



mystim  
THE WAY I LIKE IT

## Bedienungsanleitung

Instructional Manual / Mode d'emploi / Instrucciones /  
Gebruiksaanwijzing / istruzione d'uso / инструкция по уходу



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

**Hersteller / manufacturer / fabricant / fabricante /  
fabrikant / fabbricante / производитель**

Mystim GmbH  
Marie-Curie-Str. 5  
63755 Alzenau  
GERMANY

**März 2017**

**Inhalt / content / contenu / contenido /  
inhoud / contenuto / ВМЕСТИМОСТЬ**

**DEUTSCH..... Seiten 4-13**

**ENGLISH..... pages 14-23**

**FRANCAIS..... page 24-33**

**ESPAÑOL..... paginas 34-43**

**NEDERLANDS..... sites 44-53**

**ITALIANO..... paginas 54-63**

**русский..... БОК 64-73**

## Glückwunsch!

Du hast dir also einen E-Stim Vibe geschnappt. Eine gute Entscheidung. Damit hast du dich für ein Qualitätsprodukt entschieden – und für ein Spielzeug, das dich gleichzeitig mit Vibration und Elektrostimulation verwöhnt – und dabei auch noch völlig ohne Reizstromgerät auskommt! Keine Kabel, kein Apparat – Tickling Truman & Co vibrieren, kribbeln und pulsieren von ganz alleine.

Auswählen kannst du aus 5 E-Stim Programmen und 8 Vibrationsprogrammen, die sich unabhängig voneinander regeln lassen. Als ganz besondere Funktion gibt es ein sechstes Reizstromprogramm: Ein Trainingsprogramm für deine Beckenbodenmuskulatur. Wie genau das funktioniert, erklären wir weiter unten.

Damit du an deinem Spielzeug auch lange deinen Spaß hast, lies dir bitte die folgenden Hinweise genau durch.

## Das Wichtigste auf einen Blick



Vibration & E-Stim



besonders leise



wasserdicht



100% medizinisches  
Platinsilikon



2 extra starke Motoren



8 Vibrationsprogramme  
5 Intensitätsstufen



5 E-Stim Programme  
10 Intensitätsstufen



1 Beckenboden  
Trainingsprogramm



Lithium Ionen Akku



2 Jahre Herstellergarantie



## Das Wichtigste auf einen Blick – Bedienung

### Vibration

Vibe Knopf

V-Minus

V-Plus



### Elektrostimulation

E-Minus

E-Plus

Impuls Knopf

### Vibe Knopf

- Schaltet die Vibration ein (Das Lichtband leuchtet weiß.)
- Wechselt zum nächsten Vibrationsprogramm
- Schaltet die Vibration aus (2 Sekunden halten bis das Lichtband erlischt)

### V-Minus Knopf

- Verringert die Vibrationsintensität stufenweise
- Schaltet die Vibration aus (2 Sekunden halten bis das Lichtband erlischt)

### V-Plus Knopf

- Erhöht die Vibrationsintensität stufenweise

### Impuls Knopf

- Schaltet die Elektrostimulation ein (Das Lichtband leuchtet weiß.)
- Wechselt das Elektrostimulationsprogramm
- Schaltet die Elektrostimulation aus (2 Sekunden halten bis das Lichtband erlischt)

### E-Minus Knopf

- Verringert die Elektrostimulation stufenweise
- Schaltet die Elektrostimulation aus (2 Sekunden halten bis das Lichtband erlischt)

### E-Plus Knopf

- Erhöht die Elektrostimulation stufenweise

## Die Handhabung

Unsere schmucken Jungs lassen sich ganz einfach über die Steuertasten im Griff bedienen: die eine Hälfte steuert Programme und Intensität der Elektrostimulation, die andere die der Vibration. Du kannst dir aussuchen, ob du Elektrostimulation und Vibration zusammen nutzen möchtest, oder nur eines von beiden.

Damit du auch im Dunkeln immer die richtigen Tasten findest, leuchtet das entsprechende Lichtband jedes Mal, wenn eine Taste gedrückt wird, zwei Sekunden lang etwas heller.

## So steuerst du die Vibration

Um die Vibration einzuschalten, tippe auf die Vibe-Taste. Die Vibration startet immer im ersten Programm und in der niedrigsten Intensitätsstufe.

- Mit den Plus- und Minustasten (V) kannst du die Intensität der Vibration in 5 Stufen einstellen. Jeder Knopfdruck erhöht oder verringert die Intensität um eine Stufe.
- Mit der Vibe-Taste wechselst du zwischen den Programmen. Jeder Knopfdruck schaltet ein Programm weiter.
- Wenn du zwischen den Programmen wechselst, bleibt deine Intensitätseinstellung gleich.

Um die Vibration abzustellen, halte die Vibe-Taste oder die dazu gehörende Minus-Taste (V-Minus) für zwei Sekunden gedrückt.

## So steuerst du die Elektrostimulation

Um die Elektrostimulation einzuschalten, drücke auf die Impulstaste. Wenn das Lichtband weiß leuchtet, ist die E-Stim-Funktion aktiv. Sie startet immer im ersten Programm und in der niedrigsten Intensitätsstufe.

Bitte denke daran, die Elektrostimulation erst anzuschalten, wenn du dein Spielzeug bereits eingeführt hast, da du nur so die optimale Intensität ermitteln kannst. Bitte schalte die Elektrosex-Funktion auch immer aus, bevor du den Vibrator entfernst.

- Mit den Plus- und Minustasten (E) kannst du die Intensität der Stimulation in 10 Stufen einstellen. Jeder Knopfdruck erhöht oder verringert die Intensität um jeweils eine Stufe.
- Um zwischen den Programmen zu wechseln, drücke die Impulstaste. Jeder Knopfdruck schaltet ein Programm weiter.
- Wenn du zwischen den Programmen wechselst, bleibt deine Intensitätseinstellung gleich.

**Die Ausnahme ist das Trainingsprogramm:** Schaltest du auf das Trainingsprogramm, verringert sich die Intensität automatisch auf die niedrigste Stufe.

Um die Elektrostimulation abzuschalten, halte die Impulstaste oder die dazu gehörende Minus-Taste (E-minus) für zwei Sekunden gedrückt. Wenn der Reizstrom abgestellt ist, erlischt das Lichtband.

## So steuerst du das Trainingsprogramm

Das Trainingsprogramm ist das sechste Elektrostimulationsprogramm. Aktiviere die Muskelstimulation, indem du auf die Impulstaste drückst. Drücke 5 Mal auf die Impulstaste, um das Trainingsprogramm zu erreichen.

- Ist das Training aktiv, wechselt das Lichtband die Farbe und leuchtet nun grün.
- Das Beckenbodentraining startet immer in der niedrigsten Intensitätsstufe.
- Mit den Plus- und Minustasten (E) kannst du die Intensität der Stimulation in 10 Stufen einstellen. Jeder Knopfdruck erhöht oder verringert die Intensität um eine Stufe.
- Verlässt du das Trainingsprogramm, befindest du dich wieder in der niedrigsten Intensitätsstufe.

Um das Trainingsprogramm zu verlassen, schalte über die Impulstaste ein Programm weiter (das Lichtband leuchtet dann wieder weiß), oder beende die Elektrostimulationsfunktion, indem du die Impulstaste oder die dazu gehörende Minus-Taste (E-minus) für zwei Sekunden gedrückt hältst.

## Die Vibrationsprogramme

Dein Vibrator hat gleich zwei Vibrationsquellen: eine in der Spitze und eine im

Schaft. In den acht verschiedenen Programmen spielen die beiden zusammen und tun ihr Bestes, dich möglichst abwechslungsreich zur Ekstase zu treiben.

Jeder Druck auf die Vibe-Taste schaltet ein Programm weiter.

### Vibration 1

Spitze und Schaft vibrieren gleichzeitig. In diesem Modus startet die Vibration beim Einschalten.

### Vibration 2

Nur die Spitze vibriert.

### Vibration 3

Nur der Schaft vibriert.

### Vibration 4

Spitze & Schaft vibrieren abwechselnd (langsam).

### Vibration 5

Spitze & Schaft vibrieren abwechselnd (schnell)

### Vibration 6

Spitze & Schaft vibrieren abwechselnd (sehr schnell).

### Vibration 7

In kurzen Stößen steigt die Vibration in der Spitze an und fällt scharf ab, während die Vibration des Schafts gleichzeitig abfällt und scharf ansteigt.

### Vibration 8

Der Schaft vibriert in langen Stößen, während die Spitze abwechselnd in schnellen und sehr schnellen Stößen vibriert.

## Die E-Stim Programme

Jedes der fünf Elektrostimulationsprogramme, mit denen dein E-Stim Vibe ausgestattet ist, ist darauf aus, dir ein neues prickelndes Gefühlserlebnis zu besorgen.

Jeder Druck auf die Impulstaste schaltet ein Programm weiter.

Damit du dich in den Einstellungen nicht irrst, warte bitte einen Moment, bevor du nach dem Umschalten die Intensität erhöhst: die wellenförmigen Programme (2 und 4) erreichen ihre höchste Stimulation erst nach ca. 3 Sekunden.

### E-Stim Programm 1

Ein konstantes Kribbeln.

In diesem Modus startet die Reizstromfunktion beim Einschalten.

### E-Stim Programm 2

Das Kribbeln wechselt in Wellen zwischen sanft und intensiver.

### E-Stim Programm 3

Ein konstantes Pulsieren.

### E-Stim Programm 4

Das Pulsieren wechselt in Wellen zwischen sanft und intensiver.

### E-Stim Programm 5

Die Stimulation wechselt in Wellen zwischen Kribbeln und Pulsieren.

## Das Trainingsprogramm

Anders als bei den oben beschriebenen E-Stim-Programmen, die die Nervenenden stimulieren, regt das Trainingsprogramm die Muskelfasern im Beckenboden an und kräftigt damit die Muskulatur. In diesem Programm solltest du spüren, wie sich deine Muskeln zusammenziehen.

Für den besten Trainingseffekt solltest du die Intensität so hoch wie möglich einstellen, ohne dass du die Kontraktionen als schmerzhaft empfindest. Spürst du nicht, wie deine Muskeln sich zusammenziehen und wieder entspannen, versuche die Position deines E-Stim Vibes zu verändern. Nur, wenn du die Muskelbewegung fühlen kannst, erfüllt das Training seinen Zweck.

Du aktivierst das Trainingsprogramm, indem du dich durch die 5 E-Stim-Programme klickst. Das 6. E-stim Programm ist das Beckenbodentraining.

Das Muskelstimulationsprogramm durchläuft zunächst eine Phase, in der deutliche Impulse ausgesendet werden, die den Beckenboden zur Kontraktion anregen sollen, und anschließend eine Erholungsphase, in der sich die Muskeln entspannen sollen. Beides ist nötig, um einen optimalen Trainingseffekt zu erzielen. Während der einige Sekunden langen Erholungsphase kann es sich so anfühlen, als habe sich die Elektrostimulation deaktiviert.

Bitte warte einfach einige Sekunden, bis der Zyklus erneut beginnt.

## Was bringt das Beckenbodentraining?

Die Muskeln des Beckenbodens haben eine ganze Reihe wichtiger Funktionen: Sie halten die Organe da, wo sie sein sollen, stabilisieren den Bauch und den Rücken, beugen unangenehmen Dingen vor (wie Blasenschwäche oder der Absenkung der Gebärmutter) und tragen zu einer besseren Haltung bei.

