



GOOD POSTURE STARTS HERE

USER MANUAL

MANUEL D'UTILISATION • MANUALE DELL'UTENTE • MANUAL DE USUARIO • GEBRAUCHSANWEISUNG

用户手册 • 使用者手冊 • ユーザーマニュアル • 사용자 매뉴얼

ENGLISH

FRANÇAIS

ESPAÑOL

ITALIANO

DEUTSCH

简体中文

繁體中文

日本語

한국어

HOW TO GET STARTED

1. Download the **UPRIGHT** app.
2. Follow the tutorial in the app for a step-by-step guide on how to get started.



TIPS FOR SUCCESS

- For best results within **2 weeks**, it is highly recommended to **use the GO S daily**
- Use your GO S in a cool **indoor** environment
- Leave your GO S **on your desk**, in its case, as a reminder to train
- Finally, don't forget to **charge** your GO S

DEVICE SHORTCUTS

Turn On

Short Click

Turn Off

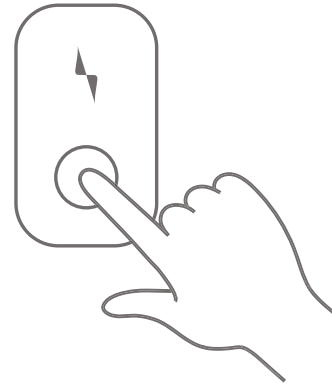
Long Click

Set Posture (Calibration)*

Double Click

Switching Modes Training/Tracking*

One Click



* Learn more about Set Posture, Training & Tracking in the UPRIGHT app

WHAT'S IN THE BOX



UPRIGHT GO S

Your personal posture trainer, measures your posture 100 times a second



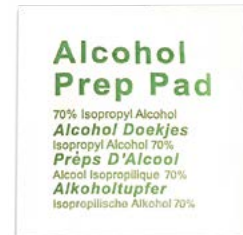
CHARGING CABLE

A USB-C cable for charging your GO S



CASE

Store your GO S in the case while charging it on your desk or when you're on the go



ALCOHOL PADS

Use the alcohol pads to clean the adhesives and/or your skin before use



ADHESIVES

Reusable silicone adhesives for attaching the GO S to your upper back



ADHESIVE REMOVAL TOOL

Use it to peel off your old adhesive when replacing it with a new one

CHARGING YOUR GO S

Charging your battery regularly will allow you to use your GO S as often as you choose.

- Place your GO S in its case for safekeeping and plug the charging cable into the USB port.
- A full charge takes about 3 hours.
- Once your battery is fully charged, the LED light will turn green.

LED INDICATORS



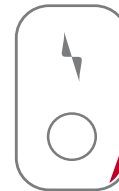
GREEN

Connected
to the app



BLUE

Not
connected



RED

Battery needs
charging

ADHESIVES

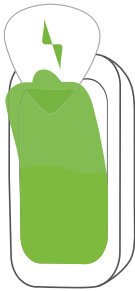
CARE & MAINTENANCE

- With proper maintenance, each adhesive can be used about **3-10 times**, depending on skin type.
- Make sure your skin is **clean and dry** before using the GO S. Use the alcohol pads provided to clean skin.
- The adhesive doesn't attach well to sweaty skin. Therefore, we recommend **training indoors**.
- When you're not using your GO S, **store it in its case** to keep the adhesive clean.

REPLACING THE ADHESIVE

1. Remove the old adhesive from the GO S.

We recommend using the removal tool provided.



2. **Important:**

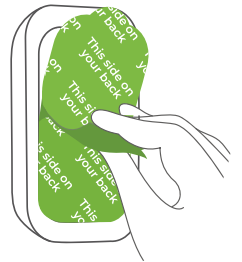
Make sure you remove ALL parts of the old adhesive completely, so there's nothing green left on your GO S.



3. Take a new adhesive and peel off just the white cover from one side.



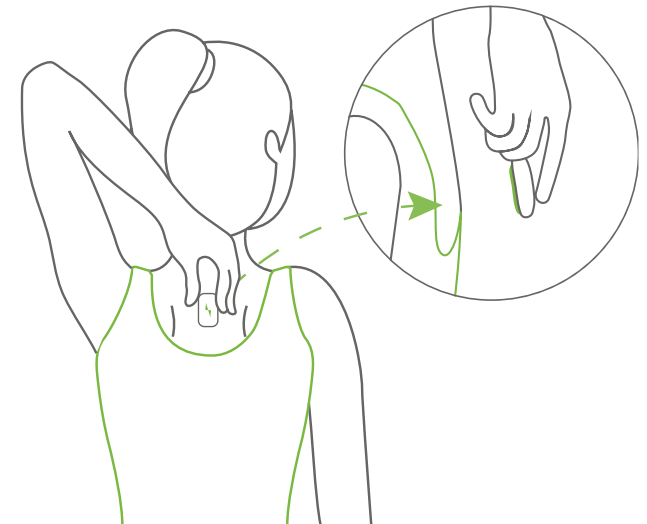
4. Attach the sticky part to the GO S, inside the thin gray frame.



5. When you want to start using your GO S, peel off the green cover that says "This side on your back".



6. Attach the GO S to your back.



PAR OÙ COMMENCER

1. Téléchargez l'application **UPRIGHT**.
2. Suivez le tutoriel dans l'application pour recevoir des instructions « pas à pas » et savoir par où commencer.



