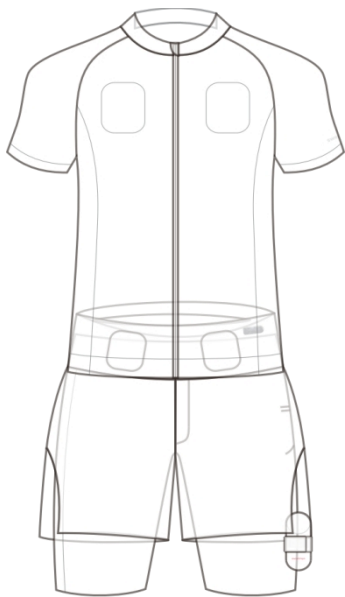




Sweetmyo



用户手册
Sweetmyo



Sweetmyo[®]

©Sweetmyo 2026

未经出版者事先书面许可，本手册的任何部分均不得以任何形式或通过任何手段（电子、机械、影印、录音或其他方式）复制、存储于检索系统、传输、分发或出售。

商标持有人 / 出口商：上海思蜜科技有限公司

地址：上海市虹口区海宁路 137 号 7 层

制造商：深圳思妙科技有限公司

生产地址：广东省深圳市宝安区航城街道固戍泰华梧桐岛6A栋8楼

邮编：518126

邮箱：support@sweetmyo.com

用户手册版本：修订版1.3

©Sweetmyo 2026

未经出版者事先书面许可，本手册的任何部分均不得以任何形式或通过任何手段（电子、机械、影印、录音或其他方式）复制、存储于检索系统、传输、分发或出售。

商标持有人 / 出口商：上海思蜜科技有限公司

地址：上海市虹口区海宁路 137 号 7 层

制造商：深圳思妙科技有限公司

生产地址：广东省深圳市宝安区航城街道固戍泰华梧桐岛6A栋8楼

邮编：518126

邮箱：support@sweetmyo.com

目录

01	简介		04
----	----	-------	----

02	术语		05
----	----	-------	----

03	符号说明		06
----	------	-------	----

04	警告与安全		10
----	-------	-------	----

05	智能EMS控制终端		14
----	-----------	-------	----

06	使用说明		16
----	------	-------	----

07	存储与维护		45
----	-------	-------	----

08	故障排查		49
----	------	-------	----

09	技术规格		51
----	------	-------	----

10	保修与责任		52
----	-------	-------	----

11	合规声明		54
----	------	-------	----



Sweetmyo 强烈建议所有 STRATA 系统用户在操作设备前，务必仔细阅读本用户手册。请查阅禁忌症、注意事项、安全信息、警告内容、符号说明以及正确使用方法。

01 简介

1.1 产品型号

产品名称: AI肌肉控制系统 - HUB1

型号名称: STRATA HUB1

1.2 引言

本用户手册提供了关于安全有效地操作、安装、使用和维护Sweetmyo STRATA系统的指导。在开始使用Sweetmyo STRATA进行训练前，请仔细阅读本手册。

在使用过程中应定期查阅本手册，我们建议在训练期间随时保留一份清洁、清晰的副本。更多副本可免费从Sweetmyo网站www.sweetmyo.com下载。

Sweetmyo STRATA 系统的所有部件都必须得到妥善维护。每次训练前，请检查设备和服装，确保其处于良好工作状态，具体操作请参见本手册。正确地进行操作、安装、使用和维护是使用者的唯一责任，对于保障系统的长期可靠性至关重要。

如果怀疑系统受损，请勿操作 Sweetmyo STRATA。如遇到任何问题，请参阅本手册中的故障排除部分。若问题持续存在，请联系 Sweetmyo 技术支持 (support@sweetmyo.com)。

建议用户负责任地进行训练，保持在个人能力范围内，并避免超出自身舒适度、身体状况或训练经验的风险。请务必遵循本用户手册中的安全和使用说明。

1.3 使用说明

Sweetmyo STRATA 是一种非医疗器械设备，旨在刺激健康肌肉，以改善或促进肌肉功能，包括肌肉激活、肌肉再训练以及预防因长期不活动导致的肌肉萎缩。该产品仅适用于成年人使用。