Und dann sind da noch die anderen Vorteile eines gut trainierten Beckenbodens: Die bessere Durchblutung des Gewebes und natürlich die Fähigkeit durch Anspannen des gut trainierten Beckenbodens die Vagina „zu verengen“ macht dich empfindlicher für intime Berührung, und steigert nachweislich die Orgasmusfähigkeit bei Frauen.

## Die Leitflächen

Dein Elektrostimulations-Vibrator ist ein bipolares Spielzeug, das heißt er hat zwei Leitflächen zwischen denen der Reizstrom hin und her fließt. Diese Leitflächen verlaufen entlang der Seiten.

## Aufladen

Dein Vibrator ist schon vorgeladen. Um ihn ganz aufzuladen, setzt du einfach den Ladekopf des mitgelieferten USB-Ladekabels auf das silberne Wappen am Griff. Wenn die Kontrolllampe am Ladekopf von rot auf grün wechselt, ist dein Spielzeug vollständig geladen und bereit für die nächsten Runden.

Aus Sicherheitsgründen sind die Funktionen deines Man in Black während des Ladevorgangs deaktiviert.

## Reinigung & Pflege

Dein Mystim Vibrator ist komplett wasserdicht und besteht aus medizinischem Platinsilikon. Er ist damit wirklich hygienisch und einfach mit Wasser und einer milden Seife zu reinigen. In regelmäßigen Abständen solltest du außerdem ein hautverträgliches Desinfektionsmittel verwenden (bitte beachte die jeweilige Gebrauchsanweisung). Bevor du den Vibrator wieder benutzt oder auflädst, lass ihn bitte vollständig trocknen.

Bitte achte darauf, dass du deinen Vitamine V nur mit wasserbasiertem Gleitmittel verwendest, wie zum Beispiel unserem Bonnie & Glide oder The Goldfalter. Von den beiden hat dein Vibrator dir auch schon Proben mitgebracht.

## Das mit dem Reizstrom

E-Stim, also elektrische Stimulation, wird seit ein paar Jahren immer beliebter, und kein Wunder: Im Intimbereich gibt's jede Menge Nerven – viel mehr als an anderen Stellen. Mit einem richtig eingestellten Reizstromgerät und dem entsprechenden Spielzeug kannst du jeden einzelnen dieser Nerven bis zur Ekstase stimulieren.

Diese Stimulation ist unbedenklich, wenn sie mit hochwertigen Produkten und nicht gedankenlos durchgeführt wird.

### Die folgenden Dinge solltest du unbedingt beachten:

- Personen mit elektronischen oder metallischen Implantaten (z. B. Herzschrittmachern) dürfen Reizstrom nicht anwenden, ohne vorher ihren Arzt zu konsultieren. Das gleiche gilt für Personen mit Herzfehlern oder Herzrhythmusstörungen.
- Die Stimulation darf nie so erfolgen, dass Strom durch das Gehirn oder Herz fließt. Niemals den Kehlkopf- oder Rachenbereich stimulieren. Muskelverkrampfungen in diesem Bereich könnten zum Erstickten führen.
- Reizstromgeräte dürfen nicht in Anwesenheit von explosiven oder entzündlichen Materialien verwendet werden.
- Reizstrom darf nicht während der Schwangerschaft verwendet werden.
- Reizstrom darf nur auf gesunder Haut angewendet werden.
- Von Kindern fernhalten.
- Nur original Mystim-Zubehör verwenden.
- Die Mystim Spielsachen niemals auseinanderschrauben, da das die Innenkonstruktion zerstört, und der Garantieanspruch entfällt.

### Noch Fragen?

Sag' uns Bescheid.  
Wir kümmern uns gerne drum.  
hallo@mystim.com

Video mit mehr Infos zu diesem Produkt:



## Congratulations!

So you have managed to bag yourself an E-Stim Vibe. A good decision. You have decided on a high-quality product - and on a toy with which you can spoil yourself with vibration and electro stimulation at the same time - and all that without even having to have an electro-stimulator device! No cables, no separate device – Tickling Truman & Co vibrate, tingle and pulsate all on their own.

You can choose from 5 e-stim programmes and 8 vibration programmes, each of which can be regulated independently of one another. As a very special feature, there is a sixth e-stim programme function: A Training Programme for kegel exercising. How this works is explained below.

To make sure you will have lots of fun with your toy for a good long time to come, please read carefully the following instructions for use.

## The most important bits - At a glance



Vibration & E-Stim



extremely quiet



waterproof



100% medical grade  
platinum silicone



2 extra-strong motors



8 vibration programmes  
5 intensity levels



5 e-stim programmes  
10 intensity levels



1 kegel exercise programme



Lithium-ion-battery



2-year manufacturer's  
warranty

EN



## The most important bits - Controls

### Vibration

Vibe button

V-minus

V-plus



### Electro-stimulation

E-minus

E-plus

Impuls button

### Impuls button

- Switches on the electro-stimulation (light strip lights up white)
- Changes the electro-stimulation programme
- Switches off the electro-stimulation (press for 2 seconds until the light strip goes out)

### E-minus button

- Reduces the electro-stimulation step by step.
- Switches off the electro-stimulation (press for 2 seconds until the light strip goes out)

### E-plus button

- Increases the electro-stimulation step by step

### Vibe button

- Switches on the vibration (light strip lights up white)
- Changes the vibration programme
- Switches off the vibration (press for 2 seconds until the light strip goes out)

### V-minus button

- Reduces the vibration intensity step by step
- Switches off the vibration (press for 2 seconds until the light strip goes out)

### V-plus button

- Increases the vibration intensity step by step

## Handling

Our dapper little chaps can be operated simply by means of the control buttons on the handle: on one side they control the programmes and the electro-stimulation intensity and on the other of the vibration.

You can choose whether you want to use the electro-stimulation and vibration both at once or only one at a time.

So that you can always find the right button, also in the dark, the respective light strip gets a little brighter when a button is pressed and held for two seconds.

## This is how you control the vibration

To switch on the vibration, press the Vibe button. The vibration always starts in the first programme and at the lowest intensity level.

- Using the Plus and Minus buttons (V) you can regulate the intensity of the vibration to one of five levels. Each time you press the button, the intensity is increased or reduced by one level.
- With the Vibe button, you can change between the programmes. Each time you press the button, the next programme is selected.
- When you change between programmes, the intensity level remains the same.

To switch off the vibration, press the Vibe button or the corresponding minus button (V-minus) for two seconds.

## This is how you control the electro-stimulation

To switch on the electro-stimulation, press the Impulse button. When the light strip is on, the E-Stim function is active. It always starts in the first programme and at the lowest intensity level.

Please remember not to switch on the electro-stimulation until you have inserted your toy, because only then will you achieve the optimal intensity. Also,

please always switch off the electro-sex function, before removing the vibrator.

- Using the Plus and Minus buttons (E) you can regulate the intensity of the stimulation to one of 10 levels. Each time you press the button, the intensity is increased or reduced by one level.
- To change between programmes, press the Impulse button. Each time you press the button, the next programme is selected.
- When you change between programmes, the intensity level remains the same.

**The Training Programme is an exception:** If you select the Training Programme, the intensity is automatically reduced to the lowest level.

To switch off the vibration, press the Impulse button or the corresponding minus button (E-minus) for two seconds. When the electro-stimulation is off, the light strip goes out.

## This is how you control the Training Programme

The Training Programme is the sixth electro-stimulation programme. Activate the muscle stimulation by pressing the Impulse button. Press the Impulse button 5 times to select the training programme.

- Once the training programme is activated, the light strip changes to green.
- The kegel exercise training programme starts at the lowest level of intensity.
- Using the Plus and Minus buttons (E) you can regulate the intensity of the stimulation to one of 10 levels. Each time you press the button, the intensity is increased or reduced by one level.
- If you exit the training programme, the device switches back again to the lowest level of intensity.

To exit the training programme, select the next programme with the Impulse button (the light strip then shows white), or terminate the electro-stimulation function by pressing the Impulse button or corresponding Minus button (E-minus) and holding it pressed for two seconds.

## The vibration programmes

Your Vitamine V has two vibration motors, one in the tip and one in the shaft. In the eight vibration programmes, those two work together to drive you to ecstasy.

Each push of the Vibe-Button switches to the next programme.

### Vibration 1

Tip and shaft vibrate together.

This mode is automatically set when the Vitamine V turns on.

### Vibration 2

Only the tip vibrates.

### Vibration 3

Only the shaft vibrates.

### Vibration 4

Tip and shaft vibrate in turns (slow).

### Vibration 5

Tip and shaft vibrate in turns (fast).

### Vibration 6

Tip and shaft vibrate in turns (very fast).

### Vibration 7

In short intervals, the vibration in the tip speeds up and stops while the vibration in the shaft slows down and starts.

### Vibration 8

The shaft vibrates in long intervals while the tip vibrates alternately in fast and very fast bursts.

## The E-Stim Programmes

Each of the five electro-stimulation programmes with which your E-Stim Vibe is equipped is aimed at giving you the sensation of a tingling, new experience.

Each time you press the Impulse button, the next programme is selected. To avoid inadvertently choosing the wrong setting, wait for a moment after changing the programme before increasing the intensity: the wave-like programmes (2 and 4) only reach their highest level of stimulation after about 3 seconds.

### E-Stim 1

A constant prickly feeling.

In this mode, the e-stimulation function starts as soon as it is switched on.

### E-Stim 2

The tingling feeling alternates in waves between gentle and more intensive.

### E-Stim 3

A constant pulsating.

### E-Stim 4

The pulsating feeling alternates in waves between gentle and more intensive.

### E-Stim 5

The stimulation alternates in waves between tingling and pulsating.

## The Training Programme

In contrast to the E-Stim programmes described above, which stimulate the nerve ends, the training programme excites the muscle fibres in the base of the pelvis and in this way strengthens the muscles. In this programme, you should feel your muscles contracting.

To attain the best training effect, you should set the intensity as high as possible, but without perceiving the contractions as painful. If you do not feel your muscles tensing and relaxing, try changing the position of your E-Stim Vibes.

The training only achieves its purpose if you can feel your muscles moving.

The training programme is activated by clicking through the 5 E-Stim programmes. The sixth E-stim programme is the kegel exercising programme.

The muscle stimulation programme runs through an initial phase, in which noticeable impulses are transmitted and which are intended to cause the muscles of the pelvic base to contract. This is followed by a resting phase, in which the muscles are intended to relax. Both phases are necessary to achieve an optimal training effect. During the resting phase, which lasts for a few seconds, it may feel as though the electro-stimulation has become deactivated.

Simply wait a few seconds until the cycle begins again.

## What are the benefits of kegel exercising?

The muscles of the pelvic base fulfil a whole series of important functions: They keep the organs where they should be, stabilise the stomach and the back, prevent unpleasant things (such as weak bladder or the sinking of the womb) and contribute to a better posture.

**And then, there are the other advantages of a well-trained pelvic floor:** improved blood circulation in the muscle fibres and, of course, the ability to „tighten“ the vagina by contracting the well-trained muscles of the pelvic base makes you more sensitive to intimate contact and, as it has been proven, enhances a woman's ability to experience an orgasm.

