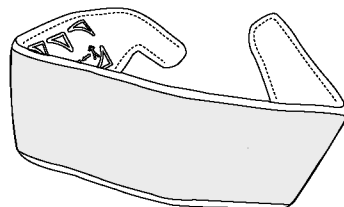


Congratulations on purchasing your SLENDERTONE SYSTEM-ABS.  
Felicidades por adquirir su producto SLENDERTONE SYSTEM-ABS.

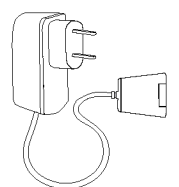
**Controller**  
Controlador



**SYSTEM-ABS BELT**  
Cinturón SYSTEM-ABS

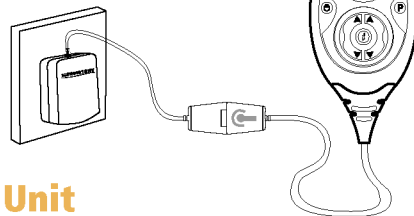


**Charger**  
Cargador

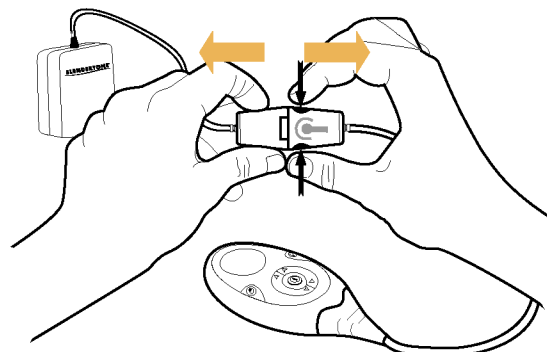


**GelPads**  
GelPads

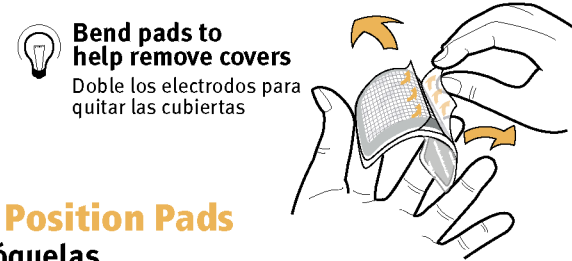
**Step 1: Charge Battery (2-3 hours)**  
Cargar la batería (de 2 a 3 horas)



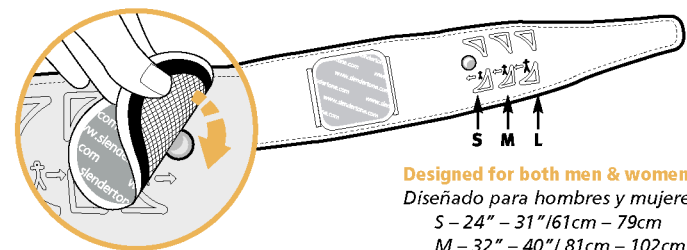
**Step 2: Detach Unit**  
Desconectar la unidad



**Step 3: Remove Covers (from patterned side)**  
Quitar las cubiertas (de la cara impresa)



**...and Position Pads**  
...y colóquelas



Designed for both men & women  
Diseñado para hombres y mujeres  
S - 24" - 31" / 61cm - 79cm  
M - 32" - 40" / 81cm - 102cm  
L - 41" - 47" / 104cm - 119cm

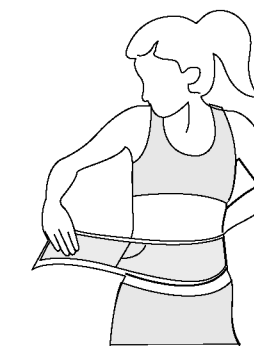
**Cover metal studs fully**  
Cubrir completamente los conectores metálicos

**Step 4: Remove covers**  
Retirar las protecciones



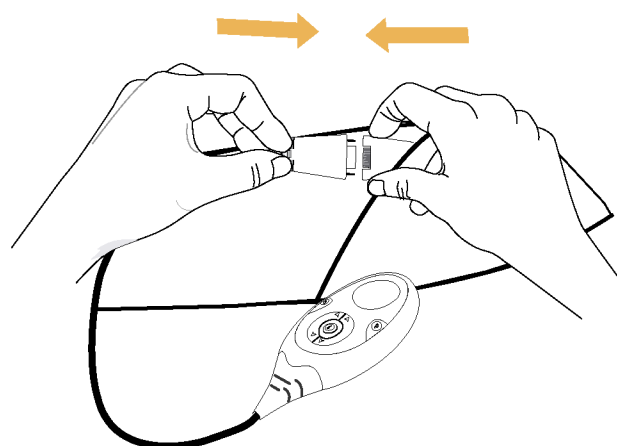
**Keep the covers!**  
Guarde las protecciones

**Step 5: Position belt**  
Colocarse el cinturón



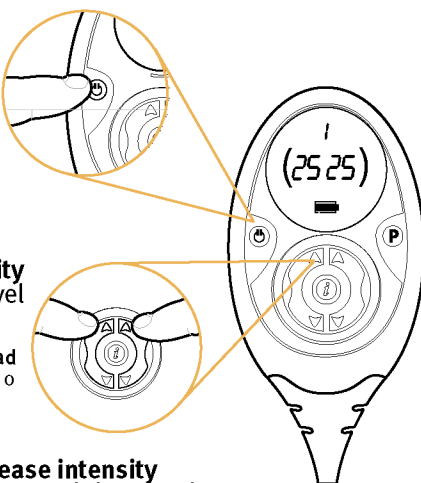
**Wrap belt tightly around your waist so the pads are in full contact with your skin**  
Ajustarse el cinturón alrededor de la cintura de modo que los electrodos estén totalmente en contacto con la piel.

**Step 6: Attach Unit**  
Conectar la unidad



**Step 7: Switch On**  
Activar la unidad

(i) Press and hold for 2 seconds to switch on  
(i) Para activar presione y mantenga pulsado durante 2 segundos



(ii) Increase intensity to a comfortable level of 25 or above  
(ii) Aumente el intensidad a un nivel cómodo de 25 o superior

(iii) Increase intensity throughout training session  
(iii) Aumente el intensidad durante toda la sesión

**Session Over**  
Finalizar sesión

(i) Press and hold for 2 seconds to switch off  
(i) Presione y mantenga pulsado durante 2 segundos para apagar la unidad



**Replace Covers**  
Vuelva a colocar las cubiertas

**Use 3-5 times a week to see great results!**  
Usa tres o cinco a semana te veo resultados primero!

**Still have a question? Call**  
**Toavía tienen una pregunta?**  
**1-800-551-2443**

© 2009 Bio-Medical research Ltd.  
Part No.: 2490-0301 - Rev.: 2 - Issue date: 4/09

**SLENDERTONE**

*Time to look and feel good™*

**System-Abs**

**Quick Start Guide**  
**Guía de Inicio Rápido**

[www.slendertone.com](http://www.slendertone.com)

**1-800-551-2443**

**Please read User Manual before use.**  
**Lea el manual d'instrucciones antes de comenzar.**