Sweetmyo STRATA本产品不用于疾病诊断、训练或医疗康复。其所有运行参数和训练模式均未针对受伤或患病的肌肉设计，禁止在这些肌肉上使用。

Sweetmyo STRATA 能发出电脉冲，从而激活运动神经元中的动作电位。通过运动终板传递至肌肉纤维，进而引发与肌肉活动相对应的肌肉纤维反应。根据电刺激参数，如脉冲频率、收缩持续时间、休息时间以及训练时长等，可以对受刺激的肌肉施加不同类型的肌肉活动。

02 术语

术语	定义
Sweetmyo	商标名称Sweetmyo® 已在中国及其他国家或地区完成注册
Sweetmyo STRATA系统	构成智能EMS控制终端的所有部分，包括但不限于 STRATA HUB1、Sweetmyo Suit训练服、Sweetmyo 移动应用程序以及本用户手册。
所有者	拥有特定 “Sweetmyo” 组件及/或 “Sweetmyo STRATA” 系统所有权的个人或公司。
用户	任何操作使用Sweetmyo STRATA 系统的任何组成部分的个人。

符号	符号标题	描述	标准参考 (编号)
	使用说明书	提示用户需查阅使用说明。	ISO 7000-1641
	请按照使用说明操作	表示在开始工作或操作设备或机械之前，必须阅读说明书。	ISO 7010-M002

	一般警告	表示对某种情况的通用警告，该情况下潜在危险状况可能导致严重伤害或死亡。	ISO 7010-W001
	注意	表明用户需要参考使用说明，以获取诸如警告和预防措施等重要的警示信息。由于种种原因，这些内容无法直接在医疗设备上呈现。	ISO 7000-0434A
	温度范围	指示： 医疗器械可安全暴露的温度极限。	ISO 7000-0632
	湿度范围	指示医疗器械可安全暴露的湿度范围。	ISO 7000-2620

符号	符号标题	描述	标准参考 (编号)
	保持干燥	表示一种需要防潮保护的医疗设备。	ISO 7000-0626

	远离阳光	指需要防止光源照射的医疗器械。	IEC 60417-0624
	目录/型号编号	标明了制造商的目录编号，以便能够识别该医疗设备。	ISO 7000-2493
	若包装有破损 请勿使用	表示这是一种医疗设备，若包装已受损或被打开，则不得使用。	ISO 7000-2606
	制造商	表示医疗器械的制造商。	ISO 7000-3082

符号	符号标题	描述	标准参考 (编号)
	垃圾桶标志	表示电气和电子设备以及电池的废弃物需单独收集，不得与生活垃圾一同处理。黑色线条表示2005年之后投放市场的商品。	ISO 7000-6418
	FCC 标记 21 CFR 第15部分	表示符合FCC第21CFR第15部分要求的设备。	21 CFR 第15部分

	CE标志	CE标志 表示产品符合欧盟 (EU) 的认证要求欧盟 第765/2008号条例	欧盟第765/2008号条例
--	------	--	----------------

	生产日期	表示设备的生产 日期	ISO 7000-2497
	序列号	标明了制造商的序列 号，以便能够识别出 特定的医疗设备。	ISO 7000-2498

符号	符号标题	描述	标准参考 (编号)
	请勿干洗	若采用干洗方式处理 会损坏其表面。	ISO 3758:2012
	请勿手洗	指一种不应手洗 的服装。	
	洗涤温度 / 冷洗最高 温度 30	指应采用低温洗涤的 服装，最高洗涤温度 为+30 摄氏度/+86华 氏度。	
	降低速度	指示应降低转速。	
	请勿漂白	此衣物不可漂白，否 则会造成破损。	

	FCC 标识 21 CFR第15部分	指符合《联邦法规》 第21编第15部分 (21 CFR Part 15) 中FCC要求的设备。	21 《联邦法规》 第15部分
---	-----------------------	--	--------------------

