PEPPER

Gebrauchsanweisung

Version 3.0.2

Pepper Interactive Inc.
28-Juni-2024

Inhalt

1	Allgemeine Informationen	1
2	Indikationen für die Verwendung	1
3	Warnhinweise und Sicherheitsrichtlinien	2
4	Pepper EMS Training System	8
5	Gebrauchsanweisung	10
6	Ausbildungsmodi	18
7	Aufladen der Batteriebox	19
8	Fehlersuche	20
9	Lagerung und Wartung	21
10	Garantie	22
11	Technische Daten	22
12	Symbole Glossar	28
13	App-Fehlermeldungen	36
14	Elektromagnetische Verträglichkeit (EMV)	39
15	Wesentliche Leistung	40
16	Interoperabilität	40
17	Empfehlungen zur Cybersicherheit	40
18	Bluetooth-Spezifikationen	40
19	Produktunterstützung	41

1 Allgemeine Informationen

Das Pepper EMS-Trainingssystem nutzt die Technologie der elektrischen Muskelstimulation (EMS), um gesunde Muskeln zu stimulieren und so die Muskelleistung zu verbessern oder zu erleichtern. Um alle wichtigen Muskelgruppen effektiv zu trainieren und das Beste aus Ihrem Pepper EMS Training System herauszuholen, lesen Sie bitte diese Anleitung sorgfältig durch, bevor Sie Ihr erstes Training beginnen. Das Pepper EMS-Trainingssystem wird drahtlos über die Pepper EMS-Trainings-App (Pepper: EMS Training at Home) gesteuert, die auf jedem Apple- oder Android-Tablet oder -Telefon laufen kann. Das Pepper EMS-Trainingssystem ist für die Verwendung in Sport- und Trainingsumgebungen vorgesehen.

Bei unsachgemäßem Gebrauch, Nichtbeachtung oder ungenügender Beachtung der Sicherheitshinweise in dieser Bedienungsanleitung, bei Veränderungen am Pepper EMS Trainingssystem oder bei Verwendung ungeeigneter Ersatzteile (keine Originalteile) übernimmt der Hersteller keine Haftung für Schäden an Personen, Tieren, Sachen oder am Produkt selbst.

Wenn Sie weitere Fragen oder Anmerkungen haben, wenden Sie sich bitte an das Pepper-Team unter www.peppermove.com, per E-Mail an info@peppermove.com oder telefonisch unter +49 160 97032942. Sie können auch einen Termin mit einem unserer EMS-Experten vereinbaren, indem Sie den Link in Ihrer Kaufbestätigungs-E-Mail verwenden.

2 Indikationen für die Verwendung

Das Pepper EMS-Trainingssystem ist ein frei verkäufliches Gerät zur Stimulation gesunder Muskeln, um die Muskelleistung zu verbessern oder zu erleichtern. Es darf nur von Erwachsenen verwendet werden.

Das Pepper EMS-Trainingssystem ist nicht dazu bestimmt, in Verbindung mit einer Therapie oder Behandlung von Krankheiten oder Beschwerden jeglicher Art verwendet zu werden. Keines der Trainingsprogramme oder Betriebsparameter ist auf verletzte oder kranke Muskeln ausgerichtet und die Anwendung auf solche Muskeln ist kontraindiziert.

Die elektrischen Impulse des Pepper EMS-Trainingssystems ermöglichen die Auslösung von Aktionspotentialen an Motoneuronen der motorischen Nerven (Erregungen). Diese Erregungen der Motoneuronen werden über die motorische Endplatte an die Muskelfasern weitergeleitet, wo sie mechanische Antworten der Muskelfasern erzeugen, die der Muskelarbeit entsprechen. Je nach den Parametern der elektrischen Impulse (Pulsfrequenz, Dauer der Kontraktion, Dauer der Ruhe, Gesamtdauer der Sitzung) können den stimulierten Muskeln verschiedene Arten von Muskelarbeit aufgezwungen werden.

3 Warnhinweise und Sicherheitsrichtlinien

Pepper empfiehlt, dass Sie Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie mit diesem oder einem anderen Fitnessprogramm beginnen.

Text, der mit diesem Symbol gekennzeichnet ist, weist auf eine Situation hin, die zu leichten oder mittelschweren Verletzungen des Benutzers oder zu Schäden am Gerät führen kann, wenn sie nicht vermieden wird.

Sicherheitsleitfaden

Bitte prüfen Sie die folgende Liste von Fragen. Wenn Sie eine dieser Fragen mit "Ja", "Vielleicht" oder "Ich weiß es nicht" beantworten, sollten Sie das Gerät nicht verwenden.

Tabelle 1: Sicherheitsfragen

#	Frage
2	Haben Sie einen Herzschrittmacher, einen implantierten Defibrillator oder ein anderes implantiertes metallisches oder elektronisches Gerät?
3	Sind Sie schwanger?
4	Leiden Sie unter einer extremen Muskelbelastung, einem Trauma oder einer Muskelbelastung wie der Rhabdomyolyse (ein Zustand, bei dem geschädigte Skelettmuskeln schnell abgebaut werden)?
5	Wurde bei Ihnen ein Herzproblem oder eine Herzerkrankung diagnostiziert?
6	Haben Sie eine unzureichende Blutversorgung (Ischämie) oder schwere Durchblutungsstörungen in den unteren Gliedmaßen?
7	Wurde bei Ihnen eine Bauch- oder Leistenhernie diagnostiziert?
8	Haben Sie sich kürzlich einer Operation unterzogen?
9	Haben Sie kürzlich ein akutes Trauma oder eine Fraktur erlitten?
10	Wurde bei Ihnen Epilepsie oder eine andere neurologische Störung diagnostiziert?

11	Haben Sie eine Nervenschädigung erlitten, die zu einer Gefühlsstörung in einem bestimmten Körperbereich führt?
12	Haben Sie anhaltende Schmerzen?
13	Benötigen Sie eine Muskelrehabilitation?
14	Besteht bei Ihnen der Verdacht auf eine Herzerkrankung?
15	Haben Sie Krebs?
16	Haben Sie schmerzhafte oder angeschlagene Gelenke?
17	Haben Sie Muskelkrämpfe?
18	Haben Sie einen Verlust von Muskelgewebe oder Muskelschwund festgestellt?
19	Neigen Sie nach einem Trauma oder einer Fraktur zu inneren Blutungen (Hämorrhagie)?
20	Befinden Sie sich in der Nähe von elektrischen Überwachungsgeräten (z. B. Herzmonitore, EKG-Geräte)?
21	Sind Sie unter 22 Jahre alt?

Kontraindikationen

Die folgenden Kontraindikationen weisen auf eine Situation hin, in der das Pepper EMS Training System nicht verwendet werden darf:

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht, wenn Sie einen Herzschrittmacher (künstlicher Herzschrittmacher), einen implantierten Defibrillator oder ein anderes implantiertes metallisches oder elektronisches Gerät haben. Eine solche Verwendung kann zu Stromschlägen, Verbrennungen, elektrischen Störungen oder zum Tod führen.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht über einer menstruierenden oder schwangeren Gebärmutter. Die Sicherheit der Verwendung von elektrischen Muskelstimulatoren während der Schwangerschaft ist nicht erwiesen.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht, wenn Sie eine extreme Muskelzerrung oder ein Trauma erlitten haben oder wenn Sie an einer Muskelzerrung wie Rhabdomyolyse leiden (ein Zustand, bei dem sich geschädigte Skelettmuskeln schnell abbauen).

- Verwenden Sie das Pepper EMS Trainingssystem nicht, wenn bei Ihnen ein Herzproblem oder eine Herzerkrankung diagnostiziert wurde.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht, wenn Sie eine unzureichende Blutversorgung (Ischämie) oder eine schwere Durchblutungsstörung in den unteren Gliedmaßen haben.

- Verwenden Sie Pepper nicht bei Bauch- oder Leistenbrüchen.

Vorsichtsmaßnahmen

Pepper empfiehlt Ihnen, die folgenden Vorsichtsmaßnahmen zu beachten, bevor Sie das Pepper EMS Training System verwenden:

- Vorsicht ist geboten, wenn nach einem Trauma oder einer Fraktur eine Tendenz zu inneren Blutungen (Hämorrhagie) besteht.

- Vorsicht ist geboten nach einem akuten Trauma oder einer Fraktur oder nach einer kürzlich erfolgten Operation, wenn die Muskelkontraktion den Heilungsprozess stören kann.

- Konsultieren Sie Ihren Arzt vor der Einnahme von Pepper, wenn bei Ihnen Epilepsie oder eine andere neurologische Störung diagnostiziert wurde.

- Vorsicht ist geboten, wenn eine Nervenschädigung vorliegt, die eine Gefühlsstörung in einem bestimmten Körperbereich zur Folge hat.

- Konsultieren Sie vor der Einnahme Ihren Arzt, wenn Sie einen Verlust von Muskelgewebe oder Muskelschwund erlitten haben, Muskelkrämpfe haben oder Muskeln haben, die mit schmerzhaften oder befallenen Gelenken verbunden sind.

- Konsultieren Sie vor der Einnahme Ihren Arzt, wenn Sie unter anhaltenden Schmerzen leiden.

- Konsultieren Sie vor der Anwendung Ihren Arzt, wenn Sie eine Muskelrehabilitation benötigen.

