

# Mode d'emploi

## Ceinture de respiration neoflo



## Sommaire

- 1. Introduction**
  - Présentation du produit
- 2. Contenu du packaging**
  - Liste des éléments inclus
  - Accès aux bonus exclusifs
- 3. Consignes de Sécurité**
  - Avertissements
  - Précautions d'usage
  - Entretien
- 4. Fonctionnalités du Produit**
  - Composition technique
  - Indicateurs LED
  - Conseils d'utilisation
- 5. Avant la Première Utilisation**
  - Chargement initial
  - Ajustement de la ceinture
- 6. Utilisation Quotidienne**
  - Allumer et démarrer une session
  - Sélection des programmes et intensité
- 7. Les 7 Programmes de Respiration**
  - Description des programmes
  - Recommandations pratiques
- 8. Fin de la session**
  - Arrêt manuel
  - Rangement
- 9. Entretien et Maintenance**
  - Nettoyage
  - Maintenance de la batterie
- 10. Dépannage et Résolution des Problèmes**
  - Solutions aux problèmes courants
- 11. Garantie et Service après-vente**
  - Détails de la garantie
  - Procédure en cas de problème
- 12. Informations supplémentaires**
  - Conformité aux normes
- 13. Recyclage et fin de vie du produit**
  - Recyclage responsable des composants électroniques et des batteries

# 1. Introduction

## Présentation du produit

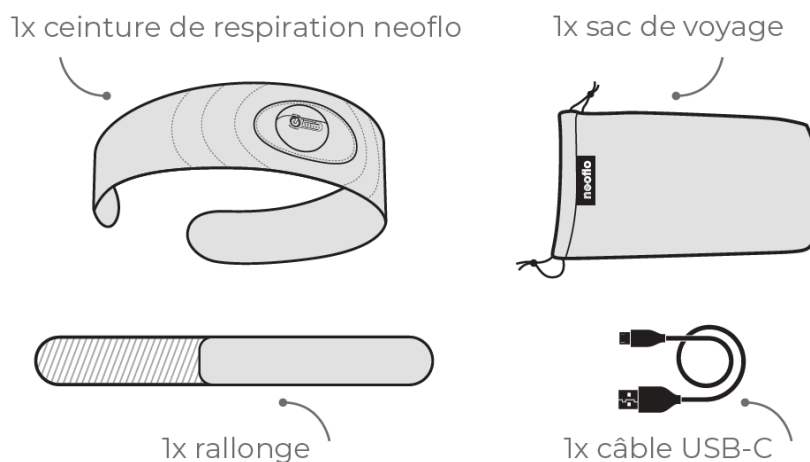
La **ceinture de respiration neoflo** est la première ceinture au monde conçue pour vous guider dans la pratique des techniques de respiration les plus efficaces contre le stress : la **cohérence cardiaque** et la **respiration abdominale**.

Grâce à sa technologie de **vibrations tactiles**, elle vous accompagne dans vos moments de relaxation, vous permettant de calmer, détendre et relaxer votre esprit et votre corps dès **5 minutes** d'utilisation.

Avec ses **7 programmes de respiration personnalisés**, ses sessions de **20 minutes** et ses **7 niveaux d'intensité de vibrations**, la ceinture **neoflo** s'adapte à vos besoins. Que ce soit pour favoriser la relaxation, améliorer votre concentration ou faciliter l'endormissement, **neoflo** vous accompagne à chaque respiration.

Utilisez la ceinture pendant vos moments de détente, lors de la lecture, en regardant la télévision, ou même pendant des moments de méditation pour retrouver un état de **calme** et de **sérénité** en toute simplicité.

## Contenu du packaging



Lorsque vous recevez votre ceinture **neoflo**, le packaging comprend :

- Une **ceinture de respiration neoflo**.
- Un **câble USB-C** pour recharger la batterie.
- Un **sac de voyage** pour transporter et ranger la ceinture.
- Une **extension de 40 cm** pour s'adapter aux tours de taille plus larges.
- Un **Guide de Première Utilisation**.

En vous connectant à [www.neoflo.co/bonus](http://www.neoflo.co/bonus) ou en scannant le QR code, vous accédez à des **bonus exclusifs** :

1. Une **formation vidéo** pour découvrir les techniques de respiration consciente.

2. **Deux parcours d'accompagnement de 8 semaines** pour intégrer la ceinture dans votre routine quotidienne, l'un pour une **remise en forme respiratoire douce**, l'autre pour des **performances respiratoires optimales**.



