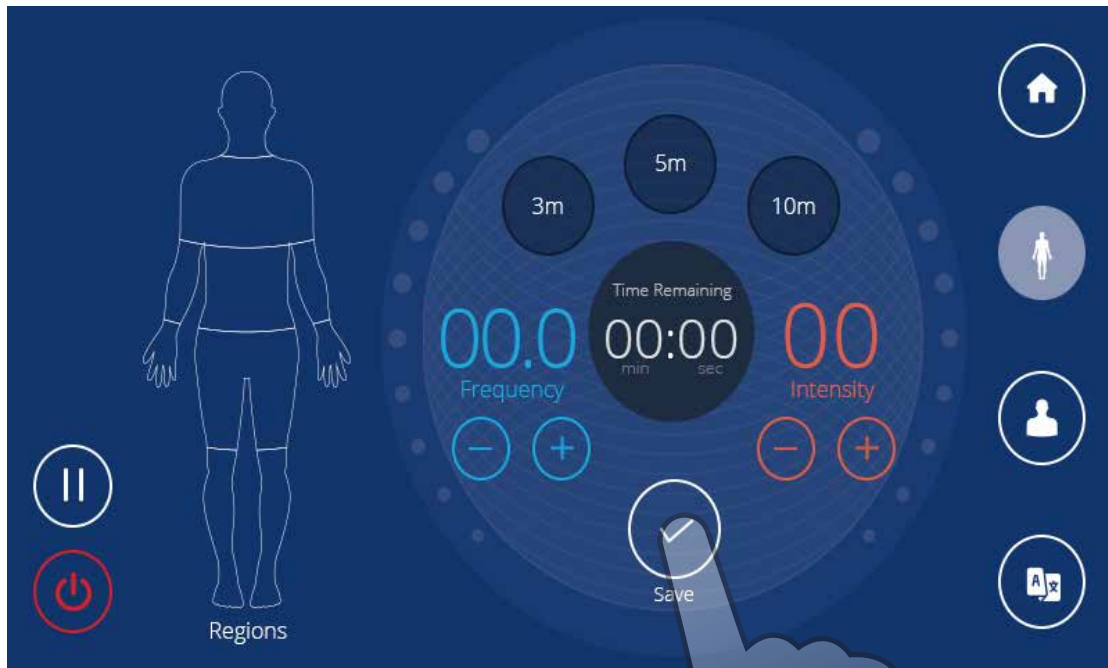


MEMORY MODE

Everyone has their own favorite frequency and intensity, so we made it easy for you to save your own personal programs.



Click "save" Button.

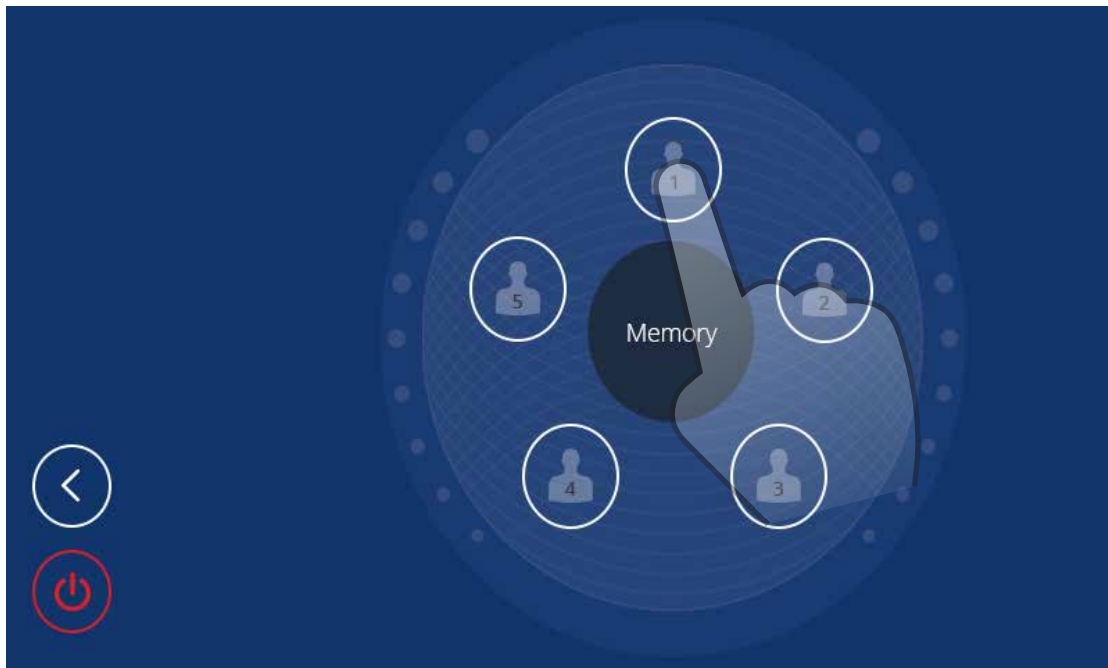


MEMORY MODE SAVE CUSTOM PROGRAMS

Everyone has their own favorite frequency and intensity, so we made it easy for you to save your own personal programs.



Click "1" Button.

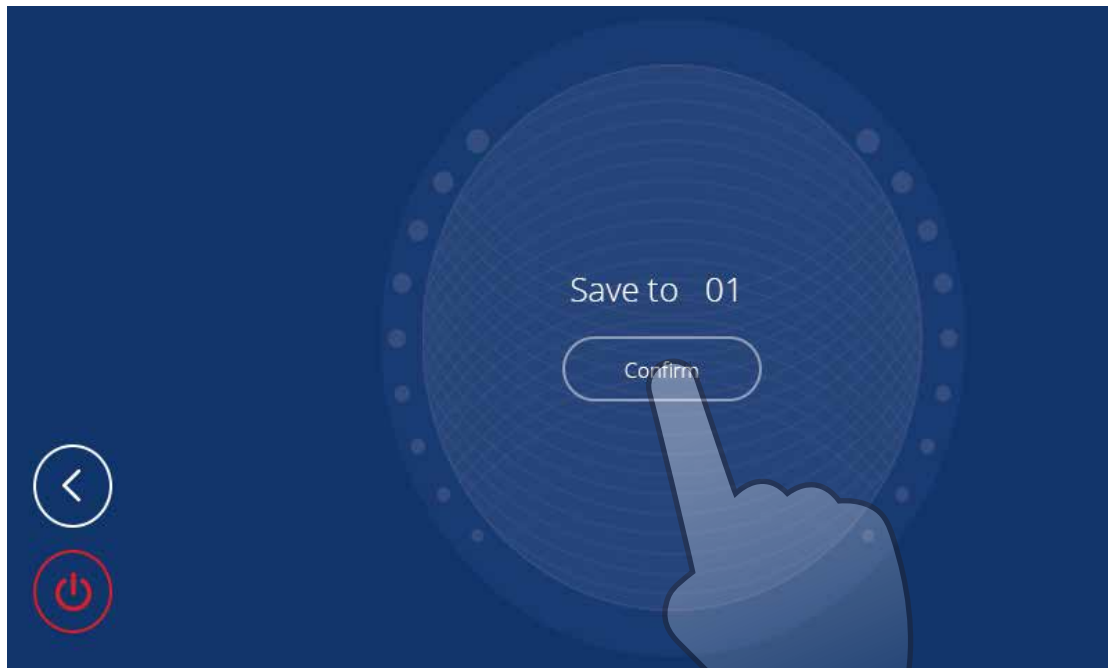


MEMORY MODE SAVE CUSTOM PROGRAMS

Everyone has their own favorite frequency and intensity, so we made it easy for you to save your own personal programs.



Click "Confirm" Button.



MEMORY MODE SAVE CUSTOM PROGRAMS

Click 1 of the 5 icons.



Once saved, icon 1 will light up.



SETTINGS

You can choose desired language in settings, including English, Korean, Chinese, Japanese and Vietnamese.



Press for multilanguage.



NAMI APPLICATION & BENEFITS

Sonic wave vibrations are generated from a speaker system with new magnetic circuits, opposed to the traditional rotating mechanical motors. Sonic wave vibration technology stimulates muscle fibers (myocytes) stronger than gravity, and exercises muscle fibers to repeat fast and strong contraction and relaxation. With this, muscle strength is improved faster than usual muscle trainings methods.

Effect of Sonic Waves

Sonic waves exercise and soften tendons and ligaments which are hard to exercise. Sonic waves exercise not only big muscles of the human body but also small muscles such as facial muscles and pelvic muscles, which usual weight trainings cannot exercise. Whole body vibration exercise combined together with usual power training will increase maximum muscle strength by an additional 30%, reduce required training period by 85%, and will also reduce training sessions by more than 50%. Contrary to general muscle training like weight lifting, vibration exercise does not cause any overload to the joint, tendon, or ligament; in other words, it does not cause any risk of injury.

General training improves body balance and health

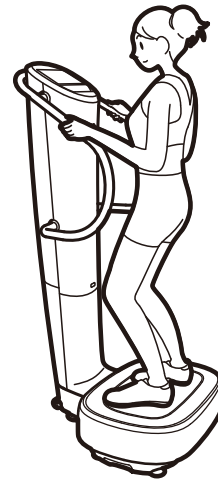
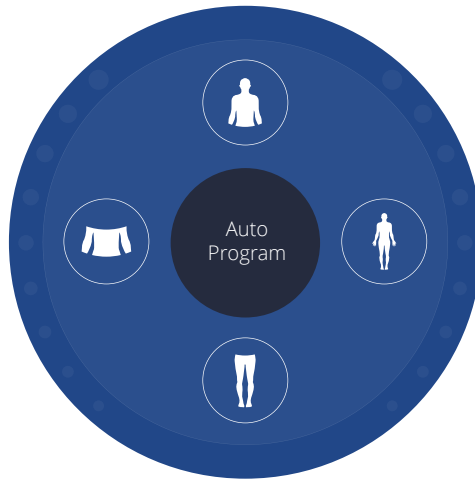
The JPMEDICS NAMI is a very effective product for people who cannot exercise due to psychological or physical problems. It is also great for individuals who does not have time or space to exercise. NAMI provides the effect of a regular aerobic exercise experience.

Advanced training programs

To increase muscle strength through intense power training, it helps to stimulate fast twitch muscle fiber. For the athletes who use a lot of energy in a short amount of time, like runners, and individuals who are jumping and throwing, it is very critical to maintain the weight and performance of fast twitch muscle fiber. You can also improve the performance of your slow twitch muscle fiber by increasing your muscular endurance, through stimulating the growth hormone called secretion.

NAMI AUTO PROGRAMS

The Nami Sonic Wave Vibration has four auto programs created to maximum the exercise effect for each specific body region. (Note: set desired frequency and intensity level for a more custom workout)



UPPER BODY

Programed to apply a range of frequencies which stimulate the trapezius muscle, biceps, and the pectoral muscles. This mode effects the shoulders, arms, and chest.



CHEST & STOMACH

Programed to apply a range of frequencies which stimulate the abdominal muscles and erector spinae muscles.



LOWER BODY

Programed to apply a range of frequencies which stimulate the gluteus maximus, femoral muscles, and soleus muscles. This mode effects the hips, thighs, and calves.

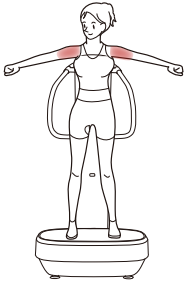


WHOLE BODY

Programed to apply a range of frequencies and intensity levels that stimulate most muscles in the entire body. This mode emits compelling rhythms of sonic wave vibrations.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

The combination of the Nami Sonic Wave Vibration's specific frequency and exercise techniques are calibrated to provide the highest intensity workout, to yield maximum results for each specific part of the body.



Shoulder | Back | Trapezius

Pg. 28



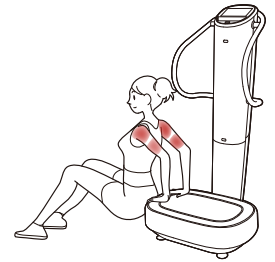
Shoulder | Chest | Arms

Pg. 29



Upper | Lower Back | Latissimus

Pg. 30



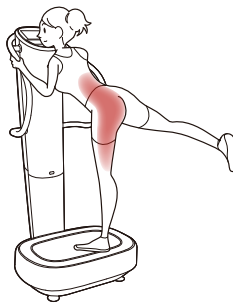
Arms | Forearms | Tricep

Pg. 31



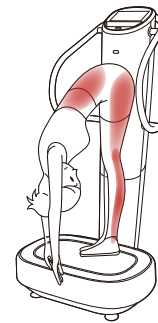
Abdominal | Obliques | Lower Back

Pg. 32-33



Legs | Quads | Buttocks | Lower Back

Pg. 34



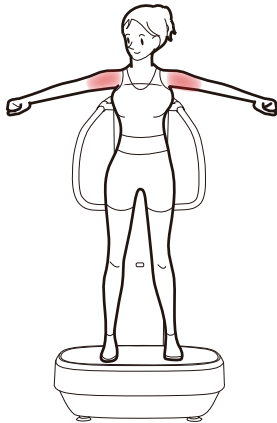
Legs | Calf | Buttock

Pg. 35

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

SHOULDER | BACK | TRAPEZIUS

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop shoulder, back, and trapezius muscles. (Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



LATISSIMUS RAISE | E1

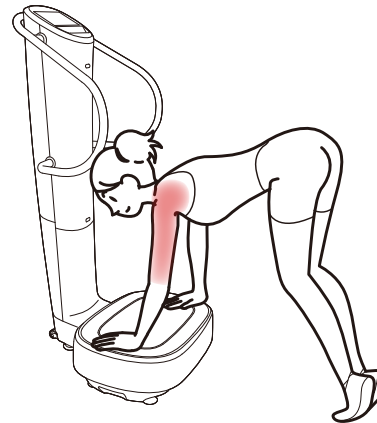
5 ~ 6 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Take a square stance on the plate, open and extend arms to shoulder level. Raise arms up and down for 3 seconds repeatedly while maintaining elbows and hands in parallel with the floor, as if you move entire arms.