## The conductive surfaces

Your electro-stimulator/vibrator is a two-pole device, i.e. the toy has two conductive surfaces between which the electro-stimulation flows back and forth. These surfaces run along the sides of the device.

## Charging

Your vibrator is already partially charged. To fully charge it, simply place the charging head of the USB cable provided on the silver crest of the handle. When the pilot light on the charger head changes from red to green, the device is fully charged and the toy is ready for the next rounds.

For safety reasons, the functions of your man in black are disabled during the charging process.

## Cleaning & Care

Your Mystim Vibrator is completely waterproof and made of 100% medical-grade platinum silicone. That makes him really hygienic and easy to clean with water and a mild soap. In regular intervals, you should also use a skin friendly disinfectant (please read the respective manufacturer's instructions). Before you use or charge your vibrator again, please make sure that he is completely dry.

Please make sure that you only use water based lubricant with your Vitamine V – like our Bonnie & Glide, or The Goldfather – testers of both came included in your Vitamine V's delivery.

## The thing with the stimulation current

E-Stim, i.e. electrical stimulation, has been gaining ever more popularity in recent years, and no wonder. In the intimate areas there are lots of nerves – far more than in other parts. With a properly regulated device for electrical stimulation and the appropriate toys, you can stimulate every single one of these nerves to a state of ecstasy.

This stimulation is perfectly safe if it is carried out with due care and attention and high-quality products.

### **There are a couple of things that you absolutely must be careful of:**

- Persons with electronic or metal implants (e.g. heart pacemakers) must not use stimulation current without previously consulting a medical doctor. The same applies to persons with heart trouble or cardiac arrhythmia.
- Stimulation must never be carried out in a way in which current is conducted through the brain or the heart.
- Never stimulate the larynxes or the area of the throat. Muscle cramps in this area can lead to suffocation.
- Electrical stimulators must not be used in the vicinity of explosive or inflammable materials.
- Stimulating current must not be used during pregnancy.
- Stimulating current may only be used on healthy skin.
- Keep out of reach of children.
- Only use original Mystim accessories.
- Never dismantle by unscrewing the parts of Mystim toys, because this destroys the internal construction and invalidates the warranty claim.

## Any questions?

Just contact us.  
We'll take care of it.  
[hello@mystim.com](mailto:hello@mystim.com)

Video with more information about this product:



## Félicitations!

Tu viens de t'offrir un E-Stim Vibes. Une très bonne décision ! Tu as fait le choix d'un produit de grande qualité et d'un jouet qui te gâte, simultanément, avec vibrations et stimulation électrique. Le tout sans aucun appareil électrique de courant stimulant ! Pas besoin de câble ni d'appareil tiers : les Tickling Truman & Co vibrent, picotent et offrent des pulsations de manière complètement autonome.

Tu as le choix entre 5 programmes E-Stim et 8 programmes de vibration, lesquels sont réglables indépendamment les uns des autres. Il y a également une fonction toute particulière, un sixième programme de stimulation électrique : un programme d'entraînement pour la musculature de ton plancher pelvien. Nous t'expliquons un peu plus bas précisément comment cela fonctionne.

Afin de pouvoir profiter le plus longtemps possible de ton jouet, lis avec attention les remarques ci-dessous.

## En un coup d'œil



Vibration & e-stim



absolument étanche



2 moteurs  
extra-performants



5 programmes e-stim  
10 niveaux d'intensité



batterie lithium-ion  
rechargeable



volume sonore  
particulièrement bas



100% silicone  
platine médicale



8 programmes de vibration  
5 niveaux d'intensité



1 programme d'entraîne-  
ment plancher pelvien



2 ans de garantie  
du fabricant

FR

## En un coup d'œil – L'utilisation

### Vibration

Touche vibrate

V-moins

V-plus

### Touche Vibe

- Active la vibration (la bande lumineuse s'éclaire en blanc)
- Change de programme de vibration
- Désactive la vibration (maintenir appuyé 2 secondes jusqu'à ce que la bande lumineuse s'éteigne)

### V-moins

- Diminue l'intensité de vibration de 20%
- Désactive la vibration (maintenir appuyé 2 secondes jusqu'à ce que la bande lumineuse s'éteigne)

### V-plus

- Augmente l'intensité de vibration de 20%



### Stimulation électrique

E-moins

E-plus

Touche pulsation

### Touche pulsation

- Active la stimulation électrique (la bande lumineuse s'éclaire en blanc)
- Change de programme de stimulation électrique
- Désactive la stimulation électrique (maintenir 2 secondes jusqu'à ce que la bande s'éteigne)

### E-moins

- Diminue la stimulation électrique par paliers
- Désactive la stimulation électrique (maintenir 2 secondes jusqu'à ce que la bande s'éteigne)

### E-plus

- Augmente par paliers la stimulation électrique

## Le maniement

Nos mignons petits gars se laissent manier très simplement via les touches de commande sur le manche : la première moitié contrôle les programmes et l'intensité de la stimulation électrique, tandis la seconde s'occupe des programmes de vibration. Tu peux choisir si tu souhaites utiliser la stimulation électrique et la vibration en même temps, ou bien si tu préfères profiter de l'une des deux séparément.

Afin que tu puisses trouver les bonnes touches même dans le noir, la bande lumineuse correspondante s'allume pendant deux secondes avec un peu plus de luminosité, et ce à chaque fois que tu appuies sur une touche.

## Comment tu contrôles la vibration

Pour activer la vibration, appuie sur la touche Vibe. La vibration se lance toujours au premier programme et avec le palier d'intensité le plus faible.

- Avec les touches Plus et Moins (V), tu peux régler l'intensité de la vibration sur cinq paliers. À chaque pression sur la touche, l'intensité augmente ou diminue d'un palier.
- Avec la touche Vibe, tu changes de programme. Le programme change ainsi avec chaque pression.
- Lorsque tu modifies le programme, le réglage de l'intensité reste inchangé.

Pour désactiver la vibration, maintiens appuyée la touche Vibe ou la touche Moins correspondante (V-moins) pendant deux secondes.

## Comment tu contrôles la stimulation électrique

Pour activer la stimulation électrique, appuie sur la touche de pulsation. Lorsque la bande lumineuse blanche s'allume, cela signifie que la fonction E-Stim est activée. Elle démarre toujours au premier programme et avec le palier d'intensité le plus faible.

N'oublie pas d'activer la stimulation électrique seulement après que le jouet ait été introduit car c'est le seul moyen dont tu disposes pour déterminer l'intensité optimale. Pense également à bien désactiver la fonction sexe électrique avant de retirer le vibromasseur.

- Avec les touches Plus et Moins (E), tu peux régler la stimulation sur 10 différents paliers. À chaque pression sur la touche, l'intensité augmente ou diminue d'un palier.
- Pour changer de programme, appuie sur la touche de pulsation. Le programme change ainsi avec chaque pression.
- Lorsque tu modifies le programme, le réglage de l'intensité reste inchangé.

**Une exception concerne le programme d'entraînement** : lorsque tu passes au programme d'entraînement, l'intensité diminue automatiquement au le palier le plus faible.

Pour désactiver la stimulation électrique, maintiens appuyée la touche de pulsation ou la touche Moins correspondante (E-moins) pendant deux secondes. Lorsque le courant de stimulation est désactivé, la bande lumineuse s'éteint.

## Comment tu contrôles le programme d'entraînement

Le programme d'entraînement correspond au sixième programme. Tu actives la stimulation musculaire en appuyant sur la touche de pulsation. Appuie 5 fois sur la touche de pulsation pour arriver au programme d'entraînement.

- Lorsque l'entraînement est activé, la bande lumineuse change de couleur et s'éclaire maintenant en vert.
- L'entraînement du plancher pelvien démarre toujours au palier d'intensité le plus faible.
- Avec les touches Plus et Moins (E), tu peux régler l'intensité de la stimulation sur 10 paliers différents. À chaque pression sur la touche, l'intensité augmente ou diminue d'un palier.
- Lorsque tu quittes le programme d'entraînement, tu te retrouves au palier d'intensité le plus faible.

Pour quitter le programme d'entraînement, change de programme via la touche de pulsation (la bande lumineuse s'éclaire à nouveau en blanc), ou bien désactive la fonction de stimulation électrique en maintenant appuyée la touche de pulsation ou la touche Moins (E-moins) correspondante pendant deux secondes.

## Les programmes de vibration

Ton Vitamine V offre deux sources de vibration à la fois : l'une à la pointe et l'autre sur la tige. Dans les huit différents programmes, ces dernières se mettent de concert au diapason et font tout pour t'emmener jusqu'à l'extase, en empruntant les chemins les plus divers. Avec chaque pression sur la touche Vibe, un nouveau programme est activé.

### Vibration 1

Pointe et tige vibrent en même temps. Dans ce mode, la vibration démarre dès l'activation.

### Vibration 2

Seule la pointe vibre.

### Vibration 3

Seule la tige vibre.

### Vibration 4

Pointe et tige vibrent à tour de rôle (lentement).

### Vibration 5

Pointe et tige vibrent à tour de rôle (rapidement).

### Vibration 6

Pointe et tige vibrent à tour de rôle (très rapidement).

### Vibration 7

La vibration se fait plus dense par petits à-coups dans la pointe et retombe nettement pendant que la vibration de la tige retombe et augmente vivement dans le même temps.

### Vibration 8

La tige vibre avec de longs à-coups pendant que la pointe vibre avec de courts et rapides à-coups.

## Les programmes E-Stim

Chacun des cinq programmes de stimulation électrique dont est équipé ton E-Stim est là pour te procurer de nouvelles expériences sensorielles excitantes.

Avec chaque pression sur la touche de pulsation, tu passes à un autre programme. Pour que tu ne te perdes pas dans les réglages, attends un instant avant d'augmenter l'intensité après avoir changé de programme : les programmes (2 et 4) ondulés atteignent leur stimulation maximale après env. 3 secondes.

### E-Stim 1

Un picotement constant. Dans ce mode, la fonction de courant de stimulation démarre dès l'activation.

### E-Stim 2

Le picotement change en ondulations entre douceur et plus d'intensité.

### E-Stim 3

Une pulsation constante.

### E-Stim 4

La pulsation change en ondulations entre douceur et plus d'intensité.

### E-Stim 5

La stimulation change en ondulations entre picotement et pulsation.

## Le programme d'entraînement

À l'inverse des programmes E-Stim décrits ci-dessus, lesquels stimulent les terminaisons nerveuses, le programme d'entraînement stimule lui les fibres musculaires du plancher pelvien et fortifie ainsi la musculature. Avec ce programme, tu devrais ressentir comment tes muscles se contractent.

Pour obtenir le meilleur effet d'entraînement, il est conseillé de bien régler l'intensité sans que tu ressentent douloureusement les contractions. Si tu ne sens pas que tes muscles se contractent et se détendent, essaie de modifier la position de ton E-Stim Vibes. C'est seulement lorsque tu peux ressentir les mouvements musculaires que ton entraînement remplit sa fonction.

Tu actives le programme d'entraînement en cliquant les 5 programmes E-Stim jusqu'à ce que tu arrives au sixième programme E-Stim : c'est le programme d'entraînement du plancher pelvien.

