



# power**2**body++

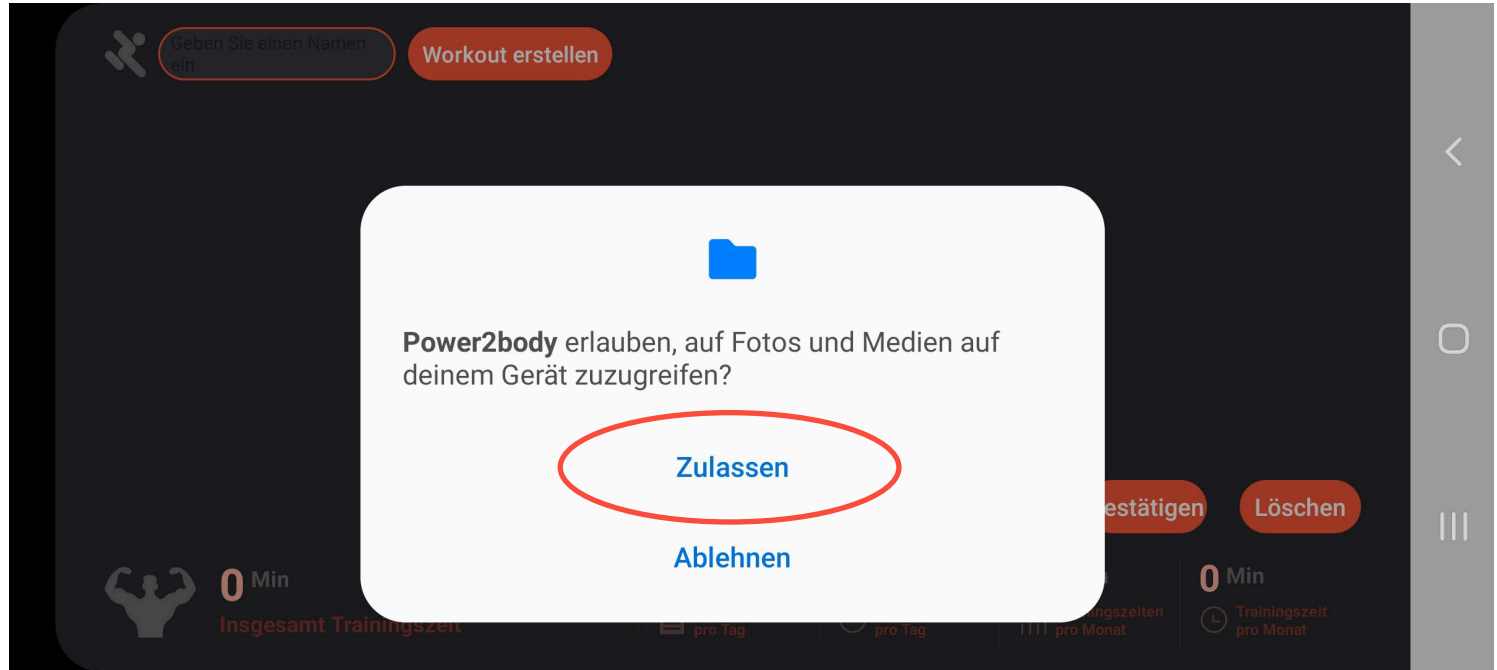
Kurzanleitung für die **power2body++** App:

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



power2body EMS  
Fitness für zu Hause  
dreamworx.it

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



Hier können Sie mehrere Benutzer oder verschiedene Trainingsnamen erstellen!