Tip:

Don't raise arms above your shoulders. Don't touch legs with your hands. Always maintain tension in your shoulders.



SHOULDER PRESS | E2

5 ~ 6 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Stand on the floor facing the plate, bend the upper body and put hands on the plate with fingertips facing each other toward center of the plate.

Tip:

Raise heels to position shoulders and hands in a vertical line.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

SHOULDER | CHEST | ARMS

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop shoulder, chest, and arm muscles.
(Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



PUSH UP | E3

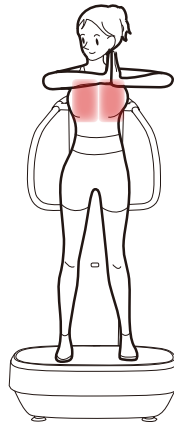
10 ~ 14 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Extend elbows toward outside of footrest, lie face down on the plate, and take a push-up pose. Place palms on the plate and exert force through your hands.

Tip:

Head must face sensor, arms must be perpendicular to platform. Put your weight into your arms. Make sure your waist is straight.



PUSH EACH HAND | E4

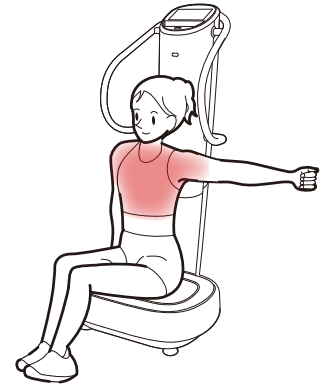
9 ~ 13 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Raise elbows to shoulder level, place hands in front of the face with the palms touching each other. (similar to praying pose). Push each palm into each other and move them left and right alternately, without twisting body.

Tip:

Do not move hands beyond the shoulders.



PECTORALIS STRETCHING | E5

8-12 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Sit on the plate edge with waist and back in line. Stretch one arm backward, with the arm parallel to the floor. Push your chest forward to extend chest muscles and arm muscles.

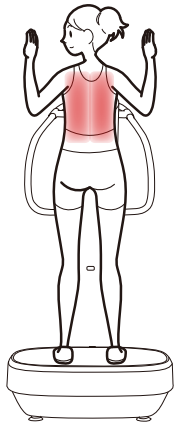
Tip:

Keep facing forward while maintaining a straight back, not tilting or twisting.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

UPPER BACK | LOWER BACK | LATISSIMUS

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop upper back, lower back, and latissimus muscles. (Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



PULL DOWN | E6

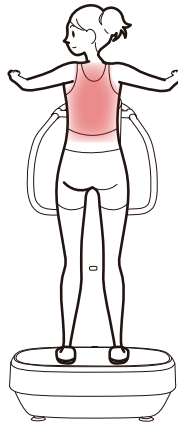
13 ~18 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Raise hands to the sky with arms open. Open your chest, push the shoulder blades toward the center of the back and maintain their tension, and then push elbows down. Again, point hands toward the sky, bring arms down to elbow level and repeat.

Tip:

Open your chest wide whilst pinching your shoulder blades.



BACK ROWING | E7

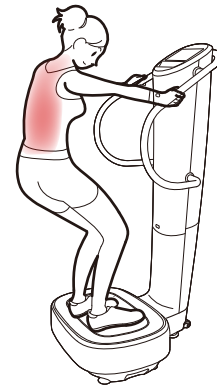
13 ~18 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Stretch arms forward, parallel to shoulder level with hands facing down. Push the shoulder blades toward center of the back while maintaining forearms in parallel with the floor, and then bring elbows back.

Tip:

Open your chest wide whilst pinching shoulder blade. Keep arms horizontal.



PECTORALIS STRETCHING | E8

8-12 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Take a square stance and hold the handles. Push your back backward as much as possible while trying to make your back convex outward, bending knees. Extend arms holding the handle and tuck chin towards chest.

Tip:

Place feet towards the front of the platform. Move your upper body backward as you pull the handle.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

ARMS | FOREARMS | TRICEP

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop arms, forearms, and tricep muscles.
(Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



TRICEPS DIP | E9

11 ~15 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Sit on the edge of the plate facing forward, holding edges with your hands. Pull hips forward off of the plate edge, bend elbows. Support your weight with your arms.

Tip:

When bending elbows, move your body down, do not raise shoulders.



PRAY EXERCISE | E10

6 ~9 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Sit down on the plate with legs crossed, keep waist and back straight, and hold hands in front of your chest with forearms parallel with the floor. Push hands right and left alternately without moving their location in front of chest, while tilting fingertips.

Tip:

Keep back straight and elbows up.



WRIST STRETCHING | E11

13 ~16 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Kneel down on the floor facing the plate, and put hands on the plate. Turn wrists around for your fingertips to direct to you, push hips backward to extend the muscles in and around your wrists.

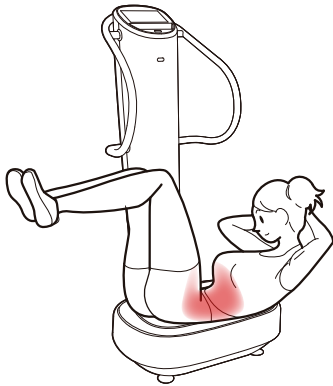
Tip:

Keep hands firmly on the plate. Keep back straight.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

ABDOMINAL | OBLIQUES

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop abdominal and oblique muscles.
(Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



CRUNCH | E12

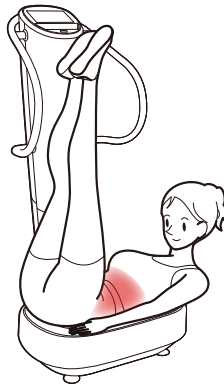
10 ~ 14 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Lie down on the plate, hold your head with your hands, bend your knees about 90 degrees, and pull your legs up toward your upper body. Raise shoulder blades from the plate, pulling chin inward while looking at belly button.

Tip:

Put buttock towards edge of platform. Keep thighs 90 degree. Keep hands to side of knees.



LEG CIRCL | E13

11 ~ 14 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Lie down on the plate, put together and raise legs to a vertical position while keeping knees straight. Keeping knees and feet close to each other, rotate legs together.

Tip:

Put buttock towards edge of platform. Keep legs 90 degree. Keep hands to side of knees. Make sure arms are in position of the sensor.



OBLIQUE STRETCHING | E14

18 ~ 22 Frequency Time: 10 mins

Exercise:

Take a square stance on the plate center, raise arms up above your head, hold hands and keep elbows straight. Push pelvis left and right.

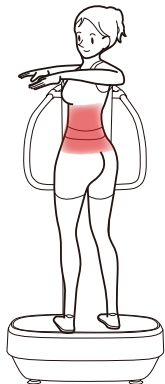
Tip:

During exercise, keep your whole body straight without pulling hips back.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

ABDOMINAL | LOWER BACK

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop abdominal and lower back muscles. (Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



HORIZONTAL ROTATION | E15

18 ~ 22 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Take a square stance on the plate center, bend elbows to 90 degrees, and raise arms up to shoulder level, parallel to the plate. Rotate upper body, while maintaining horizontal balance of your pelvis.

Tip:

Maintain stance balance when rotating upper body, without having knees twisted or upper body tilted.



VERTEBRA STRETCHING | E16

11 ~ 15 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Sit down on the plate center, bend knees to have feet touching. Pull chin down toward your chest, bow head down to the plate to make your back convex outward.

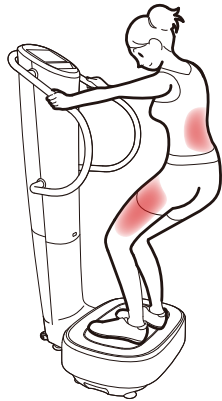
Tip:

Make sure hips are not lifted from the plate when bowing head down.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

LEGS | QUADS | BUTTOCKS | LOWER BACK

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop legs, quads, buttock, and lower back muscles. (Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



SQUAT | E17

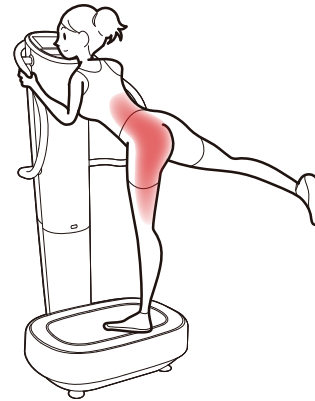
12 ~ 16 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Take a square stance in the center of the plate, hold handle, straighten your back, and bend knees as if you are sitting down. Push hips backward, keeping knees in range of your toes, and squat without bending your back.

Tip:

Make sure feet are firmly planted on platform. Hold top portion of handle. Push buttock out and straighten back.



T-BALANCE | E18

13 ~ 17 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Stand on the plate center, hold handle with hands, raise one leg backward, and push upper body forward, until T-shape is made. Keep the knee of the supporting leg extended, put your body weight into the heel, and hold the handle to maintain balance.

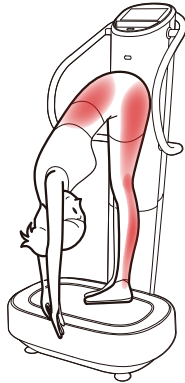
Tip:

Keep raised leg straight.

NAMI ADVANCED TRAINING PROGRAMS

LEGS | CALF | BUTTOCK

Follow these techniques to provide a targeted intense workout that will develop legs, calf, and buttock muscles. (Note: Set frequency level and desired intensity level accordingly)



BODY STRETCH | E19

15 ~ 20 Frequency Time: 3 mins

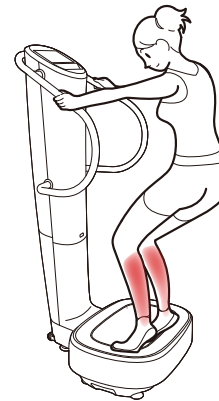
Exercise:

Stand on the plate center with feet together, and lower upper body downward.

Pull your chin to the chest and make your back convex outward in order to stretch your body from head to waist as much as possible.

Tip:

Don't bend knees. Shift body weight to your heels.



CALF RAISE | E20

12 ~ 18 Frequency Time: 3 mins

Exercise:

Take a square stance on the plate center, hold the handle and bend the knees as if you are sitting down. Raise feet up about 50 degrees from the plate, maintaining body balance by holding the handle.

Tip:



Bend knees. Lift up heels. Keep back straight. Hold top portion of bar.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

(MUST BE FOLLOWED)



The safety instructions must be strictly followed in use to avoid personal injuries and property damage as are follows:



- All the safety instructions are described in compliance with degrees of the injuries or damage as a result of wrong use.

 Warning	Actions tending to cause serious injuries or death
 Caution	Actions tending to cause minor injuries or property damage

- Pay attention to the symbols before safety instructions (an example is given below).

 Actions that must be absolutely forbidden	 Actions that must be followed
--	---

 Warning	
 Must be followed	<ul style="list-style-type: none"> • 1) The following persons (Even if they are physically healthy at present) should consult a physician before using the product. <ol style="list-style-type: none"> (1) Persons with a pacemaker or other in-vivo electronic medical device tending to suffer electronic jamming. (2) Patients with malignant tumors. (3) Cardiovascular patient. (4) Patient in recovery after operation. (5) Person with heart disease or high blood pressure. (6) Pregnant persons or women who have just had childbirth. (7) Persons with perceptual disturbance because of diabetes or another serious peripheral circulation disturbance. (8) Osteoporosis patients, spinal fracture patients or persons with acute painful diseases such as sprains or muscle strains. (9) Persons who with tenosynovitis problem. (10) Persons with a body temperature above 38 °C (with a fever) (For example, persons with intense acute inflammation symptoms such as listlessness, cold shivers and blood pressure change or persons in poor health). (11) Persons who are unwell or must have a rest. (12) Persons with an abnormal or bent vertebra. (13) Persons with protrusion of intervertebral disc. (14) Persons who feel very uncomfortable. (except for the circumstance above) (15) Persons who have epilepsy. (16) Persons who are using an IUD birth control. <p>Otherwise accidents or physical discomfort may happen.</p> • 2) Keep children away while use the machine.