Le programme de stimulation musculaire connaît tout d'abord une phase au cours de laquelle des pulsations distinctes sont émises. Celles-ci stimulent le plancher pelvien par contraction avant la phase de repos au cours de laquelle les muscles se relâchent. Ces deux phases sont nécessaires pour obtenir un parfait effet d'entraînement. Pendant les quelques secondes de la phase de repos, il se peut que tu aies l'impression que la stimulation électrique ait été désactivée. Il te suffit d'attendre quelques secondes jusqu'à ce que le cycle recommence à nouveau.

## À quoi sert le programme d'entraînement ?

Les muscles du plancher pelvien ont toute une série de fonctions importantes: ils maintiennent les organes là où ils doivent se trouver, stabilisent le ventre et le dos, préviennent des choses désagréables (comme l'incontinence urinaire ou l'abaissement du col de l'utérus) et contribuent à un meilleur maintien du corps. Sans oublier les autres avantages apportés par un plancher pelvien bien entraîné : la meilleure circulation du sang dans les tissus, sans oublier bien sûr la faculté de « rétrécir » le vagin, grâce à la capacité de contraction obtenue par le plancher pelvien bien entraîné. Ce qui te rend plus sensible aux contacts intimes et augmente de manière manifeste la capacité d'orgasme chez les femmes.



## Les surfaces conductrices

Ton vibromasseur de stimulation électrique est un jouet bipolaire : il dispose de deux surfaces conductrices entre lesquelles circule le courant de stimulation. Ces surfaces conductrices se trouvent sur les côtés du vibromasseur.

## Rechargement

Ton vibromasseur est déjà pré-chargé. Pour le recharger entièrement, place simplement la tête de chargement du câble USB contenu dans la livraison sur le blason argenté au manche. Lorsque le voyant lumineux de la tête de chargement passe de la couleur rouge à verte, cela signifie que ton jouet est entièrement rechargé et prêt pour un prochain tour. Pour des raisons de sécurité, les fonctions de ton Man in Black sont désactivées lors du chargement.

## Nettoyage & entretien

Ton vibromasseur Mystim est entièrement étanche et se compose de silicone platine médicale. Ceci le rend vraiment hygiénique et il peut être nettoyé simplement avec de l'eau et un savon doux. Il est également conseillé d'utiliser à intervalles réguliers un produit désinfectant de tolérance cutanée (respecter le mode d'emploi correspondant du produit). Avant d'utiliser à nouveau le vibromasseur ou de le recharger, pense à bien le laisser sécher entièrement.

Veille bien à utiliser ton Vitamine V uniquement avec un lubrifiant à base d'eau, comme par exemple notre Bonnie & Glide ou The Goldfather. Ton Vitamine V t'a déjà apporté avec lui des échantillons de ces deux lubrifiants.

## À propos du courant de stimulation

E-Stim, soit la stimulation électrique, est depuis quelques années de plus en plus populaire. Ce qui ne constitue en rien une surprise : les parties intimes recèlent un grand nombre de nerfs – beaucoup plus que dans les autres zones du corps. Avec un stimulateur électrique bien réglé et le jouet approprié, tu peux stimuler chacun de ces nerfs jusqu'à atteindre l'extase.

Cette stimulation est sans risques si elle est exécutée avec des produits de haute qualité et avec précaution.

### Il y a quelques points que tu dois absolument observer :

- Les personnes avec des implants électroniques ou métalliques (par ex. pacemaker) ne peuvent pas utiliser le courant de stimulation sans avoir consulté au préalable leur médecin. Ceci vaut également pour les personnes présentant des déficiences cardiaques ou des troubles du rythme cardiaque.
- La stimulation ne doit pas se dérouler de telle manière que le courant circule par le cerveau ou le cœur.
- Ne jamais stimuler la zone du larynx ou de la gorge. Des spasmes musculaires dans cette zone peuvent entraîner l'étouffement.
- Les stimulateurs électriques ne doivent pas être utilisés en présence de matières explosives ou inflammables.
- Le courant de stimulation ne doit pas être utilisé pendant la grossesse.
- Le courant de stimulation ne peut être utilisé uniquement que sur une peau saine.
- Tenir éloigné des enfants.
- Utiliser uniquement des accessoires Mystim d'origine originaux.
- Ne jamais démonter les jouets Mystim. Cela détruit la structure interne et annule le droit de garantie.

## D'autres questions?

N'hésite pas à nous en faire part.

Nous nous occupons de toi.

hello@mystim.com

Tu trouveras des vidéos à propos de l'utilisation et de l'entretien de nos jouets ici: [www.mystim.com/care\\_instructions.html](http://www.mystim.com/care_instructions.html)



## ¡Enhorabuena!

Has adquirido un vibrador E-Stim. Una buena decisión. Se trata de un producto de calidad que al mismo tiempo es un juguete que te mimará con su vibración y su electroestimulación, ¡y además no necesita ningún aparato de corrientes de estimulación! Sin cables, sin aparatos: Tickling Truman y cía. vibran y generan hormigueos y sacudidas por sí solos.

Puedes elegir entre 5 programas de electroestimulación y 8 programas de vibración que se pueden regular independientemente. Una función muy especial es su sexto programa de corrientes de estimulación: un programa para fortalecer la musculatura del suelo pélvico. Más adelante te explicamos cómo funciona exactamente.

Para que puedas divertirte con tu juguete durante mucho tiempo, lee detenidamente las siguientes indicaciones.

## Un resumen de lo más importante



vibración & electroestimulación



muy silencioso



resistente al agua



silicona platino de uso médico 100%



2 motores muy potentes



8 programas de vibración  
5 niveles de intensidad



5 programas de electroestimulación  
10 niveles de intensidad



1 programa para fortalecer el suelo pélvico



batería de iones de litio



garantía del fabricante de 2 años

ES

## De un vistazo: cómo funciona

### Vibración

Botón de vibración

V-menos

V-más



### Electroestimulación

E-menos

E-más

Botón de impulsos

### Botón de vibración

- Conecta la vibración (la banda se ilumina en blanco)
- Cambia de programa de vibración
- Desconecta la vibración (pulsar 2 segundos hasta que la banda luminosa se apague)

### V- Menos

- Reduce la intensidad de la vibración en un 20 %
- Desconecta la vibración (pulsar 2 segundos hasta que la banda luminosa se apague)

### V-Más

- Aumenta la intensidad de la vibración paso a paso

### Botón de impulsos

- Conecta la electroestimulación (la banda se ilumina en blanco)
- Cambia de programa de electroestimulación
- Desconecta la electroestimulación (pulsar 2 segundos hasta que la banda luminosa se apague)

### E-Menos

- Reduce la intensidad de la vibración en un 20 %
- Desconecta la vibración (pulsar 2 segundos hasta que la banda luminosa se apague)

### E-Más

- Aumenta la intensidad de la vibración paso a paso

## Cómo se maneja

Nuestros pequeños se pueden manejar fácilmente con los botones que tienen en el mango: una mitad controla los programas y la intensidad de la electroestimulación y la otra los de la vibración. Puedes elegir si quieres utilizar la electroestimulación y la vibración a la vez o solo una de ellas.

Para que siempre encuentres el botón correcto, incluso a oscuras, la banda luminosa se enciende cada vez que pulses un botón y se vuelve algo más clara durante dos segundos.

## Así se controla la vibración

Para conectar la vibración, toca el botón de vibración. La vibración siempre empieza en el primer programa y con el nivel de intensidad más bajo.

- Con los botones Más y Menos (V) puedes regular la intensidad de la vibración en cinco niveles. Cada vez que pulses el botón, la intensidad aumentará o se reducirá un nivel.
- Con la tecla de vibración se cambia de programa. Cada vez que pulses este botón pasarás al siguiente programa.
- Al cambiar entre los programas, el ajuste de intensidad sigue siendo el mismo.

Para apagar la vibración, pulsa durante dos segundos el botón de vibración o el botón Menos correspondiente (Menos [V]).

## Así se controla la electroestimulación

Para conectar la electroestimulación, pulsa el botón de impulsos. Cuando la banda se ilumina en blanco, la electroestimulación está activada. La electroestimulación siempre empieza en el primer programa y con el nivel de intensidad más bajo.

Procura conectar la electroestimulación cuando ya te hayas introducido el juguete, solo así podrás determinar la intensidad óptima. Desconecta siempre la función Electrosex antes de sacar el vibrador.

- Con los botones Más y Menos (E) puedes regular la intensidad de la estimulación en diez niveles. Cada vez que pulses el botón, la intensidad aumentará o se reducirá un nivel.
- Para cambiar de programa, pulsa el botón de impulsos. Cada vez que pulses este botón pasarás al siguiente programa.
- Al cambiar entre los programas, el ajuste de intensidad sigue siendo el mismo.

**La excepción es el programa de fortalecimiento:** al activar el programa de fortalecimiento, la intensidad pasa al nivel más bajo automáticamente.

Para apagar la electroestimulación, pulsa durante dos segundos el botón de impulsos o el botón Menos correspondiente (Menos [E]). Cuando la corriente de estimulación está desactivada, la banda luminosa se apaga.

## Así se controla el programa de fortalecimiento

El programa de fortalecimiento es el sexto programa de electroestimulación. Activa la estimulación muscular pulsando el botón de impulsos. Pulsa cinco veces el botón de impulsos para llegar al programa de fortalecimiento.

- Cuando el fortalecimiento está activado, la banda luminosa cambia de color y se vuelve verde.
- El fortalecimiento del suelo pélvico empieza siempre con el nivel de intensidad más bajo.
- Con los botones Más y Menos (E) puedes regular la intensidad de la estimulación en diez niveles. Cada vez que pulses el botón, la intensidad aumentará o se reducirá un nivel.
- Cuando salgas del programa de fortalecimiento, te encontrarás de nuevo en el nivel de intensidad más bajo.

Para salir del programa de fortalecimiento, cambia a otro programa con el botón de impulsos (la banda luminosa se vuelve otra vez blanca) o finaliza la electroestimulación manteniendo pulsado durante dos segundos el botón de impulsos o el botón Menos correspondiente (Menos [E]).

## Programas de vibración

Vitamine V tiene dos fuentes de vibración: una en la punta y otra en el tronco. En los ocho programas de vibración, las dos interactúan y hacen todo lo posible para hacerte llegar al éxtasis de la forma más variada.

Cada vez que se pulsa la tecla de vibración se pasa al siguiente programa.

### Vibración 1

La punta y el tronco vibran a la vez. La vibración empieza en este modo al conectarse.

### Vibración 2

Solo vibra la punta.

### Vibración 3

Solo vibra el tronco.

### Vibración 4

La punta y el tronco vibran por turnos (lento).

### Vibración 5

La punta y el tronco vibran por turnos (rápido).

### Vibración 6

La punta y el tronco vibran por turnos (muy rápido).

### Vibración 7

Con sacudidas breves, la vibración aumenta en la punta y desciende bruscamente, mientras que la vibración del tronco desciende al mismo tiempo y aumenta bruscamente.

### Vibración 8

El tronco vibra con sacudidas largas, mientras que la punta vibra alternando las sacudidas rápidas y las muy rápidas.

## Programas de electroestimulación

Cada uno de los cinco programas de electroestimulación con los que cuenta tu vibrador está preparado para hacerte vivir una nueva y excitante experiencia sensorial.

Cada vez que pulsas el botón de impulsos se activa un programa. Para que no te equivoques con los ajustes, espera un momento antes de aumentar la intensidad después de cambiar de programa: los programas en forma de onda (2 y 4) llegan a la estimulación máxima después de unos tres segundos.