- Konsultieren Sie vor der Anwendung Ihren Arzt, wenn der Verdacht auf ein Herzleiden besteht. Das Gerät kann bei empfindlichen Personen tödliche Rhythmusstörungen des Herzens verursachen.

Warnungen und Sicherheitsmaßnahmen

Im Folgenden finden Sie allgemeine Warnhinweise und Sicherheitsmaßnahmen, die Sie vor der Verwendung des Pepper EMS Trainingssystems beachten sollten:

- Das Pepper EMS Training System ist nur für Erwachsene (≥ 22 Jahre) geeignet.

- Verwenden Sie den Anzug nicht an Körperteilen, für die er nicht vorgesehen ist.

- Berühren Sie die Innenseite des Anzugs während des Trainings nicht mit Ihren Händen. Wenn eine Anpassung des Anzugs erforderlich ist, unterbrechen Sie das Training und nehmen Sie dann die Anpassung vor.

- Eine Änderung des Pepper EMS Trainingssystems ist nicht zulässig.

- Das Pepper EMS Training System darf nicht neben oder mit anderen Geräten verwendet werden.

- Verwenden Sie keine anderen als die von Pepper angegebenen oder gelieferten Zubehörteile, Messwandler und Kabel, da dies zu erhöhten elektromagnetischen Emissionen oder verminderter elektromagnetischer Störfestigkeit und unsachgemäßem Betrieb führen kann.

- Laden Sie die Akkubox nicht auf, während sie am Anzug befestigt ist. Die App blockiert das Training, während die Akkubox aufgeladen wird, und eine Fehlermeldung wird angezeigt.

- Die Stimulation sollte nicht in der Nähe von Metall angewendet werden. Entfernen Sie alle Schmuckstücke, Piercings, Gürtelschnallen oder andere abnehmbare metallische Produkte oder Geräte in den Bereichen der Stimulation.

- Die Stimulation sollte nicht über dem Nacken (insbesondere den Carotis-Sinus-Nerven) erfolgen, insbesondere nicht bei Anwendern mit einer bekannten Empfindlichkeit gegenüber dem Carotis-Sinus-Reflex.

- Die Stimulation sollte nicht über dem Hals oder dem Mund angewendet werden. Es kann zu schweren Krämpfen der Hals- oder Atemwegsmuskulatur kommen, und die Kontraktionen können stark genug sein, um die Atemwege zu verschließen oder Atemnot zu verursachen.

- Obwohl das Design des Pepper EMS Trainingssystems verhindert, dass elektrischer Strom die Brusthöhle durchquert (transthorakal), sollten Sie darauf hingewiesen werden, dass die Stimulation nicht über die Brusthöhle erfolgen sollte, um zu verhindern, dass elektrischer Strom das Herz erreicht, wo er einen unregelmäßigen Herzschlag (Herzrhythmusstörungen) verursachen könnte.

- Die Stimulation sollte nicht am Kopf oder an Stellen erfolgen, die eine elektrische Stimulation über den Kopf (transzerebral) verursachen könnten. Die Auswirkungen der Stimulation auf das Gehirn sind noch nicht bekannt.

- Die Stimulation sollte nicht an geschwollenen, infizierten oder entzündeten Stellen angewendet werden, z. B. bei Phlebitis (Venenentzündung), Thrombophlebitis (Entzündung der Venenwand), Krampfadern (erweiterte, verlängerte und geschlängelte Venen).

- Die langfristigen Auswirkungen der chronischen elektrischen Stimulation sind noch nicht bekannt.

- Die Stimulation sollte nicht über oder in der Nähe von krebsartigen Läsionen angewendet werden.

- Wenden Sie die Stimulation nicht auf Muskelgruppen an, wenn Sie Bedenken in Bezug auf Ihren Komfort oder Ihre Sicherheit haben.

- Verwenden Sie das Pepper EMS Trainingssystem nicht, wenn es an elektronische Überwachungsgeräte (z. B. Herzmonitore, EKG-Geräte) angeschlossen ist. Diese Geräte funktionieren möglicherweise nicht richtig, wenn die elektrische Stimulation verwendet wird.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht im Wasser oder in einer feuchten Umgebung (Sauna, Hydrotherapie usw.).

- Benutzen Sie das Pepper EMS Trainingssystem nicht in einer sauerstoffreichen Umgebung, wie z.B. in Gegenwart von Sauerstoffflaschen.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht beim Autofahren, beim Bedienen von Maschinen, beim Radfahren oder bei anderen Aktivitäten, bei denen Sie sich oder andere durch elektrische Stimulation verletzen könnten.

- Wenden Sie die Stimulation nicht im Schlaf an.

- Bewahren Sie das Pepper EMS Training System und sein Zubehör außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren auf.

- Verwenden Sie das Pepper EMS Training System nicht bei Tieren.

- Achten Sie darauf, dass keine Fremdkörper (Erde, Wasser, Metall usw.) in den Batteriekasten gelangen.

- Versuchen Sie nicht, den Schutzanzug oder das Batteriefach zu öffnen (z. B. durch Öffnen).

- Plötzliche Temperaturschwankungen können zur Bildung von Kondenswasser im Inneren des Batteriekastens führen. Verwenden Sie das Gerät erst, wenn sich die Temperaturen wieder normalisiert haben.

- Überanstrengen Sie sich beim Training mit der elektrischen Muskelstimulation nicht. Jedes Training sollte auf einem für Sie angenehmen Niveau stattfinden.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht, wenn Sie an ein chirurgisches Hochfrequenzinstrument angeschlossen sind, da dies zu Hautreizungen oder Verbrennungen unter den Pads führen kann.

- Verwenden Sie das Pepper EMS-Trainingssystem nicht in der Nähe von medizinischen Kurzwellen- oder Mikrowellentherapiegeräten. Dies kann zu einer Instabilität der Batteriebox führen.

- Das Pepper EMS Training System darf nicht in der Nähe von medizinischen Geräten wie MRT, CT, Diathermie und Röntgenstrahlen verwendet werden, da diese den von der Batteriebox
erzeugten Strom verändern, Gewebeschäden verursachen und zu schweren Verletzungen oder zum Tod führen
können.

- Das Pepper EMS Trainingssystem darf nicht in Bereichen verwendet werden, in denen ungeschützte Geräte verwendet werden, die elektromagnetische Strahlung aussenden. Tragbare Kommunikationsgeräte, RFID und elektromagnetische Sicherheitssysteme (z. B. Metalldetektoren und EAS) können das Pepper EMS Trainingssystem stören und den von ihm erzeugten Strom verändern.

- Verwenden Sie keine tragbaren HF-Kommunikationsgeräte (einschließlich Peripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) in einem Abstand von weniger als 30 cm zu einem Teil des Pepper EMS Trainingssystems, einschließlich der Kabel. Andernfalls kann es zu einer Beeinträchtigung der Leistung dieses Geräts kommen.

ⓘ	Nicht alle RF-Strahler sind sichtbar. Wenn Sie eine unerwartete Veränderung der Intensität feststellen, beenden Sie bitte sofort Ihr Training und wenden Sie sich an Pepper.

Unerwünschte Wirkungen

- Bei manchen Menschen mit sehr empfindlicher Haut kann es nach der elektrischen Muskelstimulation zu Rötungen oder Reizungen unter den Pads kommen. Im Allgemeinen ist diese Rötung völlig harmlos und sollte in Kürze verschwinden. Vermeiden Sie es, mit dem Training zu beginnen, bis die Rötung nicht mehr sichtbar ist. Wenn die Rötung weiterhin besteht, beenden Sie die Verwendung des Pepper EMS-Trainingssystems und suchen Sie Ihren Arzt auf.

- Bei einigen Personen können während oder nach dem Training Kopfschmerzen oder andere schmerzhafte Empfindungen auftreten. In diesem Fall sollte ein Arzt konsultiert und das Training abgebrochen werden, bis der Arzt sein Einverständnis gegeben hat.

ⓘ	Sollten Sie unerwünschte Reaktionen bemerken, beenden Sie sofort die Anwendung des Pepper EMS Trainingssystems und konsultieren Sie Ihren Arzt.

4 Pepper EMS Training System

Das Pepper EMS Trainingssystem besteht aus zwei Hauptkomponenten oder Zubehörteilen: dem Anzug und der Batteriebox. Beide Zubehörteile werden in diesem Abschnitt beschrieben.

Abbildung 1: Pfefferkombi und Batteriekasten

Der Anzug

Der Anzug gibt Impulse direkt von der angeschlossenen Batteriebox an alle wichtigen Muskelgruppen ab. Der Anzug wird direkt auf der Haut getragen, was zu einer optimalen Leitfähigkeit zwischen den Elektroden und den Muskeln führt. Bitte achten Sie darauf, dass Sie unter dem Anzug eine vollflächige Unterwäsche tragen. Der Anzug ist einteilig und kann am Rücken mit einem Reißverschluss geschlossen werden. Das Ende der Reißverschlussleine ist magnetisch und kann am Anzug befestigt werden.