 Warning	
 Must be followed	<ul style="list-style-type: none"> • 3) In use, place the product horizontally. Otherwise will cause the machine overload and damage it and it is also no good to your body. • 4) In the case of any abnormality or fault, stop the product immediately and pull out the power plug to avoid smoke, fires and electric shocks. Abnormality and fault examples. <ol style="list-style-type: none"> (1) The product fails to work after the power switch is turned to the ON position. (2) After the power line is moved, the product is discontinuously powered on. (3) During use, the product gives off a burning smell or an abnormal sound. (4) The product is deformed or abnormally heating. <p>In any of these abnormalities and faults, have the product inspected and repaired by an authorized service center immediately.</p> • 5) Do not refit, disassemble or repair the product without permission. Otherwise fires, abnormal movements or personal injuries may happen. • 6) If there is any foreign matter close to the machine, stop the product, take away the foreign matter. Otherwise product faults or personal injuries may happen. • 7) Follow the regulations about use of the socket and the wiring devices. Use a 110-120V, 60HZ power supply. Don't use the product in a foreign country or connect it with a transformer without permission. Otherwise electric shocks, product faults or fires because of overhear may happen. • 8) Insert the power plug thoroughly into the socket. Otherwise electric shocks or fires caused by overhear may happen. • 9) Do not damage the power cord or the power plug. (Do not damage, machine, forcedly bent, twist or prolong the power cord or the power plug, or place the power cord or the plug close to a heater, or tie or bind any heavy objects on the power cord or the power plug.) A damaged power cord or power plug may result in electric shocks, short circuit faults or fires. Please consult the shop from which you bought the product or a designed authorized service center about maintenance method of the power line or the power plug. • 10) Remove such dirt as dust on the power plug at regular intervals. Otherwise fires caused by poor insulation due to factors such as moisture may happen. (Wipe the power plug with dry cloth) • 11) Do not insert or pull out the power plug with wet hands. Otherwise electric shocks may happen. • 12) When pulling out the power plug, do not pull the power line but hold the power plug. Otherwise an electric shock or a short circuit fault may happen. • 13) When the machine is working at low frequencies, the moment that user gets off there may be vibration and noise because of the big amplitude waves. Do not be alarmed, this is a normal phenomenon. • 14) Because of the vibration of the machine, the noise from it will resonate to a certain extent as the frequency varies.

GROUNDING INSTRUCTIONS

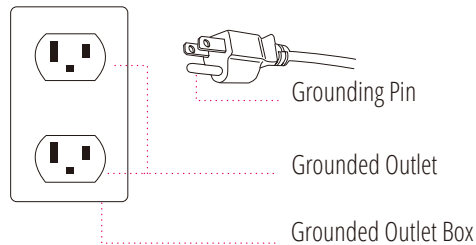
The product must be grounded to reduce the electric shock hazard because of functional faults of the product. The product has a power cord with a grounding conductor and a grounding plug. The grounding plug must be inserted into an appropriate socket that has been correctly installed and grounded in full compliance with the local code and decree.

⚠ Caution

If the grounding conductor is not correctly connected, electric shocks may happen. If you are not sure about correctness of the grounding, have it inspected by a professional electrician. Even if the grounding plug provided with the product does not match with the socket you have, do not refit it by yourself but ask a professional electrician to install a appropriate socket.

The product has a grounding plug. Make sure the product is connected with a socket matching with shape of the grounding plug.

Do not connect the product to a multi-plug.



CONSUMER WARRANTY

The Nami Sonic Whole Body Vibration Machine has a one year in-home service warranty. The warranties are only valid in the 48 contiguous states. We do not provide a warranty for chairs sold to Alaska or Hawaii.

Consumers may contact the JPMEDICS customer service department at 1-877-977-0656 between 9:00 am and 5:00 pm PST, Monday through Friday or email us at service@jpmedics.com for warranty or service issues.

The warranty period begins from the day of purchase; no allowance or extension is offered for delivery and/or installation.

The warranty only applies to the Nami Sonic Whole Body Vibration Machine and does not include any accessories or enhancements.

The JPMEDICS service department will make an appointment with the consumer before they arrange in-home service which is performed by authorized technician.

In certain situations, the warranty does not apply :





A: Customer cannot provide receipt and warranty card.

B: Damage caused by improper installation, abuse, or improper maintenance.

C: Damage caused by disaster (ex. Earthquake, fire, flood, hurricane, lightning stroke, etc.), abnormal power supply, breakages (ex. fall off, pets chewing, drink spilling, etc.).

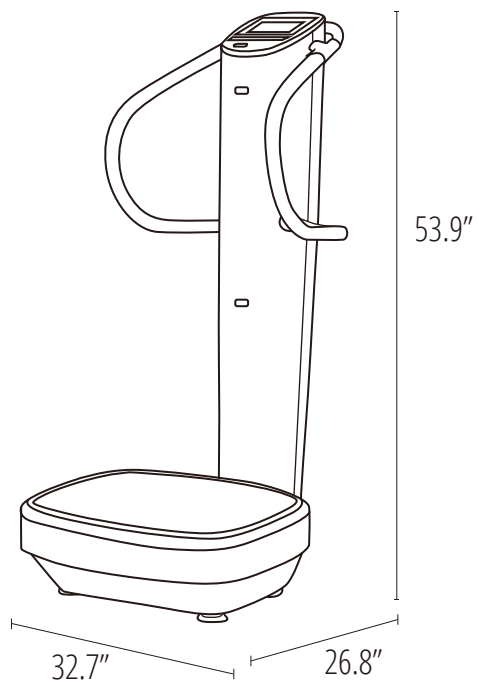
D: The machine had been repaired by unauthorized technician or unauthorized modifications occur to the machine.

もくじ

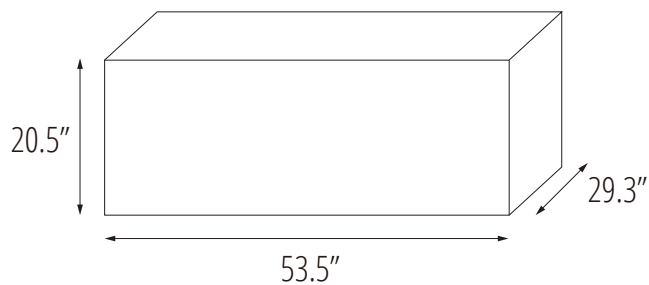
 紹介	製品と梱包寸法	2
	本体と付属品	3
	組立て方	4-9
 マシーン	移動	10
	各部の名称	11
	仕様	12
 マッサージ	操作画面	13-15
	自動コース	16-18
	手動コース	19
	記憶モード	20-23
	設定	24
	Nami の使い道とメリット	25
	Nami 自動コース	26
NAMI高級トレーニングコース	27-35	
 注意事項	安全事項	36
	アースについて	37
	保証とアフターサービス	37

製品と梱包寸法

下記寸法を確認してください。



音波全体



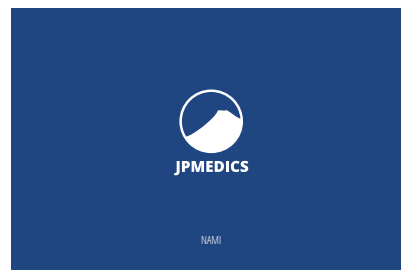
梱包箱

本体と付属品

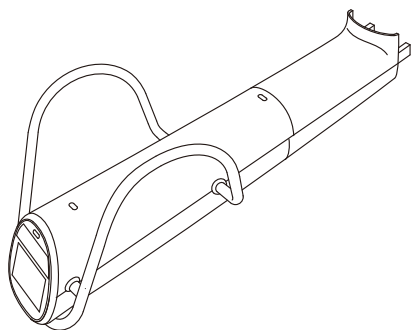
梱包箱入りの物



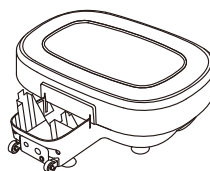
取扱説明書



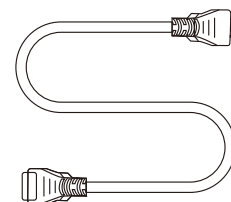
保証書



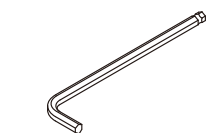
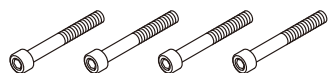
支柱