Geben Sie einen Namen ein

Workout erstellen

Hier den Namen eintragen (zB. Max)

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

## Workout erstellen



Workout erstellen

Training

Bitte hier bestätigen

BestätigenLöschen

 <div>0 Min Insgesamt Trainingszeit</div>	<div>0 Zeiten</div> <div>Trainingszeiten pro Tag</div>	<div>0 Min</div> <div>Trainingszeit pro Tag</div>	<div>0 Zeiten</div> <div>Trainingszeiten pro Monat</div>	<div>0 Min</div> <div>Trainingszeit pro Monat</div>
--	---	--	---	--

power2body++

Bluetooth  0  
Bizeps0  
Trizeps0  
Brust0  
Bauch0  
Oberer Rücken0  
Schulter0  
Unterer Rücken0  
Gesäß0  
Vorderer OS0  
Hinterer OS

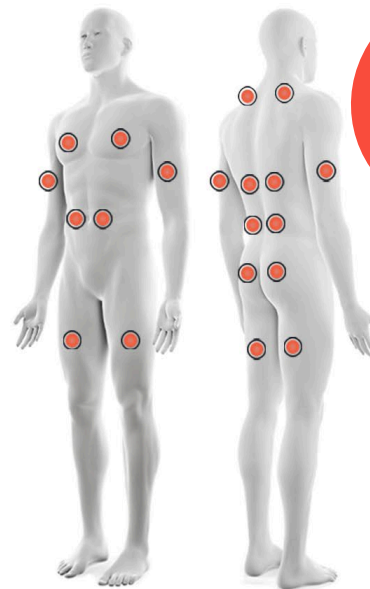
+

20:00

-

ALLE

START

Bluetooth  
wählen



power2body++

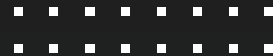
## Bluetooth Einstellungen

Verfügbare Geräte

Nach Geräten  
suchen

↶ Zurück





power2body++

## Bluetooth Einstellungen

Verfügbare Geräte



TMP01354

Verbinden  
wählen

VERBINDEN

↩ Zurück







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

power2body++

TMP01354

Zu trainierende Bereiche an/abwählen

Intensität einstellen!

Menu

ALLE

START

The screenshot displays the power2body++ app interface. At the top, the brand name 'power2body++' is on the left, and the device ID 'TMP01354' with Bluetooth and battery icons is on the right. The main area features a grid of ten muscle group buttons: Bizeps, Trizeps, Oberer Rücken, Schulter, Unterer Rücken, Gesäß, Vorderer OS, and Hinterer OS. Each button has a red circle with a '0' and a minus sign. A red speech bubble points to the '0' on the 'Trizeps' button, containing the text 'Zu trainierende Bereiche an/abwählen'. Below the grid are two circular buttons with up and down arrows, and another red speech bubble points to the up arrow button with the text 'Intensität einstellen!'. To the right of these is a timer set to '20:00' with plus and minus signs. Below the timer is a 'START' button. At the bottom left is a red circle with the word 'ALLE'. On the right side, there are two 3D human figures (front and back views) with red dots indicating muscle locations. A red speech bubble points to the front figure with the text 'Menu'. Below the figures are three red circular icons: a menu icon (three horizontal lines), a refresh icon (circular arrow), and a back icon (curved arrow). A vertical sidebar on the far right contains a back arrow, a circle icon, and a hamburger menu icon.

### 3 voreingestellte Parameter für

- Fitness
- Stoffwechsel
- Entspannung
- Individuell

**Muskelaufbau**  
**Abnehmen**  
**Relaxen, Massage**  
**Programm selber gestalten**

power2body++

## Modus Parameter

**Fitness**

**Stoffwechsel**

**Entspannung**

**Individuell**

+

Frequenz

—

85Hz

+

Pulstiefe

—

350µs

+

Pulsdauer

—

4S

+

Pause

—

2S

+

Training

—



20min

Bestätigen



Abbrechen


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

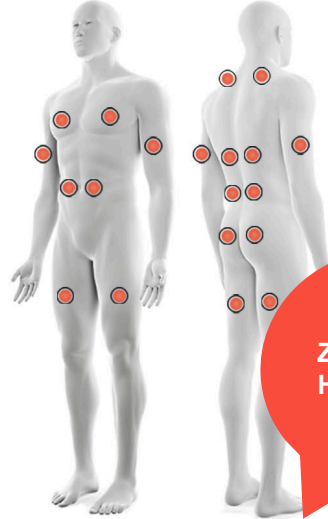
power2body++

TMP01354  




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 



Zurück zum Hauptmenü

Verlassen



Viel Spaß!

**power2body++**



power2body EMS  
Fitness für zu Hause  
dreamworx.it