CONSEILS POUR RÉUSSIR

- Utilisez votre GO S au moins **3 fois par semaine** pour obtenir des résultats en **2 semaines**
- Veuillez conserver votre GO S **à l'abri de la chaleur**
- Il est recommandé de laisser votre GO S sur **votre bureau** afin de vous entraîner régulièrement.
- Enfin, n'oubliez pas de **recharger** votre GO S

FONCTIONS DU BOUTON D'ALIMENTATION

Mettre en marche

Clic court

Éteindre

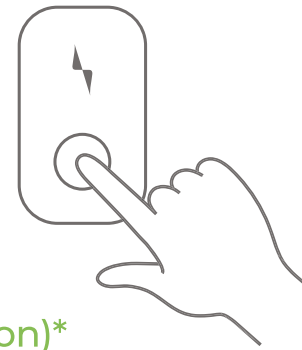
Clic long

Réglage de la posture (Calibration)*

Double clic

Passer en mode Entraînement/Suivi*

Un seul clic



* En savoir plus sur le Réglage de la posture,
l'Entraînement et le Suivi dans l'application UPRIGHT

CONTENU DE LA BOITE



UPRIGHT GO S

Votre entraîneur de posture personnel, pour suivre et mesurer votre posture 100 fois par seconde



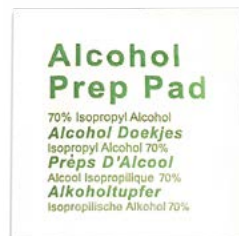
CÂBLE DE CHARGEMENT

Un câble USB-C pour recharger votre GO S



BOÎTIER

Rangez votre GO S dans le boîtier sur votre bureau lorsque vous le rechargez ou pour l'emporter



LINGETTES NETTOYANTES

Utilisez les lingettes nettoyantes alcoolisées afin de nettoyer vos stickers autocollants et/ou votre GO S



STICKERS

Stickers autocollants réutilisables en silicone afin de coller le GO S sur votre dos



ACCESSOIRE POUR ÔTER LE STICKER AUTOCOLLANT

Utilisez-le afin de retirer l'ancien sticker autocollant et de le remplacer par un nouveau

RECHARGER VOTRE GO S

Recharger votre batterie régulièrement vous permettra d'utiliser votre GO S aussi souvent que vous le souhaitez.

- Rangez votre GO S dans son boîtier pour le protéger et branchez le câble de chargement dans un port USB.
- Une charge complète nécessite environ 3 heures.
- Une fois que votre batterie est complètement chargée, le voyant LED deviendra vert.

VOYANTS LED



VERT

Connecté à
l'application



BLEU

Non connecté



ROUGE

La batterie doit
être rechargée

AUTOCOLLANTS

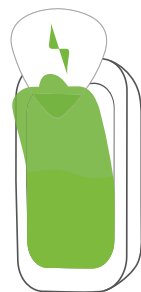
ENTRETIEN ET MAINTENANCE

- Avec un bon entretien, chaque autocollant peut être utilisé **3 à 10 fois**, en fonction du type de peau.
- Coller l'appareil en veillant à avoir la peau non humide pour une meilleure adhésion.
- L'autocollant n'adhère pas bien sur une peau qui transpire. Par conséquent, nous vous recommandons **de vous entraîner à l'intérieur**.
- Lorsque vous n'utilisez pas votre GO S, **rangez-le dans son étui** pour garder l'autocollant propre.

REEMPLACEMENT DE L'AUTOCOLLANT

1. Détachez l'ancien autocollant du GO S.

Nous vous recommandons d'utiliser l'accessoire fourni destiné à cet usage.



2. **Important:**

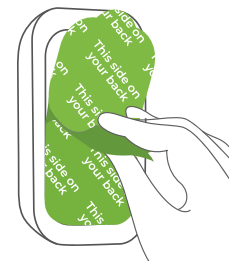
Prenez soin d'ôter complètement TOUTES les parties de l'ancien autocollant, pour qu'il ne reste rien de couleur verte sur votre GO S.



3. Prenez un nouvel autocollant et détachez le revêtement blanc uniquement sur une face.



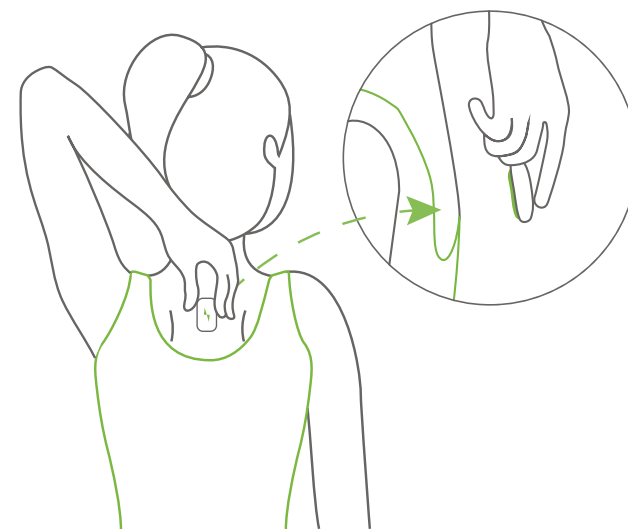
4. Collez la partie collante au GO S, à l'intérieur du petit cadre gris.



5. Lorsque vous souhaitez commencer à utiliser votre GO S, détachez le revêtement vert qui indique "This side on your back"..



6. Fixez le GO S sur votre dos.



CÓMO EMPEZAR

1. Descargue la aplicación **UPRIGHT**.
2. Siga el tutorial en la aplicación para obtener una guía que le explicará, paso a paso, cómo comenzar.



CONSEJOS PARA LA OBTENCIÓN DE RESULTADOS

- Utilice su GO S al menos **tres veces a la semana** para ver resultados en **dos semanas**
- Utilice su GO S en un **espacio cubierto** y no muy caluroso
- Deje su GO S en su **mesa de trabajo** como recordatorio para entrenar
- Por último, no olvide **cargar** su GO S

FUNCIONES DEL BOTÓN DE ENCENDIDO

Encender

Pulsación corta

Apagar

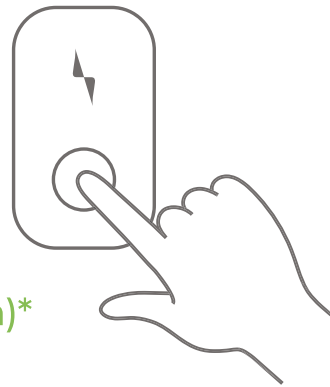
Pulsación larga

Establecer postura (calibración)*

Pulsación doble

Cambiar modos Entrenamiento/Seguimiento*

Una pulsación



* Más información sobre Establecer postura, Entrenamiento y Seguimiento en la aplicación UPRIGHT

CONTENIDO DE LA CAJA



UPRIGHT GO S

Su entrenador personal de postura, mide su postura 100 veces por segundo



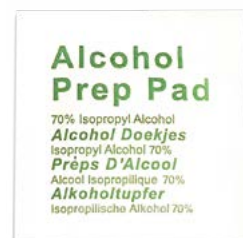
CABLE DE CARGA

Un cable USB-C para cargar su GO S



FUNDA

Guarde su GO S en la funda mientras lo carga en su mesa de trabajo, o cuando salga



DISCOS DE ALCOHOL

Utilice los discos de alcohol para limpiar los adhesivos y/o su piel antes del uso



ADHESIVOS

Adhesivos de silicona reutilizables para adherir su GO S a la parte superior de su espalda



HERRAMIENTA PARA QUITAR EL ADHESIVO

Utilízela para quitar su adhesivo cuando lo cambie por uno nuevo

CARGAR SU GO S

Cargue su batería regularmente para poder usar su GO S tan a menudo como desee.