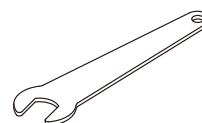
本体



電源コード

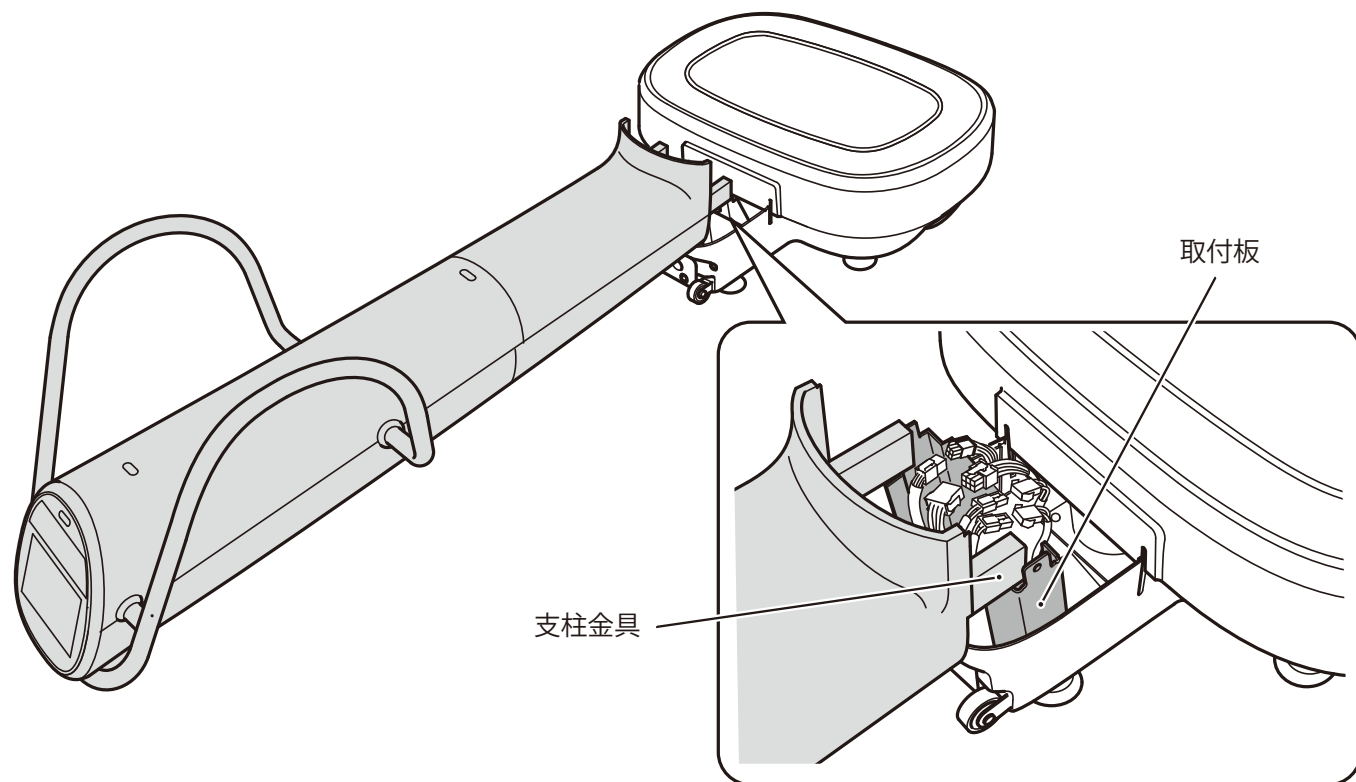


金属部品



組立て方

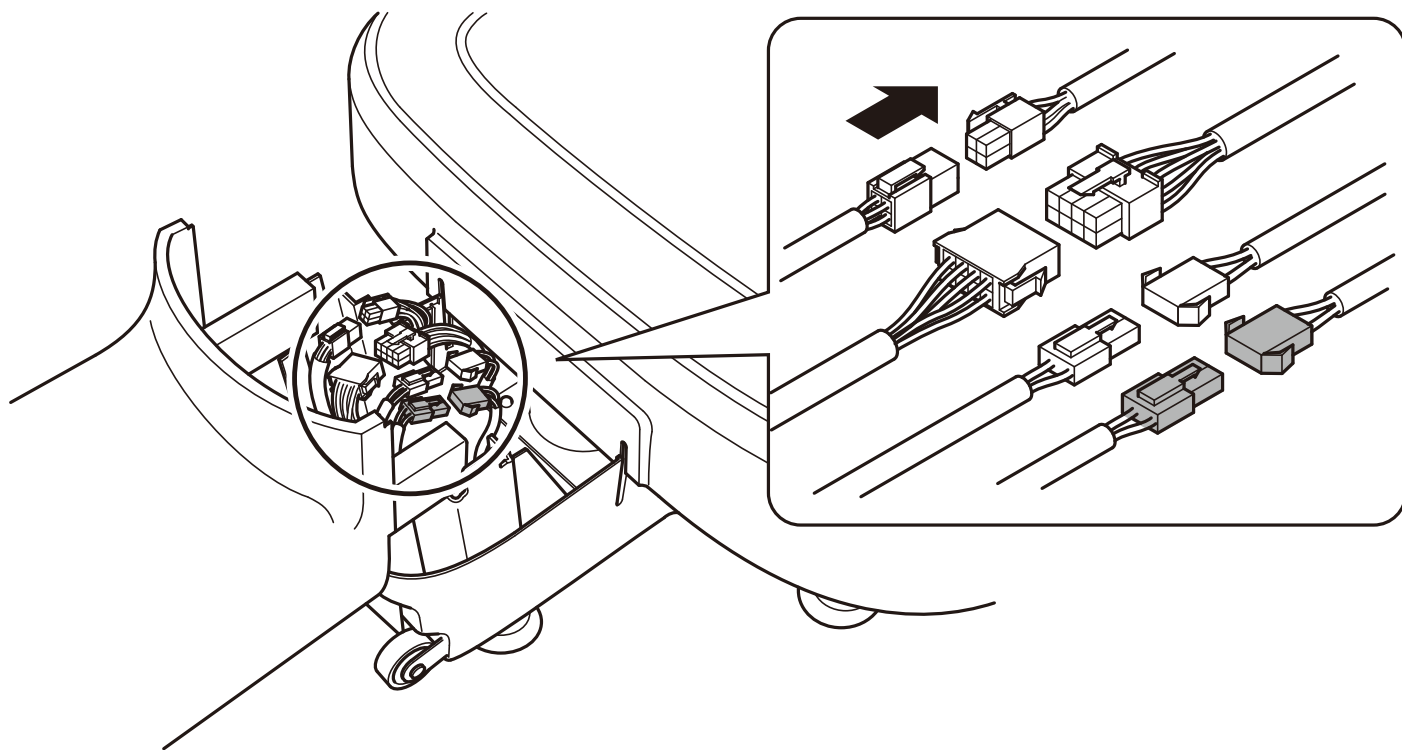
支柱を本体に取り付ける。



支柱の支柱金具が本体の取付板に乗る位置に支柱を置く。

組立て方

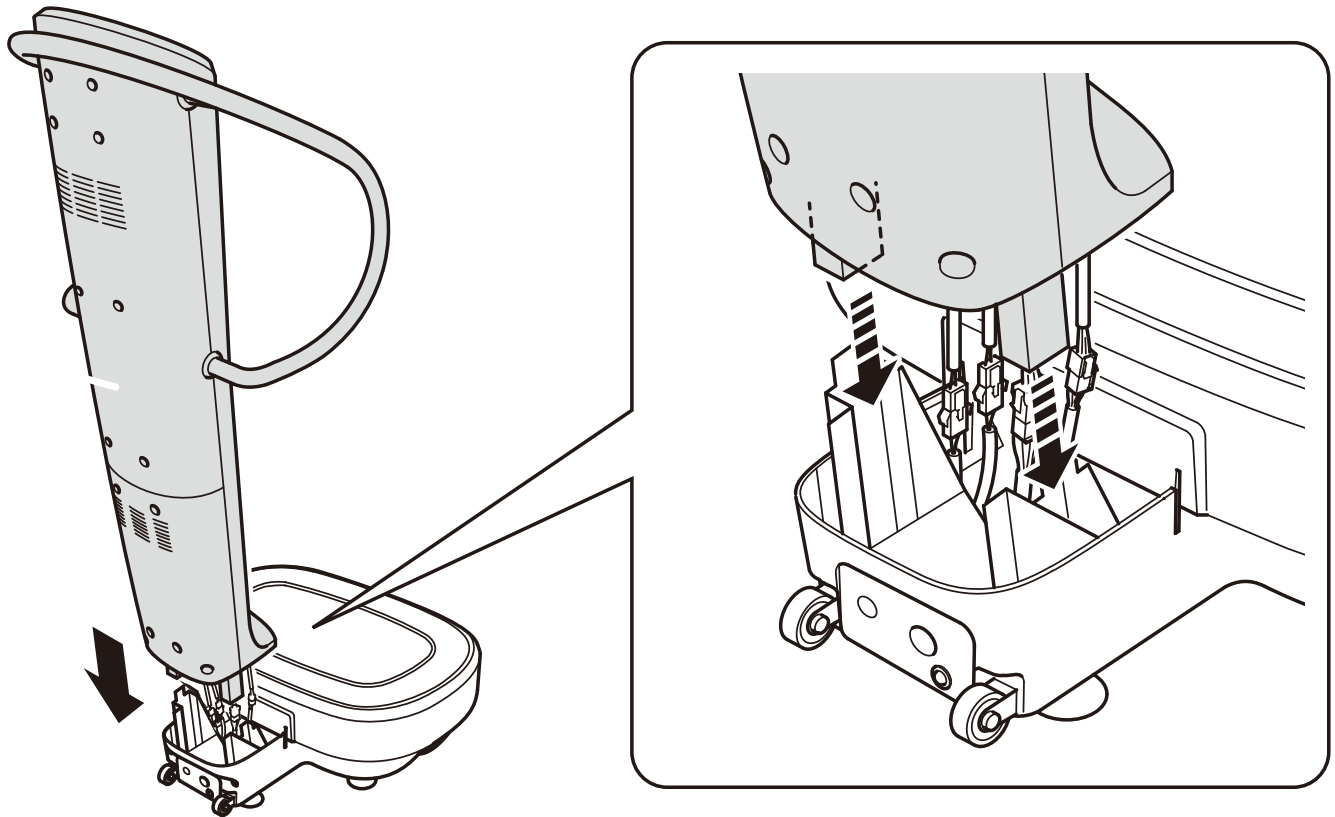
コネクタ



コネクタを接続する。

組立て方

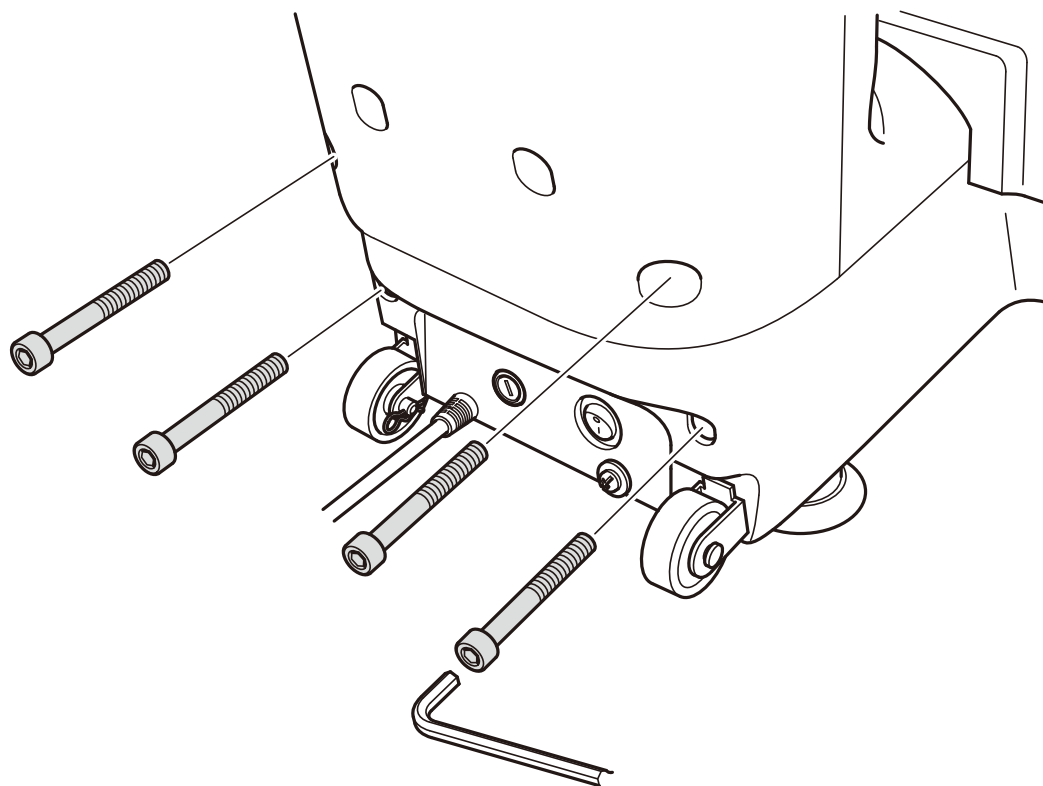
支柱を起こし、支柱金具を本体の取付板に差し込み、取り付ける。



支柱を起こし、支柱金具を本体の取付板に差し込み、取り付ける。
コネクタのケーブルを支柱と本体で挟み込まないように気を付けてください。

組立て方

ネジを締める。

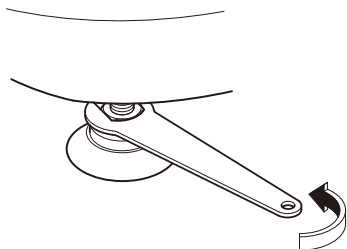


六角穴付ボルトで仮固定し、全て組み付けた後、本締めする。

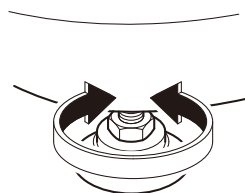
組立て方

設置について。

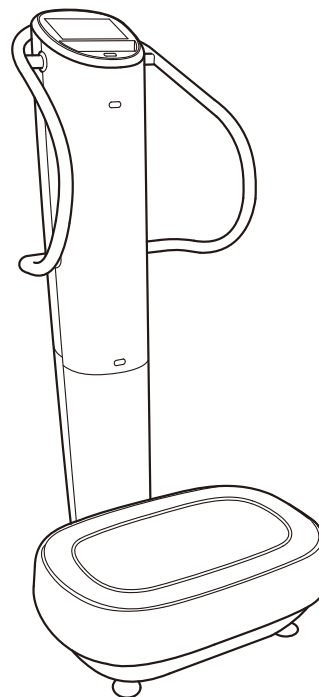
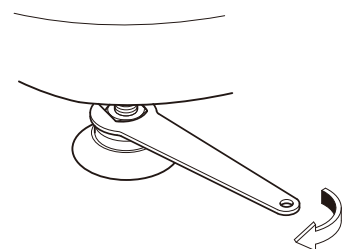
アジャスター脚根
元の六角ナットを
スパナでゆるめる。