Der Anzug verfügt über 20 integrierte Trockenelektroden, die acht Hauptmuskelgruppen abdecken:

- Linker/rechter Quadrizeps und linke/rechte Kniesehne
- Gesäßmuskeln links/rechts
- Linker/rechter unterer Rücken
- Linker/rechter oberer Rücken
- Linke/rechte Schulter

- Linker/rechter Bizeps & linker/rechter Trizeps
- Linke/rechte Brust
- Linke/rechte Bauchmuskulatur

Abbildung 2: Pepper Suit vorne und hinten

ⓘ	Es ist ratsam, die Anzüge nicht mit anderen zu teilen, da dies zu einer unsachgemäßen Passform des Anzugs oder zur Übertragung von Körperflüssigkeiten führen kann.
ⓘ	Wir raten Ihnen, unter Ihrem Anzug voll abdeckende Unterwäsche zu tragen.

Die Batteriebox

Die Battery Box ist das Kontrollzentrum für das Pepper EMS-Trainingssystem. Dieses Gerät verwendet Niederfrequenzimpulse, um Muskelkontraktionen zu erzeugen, die die Arbeitsrate und Leistung jeder Muskelgruppe vervielfachen. Es kommuniziert drahtlos mit der Pepper App. Die Batteriebox ist so konzipiert, dass sie in die Form an der Seite des Anzugs passt, die dann mit den Gurten befestigt werden kann. Die Battery Box hat ein Kunststoffgehäuse zum Schutz vor elektrischen Gefahren.

Abbildung 3: Batteriebox Vorder- und Rückseite

Einschalten der Batteriebox

Die Battery Box verfügt über eine einzige Taste zum Ein- und Ausschalten. Wenn Sie die Taste zum Einschalten drücken, warten Sie ein paar Sekunden, bis die LED-Statusanzeige auf der Vorderseite eine Farbe anzeigt. Wenn ein LED-Licht zu sehen ist, ist die Battery Box eingeschaltet, wenn nichts zu sehen ist, ist die Battery Box ausgeschaltet.

Ausschalten der Batteriebox

Wenn Sie mit Ihrem Training fertig sind, drücken Sie erneut auf die Taste, um die Batteriebox auszuschalten. Warten Sie ein paar Sekunden, bis die LED-Leuchte erlischt.

LED-Statusanzeige der Batteriebox

Die Battery Box kommuniziert über die LED-Leuchte als Statusanzeige und informiert Sie über ihren aktuellen Status. In der folgenden Tabelle sind die Zustände der Battery Box sowie die LED-Farbe und die mit dem Zustand verbundene Aktion aufgeführt.

Tabelle 2: LED-Leuchte und Beschreibung

Staat	**Anzeigelampe**	**Beschreibung**
Aus	Keine	Die Battery Box ist ausgeschaltet und wird nicht geladen.
Aufladen	Weißes "P"	Die Battery Box wird geladen.
Auf	Grünes "P"	Die Battery Box ist eingeschaltet und kann mit der App verbunden werden.
Verbunden und bereit	Blaues "P"	Die Battery Box ist mit der App verbunden und bereit für das Training.

5 Gebrauchsanweisung

Bevor Sie Ihr Training mit dem Pepper EMS-Trainingssystem beginnen, müssen Sie die Pepper App auf Ihrem Telefon oder Tablet installieren und konfigurieren und Ihren Anzug so einstellen, dass er eng am Körper anliegt, aber dennoch bequem ist.

Installieren und Starten der Pepper-App

Die Pepper App ist eine Anwendung, die Ihr Pepper EMS Training System Training steuert und verwaltet.

Um die App zu installieren, verwenden Sie bitte eine der beiden folgenden Methoden.

- Öffnen Sie die Kamera-App auf Ihrem Telefon oder Tablet und zentrieren Sie den QR-Code unten (oder auf dem Schnellstart-Flyer) auf dem Bildschirm. Es wird eine Banner-Benachrichtigung angezeigt, die es Ihnen ermöglicht, den mit dem QR-Code verbundenen Link zu öffnen. Bitte klicken Sie auf den Link.

- Klicken Sie auf einen dieser Links für den App Store oder den Google Play Store, um die App direkt auf Ihrem Telefon oder Tablet aufzurufen.
- Öffnen Sie den App- oder Google Play-Store auf Ihrem Telefon oder Tablet und suchen Sie nach der **Pepper: EMS at Home** App und installieren Sie sie.

Nachdem Sie die Pepper-App erfolgreich installiert haben, öffnen Sie sie und folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm, um sich zu registrieren oder anzumelden.

Die App fordert Sie auf, eine kostenlose Testversion der App zu starten. Um mit Ihrem Pepper-Training fortzufahren, bestätigen Sie bitte den kostenlosen Test. Nach dem kostenlosen Test können Sie das Abonnement kündigen.

Anziehen des Anzugs

Im Folgenden finden Sie eine Anleitung zum Anziehen Ihres Anzugs.

ⓘ	Untersuchen Sie Ihren Anzug immer auf Risse, Brüche oder andere Schäden. Wenn ein Schaden vorhanden ist, ersetzen Sie den beschädigten Anzug. Verwenden Sie den Anzug nicht, wenn er beschädigt ist.

1. Ziehen Sie den Anzug so an, dass die Elektroden nach innen zeigen und der Reißverschluss auf der Rückseite des Anzugs liegt. Sie können Unterwäsche unter dem Anzug tragen, aber stellen Sie sicher, dass keine der Elektroden bedeckt ist, da sie direkt auf der Haut platziert werden sollten.

Bild 4: Pfefferkleid anziehen

2. Schließen Sie den Reißverschluss auf der Rückseite und stellen Sie sicher, dass das magnetische Ende der Reißverschlusslinie mit dem magnetischen Teil des Anzugs verbunden ist.

Abbildung 5: Reißverschluss auf der Rückseite schließen

Starten Sie Ihr Onboarding in der App

Öffnen Sie die Pepper App auf Ihrem Telefon oder Tablet und starten Sie den Onboarding-Prozess. Sie können den Onboarding-Prozess starten, indem Sie eine beliebige Art von Training beginnen oder die Battery Box anschließen. Der Onboarding-Prozess besteht aus einem Informationsvideo und dem Verbinden der Battery Box mit Ihrem Telefon.

Anschließen der Batteriebox

Die Battery Box verwendet Bluetooth, um mit der Anwendung zu kommunizieren. Bevor Sie die Battery Box für Ihr Training verwenden können, müssen Sie sie mit Ihrem Telefon oder Tablet koppeln. Stellen Sie dazu sicher, dass sich Ihr Gerät bei eingeschaltetem Bluetooth in der Nähe der Battery Box befindet und Ihre Battery Box eingeschaltet ist, d. h. die LED-Leuchte zeigt ein grünes "P" auf dem Display an.

Klicken Sie in der Pepper-App auf "Find my Pepper suit" und wählen Sie Ihre Pepper Battery Box aus, indem Sie darauf klicken. Sie beginnt mit Pepper und wird mit einer vierstelligen Nummer fortgesetzt.

Herzlichen Glückwunsch, Ihr Gerät ist jetzt mit Ihrer Battery Box gekoppelt. Wenn Sie von nun an die Pepper App starten und Ihre Battery Box einschalten, wird sie automatisch mit ihr gekoppelt, wenn sich das Telefon oder Tablet in Reichweite befindet.

ⓘ	Überprüfen Sie Ihre Battery Box immer gründlich. Verwenden Sie Ihre Battery Box nicht, wenn sie beschädigt ist. Zu Ihrer Sicherheit wenden Sie sich bitte an Pepper.

Befestigen der Batteriebox am Anzug

Sobald Sie Ihr Telefon oder Tablet mit der Batteriebox gekoppelt haben, können Sie es am Anzug befestigen.

1. Legen Sie die Form des Batteriekastens direkt auf die Form auf der rechten Seite des Anzugs. Vergewissern Sie sich, dass sich der Netzschalter an der Oberseite befindet.
2. Sobald die Batteriebox auf der Form platziert ist, wird sie magnetisch mit ihr verbunden. Um sicherzustellen, dass sie während des Trainings an Ort und Stelle bleibt, verwenden Sie den Gurt an Ihrem Anzug.

Abbildung 6: Befestigen Sie den Batteriekasten am Anzug

Verwalten Sie Ihre Trainingseinheit

Der letzte Schritt Ihres Onboarding-Prozesses wird Ihr erstes Pepper-Video-Workout sein, das Ihnen alles im Detail erklärt und mit Anfängerübungen beginnt. Dieses Workout sieht aus wie alle anderen Workouts in der Pepper App. Sobald die Trainingssitzung beginnt, wird der Trainingsbildschirm angezeigt.

Verstehen des Trainingsbildschirms

Abbildung 7: Gesamtbildschirm für das Training

Tabelle 3: Gesamtbildschirm - Bildschirmteile und Beschreibungen

Nummer	Bildschirmteil	Beschreibung
1	Übung	Zeigt den Namen der aktuellen Übung an.
2	Pause/Wiedergabe	Sie können das Training jederzeit anhalten und abspielen.
3	Impuls-Bar	Zeigt die verbleibende Zeit für die aktuelle Stimulationsperiode an: • Wenn die Batteriebox blau ist, sendet sie elektrische Impulse an die Komponenten des Pepper EMS-Trainingssystems. • Wenn sie weiß ist, befindet sich der Batteriekasten im Ruhezustand und hat aufgehört, elektrische Impulse zu senden. Bitte beachten Sie, dass die Batteriebox im Kardio- und Entspannungsmodus eine konstante Stimulation liefert, weshalb dieser Balken nicht angezeigt wird.
4	Wärmezonen	Stellt die Gesamtintensitätszone der Trainingseinheit auf der Grundlage Ihrer historischen Trainingsintensität dar. Die gelben und roten Zonen liegen über der historischen Trainingsintensität.