- Coloque su GO S en su funda para protegerlo y conecte el cable de carga al puerto USB.
- Una carga completa tardará unas tres horas.
- Una vez que la batería esté completamente cargada, el LED se pondrá verde.

INDICADORES LED



VERDE

Conectado
a la aplicación



AZUL

No
conectado



ROJO

Es necesario
cargar la batería

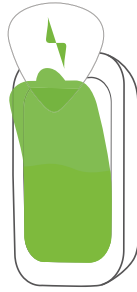
ADHESIVOS

CUIDADO Y MANTENIMIENTO

- Con un mantenimiento adecuado, cada adhesivo puede usarse entre **3 y 10 veces**, dependiendo del tipo de piel.
- Asegúrese de que su piel esté **limpia y seca** antes de usar el GO S. Utilice los discos de alcohol suministrados para limpiar la piel.
- El adhesivo no se adhiere bien a la piel con sudor. Por tanto, recomendamos **entrenar en interior**.
- Cuando no esté usando su GO S, **guárdelo en su funda** para mantener el adhesivo limpio.

CAMBIAR EL ADHESIVO

1. Retire el adhesivo usado del GO S.
Recomendamos usar la herramienta suministrada para tal fin.



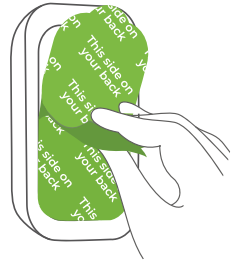
2. **Importante:**
Asegúrese de retirar TODAS las partes del adhesivo usado completamente, para que no quede nada verde en su GO S.



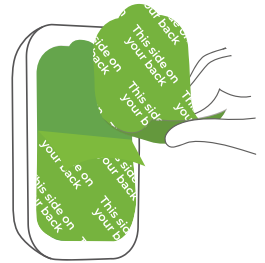
3. Tome un nuevo adhesivo y pele solo la cubierta blanca de uno de los lados.



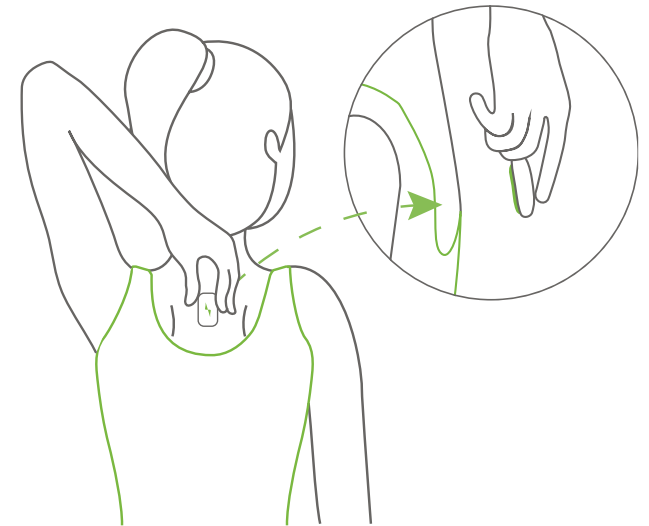
4. Fije la parte adhesiva al GO S, dentro del marco gris fino.



5. Cuando desee usar su GO S, pele la cubierta verde que dice "This side on your back".



6. Fije el GO S a su espalda.



COME INIZIARE

1. Scarica l'app **UPRIGHT**.
2. Segui il tutorial presente nell'app per leggere la guida “passo passo” su come iniziare a utilizzarlo.



CONSIGLI PER IL SUCCESSO

- Usa il tuo GO S almeno **3 volte** a settimana per vedere i risultati in **2 settimane**
- Usa il tuo GO S in **ambienti interni** e freschi
- Lascia il tuo GO S sulla **scrivania** per ricordarti di allenarti
- Infine, non dimenticare di **ricaricare** il tuo GO S

FUNZIONI DEL PULSANTE DI ACCENSIONE

Accensione

Clic Breve

Spegnimento

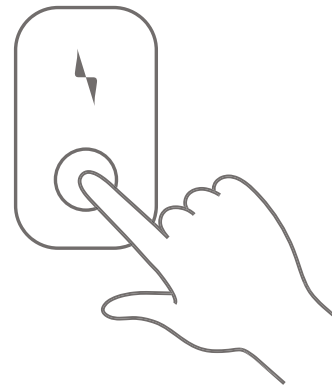
Clic Lungo

Imposta Postura (Taratura)*

Doppio clic

Passa alla Modalità Allenamento/Tracciamento*

Clic Singolo



* Per saperne di più sull'Impostazione della Postura, sulle modalità Allenamento & Tracciamento consulta l'app UPRIGHT

COSA C'È NELLA CONFEZIONE



UPRIGHT GO S

Il tuo allenatore posturale personale:
misura la tua postura 100 volte al
secondo



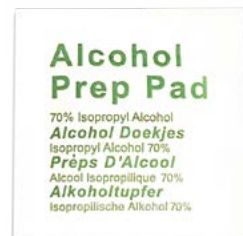
CAVO CARICABATTERIE

Cavo USB-C per ricaricare il
tuo GO S



CUSTODIA

Conserva il tuo GO S nella custodia
durante la ricarica, sia sulla scrivania
che mentre cammini



SALVIETTE IMBEVUTE DI ALCOL

Usa le salviette imbevute di alcol
per pulire gli adesivi e/o la pelle
prima dell'uso



ADESIVI

Adesivi riutilizzabili in silicone per
applicare il tuo GO S alla parte
superiore della schiena



STRUMENTO PER LA RIMOZIONE DEGLI ADESIVI

Usalo per rimuovere il vecchio
adesivo prima di sostituirlo con
uno nuovo

RICARICARE IL TUO GO S

Ricaricare regolarmente la batteria ti consente di usare il tuo GO S con la frequenza che desideri.