アジャスター脚を
回してがたつきを
なくす。



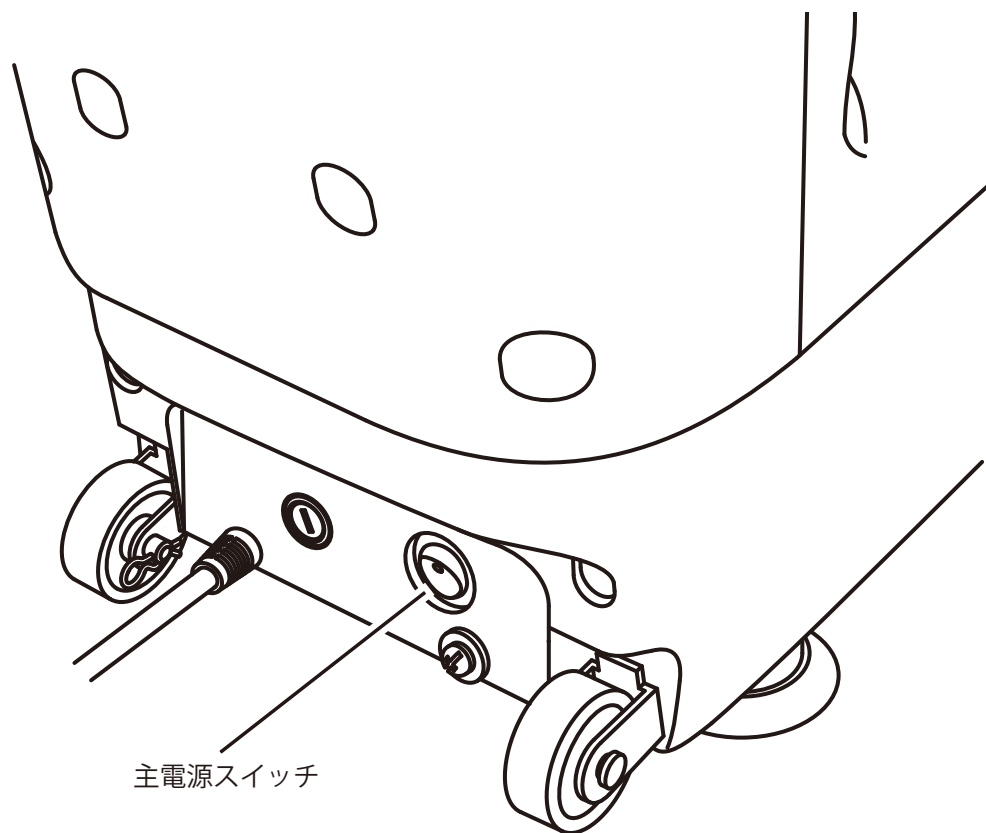
調整が終わったら、
六角ナットをスパ
ナでしっかり締め
なおす。



組立終了

本体にがたつき、傾きがないか確認してから使用してください。

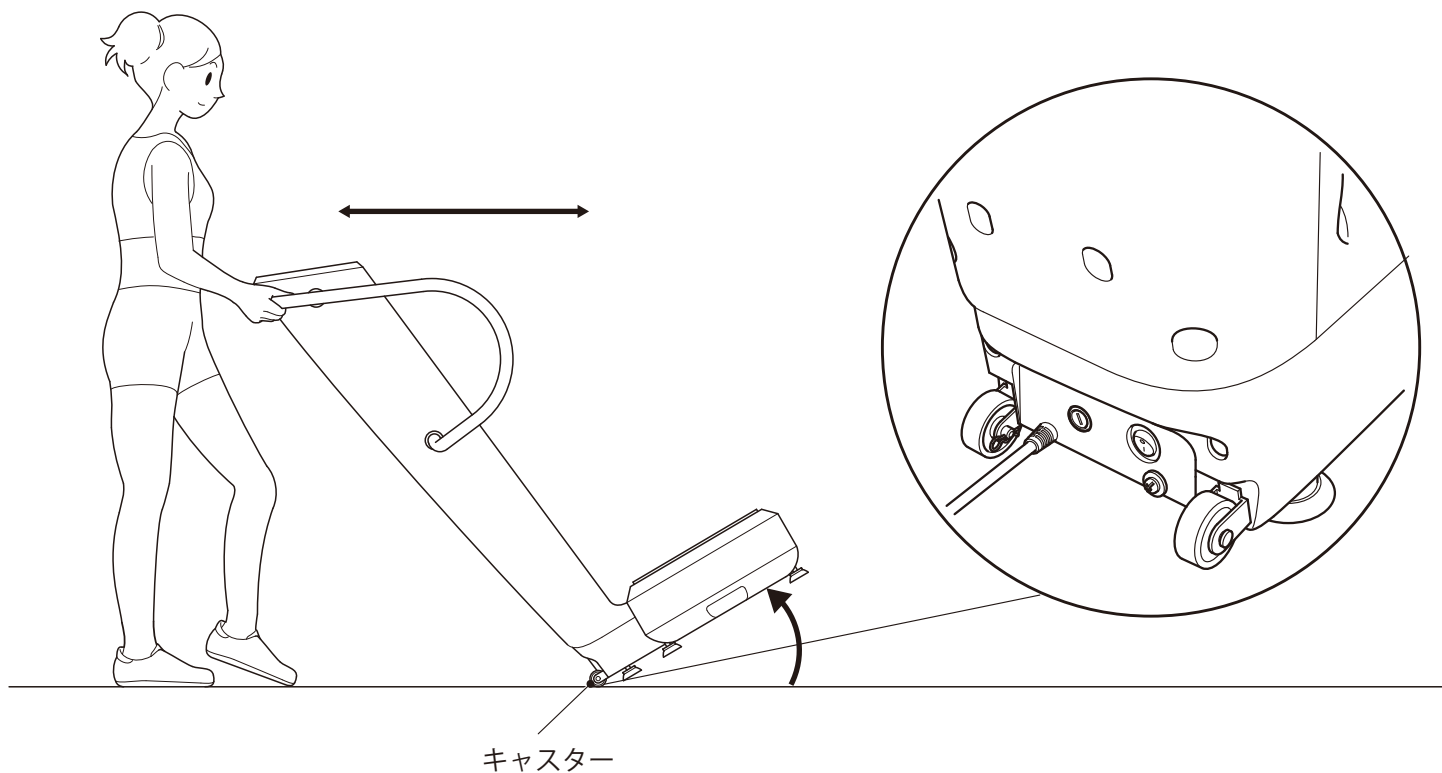
組立て方



電源プラグをコンセントに差し込んで、主電源スイッチを「ON」にする。

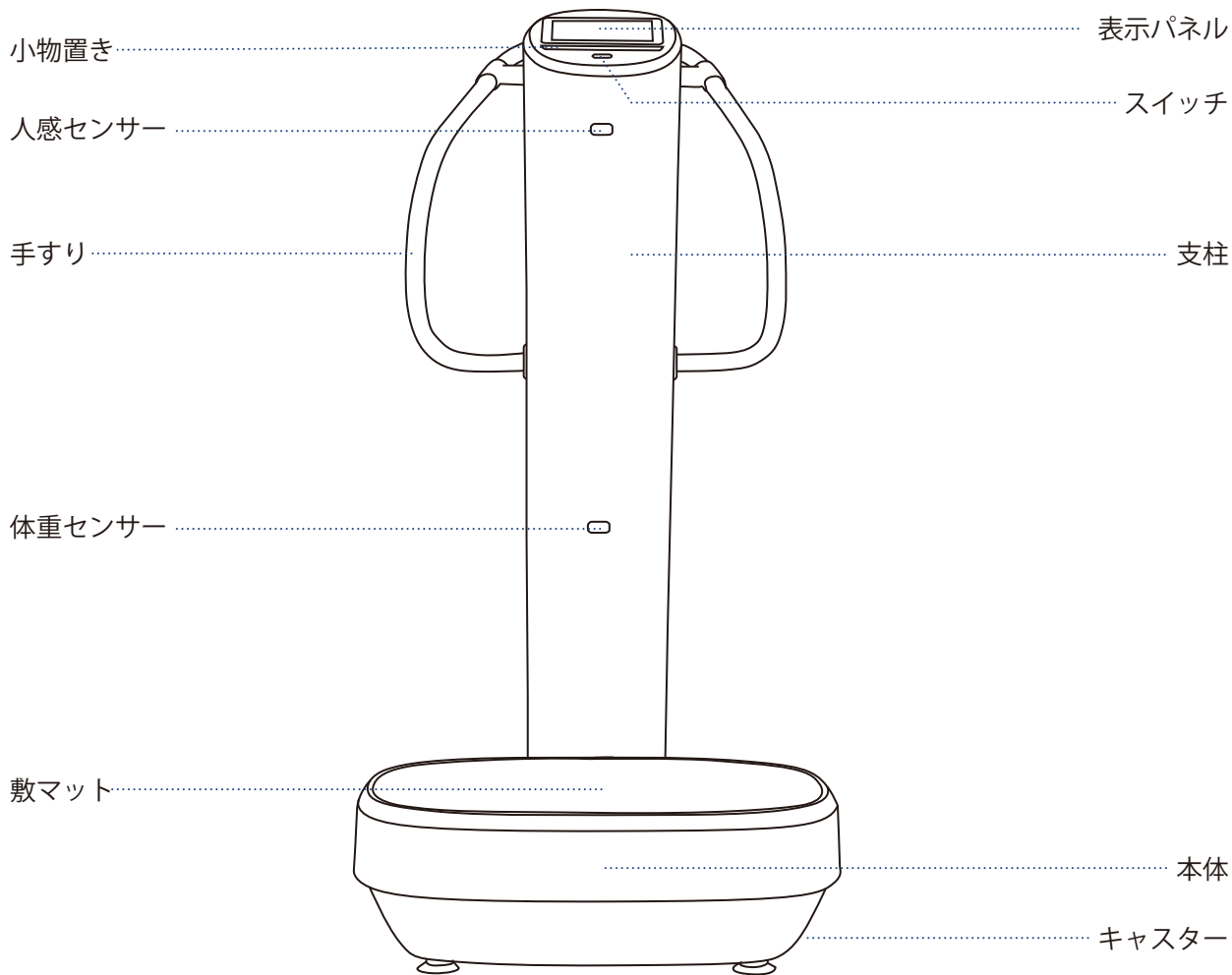
本体を移動する

手すりを持って、キャスターで移動させる。



各部のなまえとはたらき

重要な特徴



仕様

主な仕様



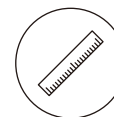
製品番号

JP-S01



最大ダイマー

10分



寸法（幅×奥行×高さ）

本体の寸法: 32.7"×26.8"×53.9"



