



**REHABILITATION • REVALIDATIE • REABILITAÇÃO • РЕНАВ • РЕАБИЛИТАЦИЯ**

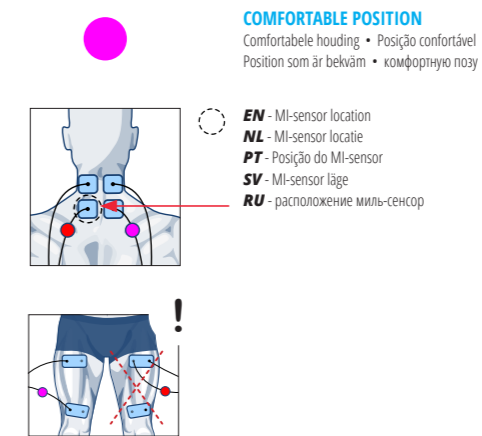
STIM. INTENSITIES Stimulatie-intensiteiten Intensidades de estimulação Stimuleringsintensitet интенсивностей стимуляции														
<b>MUSCLE ATROPHY</b> Atrofia na imobil • Atrofia depois de imobilização Atrofi efter immob • атрофия после уменьшения подвижности														
<b>REINFORCEMENT</b> Versterking na immob • Reforço após imobilização Uppbyggn efter immob • восстановление после неподвижности														

**RECOVERY/MASSAGE • HERSTEL-MASSAGE • MASSAGEM DE RECUPERAÇÃO • ÅTERHÄMTNING-MASSAGE • ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЙ МАССАЖ**

STIM. INTENSITIES Stimulatie-intensiteiten Intensidades de estimulação Stimuleringsintensitet интенсивностей стимуляции														
<b>TRAINING RECOVERY</b> Herstel na training • Recuperação após treino Återhämtning träning • восстановление после тренировки														
<b>COMPETITION RECOVERY</b> Herstel na wedstrijd • Recuperação após competição Återhämtning tävling • восстановление после соревнования														
<b>RELAXING MASSAGE</b> Relaxerende massage • Massagem relaxante Avslappande massage • расслабляющий массаж														
<b>REDUCE MUSCLE SORENESS</b> Verminder spierpijn • Redução da fadiga muscular Lindra träningsvärk • уменьшение мышечной боли														
<b>REVIVING MASSAGE</b> Regenererende massage • Massagem revitalizadora Återhämtande massage • восстанавливающий массаж														

**FOR PROGRAMME EXPLANATIONS VISIT OUR WEBSITE WWW.COMPEX.INFO**

Voor programma uitleg, bezoek onze website [www.complex.info](http://www.complex.info)  
 Para explicações do programa, visite nosso site [www.complex.info](http://www.complex.info)  
 För program förklaringar besök vår hemsida [www.complex.info](http://www.complex.info)  
 Для объяснения программы, посетите наш сайт [www.complex.info](http://www.complex.info)



**EN** - Approximate positioning of electrodes makes the session less effective, but is not dangerous.  
**NL** - Onnauwkeurige plaatsing van de elektroden leidt tot minder effectieve sessies maar is ongevaarlijk.  
**PT** - O posicionamento aproximado dos electrodos torna a sessão menos eficaz, mas não é perigoso.  
**RU** - Неточная установка снижает эффективность сеанса, но не представляет опасности.

**FITNESS • FITNESS • FITNESS • FITNESS • ФИТНЕС**

STIM. INTENSITIES Stimulatie-intensiteiten Intensidades de estimulação Stimuleringsintensitet интенсивностей стимуляции																				
<b>FIRM YOUR ARMS</b> Verstevig uw armen • Firmar nos seus braços Stärk armarna • сильные руки		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>TONE YOUR THIGHS</b> Verstevig uw dijen • Tonificar as coxas Stärk lårmuskeln • тонус бедер	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>GET STRONGER QUADS</b> Voor sterke bovenbenen • Obter quadriceps mais fortes Stärk lårmuskeln • четырехглавая мышца бедра	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>GET A 6 PACK</b> Voor een 6-pack • Esculpir os abdominais Träna magmuskeln • кубики пресса	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>GET STRONGER BICEPS</b> Voor een sterke biceps • Desenvolver os seus bíceps Stärk dina biceps • сильные бицепсы	-	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>BUILD YOUR PECS</b> Ontwikkel uw borstspier • Desenvolver os seus peitorais Bygga bröstmuskel • развивать грудные мышцы	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>FIRM YOUR STOMACH</b> Ontwikkel uw borstspier • Desenvolver os seus peitorais. Bygga bröstmuskel • развивать грудные мышцы.	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>SHAPE YOUR BUTTOCKS</b> Vorm uw billen • Reafirme as suas nádegas. Träna sätesmuskeln • упругость ягодиц	-	-	-	-	-	-		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>MUSCLE BUILDING</b> Bodybuilding • Modelação muscular muskelpuppbyggnad • мышечный рост	-							-										-	-	-
<b>CAPILLARISATION</b> Capillarisation • Capillarização Cirkulationsökning • капилляризация			-			-	-										-			
<b>LYMPHATIC DRAINAGE</b> Lymfedrainsage • Drenagem linfática Lymfdrånage • лимфатический дренаж	-	-	-	-	-	-			-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-