5	Pfefferspitzen	Gamification-Element basierend auf der Trainingsintensität und den Trainingsminuten sowie dem Niveau des Trainingsvideos (alle Stufen und Fortgeschrittene).
6	Allgemeine Elektrodenkontrolle	Steuert die Gesamtintensität der Elektroden. Das "+" erhöht die Gesamtintensität der Elektroden (unter dreißig in 5er Schritten, über 30 in 1er Schritten), das "-" verringert die Gesamtintensität der Elektroden (unter dreißig in 5er Schritten, über 30 in 1er Schritten). Die Power-Taste schaltet alle Elektroden gleichzeitig ein und aus.
7	Einzelelektrode Steuerung	Diese Schaltfläche öffnet die Detailansicht der Elektrodensteuerung, in der einzelne Elektroden gesteuert werden können.

Abbildung 8: Detaillierter Trainingsbildschirm

Tabelle 4: Detaillierter Bildschirm - Bildschirmteile und Beschreibungen

Nummer	Bildschirmteil	Beschreibung
8	Einzelne Elektrode	Jede Elektrode (vorne: Brust, Arme, Bauchmuskeln, Beine; hinten: oberer, mittlerer und unterer Rücken, Gesäß) kann einzeln gesteuert werden. Das "+" erhöht die Elektrode (unter dreißig in 5er Schritten, über 30 in 1er Schritten), das "-" verringert die Elektrode (unter dreißig in

		5er Schritten, über 30 in 1er Schritten). Die Power-Taste schaltet die Elektrode ein oder aus.
9	Detailaufnahme schließen	Durch Drücken des "x" können Sie den detaillierten Trainingsbildschirm schließen und zum Gesamttrainingsbildschirm zurückkehren.
10	Voreinstellung speichern und laden	Wenn Ihnen eine Trainingsintensität gefällt, können Sie auf "Voreinstellung speichern" drücken, um diese Elektrodeneinstellung für künftige Trainingseinheiten zu speichern. Wenn Sie "Voreinstellung laden" drücken, können Sie die in der Vergangenheit gespeicherte Intensität laden. Für jeden Anzugmodus können Sie eine Voreinstellung speichern.

Unterbrechen oder beenden Sie Ihre Trainingseinheit

Um Ihr Training zu unterbrechen oder zu beenden, gibt es drei verschiedene Möglichkeiten:

1. Drücken Sie auf Ihrem Trainingsbildschirm auf Pause.
2. Lösen Sie den Batteriekasten von Ihrem Anzug.
3. Schalten Sie Ihre Batteriebox aus.

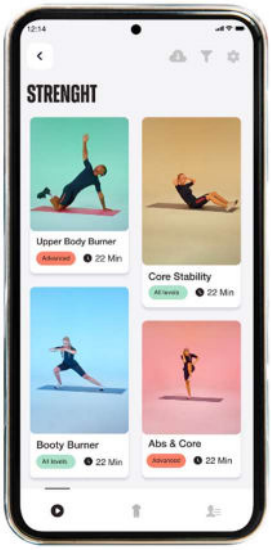
ⓘ	Wenn Sie während des Trainings größere Beschwerden oder Schmerzen verspüren, unterbrechen oder beenden Sie das Training sofort und verringern Sie die Intensität nach Bedarf.

Wählen Sie Ihr Training aus

Wenn Sie die Pepper App auf Ihrem Telefon oder Tablet öffnen, können Sie zwischen einem Anzugtraining (Anzug -> Training) oder einem Video-Workout (Klassen) wählen, wo alle verfügbaren Kraft-, Cardio- und Entspannungsvideos aufgelistet sind.

ⓘ	Wir empfehlen Ihnen, in den ersten Wochen mit einem Training auf allen Ebenen und mit niedriger Intensität zu beginnen, bevor Sie zu höheren Intensitäten übergehen, um sich mit dem Gefühl vertraut zu machen. Wir empfehlen Ihnen außerdem, mit einem Krafttraining pro Woche zu beginnen und nach 4-6 Wochen langsam auf zwei zu steigern.

Abbildung 9: Workout-Videos

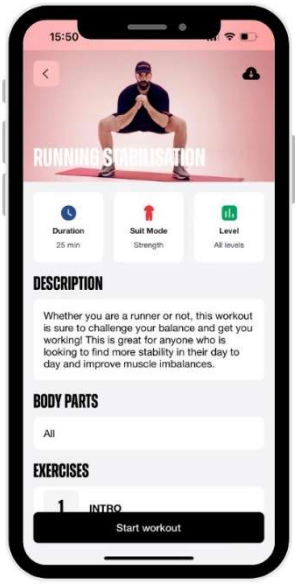


In der Kursübersicht finden Sie die folgenden Details zu jedem Trainingsvideo.

Tabelle 5: Trainingsinformationen und -beschreibung

Informationen zum Training	**Beschreibung**
Ausbildungsmodus	Der mit dem Training verbundene Trainingsmodus: Kraft, Kardio oder Entspannung.
Workout Name	Der Name beschreibt den Schwerpunkt des Trainings- oder Erholungsmodus.
Workout Level	Der allgemeine Schwierigkeitsgrad der einzelnen Übungen im Training: • Alle Niveaus • Fortgeschrittene
Dauer des Trainings	Die Länge gibt die Dauer des Workout-Videos in Trainingsminuten an.

Abbildung 10: Details zum Training



Sobald Sie das gewünschte Training ausgewählt haben, werden weitere Informationen zu diesem Training angezeigt.

Tabelle 6: Details und Beschreibung des Workouts

Details zum Workout	**Beschreibung**
Workout Beschreibung	Eine kurze Beschreibung des Workouts.
Körperteile	Die Körperteile, auf die sich die Übungen konzentrieren, werden angezeigt.
Übungen	Alle Übungen, die im Workout enthalten sind, werden aufgelistet.

Wenn Sie das für Sie passende Training gefunden haben, drücken Sie auf dem Bildschirm die Schaltfläche **Training starten**, um Ihre Trainingseinheit zu beginnen.

6 Ausbildungsmodi

Die Trainingseinheiten in der Pepper App sind einem bestimmten Trainingsmodus zugeordnet. Jeder Modus ist so konzipiert, dass er die Übungen und die Arbeit anzeigt, die während des ausgewählten Trainings im Mittelpunkt stehen. Die folgende Liste hilft Ihnen bei der Auswahl eines Trainingsprogramms, das für Ihre Trainingsbedürfnisse geeignet ist.

Tabelle 7: Trainingsmodus und Beschreibung

Modus	**Beschreibung**
Stärke	Dieser Modus dient dazu, die maximale Kraft der Muskeln zu erhöhen.
Kardio	Dieses Programm verbessert die allgemeine Muskelausdauer und die Widerstandsfähigkeit gegen Ermüdung. Es aktiviert den aeroben Stoffwechsel der Fasern während des Trainings.
Entspannen Sie sich	Dieses Programm trägt zur Steigerung der Durchblutung bei. Es sollte nach Trainingseinheiten und Wettkämpfen angewendet werden.

Ausbildung Empfehlung

Da die verschiedenen Trainingsmodi unterschiedliche Intensitäten haben, empfehlen wir eine maximale Trainingszeit pro Woche für jeden Modus.

Tabelle 8: Ausbildungsmodus und Empfehlung

Modus	**Ausbildung Empfehlung**
Stärke	Maximal 25 Minuten pro Sitzung, maximal 50 Minuten pro Woche mit mindestens zwei Ruhetagen zwischen den Sitzungen (z. B. 2 x 25 Minuten)
Kardio	Maximal 125 Minuten pro Woche (z. B. 5 x 25 Minuten)
Entspannen Sie sich	Maximal 125 Minuten pro Woche (z. B. 5 x 25 Minuten)

7 Aufladen Ihrer Batteriebox

Die Pepper App prüft den Batteriestand der Batteriebox und zeigt ihn auf dem Bildschirm des Anzugs an. Der Batteriestand sollte über 10 % liegen, bevor Sie Ihre Trainingseinheit beginnen. Die App weist Sie darauf hin, dass sie vor einer Trainingseinheit aufgeladen werden muss.

Um Ihre Batteriebox aufzuladen, gehen Sie bitte wie folgt vor:

1. Trennen Sie den Batteriekasten vom Anzug, falls er angebracht ist.
2. Vergewissern Sie sich, dass die Batteriebox ausgeschaltet ist, indem Sie die LED-Statusanzeige überprüfen.
3. Schließen Sie das Micro-USB-Ladekabel an den Micro-USB-Anschluss an der Unterseite der Batteriebox an.

4. Verwenden Sie zum Aufladen ein standardmäßiges 5V 0,5A USB Typ C Standard-Ladegerät (DC5V).
5. Achten Sie auf die weiße LED "P", die anzeigt, dass der Ladevorgang läuft.

ⓘ	Laden Sie die Akkubox niemals auf, wenn sie am Körper befestigt ist. Laden Sie die Akkubox niemals an unzuverlässigen oder problematischen Quellen auf.

8 Fehlersuche

Im Folgenden finden Sie eine Sammlung möglicher Probleme mit dem Pepper EMS Training System. Wenn Sie weitere Fragen oder Bedenken haben, wenden Sie sich bitte an Pepper.