負荷重量

総重量：141.1ポンド
正味重量：121.2ポンド



使用条件

環境温度:10°C-40°C
相対湿度:30-85RH



保管環境

保管温度: -20°C-60°C
保管湿度:30-85RH



消費電力

320W



電圧

110 - 120V



周波数

60Hz



電源コードの長さ

電源コードの長さは70.9
インチであります。



安全特徴

センサーで検知するのが
安全特徴であります。

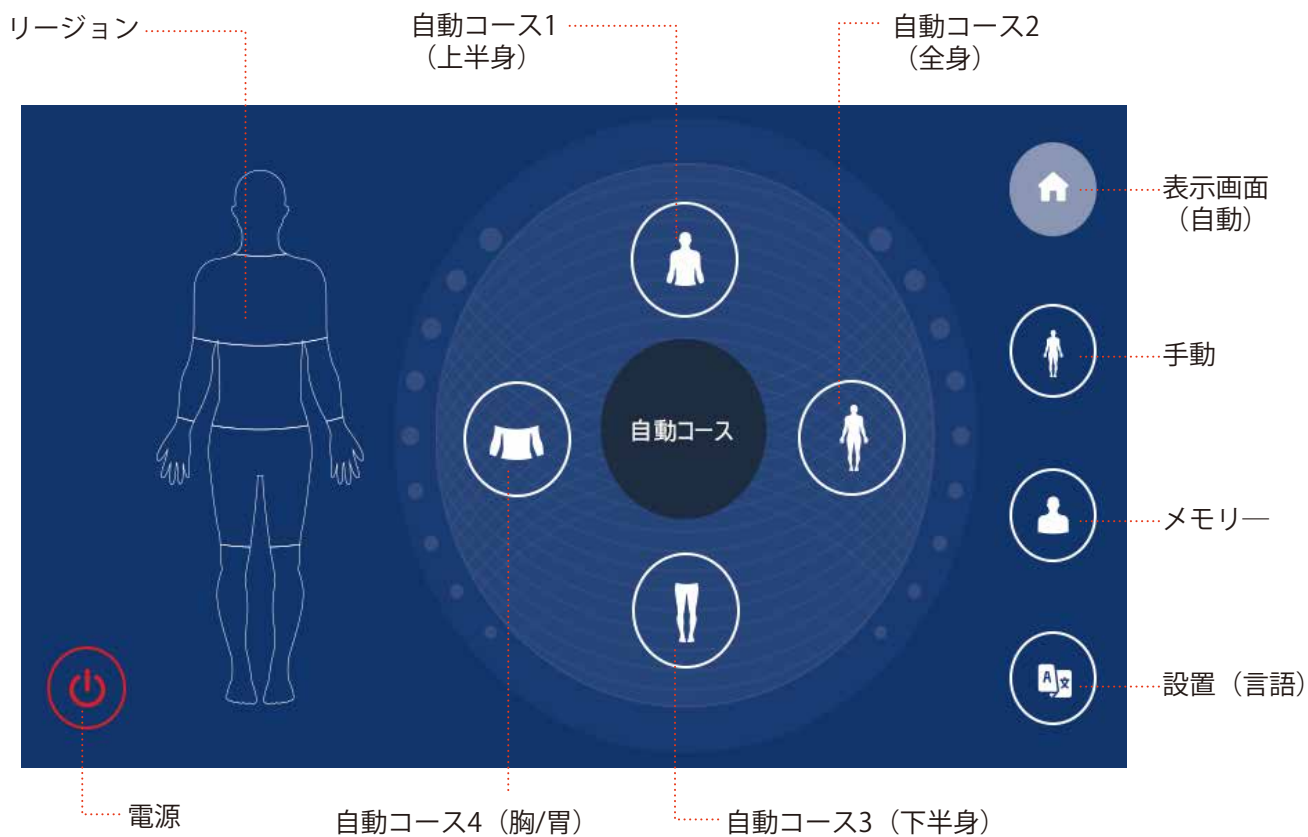


安全特徴

使用範囲
最大負荷：396ポンド

画面：表示画面

簡単に操作できるように画面を設計します。



画面：自動コース



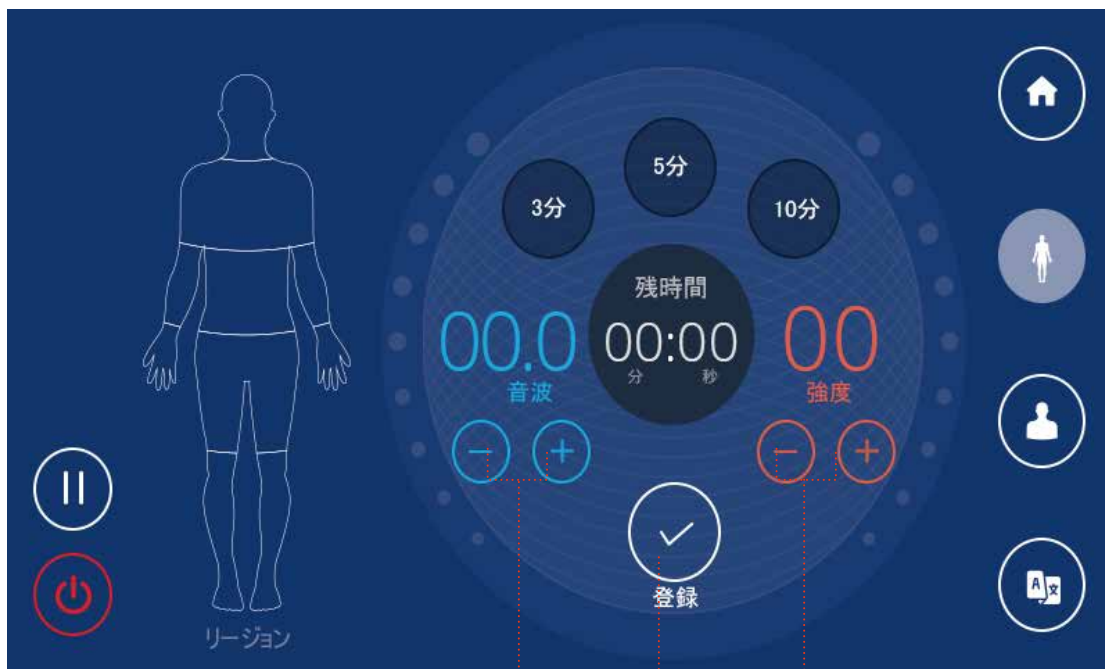
このボタンを押すと自動コースに入ります。

The screenshot shows a dark blue interface for an automatic course. On the left is a white outline of a human figure with the label "リージョン" (Region) below it. To the left of the figure are three circular buttons: a back arrow labeled "戻る" (Return), a pause symbol labeled "一時停止" (Temporary Stop), and a power symbol. On the right side of the interface is a vertical column of four circular icons: a home icon, a person icon, a profile icon, and a document icon. The central area features a large circular display with a grid pattern. At the top of this display are three buttons for "3分", "5分", and "10分", collectively labeled "タイマー (3分/5分/10分)". Below these is a central "残時間" (Remaining Time) display showing "00:00" with "分" (minutes) and "秒" (seconds) indicators. To the left of the timer is a blue "音波" (Sound Wave) display showing "00.0". To the right is a red "強度" (Intensity) display showing "00". Below the timer are three buttons labeled "低" (Low), "中" (Medium), and "高" (High), collectively labeled "強度調節 (低/中/高)". Labels with dotted lines point to various elements: "音波" points to the sound wave display; "タイマー (3分/5分/10分)" points to the timer buttons; "強度" points to the intensity display; "残時間" points to the remaining time display; "強度調節 (低/中/高)" points to the intensity level buttons; "戻る" points to the back button; "一時停止" points to the pause button; and "リージョン" points to the human figure.

画面：手動コース



このボタンを押すと手動コースに入ります。



音波調節

コース保存

強度調節

自動コース

四つのコースがあります（上半身、全身、胸/胃、下半身）。下記説明にて新しい自動コースを始めてください。



上半身



全身



胸/胃



下半身



どちらのアイコンをタッチしても振動が始まります。

人体センシング中

自動コースか手動コースに入ると使用者の体重を検知します。体重が396lbsを超えた場合、働きの停止となります。体重が83ポンド以下の場合、「検出体重は基準より軽い」（お子様はご利用できません）ということを示し、その時、確認ボタンを押してからコースを続けられます。



