

PROGRAMY – Svalový a nervový masáží přístroj inSPORTline Zapster

TENS	Režim	Frekvence	Oblast použití	Indikace problému
	Mode 1	20Hz	Ramena a krk	Bolest z chronického vypětí
	Mode 8	20Hz		
	Mode 15	20Hz		
	Mode 2	25Hz	Ramena a záda	Napnutí svalů, chronická bolest
	Mode 9	25Hz		
	Mode 16	25Hz		
	Mode 3	31Hz	Paže	Únava svalů
	Mode 10	31Hz		
	Mode 17	31Hz		
	Mode 4	42Hz	Pas	Chronické vypětí, únava
	Mode 11	42Hz		
	Mode 18	42Hz		
	Mode 5	50Hz	Boky a spodní končetiny	Napnutí svalů, únava
	Mode 12	50Hz		
	Mode 6	63Hz	Ztuhlost krku, beder a kloubů	Bolest způsobena poraněním nebo onemocněním
	Mode 13	63Hz		
	Mode 19	63Hz		
	Mode 7	100Hz	Akutní sportovní poranění	Akutní bolest po sportovním úrazu nebo regenerace po operaci
	Mode 14	100Hz		
	Mode 20	100Hz		
	Mode 21	37Hz	Zádové svaly a pas	Regenerace svalů
	Mode 22	35Hz	Stehna a hýždě	Regenerace svalů
	Mode 23	21Hz	Břišní svaly	Regenerace svalů
	Mode 24	25Hz	Lýtka a paže	Regenerace svalů

EMS	Režim	Frekvence	Oblast použití	Aktivita použití
	Mode 25	1Hz	Boky	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 35	1Hz		
	Mode 26	2Hz	Pas	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 36	2Hz		
	Mode 27	3Hz	Záda	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 37	3Hz		
	Mode 28	5Hz	Stehna	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 38	5Hz		
	Mode 29	6Hz	Břišní svaly	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 39	6Hz		
	Mode 30	7Hz	Lýtka	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 40	7Hz		
	Mode 31	9Hz	Paže	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 41	9Hz		
	Mode 32	10Hz	Ramena	Regenerace svalů po tréninku
	Mode 42	10Hz		
	Mode 33	13Hz	Paže a lýtka	Aktivace svalů před cvičením
	Mode 43	13Hz		
	Mode 34	16Hz	Ramena, záda, pas, břišní svaly, boky a spodní končetiny	Aktivace svalů před cvičením
	Mode 44	16Hz		
	Mode 45	24Hz	Lýtka a paže	Pro explozivní trénink
	Mode 46	22Hz	Ramena a záda	Pro silový trénink
	Mode 47	35Hz	Hýždě a stehna	Pro silový trénink
	Mode 48	26Hz	Pas a břišní svaly	Pro silový trénink

RELAX	Režim	Frekvence	Oblast použití	Indikace problému
	Mode 49	2Hz	Krk	Ztuhlé svaly
	Mode 50	3Hz		
	Mode 51	5Hz	Paže a lýtka	Ztuhlé svaly
	Mode 52	7Hz		
	Mode 53	8Hz	Ramena a záda	Ztuhlé svaly
	Mode 54	9Hz		
	Mode 55	10Hz		
	Mode 56	11Hz	Pas a stehna	Ztuhlé svaly
	Mode 57	13Hz		
	Mode 58	16Hz		
	Mode 59	15Hz		
	Mode 60	38Hz	Boky	Ztuhlé svaly