	请勿使用织物柔顺剂 或香氛产品	说明洗涤衣物时 不得用织物柔顺剂 或香氛产品。	纺织品护理标签编码 依据 ASTM D5489-18 标准 纺织品产品护理说明 用护理符号的标准指南
	不可拧干	服装不可通过拧干的 方式挤出水分。	
	不可烘干	服装不可使用烘干机 干燥。	
	自然干燥	服装可以采用自然晾 晒的方法进行干燥。	
	垂挂晾干	服装可以采用垂挂晾 干的方法进行干燥。	
	平铺晾干	服装可以采用平铺晾 干的方法进行干燥。	
	悬挂晾干	服装可以采用悬挂晾 干的方法进行干燥。	
	阴凉晾干	服装可以在阴凉处 晾干。	
	不可熨烫	请勿对服装进行熨烫 处理。	
	不可蒸汽熨烫	请勿对服装进行蒸汽 熨烫处理。	

重要安全信息



“Sweetmyo STRATA” 仅适用于 18 岁以上的成年人使用。



请将 Sweetmyo STRATA 的任何部件放置在儿童够不到的地方



请仔细阅读本用户手册中列出的所有禁忌事项和注意事项，以及在 Sweetmyo 软件应用程序中显示的相关内容。此检查工作每次使用前完成。

若不遵循这些说明，可能会导致严重受伤、危及生命的情况甚至死亡。

STRATA 系统内置了多种保护机制，旨在保障用户安全。一旦检测到故障情况，该系统将自动停止刺激操作或停止运行。

- i. 所有刺激通道立即自动关闭
- ii. 该设备的指示灯会显示出错误状态
- iii. 该移动应用程序将会显示故障通知
- iv. 用户必须停止训练并解决这个问题，然后再重新开始训练

切勿试图绕过或忽视任何故障情况。

禁忌症

如果您存在以下任何一种情况，请勿使用 STRATA 系统：

- 植入式医疗电子设备，例如心脏起搏器、除颤器、人工心肺机、可植入式心电图记录器或类似的设备。
- 内置神经刺激装置。
- 心脏疾病。
- 血压异常或无法控制。
- 癫痫症。
- 恶性肿瘤。
- 高烧或急性疾病。

- 传染病。
- 皮肤感觉障碍、皮肤异常或开放性伤口。
- 近期接受的手术可能导致肌肉收缩干扰愈合过程。
- 癌性病变或癌症训练。
- 患有急性疾病。
- 高烧或急性疾病。

注：在这些条件下使用可能导致设备故障、触电、严重伤害或危及生命的情况。

预防措施

如您存在以下情况，请在用STRATA系统前咨询医师：

- 感到不适、发烧或处于月经期。
- 怀孕，或正在使用宫内节育器（IUD）。
- 是否存在皮肤刺激、开放性伤口或对电刺激敏感的病史。
- 近期接受过手术，尤其是肌肉收缩可能影响愈合的部位。
- 出现持续性疼痛、肌肉痉挛、关节痛、肌肉萎缩或急性损伤（拉伤、扭伤、骨折）。
- 出现异常感觉（麻木、过敏）或神经功能障碍。
- 您患有或怀疑患有心脏疾病。
- 电极放置区域附近存在金属植入物（针、螺钉、钢板、人工关节、穿刺物）。
- 患有循环系统、神经系统、代谢系统、血液系统或骨科疾病；静脉曲张；疝气；肿瘤；癌症；或
- 身体肿胀/积液（例如淋巴水肿、胸腔积液、腹水）。
- 受酒精、药物或镇静剂影响
- 对电刺激的焦虑、恐惧或恐惧症。

不良反应

Sweetmyo STRATA HUB1可能与以下因素相关：

- 对材料的过敏反应
- 电极下方皮肤刺激。
- 使用期间或使用后出现头痛或疼痛感。
- 运动相关性横纹肌溶解症（罕见）。

注：若发生不良反应，请立即停止使用该系统并寻求医疗建议。



在使用Sweetmyo STRATA HUB1进行训练之前、期间或之后的任何时间，如果您出现禁忌症、异常不适、头晕、头痛或感觉身体不适，必须立即停止使用该设备并寻求医疗

安全措施

为确保STRATA系统的安全使用，请始终遵守以下措施：

用户资格与设置

- STRATA HUB1仅适用于成年人（18岁及以上）。
- 将所有智能EMS控制终端置于儿童及禁忌症个体无法触及之处。
- 每次使用前，请仔细阅读并理解本手册及所有禁忌症说明。