- Posiziona il tuo GO S nella custodia per sicurezza e collega il cavo caricabatterie alla porta USB.
- La ricarica completa richiede circa 3 ore.
- Quando la batteria è completamente carica, l'indicatore LED diventa verde.

INDICATORI LED



VERDE

Collegato
all'app



BLU

Non
collegato



ROSSO

Batteria
scarica

ADESIVI

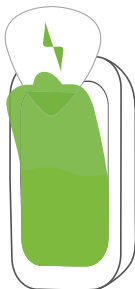
CURA & MANUTENZIONE

- Con una corretta manutenzione, ciascun adesivo può essere utilizzato **da 3 a 10 volte**, a seconda del tipo di pelle.
- Assicurati che la pelle sia **pulita e asciutta** prima di utilizzare GO S. Usa le salviette imbevute di alcol in dotazione per pulire la pelle.
- L'adesivo non aderisce bene alla pelle sudata. Quindi, ti consigliamo di **effettuare l'allenamento in ambienti interni**.
- Quando non utilizzi GO S, **conservalo nella sua custodia** per mantenere pulito l'adesivo.

SOSTITUZIONE DELL'ADESIVO

1. Rimuovi il vecchio adesivo da GO S.

Ti consigliamo di usare lo strumento di rimozione fornito.



2. **Importante:**

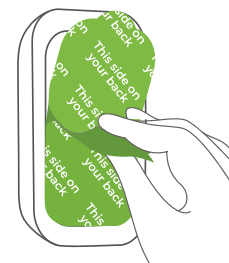
Assicurati di rimuovere completamente TUTTE le parti del vecchio adesivo, in modo da non lasciare tracce sul tuo GO S.



3. Rimuovi la protezione bianca da un lato del nuovo adesivo.



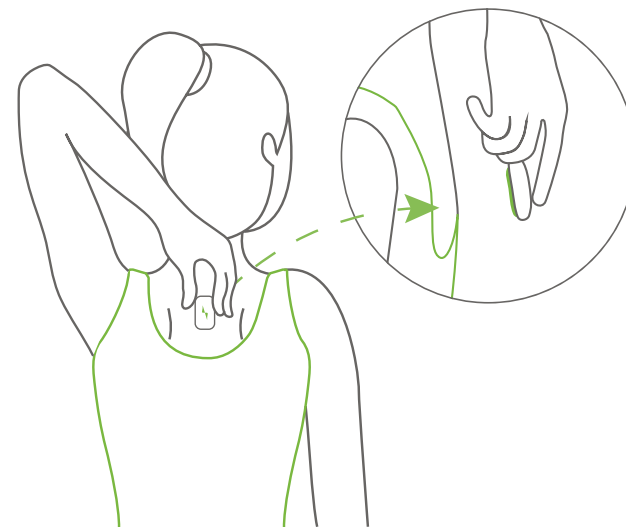
4. Attacca il lato adesivo su GO S, all'interno della sottile cornice grigia.



5. Al momento di utilizzare GO S, rimuovi la protezione verde con scritto "This side on your back".



6. Applica GO S alla schiena



LOSLEGEN

1. Laden Sie die **UPRIGHT** App herunter.
2. Folgen Sie dem Tutorial in der App für eine schrittweise Anleitung – um starten zu können.



TIPPS FÜR DEN ERFOLG

- Verwenden Sie Ihren GO S mindestens **3 Mal pro Woche**, um innerhalb von **zwei Wochen** bereits Ergebnisse zu sehen.
- Verwenden Sie Ihren GO S in einer **kühlen Umgebung** nicht außerhalb des Hauses.
- Lassen Sie Ihren GO S als Erinnerung an ein Training **auf Ihrem Schreibtisch** liegen.
- Vergessen Sie nicht, Ihren GO S **aufzuladen**.

POWER-TASTEN-FUNKTIONEN

Einschalten

Kurzer Klick

Ausschalten

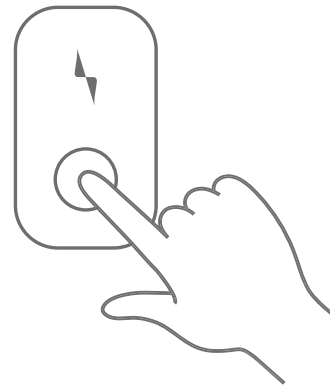
Langer Klick

Körperhaltung einstellen (Kalibrierung)*

Doppelklick

Wechselmodi Training/Tracking*

Ein Klick



* In der UPRIGHT App erfahren Sie mehr über Körperhaltung, Training & Tracking.

WAS IST IN DER BOX



UPRIGHT GO S

Ihr persönlicher Haltungs-Trainer misst Ihre Haltung 100 Mal pro Sekunde.



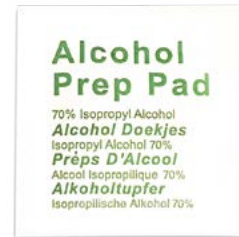
AUFLADEKABEL

EIN USB-C-Kabel, um den GO S aufzuladen.



HÜLLE

Bewahren Sie Ihren GO S in der Hülle auf, während Sie ihn auf Ihrem Schreibtisch oder unterwegs aufladen.



ALKOHOL-PADS

Verwenden Sie die Alkoholtupfer, um die Klebstoffe und / oder Ihre Haut vor dem Gebrauch zu reinigen.



KLEBER

Wiederverwendbare Silikonklebstoff zum Befestigen des GO S am oberen Rücken.



WERKZEUG ZUM ENTFERNEN DES KLEBSTOFFS

Verwenden Sie dieses, um Ihren alten Klebstoff zu entfernen wenn Sie ihn durch einen neuen ersetzen.

DAS LADEN IHRES GO S

Wenn Sie den Akku regelmäßig aufladen, können Sie Ihren GO S beliebig oft verwenden.