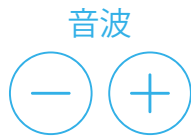
自動コースの画面

自動コースの画面です。

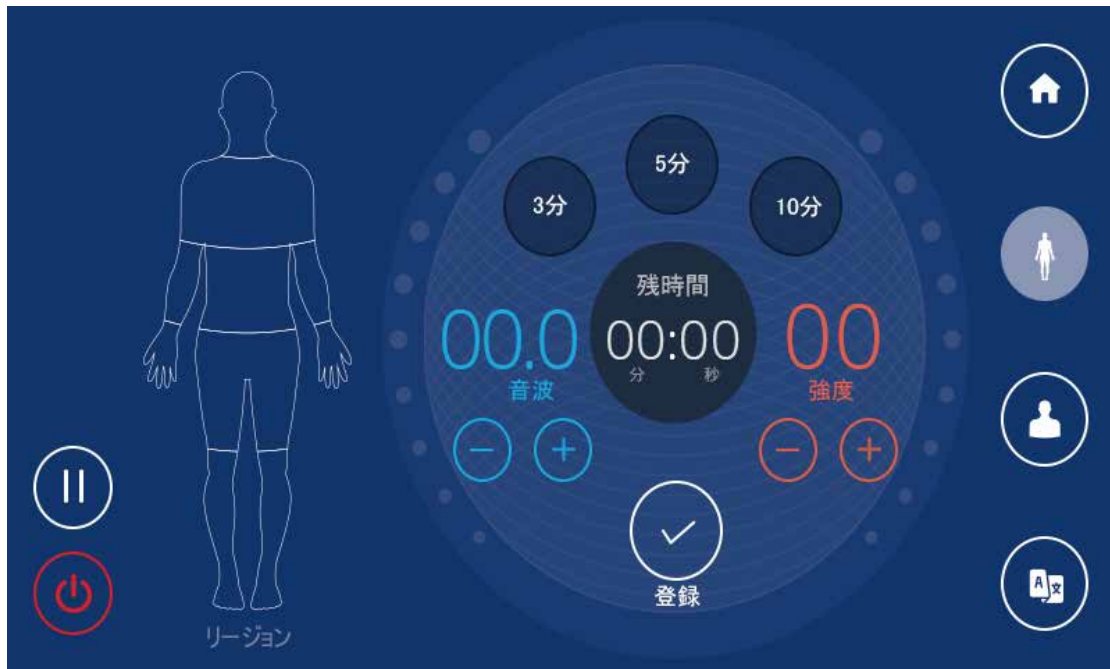


手動コースの画面

手動コースは強度調節と音波調節で様々な体験を楽しめます。



+/-で調節します。

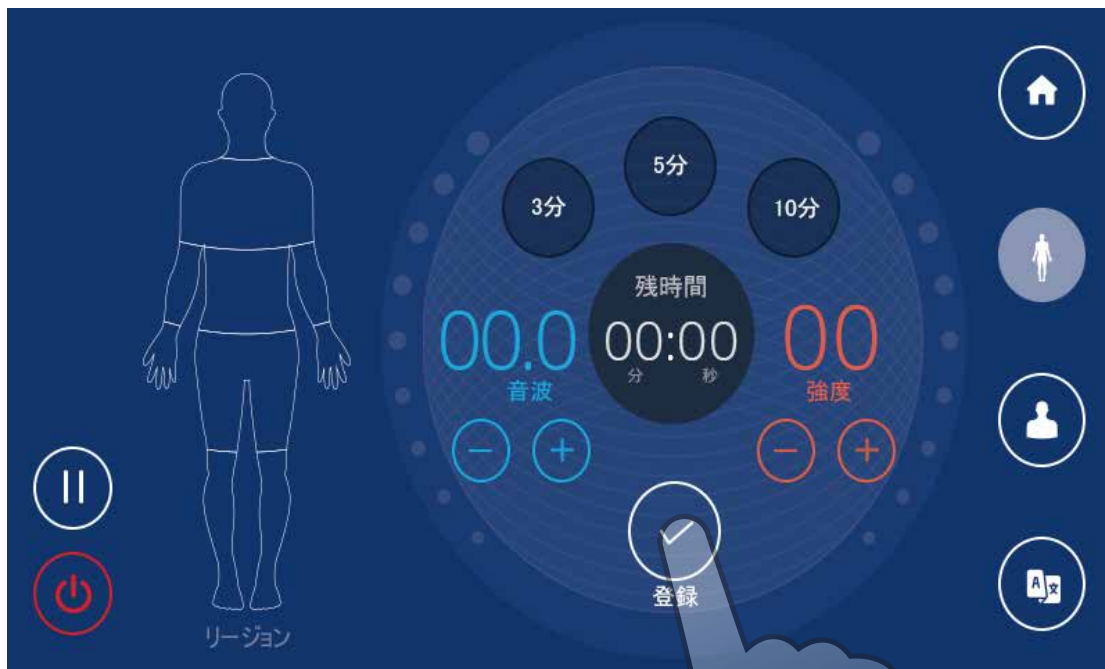


記憶登録

簡単に操作するためにお好みの音波と強度を記憶登録します。



「登録」をタッチして、記憶登録になります。



記憶登録のメモリーコースに登録

簡単に操作するためにお好みの音波と振動を個人コースに記憶登録します。



「1」をタッチしてください。

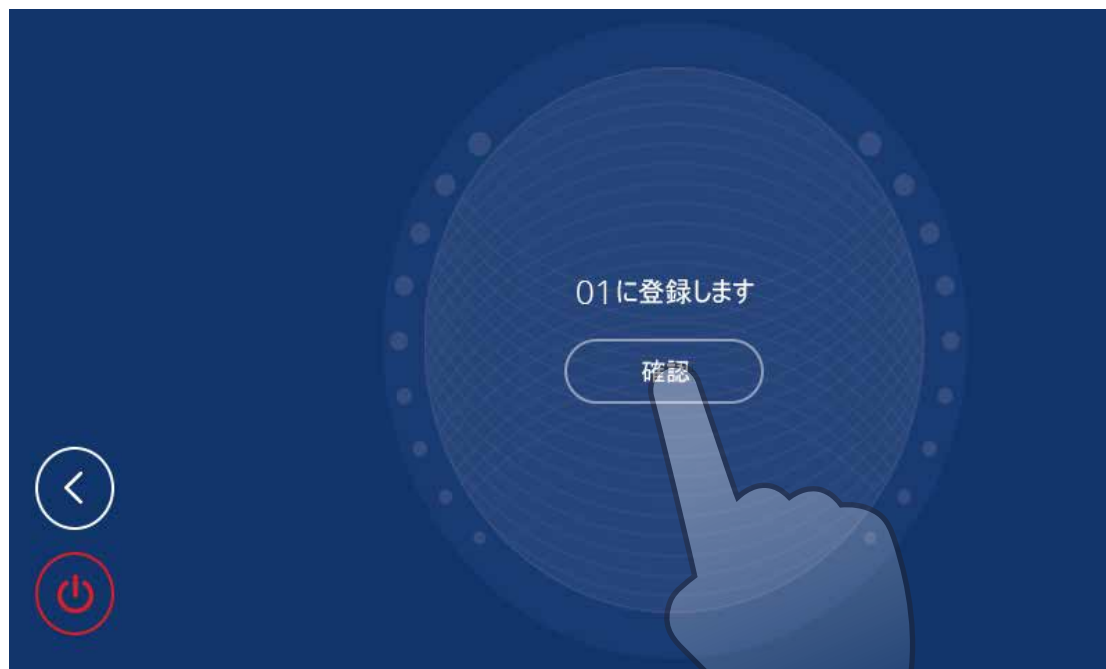


記憶登録について

簡単に操作するためにお好みの音波と振動を独創コースに記憶登録します。

確認

「登録」をタッチしてください。



記憶登録について

五つのボタンからどちらでもタッチできます。



プログラムが登録されるとアイコン1が光ります。

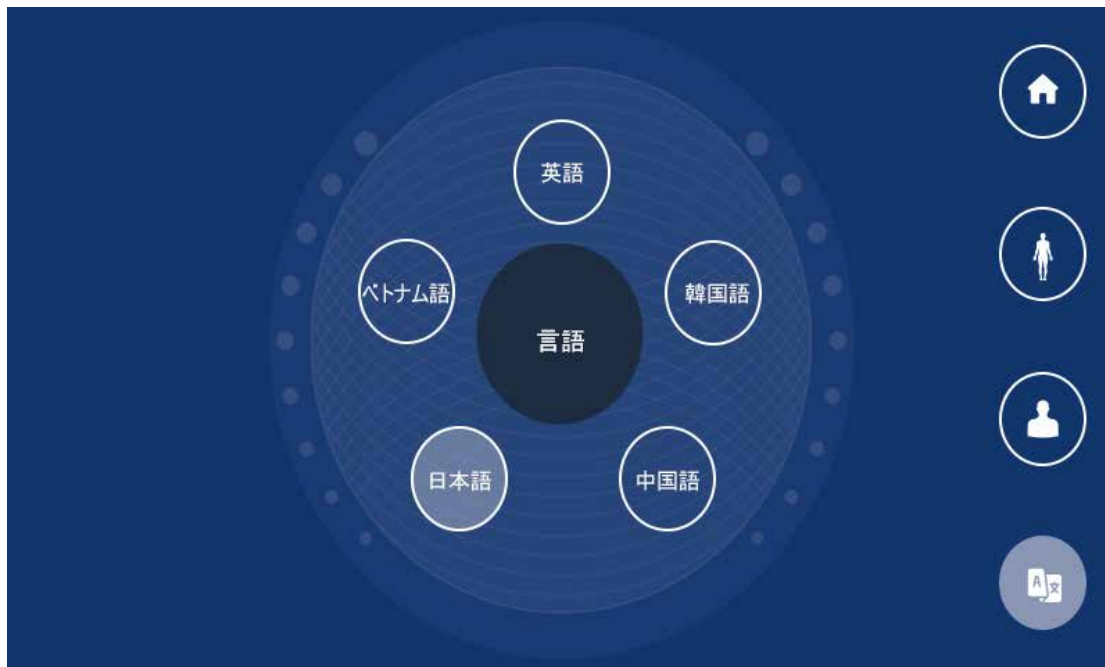


設置

表示言語を英語、韓国語、中国語、日本語、ベトナム語に切り替えることができます。



言語設置をタッチしてください。



NAMI音波振動器の応用原理と働き

音波共振は伝統的な回転振動と違い、磁気回路付きの音波システムに基づき開発された新たなトレーニング理念を取り入れたものであります。よりよく筋肉繊維（筋肉細胞）を刺激し、筋肉繊維快速的に強烈的に収縮並びに弛緩を繰り返すことを鍛えます。この方式によって、普通な筋肉トレーニング方法より筋力がもっと改善できます。

音波振動の働き

音波振動器は腱及びに靭帯を鍛える同時に軟化できます。人体の大きい筋肉とどまらず、小筋肉にも鍛えられます。例え：伝統的な力トレーニングにより鍛えにくい面部筋肉、骨盤筋肉等まで。全身音波振動は伝統的な力トレーニングと合わせて、筋力は30%をアップする同時に、トレーニング時間が85%まで、トレーニング周期が50%まで短縮します。。
伝統的な筋肉トレーニング（例：重量挙げトレーニング）と比べると、音波振動は関節、腱及び靭帯に負荷をかけません。つまり、音波振動は人体へ何れな傷害又はリスクを与えません。

一般的なトレーニングは体のバランスと健康をアップできます。

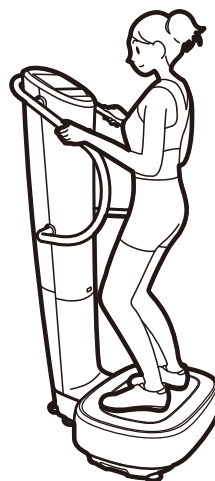
心理障害又は生理障害による運動不可能の方にとっては、NAMI音波振動器は効果的な製品であります。ジムの時間が無かったり、トレーニング用のスペースが足りなかったりする方にとってはNAMI音波振動器は優れた選択であります。NAMIはエアロビクスの様な体験を与えます。

優れたトレーニング項目

高強度のカトレーニングによる筋力の増強で関連速筋線維を刺激し促進されます。短時間にエネルギーを大量に消耗するスポーツ選手（例、スプリント、走り幅跳び及び投擲のスポーツ選手）にとっては、速筋線維の重量と働きを維持するのが肝心なことです。成長ホルモンへ刺激により筋肉耐力を増強して、遅筋線維の働きも改善します。

NAMI自動コース

NAMI音波振動に四つの自動コースがあります。各コースは人体の各リージョンに合わせる最大のトレーニング効果を果たします。（注意：必要な音波と強度を設置して、独創コースを増やすことができます。）



上半身

このコースの音波は僧帽筋、上腕二頭筋、胸筋に刺激を与えて、肩・アーム・胸をトレーニングできます。



胸/胃

このコースの音波は腹筋、脊柱起立筋に刺激を与えます。



下半身

このコースは大殿筋、大腿筋、ヒラメ筋に刺激を与えます。お尻・太もも・ふくらはぎをトレーニングします。

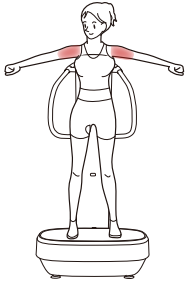


全身

このコースの音波は全身の筋肉に刺激を与えます。お好みの音波振動リズムを発見できます。

NAMI高級トレーニングコース

NAMI音波振動の特別な音波とトレーニングスキルで組み合わせた標準化の方法により最も強いトレーニングを果たして、体の各部位に最大のトレーニング効果を与えます。



肩 | 背中 | 僧帽筋

Pg. 28



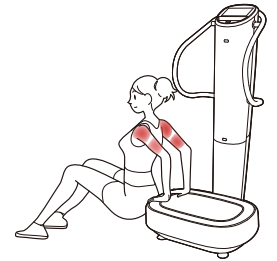
肩 | 胸 | アーム

Pg. 29



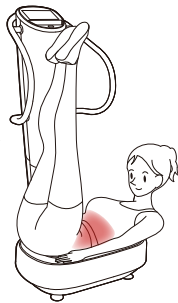
上背部 | 下背部 | 広背筋

Pg. 30



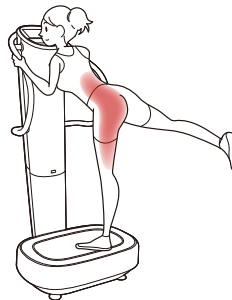
アーム | 前腕 | 上腕三頭筋

Pg. 31



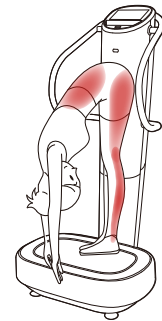
腹 | 斜筋 | 下背部

Pg. 32-33



足 | 大腿四頭筋 | お尻 | 下背部

Pg. 34



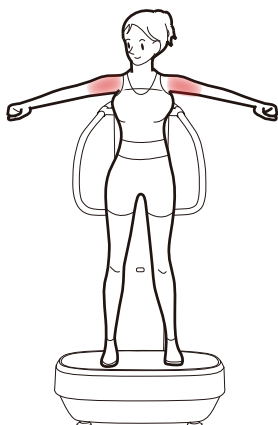
太もも | ふくらはぎ | お尻

Pg. 35

NAMI高級トレーニングコース

肩 | 背中 | 僧帽筋

そのコースで肩、背中、僧帽筋に絞るトレーニングを果たします。(注意: 必要に応じて音波と強度を設置できる)



側筋アップ | E1

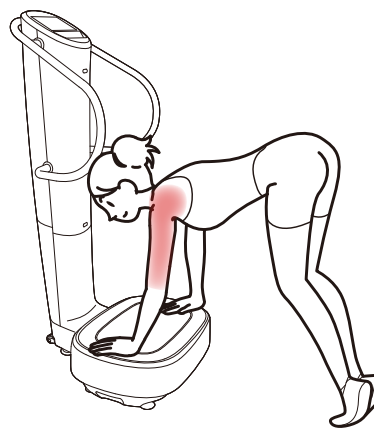
音波:5-6 HZ タイマー:3分

動作:

運動板に立って、両手を上げて開く。アームを上下で3秒動いて、アームを移動させるようにアームと肘が地面と平行になる。

注意:

肩以上アームを上げないで、並びに手が太ももに触らないでください。肩をストレッチさせます。



肩押し | E1

音波:5-6 HZ タイマー:3分

動作:

地面に立って、上半身が曲がって、両手を運動板で支える。

注意:

つま先立てて、肩とアームが垂直角度になります。

NAMI高級トレーニングコース

肩 | 胸 | アーム

そのコースで肩、胸、アームの筋肉に絞るトレーニングを果たします。（注意：必要に応じて音波と強度を設置できる）



腕立て伏せ | E3

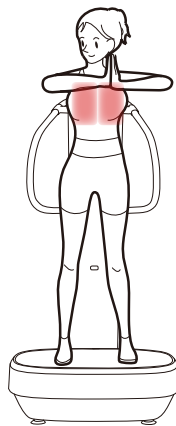
音波:10-14 HZ タイマー:10分

動作：

腕立て伏せ状態で両手を運動板に乗って、両手同時に力を入れて、肘を運動板の外側、顔を運動板に向く。

注意：

頭部がセンサーを隠れて、アームと運動板が平行となる。重さをアームに集中して、腰が上げた状態になる。



ワンハンドプッシュ | E4

音波:9-13 HZ タイマー:10分

動作：

アームと肩を同じ高さまで上げて、胸の前に両手を合わせて（お祈りのように）、オンハンドが他の手にプッシュして、左右で体を動かないでください。

注意：

アーム以外の部位を動かさないでください。



胸筋ストレッチ | E5

音波:8-12 HZ タイマー:10分

動作：

腰が上げた状態で運動板に座って、アームをバックに向いて上げて、地面と平行となる。胸を上げて胸筋とアームの筋肉をストレッチさせる。

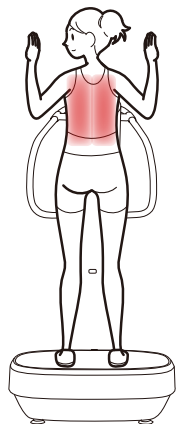
注意：

前に顔を向いて、背中はやがて曲がらないようにしてください。

NAMI高級トレーニングコース

上背 | 下背 | 広背筋

そのコースで上背、下背、広背筋に絞るトレーニングを果たします。（注意：必要に応じて音波と強度を設置できる）



下に引く | E6

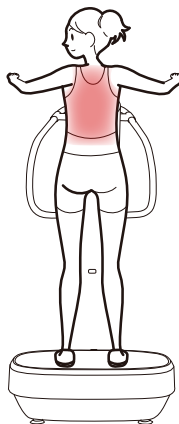
音波:13-18 HZ タイマー:3分

動作：

両手を上に上げて、胸をストレッチさせて、肩甲骨をバックに引いて、筋肉を張る状態に保って、上に上げた手を肘と同じ高さまで下げて、その動作を繰り返す。

注意：

胸をストレッチしてから、肩甲骨をバックに引く。



バックに動く | E7

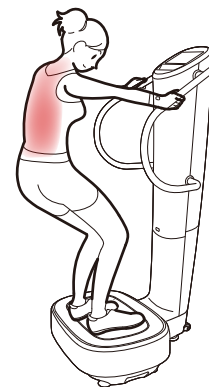
音波:13-18 HZ タイマー:10分

動作：

両手を前に上げて、手のひらを下に向いて、肩とアームを平行状態にする。肩甲骨をバックに引いて、アームを曲げて、アームと地面を平行させる。

注意：

胸をストレッチしてから、肩甲骨をバックに引いて、アームを平行状態にする。



胸筋ストレッチ | E8

音波:8-12 HZ タイマー:10分

動作：

運動板に立って両手で手すりを握って、背中をなるべくバックに縮めて、外側に向いて、膝を曲げる。また、アームをストレッチさせて、あごを胸に近づくようにする。

注意：

足を運動板のフロントに向いて、上半身を動きながらバックから手すりを握る。

NAMI高級トレーニングコース

アーム | 前腕 | 上腕三頭筋

そのコースでアーム、前腕、上腕三頭筋に絞るトレーニングを果たします。
(注意：必要に応じて音波と強度を設置できます)



上腕三頭筋のトレーニング | E9

音波:11~15Hz タイマー:3分

動作：

運動板に沿って地面に座って、運動板で両手を支えます。お尻を運動板に向けて、肘を曲げて、アームで重量を支えます。

注意：

肘を曲げる際に肩を上げずに体を下に動きます。



お祈り式 | E10

音波:6~9Hz タイマー:10分

動作：

運動板に腰を掛けて、あぐらをかきます。腰と背中をまっすぐさせながら、胸の前に掌を合わせて、両肘までを地面と平行にして、胸の前に止めずに指先を傾けるよう左右に推してください。

