

6.3 Programy EMS

Č. programu	Vhodné oblasti použití, indikace	Možné umístění elektrod	Cyklus 1				Cyklus 2				Cyklus 3				Cyklus 4			
			Cyklus 5				Cyklus 6				Cyklus 7				Cyklus 8			
			Šířka (μs)	Frekvence (Hz)	On Time (sec)	Off time (sec)	Šířka (μs)	Frekvence (Hz)	On Time (sec)	Off time (sec)	Šířka (μs)	Frekvence (Hz)	On Time (sec)	Off time (sec)	Šířka (μs)	Frekvence (Hz)	On Time (sec)	Off time (sec)
1 + 11	Svalstvo ramen	07, 14	250	30	5	1	250	10	15	1	250	50	5	1				
2 + 12	Střední a spodní trapézový sval, sval Lattisimus dorsi, svalstvo šíje	01, 02, 03, 04, 05, 12, 15	250	4	30	1	250	4	20	1	250	5	30	1	250	5	20	1
			250	6	30	1	250	6	20	1								
3 + 13	Zádové svalstvo v blízkosti páteře, program I	03, 06, 22, 23	250	2	10	1	250	4	10	1	250	6	10	1				
4 + 14	Přední a zadní svalstvo nadloktí (mimo jiné biceps), přední a zadní svalstvo předloktí	16, 17, 18, 19	250	4	30	1	250	4	30	1	250	4	30	1	250	5	30	1
			250	5	30	1												
5 + 15	Přímé a příčné břišní svalstvo	11, 20, 21	250	6	15	1	250	8	15	1	250	10	15	1				
6 + 16	Zádové svalstvo v blízkosti páteře, program II	03, 06, 22, 23	250	2	20	1	250	2	20	1	250	1	30	1	250	1	30	1
7 + 17	Zádové svalstvo v blízkosti páteře, program III	03, 06, 22, 23	250	4	30	1	250	4	20	1	250	6	30	1	250	6	20	1
			250	8	30	1	250	8	20	1								
8 + 18	Hýždňové svalstvo	24	250	20	5	1	250	6	5	1	250	30	5	1				
9 + 19	Přední a zadní stehenní svalstvo	25, 26	250	20	5	1	250	6	8	1	250	25	5	1				
10 + 20	Přední a zadní bérce svalstvo	27, 28	250	25	5	1	250	6	8	1	250	35	5	1				

On Time (sec) = cyklus doby zapnutí ve vteřinách (kontrakce) – Off Time (sec) = cyklus doby vypnutí ve vteřinách (uvolnění)