### E-Stim 1

un hormigueo constante. La función de la corriente de estimulación empieza en este modo cuando se activa.

### E-Stim 2

el hormigueo va pasando de suave a más intenso en forma de ondas.

### E-Stim 3

una pulsación constante.

### E-Stim 4

la pulsación va pasando de suave a más intensa en forma de ondas.

### E-Stim 5

la estimulación cambia entre hormigueos y pulsaciones en forma de ondas.

## El programa de fortalecimiento

Al contrario que los programas de electroestimulación descritos anteriormente, que estimulan las terminaciones nerviosas, el programa de fortalecimiento se ocupa de las fibras musculares del suelo pélvico y refuerza así la musculatura. Con este programa deberías notar cómo se contraen tus músculos.

Para conseguir el mejor efecto, deberías ajustar la intensidad tan alto como sea posible, sin que las contracciones te resulten dolorosas. Si no notas cómo tus músculos se contraen y se relajan de nuevo, intenta cambiar la posición de tu vibrador E-Stim. Solo cuando puedas sentir el movimiento muscular, el fortalecimiento habrá cumplido su objetivo.

El programa de fortalecimiento se activa haciendo clic a través de los 5 programas de electroestimulación. El sexto programa de electroestimulación es el de fortalecimiento del suelo pélvico.

El programa de estimulación muscular pasa primero por una fase en la que se emiten impulsos claros para hacer que el suelo pélvico se contraiga y, a continuación, por una fase de reposo en la que los músculos se relajan. Ambas cosas son necesarias para obtener el efecto óptimo. Durante los segundos que dura la fase de reposo, puede parecer que la electroestimulación se ha desactivado. Solo tienes que esperar unos segundos hasta que el ciclo se reanude.

## ¿Qué aporta el fortalecimiento del suelo pélvico?

Los músculos del suelo pélvico cumplen unas funciones muy importantes: sujetan los órganos en el lugar donde deben estar, estabilizan el vientre y la espalda, previenen temas molestos (como la incontinencia urinaria o el prolapso de útero) y contribuyen a conseguir una mejor postura. Y estas son otras de las ventajas de un suelo pélvico bien «entrenado»: la mejora de la circulación sanguínea en los tejidos y, por supuesto, la capacidad del suelo pélvico de «estrechar» la vagina tensándola te vuelven más sensible al contacto íntimo y aumentan perceptiblemente la capacidad orgásmica en las mujeres.

## Superficies conductoras

Tu vibrador con electroestimulación es un juguete bipolar, esto significa que tiene dos superficies conductoras entre las que circula la corriente de estimulación. Estas superficies discurren por los laterales.

## Cargar

Tu vibrador ya viene cargado. Para cargarlo por completo, solo tienes que poner el cabezal de carga del cable USB incluido en el escudo plateado del mango. Cuando el indicador del cabezal de carga pasa de rojo a verde, tu juguete está totalmente cargado y listo para la siguiente ronda.

Por motivos de seguridad, las funciones de tu hombre de negro están desactivadas mientras se carga.

## Limpieza y cuidado

Tu vibrador de Mystim es completamente resistente al agua y está hecho de silicona platino de uso médico. Por eso, es realmente higiénico y se puede limpiar fácilmente con agua y jabón suave. Además, deberías utilizar periódicamente un desinfectante hipoalergénico (presta atención a las instrucciones correspondientes). Deja que el vibrador se seque por completo antes de volver a utilizarlo o de cargarlo.

## Corrientes de estimulación

La electroestimulación goza de una popularidad cada vez mayor desde hace un par de años, y no es ninguna sorpresa: las zonas íntimas tienen un montón de nervios, muchos más que otras zonas. Con un aparato de corrientes de estimulación bien ajustado y el juguete correspondiente puedes estimular cada uno de estos nervios hasta el éxtasis.

Esta estimulación es inofensiva si se realiza con productos de alta calidad y no se hace sin pensar.

## No obstante, hay un par de cosas a las que hay que prestar atención:

- Las personas con implantes electrónicos o metálicos (p. ej., marcapasos) no deben utilizar corrientes de estimulación sin haber consultado antes a su médico. Esto mismo se aplica a aquellas personas con cardiopatías o ritmos cardíacos irregulares.
- La estimulación no debe realizarse de modo que la corriente pase por el cerebro o el corazón.
- No hay que estimular nunca la zona de la laringe ni de la garganta. Los calambres musculares en esta zona pueden producir asfixia.
- Los aparatos de corrientes de estimulación no deben utilizarse en presencia de materiales explosivos o inflamables.
- La corriente de estimulación no debe emplearse durante el embarazo.
- La corriente de estimulación solo debe aplicarse sobre pieles sanas.
- Mantener a los niños alejados del aparato.
- Utilizar solo accesorios originales de Mystim.
- No desmontar nunca los juguetes de Mystim para que la construcción interior no se dañe y se extinga el derecho a garantía.

Procura utilizar tu Vitamine V solo con lubricantes con base acuosa, como nuestro Bonnie & Glide o The Goldfather. Tu Vitamine V también incluye muestras de los dos lubricantes.

## ¿Tienes más preguntas?

Dínoslo.

Nos preocupamos por ti.  
hello@mystim.com

Aquí encontrarás vídeos sobre cómo utilizar y cuidar nuestros juguetes:  
[www.mystim.com/care\\_instructions.html](http://www.mystim.com/care_instructions.html)



## Gefeliciteerd!

Je hebt dus een E-Stim Vibe aangeschaft. Een goede beslissing. Daarmee koos je voor een kwaliteitsproduct – en voor een speeltje dat jou gelijktijdig met trillen en elektrostimulatie verwent – en bovendien dan ook nog volkomen zonder prikkelstroomapparaat! Geen kabel, geen apparaat – Tickling Truman & Co vibreren, kietelen en pulseren helemaal zelfstandig.

Je kan kiezen uit 5 E-Stim programma's en 8 vibratieprogramma's, die zich onafhankelijk van elkaar laten regelen. Verder is er als helemaal speciale functie een zesde prikkelstroomprogramma: een trainingsprogramma voor jouw bekkenbodemspier. En hoe dat precies werkt lees je verderop.

Lees de volgende aanwijzingen aandachtig door om zo lang mogelijk plezier te beleven aan jouw speeltje.

## Het belangrijkste in een oogopslag



vibratie & prikkelstroom



bijzonder zacht



waterdicht



100% medische  
platinasiliconen



2 extra sterke motoren



8 vibratorprogramma's  
5 intensiteitsniveaus



5 E-Stim programma's  
10 intensiteitsniveaus



1 bekkenbodem-trainings-  
programma



lithium-ion accu



2 jaar fabrieksgarantie



## In één oogopslag – de bediening

### Vibratie

Vibe-toets

V-min

V-plus



### Elektro- stimulatie

E-min

E-plus

Impuls-toets

### Vibe-toets

- Schakelt het vibreren in (de lichtstrook licht wit op)
- Omschakelen vibratieprogramma
- Schakelt het vibreren uit (2 seconden ingedrukt houden tot de lichtband dooft)

### V-min

- verlaagt de vibratie-intensiteit met 20%
- Schakelt het vibreren uit (2 seconden ingedrukt houden tot de lichtband dooft)

### V-plus

- verhoogt de vibratie-intensiteit in stappen

### Impuls-toets

- Schakelt de elektrostimulatie in (de lichtstrook licht wit op)
- Verandert het elektrostimulatie-programma
- Schakelt de elektrostimulatie uit (2 seconden ingedrukt houden tot de lichtstrook dooft)

### E-min

- Verkleint de elektrostimulatie in stappen
- Schakelt de elektrostimulatie uit (2 seconden ingedrukt houden tot de lichtstrook dooft)

### E-plus

- Verhoogt de elektrostimulatie in stappen

## Het gebruik

Onze knappe jongens laten zich heel eenvoudig via de stuurtoetsen in de handgreep bedienen: de ene helft bestuurt de programma's en de intensiteit van de elektrostimulatie; de andere de vibratie. En jij kan zelf kiezen of jij elektrostimulatie en vibratie tegelijk wilt gebruiken, of slechts één van beide.

En opdat je ook in het donker steeds de juiste toets zou vinden, licht de betreffende lichtstrook op telkens er een toets wordt ingedrukt, twee seconden lang iets helderder.

## Zo stuur je de vibratie

Om het vibreren in te schakelen druk je op de vibe-toets. Het vibreren start steeds in het eerste programma, en met de laagste intensiteitsstap.

- Met de plus- en de mintoetsen (V) kan je de intensiteit van de vibratie in 5 stappen instellen. Bij elke druk op de knop verhoogt of verlaagt de intensiteit met één stap.
- Met de vibe-toets schakel je over tussen de programma's. Met elk druk op de knop schakel je een programma verder.
- Bij het overschakelen tussen de programma's blijft de intensiteitsinstelling onveranderd.

Om het vibreren uit te schakelen hou je de Vibe- of de bijhorende min-toets (V-min) twee seconden ingedrukt.

## Zo stuur je de elektrostimulatie

Om de elektrostimulatie in te schakelen druk je op de implulstoets. Zodra de lichtstrook wit oplicht, is de E Stim-functie actief. Ze start steeds in het eerste programma, en met de laagste intensiteitsstap.

Denk er aan de elektrostimulatie pas in te schakelen, nadat jij je speeltje inbracht, omdat je alleen op die manier de optimale intensiteit kan bepalen. Schakel de elektroseks-functie ook steeds uit, voor u de vibrator verwijdert.



- Met de plus- en de mintoets (E) kan je de intensiteit van de stimulatie in 10 stappen instellen. Bij elke druk op de knop verhoogt of verlaagt de intensiteit met telkens één stap.
- Om tussen de programma's over te schakelen druk je op de impuls-toets. Met elk druk op de knop schakel je een programma verder.
- Bij het overschakelen tussen de programma's blijft de intensiteitsinstelling onveranderd.

**De uitzondering is het trainingsprogramma:** van zodra je naar het trainingsprogramma overschakelt, schakelt de intensiteit automatisch over naar de laagste stap.

Om de elektrostimulatie uit te schakelen hou je de impuls-toets of de bijhorende min-toets (E-min) gedurende twee seconden ingedrukt. Zodra de prikkelstroom uitgeschakeld is, dooft de lichtstroom.

## Zo stuurt je het trainingsprogramma

Het trainingsprogramma is het zesde elektrostimulatieprogramma. Schakel de spierstimulatie in door op de impuls-toets drukken. Druk 5 maal op de impuls-toets om naar het trainingsprogramma te gaan.

- Als de training actief is, verandert de lichtstroom van kleur en wordt groen.
- De bekkenbodemtraining start steeds met de laagste intensiteitsstap.
- Met de plus- en de mintoets (E) kan je de intensiteit van de stimulatie in 10 stappen instellen. Bij elke druk op de knop verhoogt of verlaagt de intensiteit met één stap.
- Als je het trainingsprogramma verlaat, ga je weer naar de laagste intensiteitsstap.

Schakel om het trainingsprogramma te verlaten met de impuls-toets een programma verder (de lichtstroom wordt dan weer wit), of beëindig de elektrostimulatiefunctie, door de impuls-toets of de bijhorende min-toets (E-min) gedurende twee seconden ingedrukt te houden.