- Legen Sie den GO S sicher in die Tasche und stecken Sie das Ladekabel in den USB-Anschluss.
- Eine vollständige Aufladung dauert 3 Stunden.
- Sobald Ihre Batterie vollständig aufgeladen ist, wird die LED-Anzeige grün aufleuchten.

LED-ANZEIGEN



GRÜN

Mit der App
verbunden



BLAU

Nicht
verbunden



ROT

Batterie muss
aufgeladen werden

KLEBER

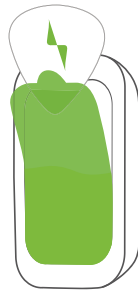
PFLEGE & WARTUNG

- Mit der richtigen Pflege kann jeder Aufkleber zwischen **3-10 Mal**, je nach Typ, verwendet werden.
- Bitte vergewissern Sie sich, dass Ihre Haut **sauber und trocken ist** bevor Sie GO S verwenden. Verwenden Sie die Alkohol-Pads, die zur Hautsäuberung beiliegen.
- Die Aufkleber haften nicht gut auf verschwitzter Haut. Aus diesem Grund empfehlen wir **drinnen zu trainieren**.
- Wenn Sie Ihr GO S nicht verwenden **lagern Sie dieses in der Hülle**, um den Aufkleber sauber zu halten.

WECHSELN DER AUFKLEBER

1. Entfernen Sie den alten Aufkleber vom GO S.

Wir empfehlen diesen mit Hilfe des beiliegenden Tools zu entfernen.



2. **Wichtig:**

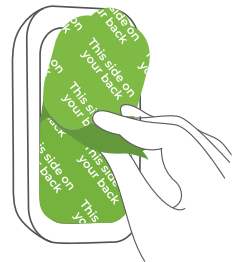
Vergewissern Sie sich, dass Sie ALLE Teile des alten Aufklebers vollständig entfernen und nichts grüner auf Ihrem GO S zurückbleibt.



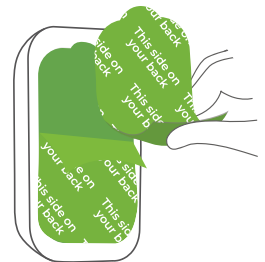
3. Nehmen Sie einen neuen Aufkleber und ziehen Sie den weißen Schutz von der einen Seite ab.



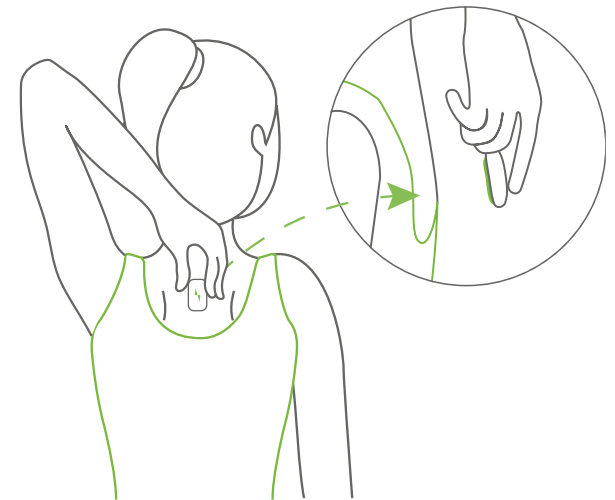
4. Befestigen Sie den Klebeteil auf Ihrem GO S, innerhalb des dünnen grauen Rahmen



5. Wenn Sie anfangen wollen Ihren GO S zu verwenden, ziehen Sie den Schutz ab auf dem steht "This side on your back".



6. Befestigen Sie den GO S auf Ihrem Rücken



如何开始使用

1. 下载 UPRIGHT 应用程序。
2. 根据应用程序中提供的有关如何开始使用的“分步”教程进行操作。



成功的秘诀

- 每周使用 GO S 至少 3 次, 使用 2 周后查看结果
- 在凉爽的室内环境中使用 GO S
- 将 GO S 放在桌上, 以提醒您进行训练
- 最后, 不要忘了给 GO S 充电

电源按钮功能

打开

短按

关闭

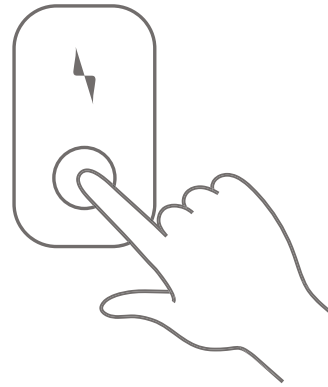
长按

设置姿势 (校准)*

按两次

切换训练/跟踪模式 *

按一次



* 在 UPRIGHT 应用程序中查看有关设置姿势、训练和跟踪的更多信息

包装内容物



UPRIGHT GO S

您的个人姿势训练器, 每秒钟可测量姿势 100 次



收纳盒

用于在桌面上充电时或当您忙碌时存放 GO S



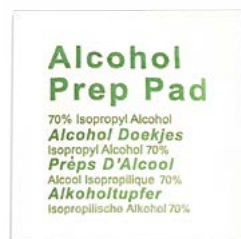
粘胶片

可重复使用的硅酮胶, 用于将 GO S 粘贴到您的上背部



充电线

USB-C 连接线, 用于为 GO S 充电



酒精棉片

使用设备前, 用酒精棉片清洁粘胶片和/或您的皮肤



粘胶片移除工具

在更换新的粘胶片时, 使用该工具移除旧的粘胶片

为 GO S 充电

定期为电池充电，以便尽可能经常地使用 GO S。

- 将 GO S 放在其收纳盒中妥善保存，并将充电线插入 USB 端口。
- 完全充满电大约需要 3 小时。
- 电池完全充满电后，LED 指示灯将变为绿色。

LED 指示灯



绿色

已连接到应用
程序



蓝色

未连接



红色

电池需要充电

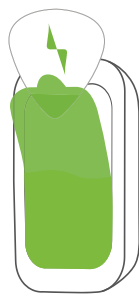
粘胶片

保养和维护

- 如果维护得当, 每片粘胶片可使用 **3-10 次**, 具体取决于皮肤类型。
- 在使用 GOS 之前, 确保您的皮肤**洁净且干燥**。使用随附的酒精棉片清洁皮肤。
- 粘胶片在有汗的皮肤上贴不紧。因此, 我们建议在**室内训练**。
- 在不使用 GOS 时, **请将它储存在专用的收纳盒中**, 以保持粘胶片洁净。