Tabelle 9: Fehlersuche - Problem und Lösung

Ausgabe	Auflösung
Die Batteriebox schaltet sich nicht ein	Schließen Sie das Ladegerät an die Batteriebox an. Achten Sie darauf, dass es sich um ein standardmäßiges 5-V-USB-Typ-C-Ladegerät handelt. Während des Ladevorgangs sollte auf dem Display ein weißes "P" angezeigt werden. Lassen Sie die Batteriebox 30 Minuten lang aufladen. Nehmen Sie die Batteriebox nach dem Laden aus dem Ladegerät und schalten Sie sie ein. Drücken Sie einmal die Einschalttaste und warten Sie einige Sekunden, bis die LED auf dem Display aufleuchtet.
Die App kann sich nicht mit der Batteriebox verbinden	Vergewissern Sie sich, dass Ihre Akkubox eingeschaltet ist. Stellen Sie sicher, dass Sie die Pepper-App und nicht die Bluetooth-Einstellungen des Telefons oder Tablets mit der Akkubox verbinden. Wenn sich Ihr Telefon oder Tablet immer noch nicht mit der Akkubox verbinden lässt, folgen Sie den Anweisungen Schritt für Schritt: 1. Vergewissern Sie sich, dass der Batteriekasten eingeschaltet ist. 2. Stellen Sie sicher, dass die Bluetooth-Funktion Ihres Telefons oder Tablets eingeschaltet ist. 3. Öffnen Sie die Pepper-App und gehen Sie zu **Anzug** und **Konfiguration**. 4. Drücken Sie **Connect Suit** und **Find my Pepper suit**. 5. Verbinden Sie sich mit Ihrer Akkubox. Wenn keine Akkubox angezeigt wird, gehen Sie zu den Einstellungen

	Ihres Telefons oder Tablets und öffnen Sie die Einstellungen für die Pepper-App. 6. Aktivieren Sie Bluetooth und Standort (für Android). 7. Versuchen Sie es noch einmal.
Probleme mit dem Anzugkontakt / Die Stimulation ist selbst bei hoher Intensität schwach oder unangenehm	Vergewissern Sie sich, dass die Elektroden Ihre Haut berühren. Sind sie zu locker, verwenden Sie die mitgelieferten Gurte, um den Anzug zu straffen. Der Anzug sollte nicht verwendet werden, wenn er zu locker sitzt und die Elektroden nicht vollständig und fest auf der Haut aufliegen. Vergewissern Sie sich, dass die Batteriebox eingeschaltet und ordnungsgemäß an der Seite des Anzugs angeschlossen ist. Obwohl Pepper trockene Elektroden verwendet, funktioniert die Verbindung am besten mit ein wenig Feuchtigkeit. Wenn Sie die Impulse nicht richtig spüren können, verlängern Sie die Aufwärmphase oder verwenden Sie ein feuchtes Handtuch, um die Elektroden von der Innenseite des Anzugs her zu befeuchten.

9 Lagerung und Wartung

Pepper hat die folgenden Empfehlungen für die Lagerung und Pflege Ihres Pepper EMS Trainingssystems:

- Bewahren Sie Ihren Anzug an einem kühlen, trockenen und gut belüfteten Ort auf.
- Wenn Sie die Batteriebox nicht benutzen, bewahren Sie sie in der mitgelieferten Tasche auf.
- Wenn Sie vorhaben, die Batteriebox über einen längeren Zeitraum zu lagern, ohne sie zu benutzen, sollten Sie sie alle sechs Monate vollständig aufladen.
- Verpacken Sie den Anzug nicht über einen längeren Zeitraum, wenn er nass ist (z. B. nach dem Training oder Waschen), da sich Schimmel und Bakterien bilden können.
- Wenn Sie den Anzug waschen, waschen Sie ihn bei 30° Celsius und verwenden Sie ein normales Waschmittel. Der Anzug ist für die Verwendung in Haushaltswaschmaschinen geeignet.
- Um die Langlebigkeit Ihres Anzugs zu gewährleisten, empfiehlt Pepper, ihn mit kaltem Wasser und Feinwaschmittel von Hand zu waschen und nur selten in der Waschmaschine zu waschen.
- Der Anzug ist so konzipiert, dass er in der Maschine mit kaltem Wasser und einem milden Waschmittel gewaschen werden kann; es ist jedoch möglich, dass wiederholtes Waschen in der Waschmaschine die Wirksamkeit des Anzugs beeinträchtigt.
- Überprüfen Sie den Schutzanzug nach der Reinigung immer visuell auf Schmutzreste. Wenn der Schutzanzug am Ende der Reinigung visuell nicht sauber ist und Schmutzreste auf dem Gerät sichtbar sind, wiederholen Sie bitte die Reinigung. Wenn auch nach wiederholter Reinigung noch Schmutzreste vorhanden sind, wenden Sie sich bitte an info@peppermove.com für weitere Anweisungen.

- Trocknen Sie Ihren Anzug immer an der Luft. Geben Sie Ihren Anzug NICHT in den Trockner, da er dadurch beschädigt wird.
- Sie können die Steckerstifte an Ihrem Anzug und der Batteriebox vorsichtig mit einem trockenen Lappen abwischen, um sicherzustellen, dass kein Staub oder Partikel auf den Steckerstiften sichtbar sind.
- Reinigen Sie Ihren Batteriekasten nur mit einem weichen, trockenen Tuch.
- Die Batteriebox wird systematisch auf ihre Qualität geprüft und muss daher nie zusätzlich kalibriert oder überprüft werden. Die Trainingsparameter für das Pepper EMS Trainingssystem sind in der Hard- und Software eingestellt und verschlechtern sich bei normalem Gebrauch nicht mit der Zeit.
- Öffnen oder verändern Sie Ihr Pepper EMS Trainingssystem nicht. Dies wird als Manipulation des Geräts betrachtet und entbindet den Hersteller von jeglicher Verantwortung in Bezug auf die Garantie sowie auf die Gefahren, denen der Bediener oder Benutzer ausgesetzt sein kann.

10 Garantie

Die Pepper-Batterie hat eine Garantie von zwei Jahren, und der Pepper-Anzug hat eine Garantie von einem Jahr, beginnend mit dem ursprünglichen Kaufdatum zu Gunsten des Erstkäufers. Mehr als 150 Trainingseinheiten und Reinigungen mit einer Waschmaschine wurden für die erwartete Lebensdauer des Anzugs mit Batteriebox ausgewertet. Für den Anzug und die Batterie wird garantiert, dass sie frei von Herstellerfehlern sind, mit Ausnahme von Schäden oder Defekten, die auf Folgendes zurückzuführen sind 1) normaler Verschleiß im Zusammenhang mit der beabsichtigten Nutzung, 2) kommerzielle Nutzung und 3) Nichtbeachtung der Anweisungen in der Bedienungsanleitung, Unfall, unsachgemäße Verwendung, Nachlässigkeit, Missbrauch, Änderungen, Modifikationen, unsachgemäße Montage, Installation oder Verwendung von Nicht-Originalteilen. Die Pepper-Batteriegarantie gilt nicht für Schäden, die durch die Verwendung eines unsachgemäßen Ladegeräts, unsachgemäße Wartung oder Wasserschäden entstehen. Garantieansprüche müssen bei info@peppermove.com eingereicht werden. Bitte beachten Sie, dass unser Pepper-Team vor dem Austausch eines Elements möglicherweise Fotos oder Videos des beschädigten Teils benötigt.

11 Technische Daten

Nachfolgend finden Sie die technischen Spezifikationen für das Pepper EMS Training System.

Anzug-Spezifikationen

Tabelle 10: Anzugparameter und Werte

Parameter	Wert
Anzug Gewicht	600-800g
Material	68% Nylon, 32% Elasthan, Silber-Ionen-Silikon

Tabelle 11: Anzuglänge weiblicher Körpertyp

	Länge in cm XXS	XS	S	M	L	XL
Volle Länge	90	91	92	93	94	95
Taille	29	30	31	32	33	34
Arm	10	10,5	11	11,5	12	12,5
Bein	16	16,5	17	17,5	18	18,5

Tabelle 12: Anzuglänge Männlicher Körpertyp

	Länge in cm XS	S	M	L	XL	XXL
Volle Länge	96	97	98	99	100	101
Taille	34	35	36	37	38	39
Arm	11,5	12	12,5	13	13,5	14
Bein	19	19,5	20	20,5	21	21,5

Elektroden-Spezifikationen

Die Elektroden in Ihrem Anzug werden entsprechend der Position der zu stimulierenden Muskelgruppen angebracht. Sie bestehen aus speziellem leitfähigem Gewebe, einem Silber-Ionen-Material. Pad-Größen für verschiedene Anzuggrößen sind wie folgt:

Tabelle 13: Elektrodengröße Buchsengehäuse Typ

Muskelgruppe	Elektrode	Fläche in cm^2 XXS	XS	S	M	L	XL
Vorderseite	**Vordere Arme**	35,26	40,70	46,14	51,58	57,02	62,46
	Brustkorb	44,58	45,62	46,66	47,71	48,75	49,79
	Abs	117,96	121,51	125,07	128,63	132,18	135,74

	Vordere Beine	182,38	193,20	204,01	214,83	225,65	236,46
Zurück	**Rücken Beine**	122,90	127,26	131,63	136,00	140,37	144,74
	Gesäßmuskeln	94,95	100,63	106,32	112,00	117,68	123,37
	Unterer Rücken	91,72	96,18	100,64	105,10	109,56	114,02
	Mittlerer Rücken	60,78	66,14	71,51	76,88	82,24	87,61
	Oberer Rücken	26,60	28,37	30,15	31,92	33,69	35,47
	Rücken-Arme	34,88	40,45	46,01	51,58	57,15	62,71