## De vibratieprogramma's

Jouw Vitamine V heeft meteen liefst twee vibratiebronnen: een op de punt, en een in de schacht. In de acht verschillende programma's werken deze beide samen, en doen ze hun best jou zo afwisselend mogelijk tot extase te brengen. Met elke druk op de vibrate-toets schakel je een programma verder.

### Vibreren 1

Punt en schacht vibreren gelijktijdig. Dit is de modus waarin het vibreren start na het inschakelen.

### Vibreren 2

Alleen de punt trilt.

### Vibreren 3

Alleen de schacht trilt.

### Vibreren 4

Punt en schacht vibreren afwisselend (traag).

### Vibreren 5

Punt en schacht vibreren afwisselend (snel).

### Vibreren 6

Punt en schacht vibreren afwisselend (zeer snel).

### Vibreren 7

Met korte stoten neemt het trillen aan de punt toe om dan snel af te nemen, terwijl het trillen van de schacht tegelijk afneemt en snel toeneemt.

### Vibreren 8

De schacht vibreert met lange stoten, terwijl de punt afwisselend met snelle en zeer snelle stoten vibreert.

## De E-Stim programma's

Elk van de vijf elektrostimulatieprogramma's, waarmee jouw E-Stim Vibe uitgerust is, is er op uit jouw een prikkelende gevoelservaring te bezorgen.

Met elke druk op de impulsstoets schakel je een programma verder. Opdat jij je in de instellingen niet zou vergissen wacht u beter even een ogenblikje, voor u na het omschakelen de intensiteit verhoogt: de golfvormige programma's (2 en 4) bereiken hun hoogste stimulatie pas na ca. 3 s.

### E-Stim 1

Een constant kriebelen. Dit is de modus waarin de prikkelstroomfunctie start na het inschakelen.

### E-Stim 2

Het kriebelen verandert in golven tussen zacht en intenser.

### E-Stim 3

Een constant pulseren.

### E-Stim 4

Het pulseren verandert in golven tussen zacht en intensiever.

### E-Stim 5

De stimulatie varieert in golven tussen kietelen en pulseren.

## Het trainingsprogramma

Anders dan bij de hierboven beschreven E-Stim programma's, die de zenuwuiteinden stimuleren, prikkelt het trainingsprogramma de spiervezels in de bekkenbodem, zodat de spieren aangestuurd worden. In dit programma zal je merken hoe je spieren samentrekken.

Voor het beste trainingseffect stel je de intensiteit zo hoog mogelijk in, zonder dat jij de samentrekkingen als pijnlijk ervaart. En als je niet merkt hoe de spieren samentrekken en daarna weer ontspannen probeer je de positie van jouw E-Stim Vibes te veranderen. Alleen indien je de spierbeweging kunt voelen, vervult de training haar doel.

Je schakelt het trainingsprogramma in door doorheen de 5 E-Stim programma's te klikken. Het 6de E-stim programma is de bekkenbodetraining.

Het spierstimulatieprogramma doorloopt eerste een fase, waarin duidelijke impulsen worden uitgezonden, die de bekkenbodem tot samentrekken stimuleren, met aansluitend een ontspanningsfase, waarin de spieren zich moeten ontspannen. Beide zijn nodig om een optimaal trainingseffect te bereiken. Tijdens de enkele seconden durende ontspanningsfase kan het lijken alsof de elektrostimulatie uitgeschakeld is. Wacht enkele seconden tot de cyclus opnieuw begint.

## Wartoe dient de bekkenbodetraining?

De spieren van de bekkenbodem hebben een hele reeks belangrijke functies: ze houden de organen daar waar ze thuishoren, stabiliseren de buik en de rug, voorkomen onaangename dingen (zoals zwakte van de blaas of zakken van de baarmoeder) en dragen bij tot een betere houding. En dan zijn er nog de andere voordelen van een goed getrainde bekkenbodemspier: de betere doorbloeding van het weefsel, en natuurlijk het vermogen om door het aanspannen van de goed getrainde bekkenbodem de vagina te ,vernauwen', waardoor je gevoeliger bent voor intieme aanrakingen, en het orgasmevermogen toeneemt!

## De geleidende vlakken

Jouw elektrostimulatievibrator is een bipolair speeltje: het heeft twee geleidingsvlakken, waartussen de prikkelstroom heen en weer stroomt. De geleidingsvlakken zitten aan de zijkanten.

## Opladen

Jouw vibrator is al voorgeladen. Om hem helemaal op te laden plaats je gewoon de laadkop van de meegeleverde USB-laadkabel op het zilveren wapen op de greep. Zodra het controlelampje op de laadkop van rood naar groen gaat, is jouw speeltje volledig geladen, en klaar voor de volgende beurten.

Om veiligheidsredenen zijn de functies van jouw Man in Black tijdens het laden uitgeschakeld.

## Reiniging & onderhoud

Jouw Mystim Vibrator is volledig waterdicht en bestaat uit medisch platinasilicone. Hij is daarmee volledig hygiënisch en gewoon met water en een zacht sopje te reinigen. Op gezette tijden gebruik je bovendien best een huidvriendelijk desinfectiemiddel (hou rekening met de betreffende gebruiksaanwijzing). Laat de vibrator voor je hem weer gaat gebruiken of opladen volledig drogen.

Denk er om jouw Vitamine V alleen met een op water gebaseerd glijmiddel te gebruiken, zoals bijvoorbeeld onze Bonnie & Glide of The Goldfather. Van beide worden bij jouw Vitamine V meteen ook stalen meegeleverd.

## Over de prikkelstroom

E-Stim, elektrische stimulatie dus, wordt sinds een paar jaar steeds populairder, en geen wonder: de intieme delen bevatten zeer veel zenuwen – veel meer dan andere plaatsen. Met een correct ingesteld prikkelstroomapparaat en het juiste speelgoed kunt u elk van deze zenuwen afzonderlijk tot extase stimuleren.

Deze stimulatie is gevaarloos, indien ze met hoogwaardige producten en niet onnadenkend wordt doorgevoerd.

### Maar er zijn een paar dingen, waarmee u absoluut rekening moet

- Personen met elektronische of metalen implantaten (bijv. pacemakers) mogen geen gebruik maken van prikkelstromen, zonder vooraf hun arts te raadplegen. Hetzelfde geldt voor personen met een hartfalen of hartritmestoornissen.
- De stimulatie mag niet zo gebeuren, dat er stroom door de hersenen of het hart loopt.
- Nooit het strottenhoofd of de omgeving van de strot stimuleren. Spierkrampen in deze omgevingen kunnen leiden tot verstikking.
- Prikkelstroomapparaten mogen niet worden gebruikt in de aanwezigheid van explosieve of ontbrandbare materialen.
- Prikkelstroom mag niet worden toegediend tijdens de zwangerschap.
- Prikkelstroom mag alleen worden toegepast op gezonde huid.
- Opbergen buiten het bereik van kinderen.
- Alleen originele Mystim-accessoires gebruiken.
- De Mystim speeltjes nooit uit elkaar halen: de constructie binnenin gaat stuk, en de garantie vervalt.

## Nog vragen?

Laat het ons weten.  
We zorgen voor u.  
[hello@mystim.com](mailto:hello@mystim.com)

Video's over het gebruik en het onderhoud van onze speeltjes vindt u hier:  
[www.mystim.com/care\\_instructions.html](http://www.mystim.com/care_instructions.html)



## Congratulazioni!

Ti sei procurato un E-Stim Vibe. Ottima decisione! Infatti hai scelto un prodotto di qualità, un giocattolo che ti zia perché attiva contemporaneamente vibrazione ed elettrostimolazione, cavandosela bene senza ricorrere a un dispositivo elettrostimolatore a parte! Niente fili, niente dispositivi: il team Tickling Truman & Co emette vibrazioni, formicolii e impulsi facendo tutto da solo.

Scegli pure tra 5 modalità di elettrostimolazione e 8 modalità di vibrazione, tutte da regolare indipendentemente le une dalle altre. Oltre a queste, c'è la sesta modalità di elettrostimolazione che offre una funzione molto particolare: un programma di training per la muscolatura del pavimento pelvico. Qui di seguito verranno forniti maggiori dettagli in merito a questa modalità.

Per goderti il tuo giocattolo il più a lungo possibile leggi attentamente le istruzioni riportate qui di seguito.

## Le cose più importanti da sapere, in un breve elenco



Vibratore ed elettrostimolatore



particolarmente silenzioso



impermeabile



al 100% in silicone  
medicale platinico



2 motori extra forti



8 modalità di vibrazione  
5 livelli di intensità



5 modalità  
di elettrostimolazione  
10 livelli di intensità



1 modalità di training  
del pavimento pelvico



accumulatore  
agli ioni di litio



garanzia del costruttore  
di 2 anni



## In sintesi – I comandi

### Vibrations

#### Tasto Vibe

#### V-meno

#### V-più



### Elettrostimolazione

#### E-meno

#### E-più

#### Tasto Impulsi

### Tasto Vibe

- Attiva la vibrazione (la fascia luminosa si illumina di bianco)
- Cambia modalità di vibrazione
- Disattiva la vibrazione (tener premuto per 2 secondi)

### Tasto V-meno

- Riduce l'intensità della vibrazione del 20%
- Disattiva la vibrazione (tener premuto per 2 secondi)

### Tasto V-più

- Aumenta l'intensità della vibrazione del 20%

### Tasto Impulsi

- Attiva l'elettrostimolazione (la fascia luminosa si illumina di bianco)
- Cambia la modalità di elettrostimolazione
- Disattiva l'elettrostimolazione (tener premuto per 2 secondi)

### Tasto E-meno

- Diminuisce gradualmente l'intensità dell'elettrostimolazione
- Disattiva l'elettrostimolazione (tener premuto per 2 secondi)

### Tasto E-più

- Aumenta gradualmente l'intensità dell'elettrostimolazione

## L'impiego

I nostri bei giovanotti consentono un impiego estremamente facile grazie ai tasti di comando presenti sull'impugnatura: una metà di essi regola modalità e intensità dell'elettrostimolazione, l'altra metà regola modalità e intensità della vibrazione. Pertanto puoi scegliere se utilizzare insieme elettrostimolazione e vibrazione, oppure soltanto una delle due.

Anche al buio riuscirai a trovare sempre il tasto giusto perché la fascia luminosa si illumina ogni volta che viene premuto un tasto, restando più intensa per due secondi.

## Come regolare la vibrazione

Per attivare la vibrazione, premi il tasto Vibe. La vibrazione si attiva sempre in prima modalità e al livello di intensità più basso.

- Premendo i tasti Più e Meno (V) potrai regolare l'intensità della vibrazione su 5 diversi livelli. Ogni volta che premi un tasto l'intensità aumenta o diminuisce di un livello alla volta.
- Il tasto Vibe consente di passare da una modalità all'altra. A ogni pressione del tasto si attiva la modalità successiva.
- Quando passi da una modalità all'altra, il livello di intensità rimane quello impostato.

Per arrestare la vibrazione, tieni premuto il tasto Vibe oppure il tasto Meno (V – Meno) per due secondi.

## Come regolare l'elettrostimolazione

Per attivare l'elettrostimolazione, premi il tasto Impulsi. Quando la fascia luminosa si illumina di bianco, significa che la funzione di elettrostimolazione è attivata. Si avvia sempre in prima modalità e al livello di intensità più basso.