注意：

背中を伸ばさせて、肘を上に向きます。



腕のストレッチ | E11

音波:13~16Hz タイマー:10分

動作：

地面にひざまずいて、手を運動板にかかります。指先が体向くまで腕を動かします。お尻を後ろに上げて、腕と関連筋肉をストレッチさせます。

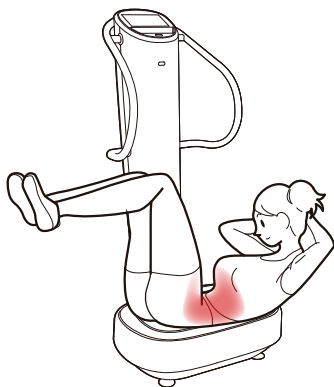
注意：

手の平を運動板に押し、背中を伸ばさせます。

NAMI高級トレーニングコース

腹筋 | 側筋

そのコースで腹筋、側筋に絞るトレーニングを果たします。（注意：必要に応じて音波と強度を設置できる）



お腹が動きます | E12

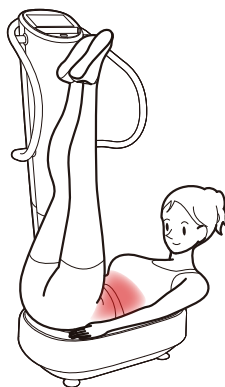
音波:11~14Hz タイマー:3分

動作：

運動板に倒れて、掌で頭部を支えながら、太ももを立てて膝を90度まで曲げて、両脚を上部に伸ばして、肩甲骨を浮かせて、あごを前引いてへその方向を見ます。

注意：

お尻を運動板に近づきながら、脚を90度まで上げて、両手が体の両辺に置きます。



脚を動きます | E13

音波:11~14Hz タイマー:10分

動作：

運動板に倒れて、地面と垂直になるまで両脚を合わせます。膝を伸ばした状態にして、膝と両脚を合わせて、両足が動きます。

注意：

お尻を運動板に近づきながら、脚を90度まで上げて、人感センサーが検知できるように両手が体の両辺に置きます。



体側面のストレッチ | E14

頻度:18~22Hz タイマー:10分

動作：

運動板の真ん中に立って、アームを頭部の上まで上げて、両手をお互いに引っ張って、膝をまっすぐさせて、左右方向で骨盤を動かします。

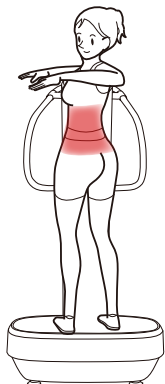
注意：

トレーニングで体をストレッチさせながらお尻を後ろに向きます。

NAMI高級トレーニングコース

腹 | 下背部

そのコースで腹、下背部に絞るトレーニングを果たします。（注意：必要に応じて音波と強度を設置できる）



水平移動 | E15

音波:18~22Hz タイマー:3分

動作：

運動板の真ん中に立って、肘を90度まで曲げて、アームを肩の位置まで上げて、運動板と平行状態になります。骨盤の水平バランスを維持しながら上半身を動かします。

注意：

膝を曲げあぐに立った状態で上半身を動かします。上半身を傾けないようにしてください。



脊椎ストレッチ | E16

音波:11~15Hz タイマー:3分

動作：

運動板の真ん中に座って、足に触るまで膝を曲げる。あぐにを胸に近づきながら、頭部を運動板に向けて、背中を支柱に向きます。

注意：

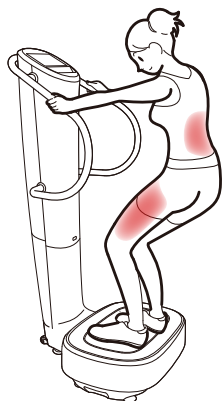
お尻が運動板から離れないように頭を下げる。

NAMI高級トレーニングコース

足 | 大腿四頭筋 | お尻 | 下背部

そのコースで足、大腿四頭筋、お尻、下背部に絞るトレーニングを果たします。

(注意：必要に応じて音波と強度を設置できる)



スクワット | E17

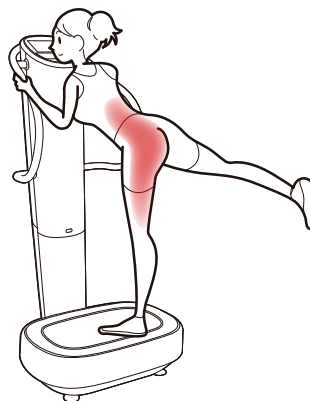
音波:12~16Hz タイマー:3分

動作：

運動板の真ん中に立って、手すりをしっかり握って、背中をまっすぐさせて、膝を曲げて、座るような姿勢をします。お尻を後ろに引いて、膝の位置をつま先を超えないようにします。背中をまっすぐな状態に保ちます。

注意：

両手を手すりの上半部に握って、足をしっかり運動板に立ちます。お尻を後ろに上げて、背中をまっすぐさせます。



T型姿勢 | E18

音波:13~17Hz タイマー:3分

動作：

運動板の真ん中に立って、手すりを握って、片足を後ろに向けて上げて、上半身をT型姿勢まで前に傾けます。体を支える脚はまっすぐさせて、体の重量をかかるとにかかります。バランスを保つように手すりを握ります。

注意：

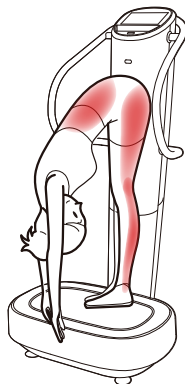
脚をまっすぐに上げます。

NAMI高級トレーニングコース

太もも | ふくらはぎ | お尻

そのコースで太もも、ふくらはぎ、お尻の筋肉に絞るトレーニングを果たします。

(注意：必要に応じて音波と強度を設置できる)



全身ストレッチ | E19

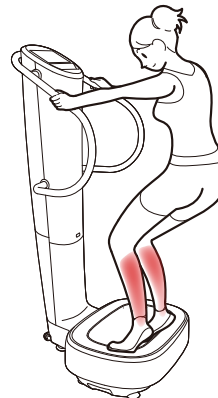
音波:15-20Hz タイマー:3分

動作：

両足を合わせて運動板の真ん中に立って、上半身を下向きに曲げます。あごを胸に近づきながら、背中を上に向けて、頭部から腰までできる限りストレッチさせます。

注意：

膝を曲げずに体の重量をかかとかかります。



脚を上げる | E20

音波:12~18Hz タイマー:3分

動作：

運動板に立って両手で手すりを握って、膝を曲げて、座るような姿勢をします。つま先に力がかかりながらかかとを上げて、運動板と約50度になります。体のバランスを保つように両手が手すりをしっかり握ってください。

注意：



膝を上げて、つま先に力がかかりながらかかとを上げて、背中をまっすぐさせて、手すりの上半部を握ります。

安全上のご注意

(必ずお守りください)



使用中ケガや事故と財産損害を防ぐ、次の事項を必ず守ってください。

- ・ミス操作により危害或は損害の程度を安全事項にてご説明いたします。

 警告	死亡や重傷を負う恐れがある内容です
 注意	軽傷を負うことや、財産の損害が発生する恐れがある内容です

- ・お守りいただく内容を次の図記号で説明します。(次は図記号の例です)

 してはいけない内容です	 実行しなければならない内容です。
---	--

 警告	
 必ずお守りください	<ul style="list-style-type: none">・1) 医師の治療を受けているときや下記の人は必ず医師と相談の上使用する。<ul style="list-style-type: none">(1) ペースメーカーなどの電磁障害の影響を受けやすい体内植込み型医用電気機器を使用している人。(2) 悪性腫瘍のある人。(3) 心血管系疾患の人。(4) 手術後の人。(5) 心臓に障害或は高血圧症のある人。(6) 妊娠中や出産直後の人。(7) 糖尿病など高度な末梢循環障害による知覚障害のある人。(8) 骨粗鬆症の人、脊椎を骨折している人、ねんざ、肉離れなどの急性と痛性疾患の人。(9) 腱鞘炎を患う人。(10) 体温38℃以上(有熱期)の人(例:急性炎症症状[倦怠感、悪寒、血圧変動など]の強い時期、衰弱しているとき)。(11) 安静を必要とする人や著しく体調の優れないとき。(12) 上背骨に異常のある人、曲がっている人。(13) 椎間板ヘルニア症の人。(14) 上記以外に身体に特に異常を感じている時。(15) 癩癧のある人(16) IUDIによる避妊の人守らないと事故や体調不良を起こす恐れがあります。
	<ul style="list-style-type: none">・2) 児童使用禁止。

警告

- ・3) 水平な場所で使用する。
守らないと過負荷による損壊、人に事故やけがの恐れがあります。
- ・4) 異常や故障が発生するとき、直ちに電源プラグを抜き、使用停止(守らないと、煙が出る、発火、感電を起こす恐れがあります)。異常、故障の例
 - (1) 通電後本体が動かない。
 - (2) 電源コードを動かすと、通電したり通電しなかったりする。
 - (3) 動作中焦げ臭いがする又は異音がある。
 - (4) マッサージチェアが変形するまたは異常に発熱する。
直ちにアフターサービスに相談して、点検修理を依頼する。
- ・5) 絶対に改造しない。また、ご自分で分解したり、修理をしたりしない。
発火したり、異常動作したりして、けがをする恐れがあります。
- ・6) 異物は音波板に落とした時、直ちに使用を中止し電源スイッチを切って、異物を取り出してください。守らないと故障やけがの恐れがあります。
- ・7) コンセントや配線器具の定格を守らなければなりません。交流110V~120V、60HZで使用しなければなりません。(海外での使用や変圧器を用いた使用はできません)。守らないと感電・故障や発熱による火災の原因になります。
- ・8) 電源プラグは根元まで確実に差し込みます。
守らないと感電や発熱による火災の原因になります。
- ・9) 電源コード・電源プラグを破損するようなことはしない。(傷つけたり、加工したり、熱機器に近づけたり、無理に曲げたり、ねじったり、引っ張ったり、重い物をのせたり、束ねたりしない。)傷んだまま使用すると、感電、ショート・火災の原因になります。電源コードや電源プラグのお手入れ方法は、お買い上げの販売店またはサービスセンターにご相談ください。
- ・10) 電源プラグのほこり等は定期的にとる。
守らないと湿気等で絶縁不良となり、火災の原因になります。(乾いた布で電源プラグを拭いてください。)
- ・11) めれた手で、電源プラグの抜き差しはしない。
守らないと感電の恐れがあります。
- ・12) 電源プラグを抜くときは電源コードを持たず、必ず電源プラグを持って抜く。
守らないと感電やショートの恐れがあります。

 **必ず守る**



警告



必ず
守る

- 13) 低周波数で使用している際にユーザーが振動体から降ると、音波の振幅変動の大きいため、振動と騒音の発生は正常なことです。
- 14) 音波の振動原理により、共振の時騒音を発生します。音波振動器ごとに共振周波数が異なります。

消費者保証協議

このNami音波振動器は1年保証付きであります、この保証協議はアメリカの48州以内で有効であり、アラスカやハワイに販売されたチェアに関してはアフターサービスが提供しないとなります。

JPMEDICSアフターサービスや修理に関するご相談は受付9:00 am-5:00 pmで1-877-977-0656にご連絡ください。または、service@jpmedics.comに発信してください。

保証期間はお買い上げ日よりで、運送や取り付けの遅延等の原因で延ばさせません。

保証対象はNami音波振動器に適用します。なお、付属品は対象外とさせていただきます。

出張修理や機器の点検を行うたびに事前予約し、JPMEDICSが指定する修理人員より修理・点検作業を行います。

次ぎの場合は保証範囲外とさせていただきます

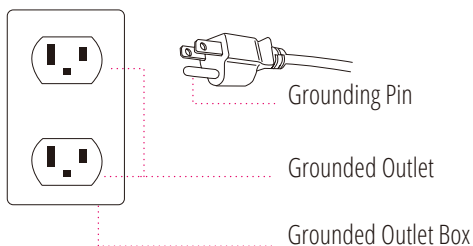
- A: 購買領収書等関係資料を提示されない場合
- B: 不適当な取扱い又は使用方法、当社以外による修理に起因した二次損害
- C: 災害（地震・火災・水災・落雷等）、電源異常や破損（例：落下、ペットに噛まれる）による故障
- D: 指定された修理人員に点検を依頼しないで、自分で改造、修理による故障

アースを取り付ける

- ・安全のためにアースを確実に取り付ける。故障の時に感電の危険を減らす。
- ・アースコードと電源コードは付属する。プラグは必ずエンコードや法令により確実に取り付けたコンセントに差し込む。

注意

- ・アース線は確実に取り付けないと、感電の恐れがあります。アース線の確実に取り付けるかどうかを確認できない場合は、電気工事店に点検を依頼する。付属したプラグと電源コンセントに合わない場合は絶対に改造しないで、電気工事店に合格なコンセントを取り付けるのを依頼する。
- ・アースプラグは付属する。プラグに合うコンセントに差し込むことを確認する。
- ・アダプターソケットを使用しない。





JP MEDICS

861 S. Oak Park Road,
Covina, CA 91724

TEL: 1-877-977-0656
FAX: 1-800-521-4712
SERVICE@JPMEDICS.COM

Made in Japan