Tabelle 14: Elektrodengröße männlich Gehäusetyp

Muskelgruppe	**Elektrode**	**Fläche in cm²** **XS**	**S**	**M**	**L**	**XL**	**XXL**
Vorderseite	**Vordere Arme**	43,20	50,00	56,80	63,60	70,40	77,20
	Brustkorb	50,69	51,99	53,30	54,60	55,90	57,20
	Abs	130,03	134,47	138,92	143,36	147,81	152,25
	Vordere Beine	201,40	214,92	228,44	241,96	255,48	269,00
Zurück	**Rücken Beine**	136,06	141,52	146,98	152,44	157,90	163,36
	Gesäßmuskeln	114,75	121,86	128,96	136,06	143,17	150,27
	Unterer Rücken	101,33	106,91	112,48	118,05	123,63	129,20
	Mittlerer Rücken	67,82	74,53	81,24	87,94	94,65	101,36
	Oberer Rücken	34,04	36,25	38,47	40,69	42,90	45,12
	Rücken-Arme	41,32	48,27	55,23	62,19	69,14	76,10

Spezifikationen der Batteriebox

Tabelle 15: Parameter und Werte der Batteriebox

Parameter	**Wert**
Material	Lithium-Polymer (LiPo)

Gehäusematerialien	Kunststoff-Spritzgießen, Polylac Abs (J01)
Batterie Gewicht	152g
Batteriegröße	96x65x29mm
Batteriekapazität	2650mAh
Ladung Eingang	Wiederaufladbar, 5V über Micro USB Anschluss
Akku-Spannung	3.8VF
Stimulationskanäle	16 Kanäle
Ausgangsfrequenz	15-100Hz
Ausgang Impulsbreite	160-490 Mikrosekunden
Stimulationswellenform	Bipolar Symmetrisch
Form	Rechteckig
Maximale Ausgangsspannung	54 Volt
Maximaler Ausgangsstrom	108 Milli-Ampere
Betriebstemperatur und Luftfeuchtigkeit	5°C bis 40°C , 15% bis 90% RH
Transport und Lagerung Temperatur und Luftfeuchtigkeit	-25°C bis 70°C , 15% bis 90% RH
Betriebsdruck	700hPa bis 1060hPa
Transport und Lagerung Druck	500hPa bis 1060hPa
Drahtlose Verbindung	Eingebautes BLE-Modul
Typ BF	Anwendungsteil Typ BF

Bluetooth-Spezifikationen

Typ des BT-Moduls: EZ-BLE PSoC XT/XR BT 4.2 Modul

Frequenzband für Empfang/Sendung: 2,402 - 2,480 GHz

Bandbreite: 2 MHz

Maximale Funkreichweite: 50 Meter / 165 Fuß

Beschränkungen

Das Produkt ist nicht für den Einsatz in Umgebungen mit hoher Sauerstoffkonzentration und/oder entflammbaren Flüssigkeiten und/oder entflammbaren Gasen geeignet; es darf nicht mit Geräten für die Elektrochirurgie oder Kurzwellen- oder Mikrowellentherapie verwendet werden; das Gerät kann durch andere Geräte gestört werden, auch wenn diese anderen Geräte die CISPR EMISSION-Anforderungen erfüllen.

Emissionen

Tabelle 16: Emissionstabelle

Emissionsprüfung	Einhaltung der Vorschriften	Elektromagnetische Umgebung - Anleitung
RF-Emissionen CISPR 11	Gruppe 1	Das oben aufgeführte Modell verwendet HF-Energie nur für seine interne Funktion. Daher sind seine HF-Emissionen sehr gering und es ist unwahrscheinlich, dass sie Störungen bei elektronischen Geräten in der Nähe verursachen.
RF-Emissionen CISPR 11	Klasse B	Die oben aufgeführten Modelle eignen sich für den Einsatz in allen Einrichtungen, einschließlich Wohngebäuden und solchen, die direkt an das öffentliche Niederspannungsnetz angeschlossen sind, das Gebäude versorgt, die für Wohnzwecke genutzt werden.
Oberwellenemissionen IEC 61000-3-2	N/A (Batterieversorgung)	/
Spannungsschwankungen/Flicker-Emissionen IEC 61000-3-3	N/A (Batterieversorgung)	/

Immunität

Tabelle 17: Immunitätstabelle

Gehäuse Anschluss			
Prüfung der Immunität	**Test Bedingung**	**IEC 60601 Konformitätsstufe**	**Bemerkungen**
Elektrostatische Entladung (ESD)	±,8 kV Kontakt ± 2,4,8,15 kV Luft	±8 kV Kontakt ± 15 kV Luft*	Es wurde keine Leistungsverschl

IEC 61000-4-2			echterung festgestellt.
Abgestrahlte RF-EM-Felder und Näherungsfelder von drahtlosen RF-Kommunikationsgeräten IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz - 2,7 GHz 80% AM 1kHz	10 V/m 80 MHz - 2,7 GHz	Es wurde keine Leistungsverschlechterung festgestellt.
	385MHz (18Hz Impulsmodulation)	27 V/m	
	450MHz (FM+/-5KHz Abweichung 1kHz Sinus oder 18Hz Pulsmodulation)	28 V/m	
	710MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	745MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	780MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	810MHz (18Hz PM)	28 V/m	
	870MHz (18Hz PM)	28 V/m	
	930MHz (18Hz PM)	28 V/m	
	1720MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	1845MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	1970MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	2450MHz (217Hz PM)	28 V/m	
	5240MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	5500MHz (217Hz PM)	9 V/m	
	5785MHz (217Hz PM)	9 V/m	
RATED power Frequenz Magnetfelder IEC 61000-4-8	50Hz oder 60Hz	30 A/m	Es wurde keine Leistungsverschlechterung festgestellt.
Magnetische Annäherungsfelder IEC 61000-4-39	30 kHz (CW)	8 A/m	Es wurde keine Leistungsverschlechterung festgestellt.
	134,2 kHz (2,1 kHz PM)	65 A/m	
	13,56 MHz (50 kHz PM)	7,5 A/m	

Kommentar: /

Tabelle 18: Immunitätstabelle 2

Patientenkupplung PORT			
Prüfung der Immunität	**Test Bedingung**	**IEC 60601 Konformitätsstufe**	**Bemerkungen**
Elektrostatische Entladung (ESD) IEC 61000-4-2	±,8 kV Kontakt ± 2,4,8,15 kV Luft	±8 kV Kontakt ± 15 kV Luft	Es wurde keine Leistungsverschlechterung festgestellt.
Durch RF-Felder induzierter leitungsgebundener RF IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz - 80 MHz auch 6 Vrms ISM- und Amateurfunkbänder 80% AM 1kHz	6 Vrms	Es wurde keine Leistungsverschlechterung festgestellt.
Kommentar: /			

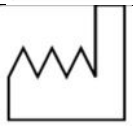
Wenn es zu einem Verlust oder einer Verschlechterung der wesentlichen Leistungen kommt, können Sicherheit und Effektivität gefährdet sein, und es wird empfohlen, das Training abzubrechen.

Das Pepper EMS Trainingssystem wurde gemäß den Empfehlungen der IEC TR 60601-4-2: Medizinische elektrische Geräte - Teil 4-2: Leitfaden und Interpretation - Elektromagnetische Störfestigkeit: Leistung medizinischer elektrischer Geräte und medizinischer elektrischer Systeme geprüft.

12 Symbole Glossar

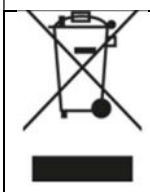
Tabelle 19: Symbole und Erklärungen

Symbol	**Symbol Titel**	**Beschreibung**	**Symbol Referenz #**	**Bezeichnung #**	**Standard-Titel**
	Vorsicht	Weist darauf hin, dass der Anwender die Gebrauchsanweisun	5.4.4	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung

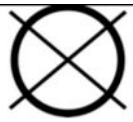
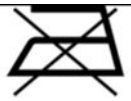
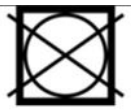
		g zu Rate ziehen muss, wenn er wichtige Vorsichtsinformationen wie Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen benötigt, die aus verschiedenen Gründen nicht auf dem Medizinprodukt selbst angegeben werden können.			, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Siehe Gebrauchsanweisung/ Buch	Zeigt an, dass die Gebrauchsanweisung gelesen werden muss.	M002	ISO 7010	Grafische Symbole - Sicherheitsfarben und Sicherheitszeichen - Registrierte Sicherheitszeichen
	Hersteller	Gibt den Hersteller des Medizinprodukts an, wie in den Richtlinien 90/385/ECC, 93/42/EDD und 98/79/EC definiert		ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Datum der Herstellung	Gibt das Datum an, an dem das Medizinprodukt hergestellt wurde.	5.1.3	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung

					und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Katalognummer	Gibt die Katalognummer des Herstellers an, damit das Medizinprodukt identifiziert werden kann.		ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Seriennummer	Gibt die Seriennummer des Herstellers an, damit ein bestimmtes Medizinprodukt identifiziert werden kann.	5.1.7		Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen

