

power**2**body++

Kurzanleitung für die **power2body++** App:

Sie können die App kostenlos im Playstore (für Android) oder im App Store (Apple) herunterladen.



power2body EMS
Fitness für zu Hause
dreamworxit

Workout erstellen

Bitte bestätigen Sie die Einstellung beim ersten Start der App mit Zulassen!



Workout erstellen

Hier können Sie mehrere Benutzer oder verschiedene Trainingsnamen erstellen!

The screenshot shows a user interface for creating a new workout. At the top, there is a text input field with a placeholder "Geben Sie einen Namen ein" (Enter a name) and a red button labeled "Workout erstellen" (Create Workout). A large red speech bubble points to the input field with the text "Hier den Namen eintragen (zB. Max)". Below this, a large orange hexagon icon contains the word "Training". In the bottom right corner, there are two buttons: "Bestätigen" (Confirm) and "Löschen" (Delete). The bottom section displays performance metrics for four users or training sessions:

Icon	Name	Zeiten	Min	Zeiten	Min	Zeiten	Min	Zeiten	Min
	Insgesamt Trainingszeit	0	Min	0	Min	0	Min	0	Min
	Trainingszeiten pro Tag	0	Min	0	Min	0	Min	0	Min
	Trainingszeit pro Tag	0	Min	0	Min	0	Min	0	Min
	Trainingszeiten pro Monat	0	Min	0	Min	0	Min	0	Min
	Trainingszeit pro Monat	0	Min	0	Min	0	Min	0	Min

Workout erstellen

Geben Sie einen Namen ein

Workout erstellen

Training

Bestätigen Löschen

0 Min Insgesamt Trainingszeit

0 Zeiten Trainingszeiten pro Tag

0 Min Trainingszeit pro Tag

0 Zeiten Trainingszeiten pro Monat

0 Min Trainingszeit pro Monat

Bluetooth

power2body++

Bluetooth

0
Bizeps

0
Trizeps

0
Brust

0
Bauch

0
Oberer Rücken

0
Schulter

0
Unterer Rücken

0
Gesäß

0
Vorderer OS

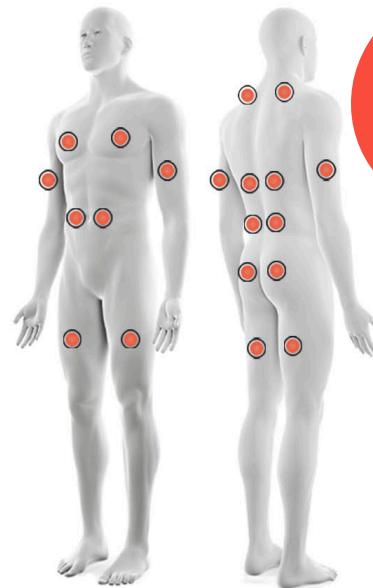
0
Hinterer OS



+ 20:00 -

ALLE

START



Bluetooth
wählen

Bluetooth



Bluetooth

power2body++

Bluetooth Einstellungen

Verfügbare Geräte

Nach Geräten
suchen

↶ Zurück

Bluetooth

power2body++

Bluetooth Einstellungen

Verfügbare Geräte

TMP01354

Verbinden
wählen



VERBINDEN

↶ Zurück

power2body++

Bluetooth Einstellungen

Verfügbare Geräte

TMP01354



TO BREAK

Sie sind nun
mit dem Gerät
verbunden.
Einmal zurück!

↶ Zurück

Muskelgruppe wählen

Hier können Sie die verschiedenen Muskelgruppen mit unterschiedlichen Intensitäten einstellen oder komplett ab- und zuwählen.

The screenshot shows the power2body++ app interface. At the top left is the app logo "power2body++". At the top right is the device identifier "TMP01354" followed by a Bluetooth icon and a battery icon. On the far right are navigation icons: a back arrow, a square, and a menu icon. A vertical bar on the left has the text "Muskelgruppe wählen".

The main interface features a grid of muscle groups with intensity levels set to 0. The muscle groups are: Bizeps, Trizeps, Oberer Rücken, Schulter, Unterer Rücken, Gesäß, Vorderer OS, and Hinterer OS. A large red speech bubble points to the "Zu trainierende Bereiche an/abwählen" button, which is also highlighted in red. Another red speech bubble points to the "Intensität einstellen!" button, which is also highlighted in red. Below these buttons are up and down arrows for adjusting intensity. In the center is a timer set at 20:00. Below the timer is a "START" button. At the bottom left is a "ALLE" button. To the right of the timer are two human figures showing red dots indicating the selected muscle groups for training.