Ricorda di avviare l'elettrostimolazione solo dopo aver inserito il tuo giocattolo perché soltanto così potrai trasmettere un'intensità ottimale. Ricorda inoltre di

disattivare la funzione Elettrosex sempre prima di rimuovere il vibratore.

- Premendo i tasti Più e Meno (E) puoi regolare l'intensità della stimolazione su 10 diversi livelli. Ogni volta che premi un tasto l'intensità aumenta o diminuisce di un livello alla volta.
- Per passare da una modalità all'altra premi il tasto Impulsi. A ogni pressione del tasto si attiva la modalità successiva.
- Quando passi da una modalità all'altra, il livello di intensità rimane quello impostato.
- La modalità di training va considerata invece un'eccezione: quando attivi il programma di training, l'intensità si riduce automaticamente raggiungendo il livello più basso.

Per arrestare l'elettrostimolazione, tieni premuto il tasto Impulsi oppure il tasto Meno (E – Meno) per due secondi. Quando cessano gli impulsi elettrici, la fascia luminosa si spegne.

## Come regolare la modalità di training

La modalità di training è la sesta modalità di elettrostimolazione. Basta premere il tasto Impulsi e viene avviata la stimolazione muscolare. Per arrivare alla modalità Training premi 5 volte sul Tasto Impulsi.

- Una volta attivata la modalità Training, la fascia luminosa cambia e si illumina di verde.
- Il training del pavimento pelvico comincia sempre al livello di intensità più basso.
- Premendo i tasti Più e Meno (E) puoi regolare l'intensità della stimolazione su 10 diversi livelli. Ogni volta che premi un tasto l'intensità aumenta o diminuisce di un livello alla volta.
- Quando lasci la modalità di Training, ti ritroverai al livello di intensità più basso.

Per poter lasciare il programma di Training premi il tasto Impulsi e passa a un'altra modalità (la fascia luminosa si illuminerà di nuovo di bianco), oppure termina la modalità di elettrostimolazione tenendo premuto per due secondi il tasto Impulsi oppure il tasto Meno (E-Meno).

## Le modalità di vibrazione

Il Vitamine V dispone di due punti vibranti: uno è posizionato sulla punta e uno sull'asta. Entrambi i punti si coordinano su otto modalità diverse facendo del loro meglio per farti raggiungere l'estasi nella maniera più variata possibile.

Ogni volta che premi il tasto Vibe passerai alla modalità successiva.

### Vibrazione 1

Punta e asta vibrano contemporaneamente. Quando si accende il dispositivo, la vibrazione si attiva in questa modalità.

### Vibrazione 2

Vibra solo la punta.

### Vibrazione 3

Vibra solo l'asta.

### Vibrazione 4

Punta e asta vibrano alternativamente (lentamente).

### Vibrazione 5

Punta e asta vibrano alternativamente (velocemente).

### Vibrazione 6

Punta e asta vibrano alternativamente (molto velocemente).

### Vibrazione 7

Procedendo a brevi scosse, la vibrazione aumenta sulla punta per poi diminuire bruscamente, mentre contemporaneamente la vibrazione dell'asta prima diminuisce e poi aumenta bruscamente.

### Vibrazione 8

L'asta vibra con scosse lunghe mentre la punta vibra alternando scosse veloci ad altre velocissime.

## Le modalità di E-Stim

Ognuna delle cinque modalità di elettrostimolazione di cui è dotato il tuo E-Stim Vibe è concepita per garantire ai tuoi sensi un'esperienza nuova ed eccitante.

Ogni volta che premi il tasto Impulsi passi alla modalità successiva. Una volta effettuata la commutazione, per evitare di impostare la modalità sbagliata attendi un attimo e poi aumenti l'intensità: le modalità ondulatorie (2 e 4) impiegano circa 3 secondi per raggiungere il massimo livello di stimolazione.

### E-Stim 1

Formicolio costante. Quando si accende il dispositivo, l'elettrostimolazione si attiva in questa modalità.

### E-Stim 2

Il formicolio si trasforma in ondulazioni di maggiore e minore intensità.

### E-Stim 3

Impulsi costanti.

### E-Stim 4

Gli impulsi si trasformano in ondulazioni di maggiore e minore intensità.

### E-Stim 5

La stimolazione si trasforma in ondulazioni che alternano formicolii e impulsi.

## La modalità di Training

Diversamente dalle altre modalità di elettrostimolazione che stimolano le estremità nervose, la modalità di training stimola le fibre muscolari del pavimento pelvico rinforzando così la muscolatura. Con questa modalità dovresti arrivare a sentire come si contraggono i tuoi muscoli.

Per ottenere il miglior risultato è consigliabile impostare il massimo livello di intensità possibile senza però avvertire contrazioni dolorose. Qualora non senti i tuoi muscoli contrarsi e rilassarsi, prova a posizionare diversamente il tuo E-Stim Vibe. Quando riesci a sentire il movimento dei muscoli significa che stai effettuando un training corretto.

La modalità di Training viene attivata premendo il tasto e superando i 5 programmi di elettrostimolazione. La sesta modalità di elettrostimolazione è quella del training del pavimento pelvico.

Questa modalità per la stimolazione muscolare consta anzitutto di una fase in cui vengono inviati impulsi definiti che devono indurre la contrazione del pavimento pelvico, e poi di una fase distensiva in cui i muscoli devono rilassarsi. Entrambe le fasi sono necessarie perché il training raggiunga un risultato ottimale. La fase di distensione dura pochi secondi ed è possibile che si abbia la sensazione che l'elettrostimolazione sia disattivata. Basta semplicemente aspettare alcuni secondi e poi il ciclo ricomincerà daccapo.

## A che scopo il training del pavimento pelvico?

I muscoli del pavimento pelvico esercitano una serie di importanti funzioni: mantengono gli organi laddove devono stare, stabilizzano addome e dorso, prevengono l'insorgere di situazioni spiacevoli (come l'atonía vescicale o il prolasso uterino) e contribuiscono a una migliore postura. E ancora altri sono i vantaggi di un pavimento pelvico tenuto in buona forma: la migliore irrorazione sanguigna dei tessuti e ovviamente la capacità di "restringere" la vagina tramite la tensione del pavimento pelvico così ben allenato ti rende più sensibile al contatto intimo, ed è dimostrato che aumenta la capacità delle donne di raggiungere l'orgasmo.

## Le superfici guida

Il tuo vibro-elettrostimolatore è un giocattolo bipolare, il che significa che presenta due superfici guida su cui scorrono avanti e indietro gli impulsi elettrici. Queste superfici guida sono disposte lungo i lati.

## Come ricaricare

Il tuo vibratore è già pre-caricato. Per assicurarti la ricarica completa, basta inserire l'estremità del cavo di ricarica USB in dotazione nello scudetto color argento presente sull'impugnatura. Quando la spia di controllo dell'estremità del cavo di ricarica passa da rosso a verde, indica che il tuo giocattolo è carico e pronto per il turno successivo!

Per ragioni di sicurezza, durante la ricarica le funzioni del tuo "Man in Black" sono disattivate.

## Pulizia e cura

Il tuo vibratore Mystim è completamente impermeabile ed è realizzato in silicone medicale platinico. Pertanto è igienico e può essere pulito semplicemente con acqua e sapone delicato. A intervalli regolari è consigliabile utilizzare anche un disinfettante tollerante per la pelle (nel rispetto delle istruzioni d'uso del prodotto). Prima di riutilizzare il vibratore oppure di ricaricarlo, farlo asciugare perfettamente.

Si prega di utilizzare il Vitamine V solo con lubrificanti a base di acqua, come per esempio i nostri articoli Bonnie & Glide oppure The Goldfather. Il Vitamine V ti fa provare entrambi i prodotti con i campioni in dotazione.

## Il piacere dello stimolo elettrico

E-Stim, cioè la stimolazione elettrica, riscuote da alcuni anni un successo crescente; cosa di cui non bisogna sorprendersi: nelle parti intime si trovano infatti molti più nervi rispetto ad altre regioni del corpo. Con un generatore di impulsi elettrici ben calibrato ed il rispettivo giocattolo, ognuno di questi nervi potrà essere stimolato fino a farvi raggiungere l'estasi!

Se utilizzato insieme a prodotti di qualità e soprattutto facendo uso della ragione, questo tipo di stimolazione non comporta nessun rischio.

**!** Ci sono però un paio di cose alle quali bisogna fare particolarmente attenzione:

- Persone alle quali sono stati applicati impianti elettronici o metallici (es. pace-maker) non possono fare uso di questa corrente di stimolazione, senza aver prima consultato il medico. Lo stesso vale anche per persone cardiopatiche o affette da disturbi del ritmo cardiaco.
- Nell'effettuare la stimolazione, bisognerà evitare che la corrente passi direttamente attraverso il cervello o il cuore.
- Non stimolare mai la regione laringea o faringea; crampi muscolari in questa zona del corpo potrebbero infatti condurre alla strangolazione.
- Apparecchi generatori di corrente di stimolo non possono essere utilizzati in presenza di esplosivi o di materiali infiammabili.
- La corrente di stimolazione non può essere utilizzata durante la gravidanza.
- La corrente di stimolazione può essere esercitata solo su una cute sana.
- Tenere lontano dalla portata dei bambini.
- Utilizzare soltanto accessori originali Mystim.
- Non svitare mai i giocattoli Mystim, perché ciò potrebbe danneggiare le strutture interne, facendo decadere il diritto di garanzia.

## Hai altre domande?

Faccelo sapere.

Ci prenderemo cura di te.

hello@mystim.com

Video sull'utilizzo e la cura dei nostri giocattoli sono disponibili al sito:  
[www.mystim.com/care\\_instructions.html](http://www.mystim.com/care_instructions.html)





## Поздравляем!

Итак, ты решился приобрести себе электростимулятор E-Stim Vibe. Это мудрое решение. Вместе с тем, ты убедился в качестве данного товара и игрушки, которая побалует тебя одновременно вибрацией и электростимуляцией, да еще и при полном отсутствии стимулирующих приспособлений! Никаких проводов, никаких громоздких частей — прибор Tickling Truman & Co вибрирует, покалывает и пульсирует сам по себе.

Ты можешь выбрать 5 электростимулирующих программ E-Stim и 8 программ вибрации, которыми можно управлять независимо друг от друга. Имеется и совершенно особая шестая функция — программа импульсного тока: Программа тренировки для твоей мускулатуры дна таза. Как именно это работает, мы еще расскажем ниже.

Чтобы продлить свое удовольствие от пользования интимной игрушкой, внимательно прочти и соблюдай следующие рекомендации.