更换粘胶片

1. 从 GO S 上移除旧的粘胶片。
我们建议使用随附的粘胶片移除工具。



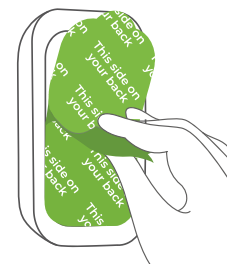
2. **重要：**
确保整片粘胶片完全移除，使 GO S 上没有绿色残留。



3. 取来一片新的粘胶片，只从一面撕下白色隔离纸。



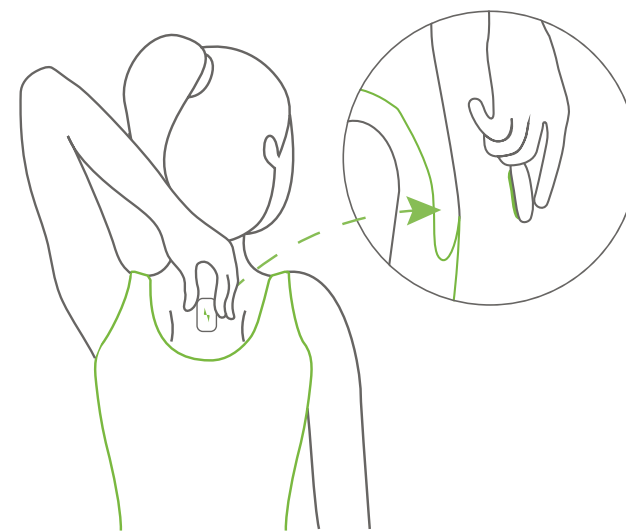
4. 将有粘性的一面贴到 GO S，
要注意贴到薄薄的灰色框内。



5. 当您想要开始使用 GO S 时，
撕下写着“*This side on your back*”
的绿色隔离纸。



6. 将 GO S
贴到您的背部。



如何開始

1. 下載 **UPRIGHT** 應用程式。
2. 遵循應用程式中的教程，依照「分步」指南瞭解如何開始使用。



成功秘訣

- 一週使用 GO S 至少 3 次，2 週後可見效果
- 在陰涼的室內環境中使用 GO S
- 將 GO S 放在桌上以提醒自己記得訓練
- 最後，別忘了給 GO S 充電

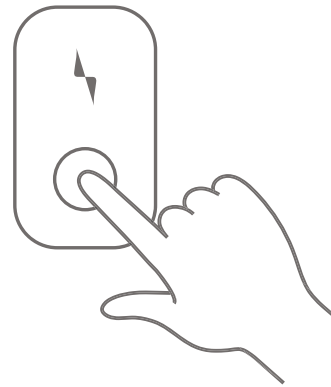
電源按鈕功能

開啟
短按

關閉
長按

設定姿勢 (校正) *
連按兩下

切換模式訓練/追蹤 *
按一下



* 在 UPRIGHT 應用程式中瞭解關於設定姿勢、
訓練和追蹤的更多資訊

包裝內容



UPRIGHT GO S

您的個人姿勢訓練器，每秒鍾測量您的姿勢 100 次



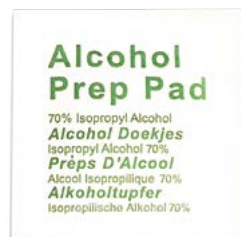
充電線

用於給 GO S 充電的 USB-C 纜線



貯存盒

放在桌上充電或外出時，將 GO S 裝在貯存盒中



酒精棉片

使用前，用酒精棉片清潔貼片和/或皮膚



貼片

可重複使用的矽膠貼片，用於將 GO S 黏到您的上背部



貼片移除工具

更換新貼片時，用它剝下舊貼片

給 GO S 充電

定期給電池充電可讓您隨心所欲地頻繁使用 GO S。

- 將 GO S 裝入貯存盒以提供保護，並將充電線插入 USB 埠。
- 完全充電需要約 3 小時。
- 電池充滿後，LED 燈將變成綠色。

LED 指示燈



綠色

已連接到應用程式



藍色

未連接



紅色

電池需要充電

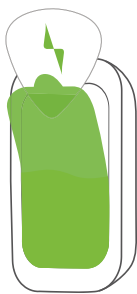
貼片

保養與維護

- 在適當維護的情況下，每個貼片可使用約 **3-10 次**，視皮膚類型而定。
- 使用 GO S 之前，確保皮膚**乾淨且乾燥**。使用隨附的酒精棉片清潔皮膚。
- 如果皮膚有汗，貼片就無法很好地貼在皮膚上。因此，我們推薦在**室內進行練習**。
- 在不使用 GO S 時，**請將其裝回貯存盒**以使貼片保持乾淨。