Muskelgruppe	Intensität
Bizeps	0
Trizeps	0
Oberer Rücken	0
Schulter	0
Unterer Rücken	0
Gesäß	0
Vorderer OS	0
Hinterer OS	0

Intensität einstellen!

Zu trainierende Bereiche an/abwählen

20:00

START

ALLE

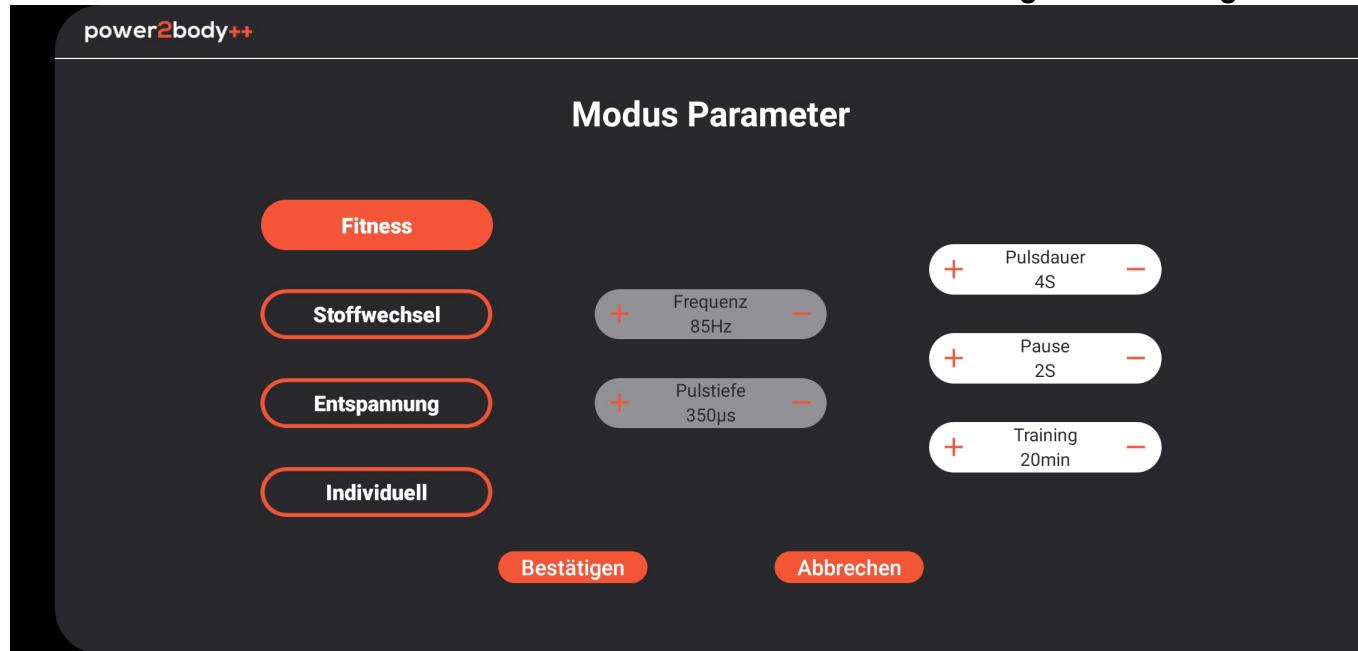
Menu

Modus

3 voreingestellte Parameter für

- Fitness
- Stoffwechsel
- Entspannung
- Individuell

Muskelaufbau
Abnehmen
Relaxen, Massage
Programm selber gestalten



Hauptmenü

Hier können Sie die verschiedenen Muskelgruppen mit unterschiedlichen Intensitäten einstellen oder komplett ab- und zuwählen.

power2body++

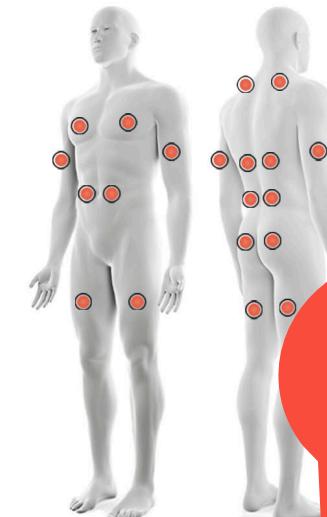
TMP01354



+ 20:00 -

ALLE

START



Zurück zum
Hauptmenü

Verlassen





Viel Spaß!

power2body++



power2body EMS
Fitness für zu Hause
dreamworxit