[www.neoflo.co/bonus](http://www.neoflo.co/bonus)

## 2. Consignes de Sécurité

### Avertissements

- La ceinture **neoflo** n'est **pas un dispositif médical**. Si vous avez des troubles respiratoires ou des maladies chroniques, consultez un professionnel de la santé avant d'utiliser le produit.
- Cet appareil est **contre-indiqué** pour les femmes enceintes et pour les personnes portant un stimulateur cardiaque.
- Cet appareil n'est pas destiné à être utilisé par des personnes (y compris des enfants) ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites, ou un manque d'expérience et de connaissances, sauf si elles sont supervisées ou ont reçu des instructions sur l'utilisation sécurisée de l'appareil par une personne responsable.
- Les enfants sous supervision ne doivent pas jouer avec l'appareil.
- L'appareil doit être alimenté uniquement par une Tension Extra Basse de Sécurité (SELV).

### Précautions d'usage

- La ceinture neoflo ne doit pas être utilisée pendant des activités physiques **intenses**.
- Ne la laissez pas à portée des **enfants**.

### Entretien

- **Nettoyage** : Utilisez un chiffon humide pour nettoyer la ceinture. Ne la plongez jamais dans l'eau et évitez de mouiller les moteurs ou le boîtier de commande.
- **Stockage** : Après chaque utilisation, rangez la ceinture dans son **sac de voyage** pour la protéger.

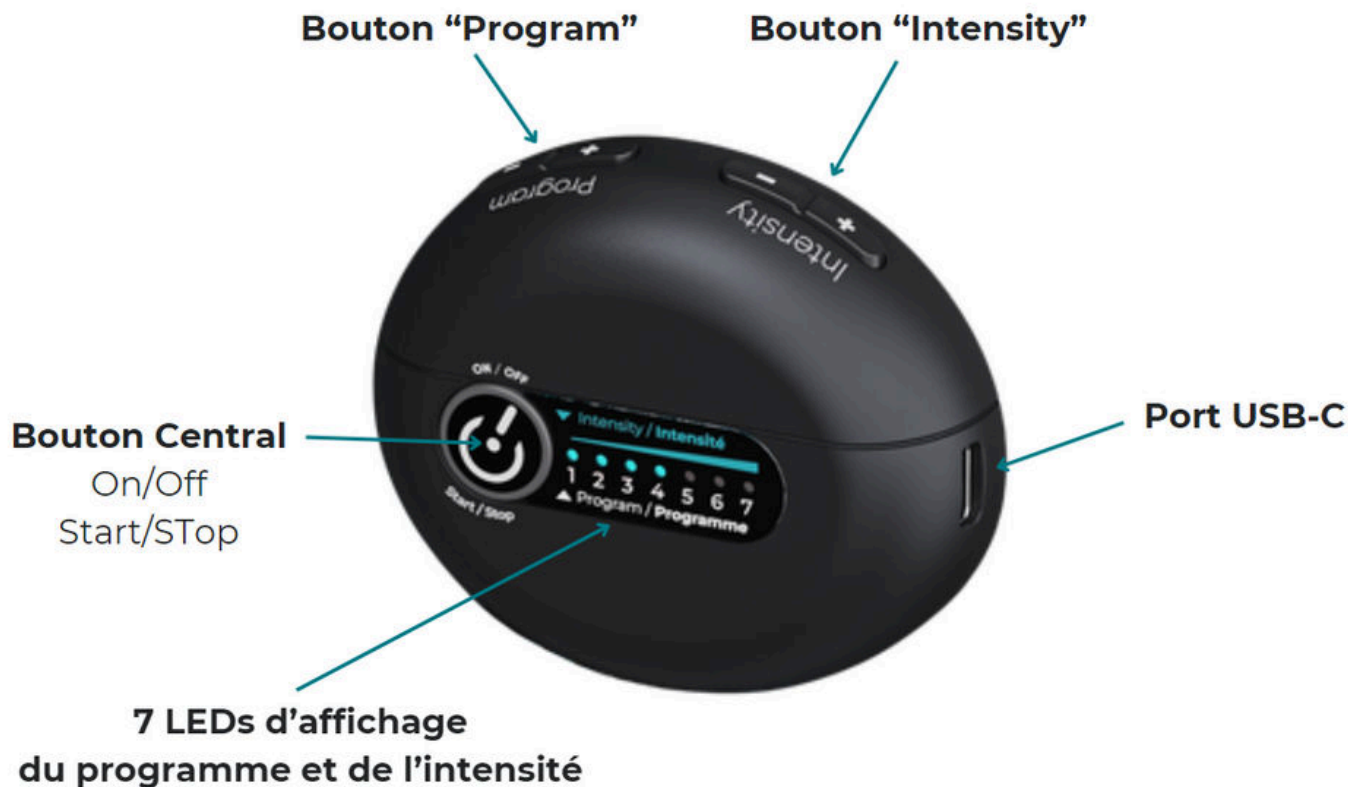
## 3. Fonctionnalités du Produit

La ceinture **neoflo** est composée de plusieurs éléments techniques pour une utilisation optimale :