## Краткий обзор преимуществ



Вибрирование и электростимуляция



почти бесшумная работа



водостойкий



изготовлен из 100% медицинского платинового силикона



2 супермощных моторчика



8 программ вибрации 5 уровнями интенсивности



5 электромиостимуляционных программ 10 уровнями интенсивности



1 тренировочная программа для диафрагмы таза



ионно-литиевый аккумулятор



2 года гарантии от производителя



## Краткий обзор — управление

### Вибрирование

Кнопка вибрации

V-минус

V-плюс



электромио-  
нейрости-  
муляция

E-минус

E-плюс

Кнопка  
импульсного  
режима

### Кнопка вибрации

Включает вибрацию (Световая полоска загорается белым)

Позволяет сменить программу вибрации

Выключает вибрацию (удерживать в течение 2 секунд, пока не погаснет световая полоска)

### V-минус

Снижает интенсивность вибрации на 20%  
Выключает вибрацию (удерживать в течение 2 секунд, пока не погаснет световая полоска)

### V-плюс

Увеличивает интенсивность вибрации на 20%

### Кнопка импульсного режима

Включает электростимуляцию (Световая полоска загорается белым)

Позволяет сменить программу

электростимуляции  
Выключает электростимуляцию  
(удерживать в течение 2 секунд)

### E-минус

Постепенно уменьшает  
электростимуляцию  
Выключает электростимуляцию  
(удерживать в течение 2 секунд)

### E-плюс

Постепенно увеличивает  
электростимуляцию

## Использование

Нашими элегантными парнями можно легко управлять с помощью кнопок на ручке: одна половина управляет программой и интенсивностью электростимуляции, другая — вибрацией. Ты можешь сам решить, хочешь ли ты использовать электростимуляцию и вибрацию вместе или что-то одно из двух.

При этом ты всегда найдешь нужную кнопку даже в темноте, а соответствующая световая полоска загорается каждый раз, когда нажата кнопка, и если удерживать ее еще в течение 2 секунд, то она становится немного ярче.

### Вот так управляй вибрацией

Чтобы включить вибрацию, нажми кнопку вибрации. Вибрация всегда начинается с первой программы с наименьшим уровнем интенсивности.

- С помощью кнопок плюс и минус (V) ты можешь устанавливать любой из 5 уровней интенсивности вибрации. Каждое нажатие кнопки увеличивает или уменьшает интенсивность на один уровень.
- С помощью кнопки вибрации ты можешь менять программы. Каждое нажатие кнопки переключает на следующую программу.
- Когда ты переключаешь программы, настройка интенсивности остается прежней.

Чтобы отключить вибрацию, удерживай в течение двух секунд кнопку вибрации или соответствующую кнопку минус (V-минус).

### Вот так ты можешь управлять электростимуляцией

Чтобы включить электростимуляцию, нажми кнопку импульсного режима. Если загорелась белая световая полоска, функция электростимуляции активирована. Она всегда начинается с первой программы с наименьшим уровнем интенсивности.

Не забудь о том, что включать электростимуляцию лучше тогда, когда ты уже подзаправил свою игрушку, только тогда ты сможешь установить оптимальную интенсивность. Пожалуйста, прежде чем устранить вибратор, всегда сначала отключай функцию электросекс.

- С помощью кнопок плюс или минус (E) ты можешь настроить 10 уровней интенсивности стимуляции. Каждое нажатие кнопки увеличивает или уменьшает интенсивность соответственно на один уровень.
- С помощью кнопки импульсного режима ты можешь менять программы. Каждое нажатие кнопки переключает на следующую программу.
- Когда ты переключаешь программы, настройка интенсивности остается прежней.
- Исключение составляет программа тренировки: При включении программы тренировки интенсивность автоматически снижается до самого низкого уровня.

Чтобы отключить электростимуляцию, удерживай в течение двух секунд кнопку импульсного режима или соответствующую кнопку минус (E-минус). Когда выключен импульсный ток, гаснет и световая полоска.

## Вот так ты можешь управлять программой тренировки

Программа тренировки является шестой программой электростимуляции. Активируй стимуляцию мускулов, для этого нажми на кнопку импульсного режима. Нажми 5 раз на кнопку импульсного режима, чтобы задать программу тренировки.

- Если тренировка активирована, световая полоска меняет свой цвет и становится зеленой.
- Тренировка мускулатуры дна таза всегда начинается с самого низкого уровня интенсивности.
- С помощью кнопок плюс или минус (E) ты можешь настроить 10 уровней интенсивности стимуляции. Каждое нажатие кнопки увеличивает или уменьшает интенсивность на один уровень.
- Выйдя из программы тренировки, ты снова вернешься на самый низкий уровень интенсивности.

Чтобы выйти из программы тренировки, включи при помощи кнопки импульсного режима следующую программу (световая полоска тогда снова будет белой) или закончи функцию электростимулирования, для этого удерживай в течении двух секунд кнопку импульсного режима или соответствующую кнопку минус (E-минус).

## Программы вибрации

Твой Vitamine V имеет сразу два источника вибрации: в головке и в основании. В восьми разных программах есть все, что нужно, чтобы довести тебя до экстаза самыми разнообразными способами. Каждое нажатие кнопки вибрации переключает на следующую программу.

### Вибрация 1

Головка и основание вибрируют одновременно. В этом режиме вибрация начнется при включении.

### Вибрация 2

Вибрирует только головка.

### Вибрация 3

Вибрирует только основание.

### Вибрация 4

Головка и основание вибрируют поочередно (медленно).

### Вибрация 5

Головка и основание вибрируют поочередно (быстро).

### Вибрация 6

Головка и основание вибрируют поочередно (очень быстро).

### Вибрация 7

Вибрация короткими импульсами усиливается в головке, а затем резко спадает, в то же время вибрация в основании, наоборот, сначала спадает, а затем резко усиливается.

### Вибрация 8

Основание вибрирует долгими импульсами, а головка — поочередно: то быстрыми, то очень быстрыми.

## Программа электростимуляции E-Stim

Каждая из пяти программ электростимуляции, которыми оснащен твой E-Stim Vibe, предназначена для того, чтобы ты испытал новые незабываемые ощущения.

Каждое нажатие кнопки импульсного режима переключает на следующую программу. Чтобы не запутаться в настройках, немного подожди, прежде чем увеличить интенсивность: волнообразные программы (2 и 4) достигают своей наивысшей стимуляции только приблизительно через 3 секунды.

### E-Stim 1

Постоянное покалывание. В этом режиме при включении начинает функционировать импульсный ток.

### E-Stim 2

Покалывание волнообразно меняется: то нежнее, то интенсивнее.

### E-Stim 3

Постоянная пульсация.

### E-Stim 4

Пульсация волнообразно меняется: то нежнее, то интенсивнее.

### E-Stim 5

Стимуляция волнообразно меняется: то покалывание, то пульсация.

## Программа тренировки

В отличие от описанных выше программ E-Stim, которые стимулируют нервные окончания, программа тренировки стимулирует мышцы тазового дна, тем самым укрепляя мускулатуру. В этой программе ты должен почувствовать, как твои мышцы сокращаются.

Для улучшения тренировочного эффекта ты должен как можно выше установить уровень интенсивности, иначе при сокращениях мышц ты испытаешь болезненные ощущения. Если ты не чувствуешь сокращения и расслабления своих мускулов, попробуй изменить положение своего E-Stim Vibes. Тогда когда ты сможешь ощущать движение мускулов, тренировка достигнет своей цели.

Чтобы активировать программу тренировки, щелкни программу 5 E-Stim. 6 Программа E-Stim является тренировкой мускулатуры дна таза.

Программа мускульной стимуляции сначала проходит через фазу, когда посылаются четкие импульсы, направленные на стимулирование тазового дна, а в конце наступает фаза восстановления, при которой мускулы должны отдохнуть. Обе необходимы для достижения оптимального эффекта тренировки. За несколько секунд фазы восстановления возможны такие же ощущения, как при деактивированной электростимуляции. Пожалуйста, подожди несколько секунд, прежде чем начать цикл снова.

## Какую пользу приносит тренировка мускулатуры дна таза?

Мускулатура тазового дна имеет ряд важных функций: Они держат органы там, где они должны быть, подтягивают живот и спину, предотвращают неприятные заболевания (такие как слабость мочевого пузыря или опущение матки) и способствуют улучшению осанки. Есть и другие преимущества хорошо натренированной мускулатуры тазового дна, например, улучшение кровоснабжения тканей. И, конечно же, возможность с помощью напряжения хорошо натренированного тазового дна «уменьшить» вагину делает тебя более чувствительным к интимным прикосновениям, и, как доказано, повышает способность достижения оргазма у женщин.

## Направляющие пластины

Твой электростимулятор-вибратор является биполярной игрушкой, это значит, что у него есть две направляющие пластины, между которыми в обоих направлениях идет импульсный ток. Эти направляющие пластины расположены вдоль боковых сторон.

## Зарядка

Твой вибратор уже заряжен. Чтобы зарядить его полностью, просто вставь прилагающийся загрузочный USB-кабель в серебряный герб на ручке. Если индикатор на загрузочной головке мигает красным и зеленым, твоя игрушка полностью заряжена и готова к следующему забегу.

По соображениям безопасности, функции твоего Человека в Черном отключены во время зарядки.

## Промывка и уход

Твой вибратор Mystim полностью водонепроницаем и сделан из медицинского силикона. Поэтому он очень гигиеничен в использовании и легко моется водой и мягким мылом. Также необходимо регулярно использовать дезинфицирующие средства (см. инструкции по применению). Перед повторным использованием или зарядкой дай своему вибратору хорошо просохнуть.

Убедись, что ты используешь свой Vitamine V только со смазкой на водной основе, например, с нашей смазкой Bonnie & Glide или гелем The Goldfather. Оба эти средства уже проверены на твоём Vitamine V.

## Это достижимо электромионейростимуляцией

Электромионейростимуляция (стимуляция слабым импульсным током) с каждым годом становится все популярней, и в этом нет ничего странного: ни одна область человеческого тела не имеет такого множества нервных окончаний, как интимная. Правильно настроенным аппаратом слабого импульсного тока и соответствующими игрушками для интимных развлечений ты сможешь стимулировать определенные нервные окончания, доводя себя или партнера до оргазма.

Этот вид стимуляции с помощью нашей высококачественной продукции не сравним ни с чем.



Но есть некоторые вещи, о которых ты должен помнить и соблюдать их:

- Без предварительной консультации с врачом, лицам с электронными или металлическими имплантами (например, кардиостимуляторами) использование электромионейростимуляции категорически запрещено. Это также касается лиц с заболеваниями сердца или страдающих нарушениями сердечного ритма.
- Электромионейростимуляция не должна осуществляться таким образом, чтобы воздействие слабого тока было направлено на головной мозг или сердце.
- Никогда не воздействовать на области гортани или горла. Мышечные судороги в этой области могут привести к удушью.
- Аппараты для электромионейростимуляции нельзя использовать вблизи взрывоопасных или легковоспламеняющихся веществ.
- Использование электромионейростимуляции противопоказано беременным женщинам.
- При использовании электромионейростимуляции кожные покровы тела должны быть здоровыми.
- Беречь от детей!
- Использовать только оригинальные комплектующие Mystim.
- Никогда не раскручивайте интимные игрушки Mystim, так как это может повредить хрупкие внутренние детали; в таких случаях гарантия на них не распространяется.

## У тебя есть еще вопросы?

Поделись с нами.  
Мы заботимся о тебе.  
hello@mystim.com

Видео об использовании наших интимных игрушек и уходе за ними ты можешь посмотреть здесь: [www.mystim.com/care\\_instructions.html](http://www.mystim.com/care_instructions.html)







**mystim**  
THE WAY I LIKE IT

Mystim GmbH  
Marie-Curie-Str. 5  
63755 Alzenau  
Germany

Mail: [hello@mystim.com](mailto:hello@mystim.com)  
Web: [www.mystim.com](http://www.mystim.com)

Art.-Nr. 80010