更換貼片

1. 從 GO S 上取下用過的貼片。
建議使用隨附的移除工具。



2. **重要事項：**

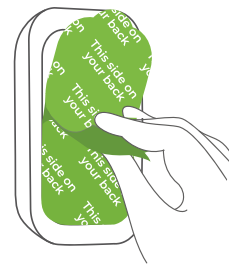
確保完全去除用過貼片的所有部分，
GO S 上沒有任何綠色殘留物。



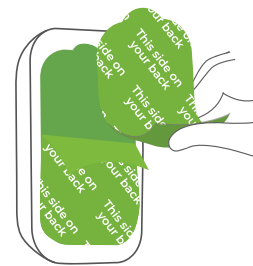
3. 取出一片新貼片，僅撕下其中一面上的
白色遮蓋膜。



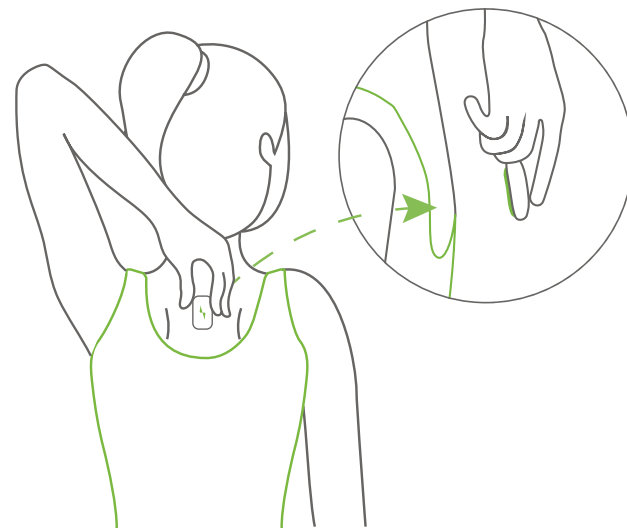
4. 將有黏性的部分貼到 GO S
的細灰框內。



5. 當您想用 GO S 時，撕下上面寫著
「此面貼於您的背上」
(This side on your back) 的綠色
遮蓋膜。



6. 然後將 GO S
貼到您的背上。



ご使用方法

1. UPRIGHTアプリをダウンロードします。
2. 開始するにはアプリのチュートリアル「ステップバイステップ」ガイダンスに従います



成功のためのヒント

- ・ 2週間以内に結果を確認するには、週3回以上GO Sを使用してください
- ・ 涼しい室内環境でGO Sを使用してください
- ・ いつでもトレーニングができるようGO Sを身近な机の上に置いておきましょう。
- ・ 最後に、GO Sを充電することを忘れないでください

電源スイッチ機能

電源を入れる

ワンクリック

電源を切る

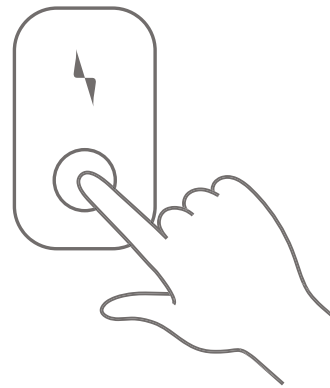
長押し

姿勢のセット(キャリブレーション)*

ダブルクリック

切り替えモードトレーニング/トラッキング*

ワンクリック



* UPRIGHT アプリで姿勢のセット、トレーニング

セット内容



UPRIGHT GO S

この小さな専属トレーナーは 姿勢を
1秒間に 100回測定します



ケース

机の上で充電中の場合もしくは外出する際には、GO Sをケースに保管してください



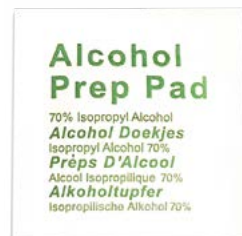
接着剤

GO Sを背中上部に取り付けるための
再利用可能なシリコン粘着パッド



充電ケーブル

GO Sを充電するためのUSB-C
ケーブル



アルコールパッド

使用前にアルコールパッドを使用して
肌の汚れを落とします



接着剤除去ツール

新しいものと交換するときは、
古い接着剤を剥がしてください

GO Sを充電する

バッテリーを定期的に充電すれば、いつでも好きな時にGO Sを使うことが可能です。

- ・ 保管するにはGO Sをケースに入れ、充電ケーブルをUSBポートに差し込みます。
- ・ フル充電には約3時間かかります。
- ・ バッテリーがフル充電されると、LEDライトが緑色に変わります。

LEDインジケータ



緑

アプリに接続



青

接続されていません



赤

バッテリーを充電
してください

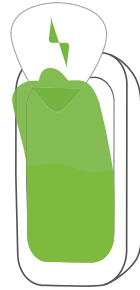
接着剤

お手入れとメンテナンス

- ・ 適切なメンテナンスにより、各接着剤は約**3-10 回**使用できます (肌のタイプによって変わります)。
- ・ GO Sを使用する前に肌を **きれいに**して乾かしておいてください。付属のアルコールパッドを使用して肌をきれいにしてください。
- ・ 接着剤は汗のある肌にはうまく付着しません。したがって、**当社は室内でトレーニングすることをお勧めします。**
- ・ GO Sを使用しないときは、**ケースの中に格納**して接着剤を清潔に保ってください。

接着剤の取り替え

1. GO Sから古い接着剤を取り除きます。
当社は付属の除去ツールを使用することをお勧めします。



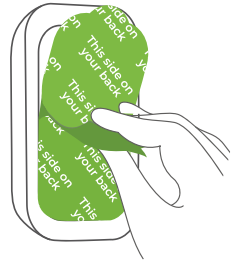
2. **重要:**
古い接着剤をすべて完全に取り除いてください。GO Sに緑色のものがまったく残っていないようにしてください。



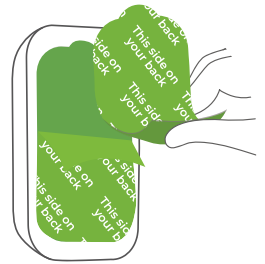
3. 新しい接着剤を取り出し、片側の白いカバーだけを剥がします。



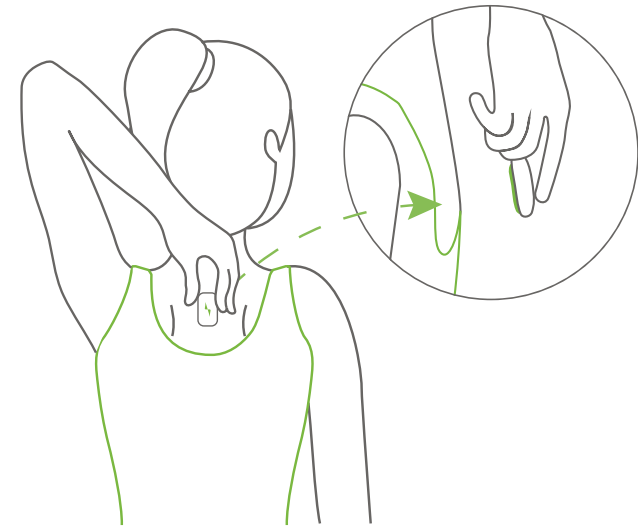
4. 薄いグレーのフレーム内にGO Sの粘着部を取り付けます。



5. GO Sの使用を開始する時は、「この側を背中に」
(This side on your back)
の文字が表記された緑色のカバーを剥ぎます。



6. GO Sを背中に貼り付けます。



시작하는 방법

1. **UPRIGHT** 앱을 다운로드하십시오.
2. 앱의 튜토리얼에서 시작하는 방법에 대한 단계별 지침을 따라 하십시오. 따라 하십시오.



