

Step 1

Pressure Sensors

Passo 1

Sensores de pressão



Two orange sections in figure is where the pressure sensors are.

As duas secções cor-de-laranja na figura é onde se encontram os sensores de pressão.

Passo 2

Inserir lentamente Kegel

Rejuve no corpo

Step 2

Slowly insert Kegel Rejuve into the body



Led indicator light facing up
first insert Trainer approximately 1cm
above the vaginal opening .
If you would like help with insertion,
try some water-based lubricant.

Com a luz indicadora de Led virada para cima
inserir o Trainer aproximadamente 1cm
acima da abertura vaginal. Para melhor inserção
usar um pouco de lubrificante à base de água.

Passo 3

Apertar Relaxar

Step 3

Tighten Relax



Find the right fit, Squeezing the
pelvic floor muscle ,
the little yellow bird on screen will
flyto the highest point

Após o encaixe adequado, apertar o músculo do pavimento pélvico,
a pequena ave amarela no ecrã voará até ao ponto mais alto.