	Losnummer	Gibt die Losnummer des Herstellers an, so dass die Losnummer identifiziert werden kann.	5.1.5	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Typ BF Anwendungsteil	Kennzeichnet ein Anwendungsteil vom Typ BF, das der Norm ICE 60601-1 BF=Body Floating entspricht. Wird für Geräte verwendet, die leitenden Kontakt mit dem Patienten haben oder einen mittel- oder langfristigen Vertrag mit dem Patienten haben. Darf nicht mit der Erde verbunden werden (erdfrei).		IEC 60417:2002	Grafische Symbole zur Verwendung auf Geräten
	Temperaturgrenze	Gibt die Temperaturgrenzen an, denen das Medizinprodukt sicher ausgesetzt werden kann.	5.3.7	ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1:

					Allgemeine Anforderungen
	Begrenzung der Luftfeuchtigkeit	Gibt den Bereich der Luftfeuchtigkeit an, dem das Medizinprodukt sicher ausgesetzt werden kann.	5.3.8		Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen
	Atmosphärische Druckbegrenzung	Gibt den Bereich des atmosphärischen Drucks an, dem das Medizinprodukt sicher ausgesetzt werden kann.	5.3.9	ISO 15223-1:2021	
	WEEE	Abfall in Elektro- und Elektronikgeräten. Zeigt an, dass ein Produkt nicht auf einer Mülldeponie entsorgt werden sollte; der schwarze Balken bedeutet, dass das Gerät nach 2005 hergestellt wurde.	-	EN 50419:2006	Kennzeichnung von Elektro- und Elektronikgeräten gemäß Artikel 11 Absatz 2 der Richtlinie 2002/96/EG (WEEE)

	Bereitschaftsdienst	Zeigt an, dass das Gerät sich im Ruhezustand oder im Energiesparmodus befindet. Der Schalter trennt das Gerät nicht vollständig von seiner Stromversorgung.	5009	IEC 60417:2002	Grafische Symbole zur Verwendung auf Geräten
	FCC-Kennzeichnung	Die Kennzeichnung zeigt an, dass das elektronische Gerät, das in den Vereinigten Staaten verkauft wird, zertifiziert ist und dass die von dem Gerät ausgehenden elektromagnetischen Störungen unter den von der Federal Communications Commission genehmigten Grenzwerten liegen.	-	Bundeskommunikation	-
	Nicht verwenden, wenn die Verpackung beschädigt ist	Zeigt an, dass das Gerät nicht verwendet werden sollte, wenn die Verpackung beschädigt oder geöffnet wurde.		ISO 15223-1:2021	Medizinprodukte - Symbole für die Kennzeichnung, Beschriftung und Bereitstellung von Informationen über Medizinprodukte - Teil 1: Allgemeine Anforderungen

	Nicht chemisch reinigen	Zeigt an, dass das Kleidungsstück nicht sicher trocken gereinigt werden kann, ohne Schaden zu nehmen.		ISO 3758:2021	Textilien - Pflegekennzeichnungscode mit Symbolen
	Nicht bügeln	Zeigt an, dass das Kleidungsstück nicht sicher gebügelt werden kann, ohne es zu beschädigen.	-	ISO 3758:2012	Textilien - Pflegekennzeichnungscode mit Symbolen
	Nicht im Trockner trocknen	Zeigt an, dass das Kleidungsstück nicht sicher im Trockner getrocknet werden kann, ohne Schaden zu nehmen.	-	ISO 3758:2012	Textilien - Pflegekennzeichnungscode mit Symbolen
	Nicht bleichen	Zeigt an, dass das Kleidungsstück nicht sicher gebleicht werden kann, ohne Schaden zu nehmen.	-	ISO 3758:2012	Textilien - Pflegekennzeichnungscode mit Symbolen
	Maximale Waschtemperatur 30°C (105°F) im Normalzustand	Gibt die maximale Temperatur an, bei der das Kleidungsstück sicher gewaschen werden kann, ohne Schaden zu nehmen.	-	ISO 3758:2012	Textilien - Pflegekennzeichnungscode mit Symbolen
	In kaltem Wasser in normalem Zustand	Zeigt an, dass das Kleidungsstück sicher in kaltem Wasser gewaschen werden kann, ohne Schaden zu nehmen.	-	ISO 3758:2012	Textilien - Pflegekennzeichnungscode mit Symbolen

	waschen				
IP22	IP-Code	Zeigt an, dass das Gerät vor Fingern oder ähnlichen Gegenständen geschützt ist und dass senkrecht abtropfendes Wasser keine schädlichen Auswirkungen hat, wenn der Batteriekasten in einem Winkel von 15° aus seiner normalen Position gekippt wird.		IEC 60529	
CE	CE-Konformität	Gibt an, dass der Hersteller die Konformität der Waren mit den europäischen Gesundheits-, Sicherheits- und Umweltschutznormen bestätigt.	-	-	Europäisches Konformitätszeichen
	Trocken halten	Zeigt an, dass der Batteriekasten vor Feuchtigkeit geschützt werden muss.		ISO 15223-1	Symbole für medizinische Geräte
	Nicht sicher für Herzschrittmacher und Defibrillatoren	Kein Zugang für Personen mit aktiven implantierten Herzgeräten.		ISO 3864-3:2012	Symbole für medizinische Geräte

	MR unsicher	Halten Sie sich von Geräten der Magnetresonanztomographie (MRT) fern.		ASTM F2503-20	Symbole für medizinische Geräte

13 App-Fehlermeldungen

Tabelle 20: Fehlermeldungen mit Erklärungen

E#	Fehlermeldung	Erläuterung
E1	Fehler bei der Passwortüberprüfung	Passwortformat nicht gültig. Es sind mindestens 8 Zeichen erforderlich und 3 von 4 Bedingungen müssen erfüllt sein: ein großer Buchstabe, ein kleiner Buchstabe, ein Sonderzeichen, eine Zahl.
E2	Ungültige Berechtigungsnachweise	Bei Eingabe ungültiger Anmeldedaten während der Anmeldung
E3	Login-Fehler	Wenn Sie bei der Anmeldung keine E-Mail oder keinen Benutzernamen eingeben
E4	E-Mail existiert nicht	Wenn Sie auf dem Bildschirm "Passwort vergessen" eine E-Mail eingeben, die nicht in unserer Datenbank vorhanden ist
E5	Bitte gültigen *Feldnamen* eingeben	Wenn Sie sich registrieren und einige der Felder leer lassen
E6	Das Gewicht muss zwischen 30 und 150 kg (65 und 350 lb) liegen.	Wenn Sie bei der Registrierung ein Gewicht außerhalb dieser Spanne eingeben
E7	Körpergröße zwischen 130 und 230 cm (4,1 und 7,5 Fuß)	Wenn Sie bei der Registrierung ein Gewicht außerhalb dieser Spanne eingeben

E8	Körpergröße zwischen 130 und 230 cm (4,1 und 7,5 Fuß)	Bei Eingabe der Höhe außerhalb dieser Spanne bei der Registrierung
E9	Bitte stimmen Sie den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und der Datenschutzrichtlinie von Apps zu, um die Registrierung abzuschließen.	Wenn Sie den AGB und PP bei der Registrierung nicht zustimmen
E10	Der Benutzer wurde nicht verifiziert. Bitte prüfen Sie Ihren Posteingang auf die Verifizierungs-E-Mail.	Wenn Sie versuchen, sich mit einem nicht verifizierten Benutzer anzumelden
E11	Zahlungsfehler - Etwas ist schief gelaufen... Bitte versuchen Sie es erneut oder kontaktieren Sie unseren Support unter info@info@Peppermove.commove.com falls das Problem weiterhin besteht.	Wenn etwas mit der Zahlung nicht in Ordnung ist
E12	Bitte bestätigen Sie, dass Sie zuerst den Gesundheitscheck/Sicherheitscheck/die Bedienungsanleitung gelesen haben.	Wenn Sie nicht bestätigen, dass Sie dies während des Einführungslehrgangs gelesen haben
E13	Alle Elektroden erhöhen/verringern - Dies erhöht/verringert alle Elektroden. Alle Elektroden unter 30% erhöhen/verringern sich um 5%, alle anderen um 1%.	Wenn Sie zum ersten Mal versuchen, die Intensität zu erhöhen/verringern
E14	Sicherheit geht vor - Diese Trainingsvideos für Fortgeschrittene können nur angesehen werden, nachdem 4 der Trainingsvideos aller Stufen für den Kraftanzugmodus oder 1 Training aller Stufen für den Cardio- und den Entspannungsanzugmodus absolviert wurden.	Wenn Sie versuchen, ein später sichtbares Video zu starten, auch wenn Sie es nicht freigeschaltet haben
E15	Erklärung zum Training nur im Anzug - Pepper-Benutzer können auf eigene Faust trainieren, ohne Video, indem sie den so genannten "Nur-Anzug"-Modus aufrufen, den Sie gerade eingegeben haben. Auf diese Weise haben Sie die volle Kontrolle über den Anzug, aber das Training selbst ist Ihnen überlassen, es gibt keinen Trainer, der Sie anleitet. Denken Sie daran, dass diese Trainingseinheiten auch in Ihrer Lebenszeitstatistik aufgezeichnet werden, die Sie unter dem Menüpunkt "Aktivität" einsehen können. Viel Erfolg!	Wenn Sie den Modus "Nur Anzug" zum ersten Mal aufrufen