성공을 위한 팁

- 2주 내에 효과를 보기 위해서는 GO S를 매일 사용할 것을 권장합니다.
- 시원한 **실내** 환경에서 GO S를 사용하십시오.
- 트레이닝 알림을 위해 GO S를 **책상 위에** 두십시오.
- 마지막으로 GO S를 **충전**하는 것을 잊지 마십시오.

전원 버튼 기능

켜기

짧은 클릭

끄기

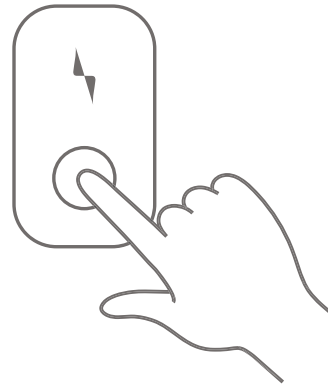
긴 클릭

자세 설정(교정)*

두번 클릭

트레이닝 모드 전환/추적*

한번 클릭



* UPRIGHT 앱에서 자세 설정, 트레이닝 및 추적에 대해 자세히 알아보십시오.

포장 내용물



UPRIGHT GO S

개인 자세 트레이너가 초당 100회 자세를 측정합니다.



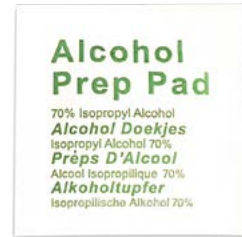
충전용 케이블

GO S 충전용 USB-C
케이블



케이스

케이스에 GO S를 보관하거나 책상 위에
충전하거나 이동 중에도 보관하십시오.



알콜 패드

사용 전에 알콜 패드를 사용하여 접착제
밋/또는 피부를 닦으십시오.



접착제

여러분 등 뒷쪽에 GO S를 부착하기 위한
재사용 가능한 실리콘 접착제



접착제 제거용 도구

새 접착제로 교체하기 위해 오래된
접착제를 떼어낼 때 이 도구를
사용하십시오.

GO S 충전

정기적으로 배터리를 충전하면 원하는 만큼 자주 GO S를 사용할 수 있습니다.

- 보관을 위해 GO S를 케이스에 넣고 충전 케이블을 USB 포트에 연결하십시오.
- 완전 충전에는 약 3시간이 걸립니다.
- 배터리가 완전히 충전되면 LED 표시등이 녹색으로 바뀝니다.

LED 표시기



녹색

앱에 연결됨



청색

연결되지 않음



적색

배터리 충전 필요

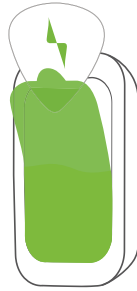
접착제

유지 관리

- 적절히 유지관리하면 각 접착제는 피부 유형에 따라 약 **3 ~ 10회** 사용할 수 있습니다.
- GO S를 사용하기 전에 피부가 **깨끗하고 건조한** 상태인지 확인하십시오. 제공된 알코올 패드를 사용하여 피부를 닦으십시오.
- 땀에 젖은 피부에는 접착제가 잘 부착되지 않습니다. 따라서 실내에서의 **트레이닝을 권장합니다.**
- GO S를 사용하지 않을 때는 **케이스에 다시 넣어** 접착제를 깨끗하게 유지하십시오.

접착제 교체

1. GO S에서 오래된 접착제를 제거합니다.
제공된 제거용 도구를 사용할 것을 권장합니다.



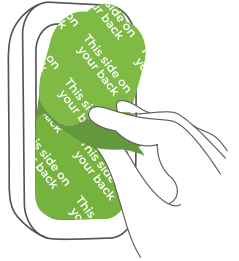
2. **중요:**
오래된 접착제의 모든 부분을 완전히 제거하여 GO S에 녹색이 전혀 남아있지 않도록 하십시오.



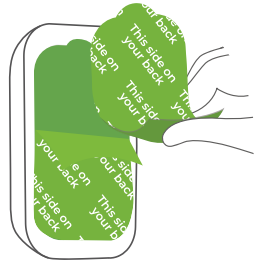
3. 새로운 접착제를 꺼내고 한쪽 면의 흰색 덮개만 떼어냅니다.



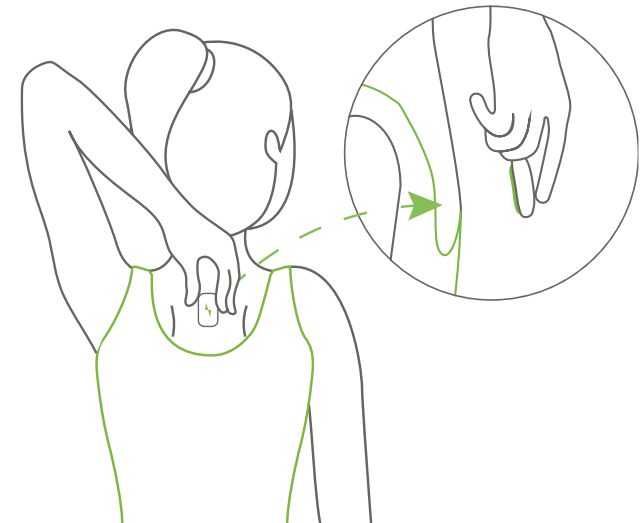
4. 끈적거리는 부분을 얇은 회색 프레임 안쪽의 GO S에 붙입니다.



5. GO S 사용을 시작할 경우,
"This side on your back"이라고 표시된 녹색 표지를 떼어냅니다.



6. GO S를 등에 부착합니다.



NEED MORE INFO?

BESOIN DE PLUS D'INFOS?

¿NECESITA MÁS INFORMACIÓN?

HAI BISOGNO DI ALTRE INFORMAZIONI?

BENÖTIGEN SIE WEITERE INFORMATIONEN?

需要更多信息? • 需要更多資訊?

詳細情報が必要ですか? • 추가 정보가 필요하십니까?

www.uprightpose.com/help

•

hello@uprightpose.com

www.uprightpose.com