- **Ceinture:** souple et extensible, 110 cm de longueur avec une attache scratch
- **Moteurs haptiques :** Trois moteurs vibro-tactiles embarqués dans des coques plastiques sont disposés sur le côté intérieur de la ceinture.
- **Boîtier de commande:** Situé sur la face extérieure de la ceinture :
  - Un **bouton central** multifonctions (on/off/start/stop).
  - Un bouton **Program +/-** et un bouton **Intensity +/-** pour ajuster les programmes et l'intensité des vibrations.
  - **7 LEDs** qui indiquent le **programme** sélectionné (en blanc) et le **niveau d'intensité** (en turquoise).
- **Indicateurs LED du bouton central:**
  - **Turquoise fixe :** ceinture allumée.
  - **Turquoise clignotant :** programme en cours.
  - **Rouge fixe ou clignotant :** batterie faible.
  - **Vert clignotant :** en charge.
  - **Vert fixe :** batterie complètement chargée.



*Vue avant et arrière de la ceinture de respiration neoflo*



*Boitier de commande de la ceinture de respiration neoflo*

## Conseils d'utilisation

1. **Ajustez la ceinture** autour de votre abdomen par-dessus un vêtement léger. Le moteur central doit être placé au niveau du **nombril** pour un guidage tactile optimal des cycles respiratoires.
2. **Sélectionnez le programme** souhaité à l'aide du boîtier de commande.
3. **Ajustez l'intensité des vibrations** selon votre confort.
4. **Respirez au rythme des vibrations:**
  - **Inspirez** lorsque vous sentez les vibrations lentes allant des côtés vers l'avant.
  - **Expirez** lorsque les vibrations rapides se propagent de l'avant vers les côtés.



## Conseils :

- Favorisez une **respiration abdominale** : laissez votre abdomen se gonfler à l'inspiration et se dégonfler à l'expiration.

- Essayez de **détendre** votre respiration et de la rendre fluide.
- Si un programme vous semble contraignant, essayez-en un autre plus adapté à votre capacité respiratoire.

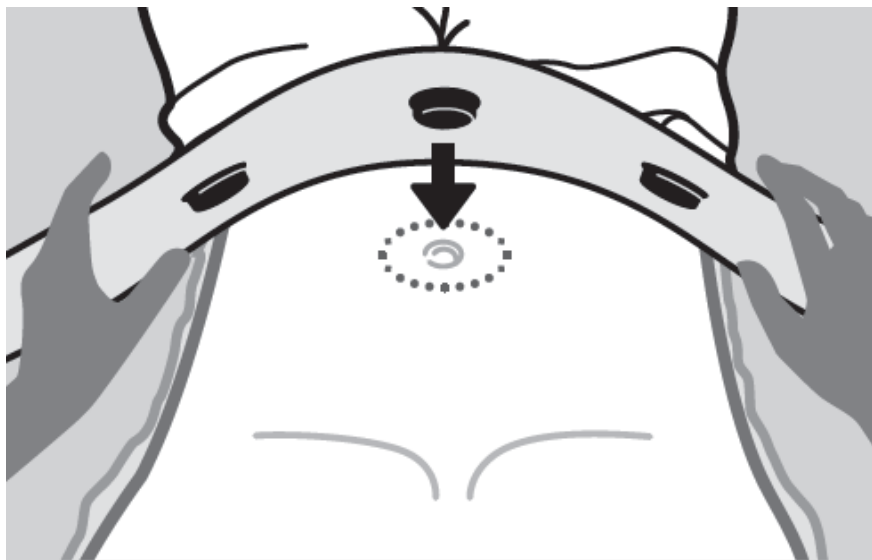
## 4. Avant la Première Utilisation

### Chargement initial

Le boîtier est déjà chargé à la livraison et peut être utilisé immédiatement. Si vous souhaitez recharger la ceinture, branchez-la avec le **câble USB-C** fourni.

### Ajustement de la ceinture

Placez la ceinture autour de l'abdomen par dessus vos vêtements, avec le **moteur central** positionné au niveau du nombril. La ceinture doit être bien ajustée pour que les moteurs restent en contact avec le corps, mais elle doit rester **confortable**.



*Bien positionner le moteur central au niveau du nombril par dessus un vêtement léger.*

## 5. Utilisation Quotidienne

### Allumer et démarrer une session

1. **Allumage** : Appuyez pendant **2 secondes** sur le bouton central.
2. **Démarrage** : Appuyez une fois brièvement sur le bouton central pour lancer un programme.
3. **Pause** : Appuyez brièvement pour mettre en pause.
4. **Éteindre** : Appuyez à nouveau **2 secondes** pour éteindre la ceinture.