E16	Fehler, kann Trainingsstatistiken nicht speichern, wenn offline	Wenn Sie versuchen, Ihr Training zu speichern, während Sie offline sind
E17	Begrenzung des Krafttrainings - Die Dauer des Krafttrainings ist auf 20 Minuten bei drei Sitzungen pro Woche begrenzt. Für Ihre Gesundheit und Sicherheit empfehlen wir, diese Zeit nicht zu überschreiten.	Wenn Sie versuchen, mehr als 60 Minuten pro Woche im Kraftmodus zu trainieren
E18	Keine Internetverbindung - Es scheint ein Problem mit Ihrer Internetverbindung zu geben	Beim Öffnen von Trainingslisten oder Statistiken im Offline-Modus
E19	Workout gestoppt - Es scheint ein Problem mit Ihrer Internetverbindung zu geben	Wenn Sie mitten im Training die Internetverbindung verlieren
E20	Niedriger Akkustand - Ihr Akkustand liegt unter 10%, vergessen Sie nicht, nach dem Training aufzuladen.	Beim Starten des Trainings mit einem Batteriestand unter 10%
E21	Abonnement ist abgelaufen - Ihr Abonnement ist abgelaufen. Bitte gehen Sie online, um sich anzumelden oder, wenn Sie bereits Abonnent sind, gehen Sie online, um Ihre Daten zu synchronisieren.	Wenn Sie lange Zeit offline waren und wir nicht sicher sein können, dass Sie noch ein aktiver Abonnent sind
E22	Keine Internetverbindung - Das Video kann nicht gestartet werden. Es scheint ein Problem mit Ihrer Internetverbindung zu geben.	Wenn Sie versuchen, ein Online-Video zu starten, während Sie offline sind
E23	Bitte beantworten Sie alle Fragen	Wenn Sie nicht alle Fragen zur Videobewertung beantwortet haben und versuchen, Ihre Bewertung abzugeben
E24	Sie haben ein aktives Abonnement. Ein Konto, das ein aktives Abonnement hat, kann nicht gelöscht werden. Bitte klicken Sie auf die Schaltfläche "Abonnement verwalten" auf dem Bildschirm "Abonnement" und kündigen Sie Ihr aktives Abonnement und versuchen Sie dann, Ihr Konto zu löschen.	Wenn Sie versuchen, Ihr Konto zu löschen, während Sie ein aktives Abonnement haben
E25	Die Funktion zur Verwaltung von Abonnements ist für Nutzer, die ein kostenloses Jahresabonnement	Wenn Sie auf "Abonnement verwalten" klicken, haben Sie

	abgeschlossen haben, nicht verfügbar. Sie wird erst möglich sein, wenn Sie im August 2023 ein zahlender Abonnent werden.	ein kostenloses Jahresabonnement.
E26	Bitte trennen Sie das Ladegerät - Bitte trennen Sie das Ladegerät von Ihrer Batteriebox, um ein Training zu beginnen. Es ist nicht erlaubt, ein Training zu beginnen, während die Batterie geladen wird.	Wenn Sie versuchen, ein Training zu starten, während die Batteriebox geladen wird
E27	Training gestoppt - Training gestoppt. Sie dürfen nicht trainieren, während der Akku geladen wird.	Wenn Sie Ihr Akkubox-Ladegerät während des Trainings einstecken
E28	Der Code muss genau 6 Zeichen lang sein.	Bei der Eingabe eines kürzeren oder längeren Codes während der Passwort-Vergessen-Prozedur
E29	Passwörter stimmen nicht überein	Wenn Passwort und Bestätigungsfeld bei der Registrierung nicht übereinstimmen, Passwort vergessen oder Profilpasswort ändern
E30	E-Mail/Benutzername nicht verfügbar	Beim Versuch, sich mit einer bereits vergebenen E-Mail oder einem Benutzernamen zu registrieren

14 Elektromagnetische Verträglichkeit (EMV)

Das Pepper EMS Trainingssystem ist für den Einsatz in typischen, für den Hausgebrauch zugelassenen Umgebungen gemäß der Sicherheitsnorm IEC 60601-1-2 konzipiert.

Das Pepper EMS Trainingssystem ist so konzipiert, dass es die zu erwartenden Störungen durch elektrostatische Entladungen, magnetische Felder der Stromversorgung oder Hochfrequenzsender aushält. Das Pepper EMS Trainingssystem kann jedoch durch starke Hochfrequenzfelder, die von anderen Quellen ausgehen, beeinträchtigt werden.

Wenn es zu einem Verlust oder einer Verschlechterung der wesentlichen Leistungen kommt, können Sicherheit und Effektivität gefährdet sein, und es wird empfohlen, das Training abzubrechen.

15 Wesentliche Leistung

Je nach Verwendungszweck ist unser elektrischer Muskelstimulator erforderlich, um gesunde Muskeln zu stimulieren und die Muskelleistung zu verbessern und zu erleichtern. Die wesentliche Leistung für diese Funktionalitäten ist:

- Sichere und wirksame Stimulation der Zielmuskeln.
- Präzise Steuerung der Stimulationsparameter wie Intensität, Frequenz und Pulsbreite.
- Kompatibilität mit der vorgesehenen Nutzerpopulation (gesunde Erwachsene).
- Einhaltung der geltenden Normen für elektrische Sicherheit und elektromagnetische Verträglichkeit.

16 Interoperabilität

Die elektronische Schnittstelle ist die Pepper-Anwendung für Telefon oder Tablet mit dem Zweck, die Software mit dem Pepper EMS-Trainingssystem zu verbinden. Um ordnungsgemäß zu funktionieren, muss der Bildschirm der elektronischen Schnittstelle (Telefon oder Tablet) ohne Defekte oder Fehlfunktionen funktionieren. Wir empfehlen eine sichere und schnelle Internetverbindung, wenn Sie die Online-Version der Anwendung verwenden.

17 Empfehlungen zur Cybersicherheit

Achten Sie darauf, ein sicheres Passwort zu verwenden und nicht Ihren Namen, Nachnamen oder Ihr Geburtsdatum zu benutzen. Bitte verwenden Sie mindestens 8 Zeichen, bestehend aus Groß- und Kleinbuchstaben, Zahlen und Sonderzeichen.

Stellen Sie sicher, dass Sie immer die neueste Betriebssystemversion auf Ihrem Telefon und Tablet sowie die neueste Version der Pepper-App im Apple und Google Play Store verwenden.

Stellen Sie sicher, dass Sie eine sichere Internetverbindung verwenden, wenn Sie die App mit dem Internet nutzen. Der "Nur-Anzug"-Teil der App und die heruntergeladenen Workouts können auch offline genutzt werden.

Stellen Sie sicher, dass nur Sie während des Trainings Zugang zu Ihrem Telefon haben, damit nur Sie das Trainingsprogramm und die Intensität Ihrer elektronischen Impulse wählen können.

18 Bluetooth-Spezifikationen

Typ des BT-Moduls: EZ-BLE PSoC XT/XR BT 4.2 Modul

Frequenzband für Empfang/Sendung: 2,402 - 2,480 GHz

Bandbreite: 2 MHz

Maximale Funkreichweite: 50 Meter / 165 Fuß

Das Pepper EMS Training System wurde speziell für die Verwendung mit der Pepper App entwickelt, die für ausgewählte Android- und iOS-Mobilgeräte unterstützt wird.

Das Pepper EMS-Trainingssystem ist in der Lage, ein vorgeladenes Stimulationsprogramm mit den neuesten Intensitätswerten selbstständig auszuführen und automatische Bluetooth-Rekonfigurationen zu implementieren.

In dieser Hinsicht sollten vorübergehende Funkfrequenzstörungen (z. B. durch das gleichzeitige Vorhandensein mehrerer Bluetooth- und/oder Wi-Fi-Geräte in Ihrer Reichweite) die Gesamteffizienz und Sicherheit Ihrer Stimulationssitzung nicht beeinträchtigen.

Aufgrund von Not-Aus-Mechanismen auf Hardware-Ebene (siehe Gebrauchsanweisung) sollten dauerhafte Bluetooth-Unterbrechungen die Sicherheit der Stimulation nicht beeinträchtigen und können nur zu vorübergehenden Unannehmlichkeiten führen, da Sie gezwungen sind, Ihre geplante Stimulationssitzung zu verschieben, bis eine günstigere Bluetooth-Verbindungsumgebung hergestellt ist.

Wie jedes drahtlose Gerät sendet auch das Pepper EMS Training System nur sehr geringe Mengen an Hochfrequenz (HF) aus und verursacht daher wahrscheinlich keine Störungen bei elektronischen Geräten in der Nähe (z. B. Radios, Computer, Telefone usw.).

Das Pepper EMS Trainingssystem ist so konstruiert, dass es vorhersehbaren Störungen durch elektrostatische Entladungen, magnetische Felder des Stromnetzes oder Hochfrequenzsender standhält.

19 Produktunterstützung

Wenden Sie sich bitte an den Hersteller unter info@peppermove.com, wenn Sie weitere Informationen zur Einrichtung, Verwendung und Wartung benötigen oder wenn Sie Probleme mit Ihrem Pepper EMS Trainingssystem melden möchten.

Pepper Interactive Inc.
251 Little Falls Drive
19808-1674 Wilmington, Delaware

Deutsche Tochtergesellschaft:
Pepper Interactive GmbH St-Pauls-Platz 4
80336 München, Deutschland