## Sélection des programmes et intensité

- Utilisez le bouton **Program +/-** pour **choisir un programme** parmi les 7 disponibles.
- Utilisez le bouton **Intensity +/-** pour **ajuster l'intensité** des vibrations à tout moment pendant la session.

La ceinture s'éteint automatiquement après **2 minutes** d'inactivité si aucun programme n'est lancé.

## 6. Les 7 Programmes de Respiration

Voici les **7 programmes** de respiration disponibles avec la ceinture neoflo. Chaque programme dure **20 minutes**, et il est conseillé de laisser la session se terminer pour en maximiser les bénéfices :

1. **Équilibre** : 5 secondes d'inspiration, 5 secondes d'expiration. Idéal pour retrouver un état de calme et d'équilibre à tout moment de la journée.
2. **Relaxant** : 4 secondes d'inspiration, 6 secondes d'expiration. Parfait pour relâcher les tensions après une longue journée.
3. **Relaxant+** : 4 secondes d'inspiration, 7 secondes d'expiration. Renforce la relaxation profonde.
4. **Endormissement** : 4 secondes d'inspiration, 8 secondes d'expiration. Favorise l'endormissement avant de se coucher.
5. **Énergisant** : 6 secondes d'inspiration, 4 secondes d'expiration. Idéal pour une dose d'énergie en milieu de journée.
6. **Débutant** : 4 secondes d'inspiration, 4 secondes d'expiration. Un rythme doux pour découvrir la respiration consciente.
7. **Progressif** : Programme évolutif de 3 à 4 secondes d'inspiration et 4 à 6 secondes d'expiration. Idéal pour les débutants souhaitant améliorer progressivement leur capacité respiratoire.

### Recommandations pratiques

- Pour la relaxation, utilisez la ceinture en vous installant dans un fauteuil ou sur votre canapé, **les yeux fermés** pour maximiser les bienfaits.
- Associez des activités douces comme **la lecture**, regarder une **série télévisée** ou faire de la **méditation** pour prolonger votre pratique respiratoire.

## 7. Fin de la session

- **Arrêt manuel** : Appuyez **2 secondes** sur le bouton central pour éteindre la ceinture.
- **Rangement** : Évitez de plier la ceinture trop serrée ou de la mettre en boule. Rangez-la dans son **sac de voyage** après chaque utilisation pour la protéger.

## 8. Entretien et Maintenance

- **Nettoyage** : Nettoyez régulièrement la ceinture avec un **chiffon humide**. Ne mouillez jamais les moteurs ni le boîtier de commande.
- **Maintenance de la batterie** : Pour prolonger la durée de vie de la batterie, évitez de la recharger trop fréquemment. Rechargez-la uniquement lorsque la batterie est faible et évitez de la laisser branchée une fois qu'elle est complètement chargée.

## 9. Dépannage et Résolution des Problèmes

Voici quelques solutions aux problèmes les plus courants :

- **Vibrations faibles** : Augmentez l'intensité avec le bouton **+**.
- **Un moteur ne vibre pas ou vibre trop faiblement**: Essayez de monter l'intensité. Si le problème persiste, contactez le service client.
- **La ceinture ne démarre pas** : Vérifiez que la batterie est suffisamment chargée. Chargez-la si nécessaire.
- **La batterie ne se charge pas** : Essayez avec un autre câble ou chargeur. Si le problème persiste, contactez le service client.

Pour toute autre assistance, contactez le **service client** par email à [contact@neoflo.co](mailto:contact@neoflo.co).

## 10. Garantie et Service après-vente

Votre ceinture **neoflo** est couverte par une garantie légale de **2 ans**. Cette garantie couvre les problèmes suivants :

- Défaillance des moteurs.
- Problèmes de batterie.
- Défauts de fabrication.

En cas de problème, contactez d'abord le service client par email à [contact@neoflo.co](mailto:contact@neoflo.co) pour un diagnostic.

Si nécessaire, vous serez informé des étapes pour la réparation ou le remplacement du produit.

## 11. Informations supplémentaires

Votre ceinture neoflo est conforme aux normes suivantes :



- CE, UKCA, FCC, RoHS.

## 12. Recyclage et fin de vie du produit

La ceinture **neoflo** contient des composants électroniques et des batteries qui doivent être **recyclés** conformément aux directives locales. Ne jetez pas la ceinture avec les déchets ménagers. Veuillez consulter les points de collecte disponibles dans votre région pour recycler le produit de manière responsable.