应用程序限制

请勿对以下部位施加刺激：

- 头部、眼睛、口腔或鼻腔（存在未知神经系统影响或气道痉挛的风险）
- 颈部或颈动脉窦区域（存在严重反射性痉挛的风险）。
- 皮肤肿胀、发炎或感染，或静脉曲张/静脉炎。
- 癌变区域。
- 在性行为过程中。
- 睡觉时。

使用条件

- 使用前请擦干皮肤，湿润电极片后穿着服装使用。
- 仅限在以下范围内操作：
 - 0°C 至 +40°C
 - 30–90% 相对湿度，无冷凝
- 请勿在浴室、泳池、桑拿房、蒸汽房、户外雨天或潮湿环境中使用
- 请勿让液体、油类、灰尘或异物进入设备内部部件。
- 仅使用Sweetmyo批准的组件、电池和充电器。

训练指南

- 请勿连续使用该设备超过60分钟。
- 请勿连续穿着该套装超过24小时。
- 在重新调整服装之前，暂停或终止使用。
- 如出现不适、头晕或异常感觉，应立即停止使用。
- 离开训练区域前，请先终止训练。

产品处理

- 未经授权，不得拆卸、维修或改装任何部件。
- 维修工作必须由Sweetmyo或授权服务人员执行。
- 按照当地电子设备及电池处置法规对组件进行处置。
- 将组件存放在安全、干燥的场所，仅限用户接触。

警告

危险：禁止与心脏起搏器、植入式电子设备同用，亦不可在水中使用。

警告：驾驶车辆、操作机械或进行需要控制的操作时，请勿使用。

警告：不得用于医疗状况的训练、诊断或训练。

警告：仅供个人使用

该EMS智能功能性服饰及其控制应用程序仅限注册用户操作。在使用过程中允许他人操作该应用程序，可能导致意外的电刺激，进而引发不适、突发肌肉收缩或损伤。

在将应用程序或设备交给他人之前，务必始终暂停或终止训练课程。

在智能功能性服饰使用期间，禁止他人调整强度等级或模式。

警告：该设备具备自动保护性关机功能。切勿忽视故障指示器，或在故障发生后强行继续使用设备。

注意：切勿用湿手连接或断开系统。

注意：始终保持所有金属物品远离电极，包括但不限于腰带、项链、珠宝及其他配饰。

注意：切勿使电极接触金属物体或导电表面。

注意：操作期间，请避免与他人发生身体接触。设备运行时，请勿拍手、触摸他人或进行任何直接接触。

注意：使用过程中避免与导电材料（例如金属表面）接触

- 在接触他人或任何导电材料之前，务必始终暂停操作或关闭设备电源。
- 当需要接触金属物体或导电表面时，应佩戴适当的绝缘防护手套以降低意外触电风险。

注意：慢性电刺激的长期效应尚不明确。

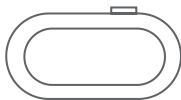
05 智能EMS控制终端

5.1智能EMS控制终端概述

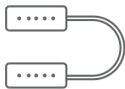
检查框框里配件和服饰，确保包含以下项目：



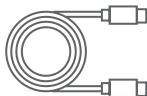
Sweetmyo STRATA服装套装



Strata Hub



连接器



USB数据线



电极润湿布

5.2 软件概述

Sweetmyo应用程序是一款专为iOS和Android智能手机或平板电脑设计的控制应用。该应用通过蓝牙低功耗 (BLE) 与STRATA HUB1进行通信，并提供对训练课程的全面控制功能。用户（或教练）可通过该应用实现以下操作：

- 选择训练模式：每种模式定义了训练过程中施加于用户肌肉的刺激类型。
- 设置强度级别：可从 1% 调整至 100%。

Sweetmyo系统未配备心电图 (ECG) 模块。训练反馈通过应用程序提供的指标实现，包括训练时长、所选模式及用户自定义强度。

兼容性

- iOS:兼容运行iOS12.4或更高版本的iPhone、iPod和iPad设备
- Android:与大多数运行Android9.0或更高版本的现代Android智能手机和平板电脑兼容。
- 注意：该应用程序未针对 iPadMini设备进行优化。

建议

- 请在App Store或Google Play中启用自动更新功能，以保持Sweetmyo应用程序的最新状态
- 训练前请确保您的移动设备电量充足。电池电量过低可能会影响蓝牙链接。



sweetmyo.

06

使用说明

使用前

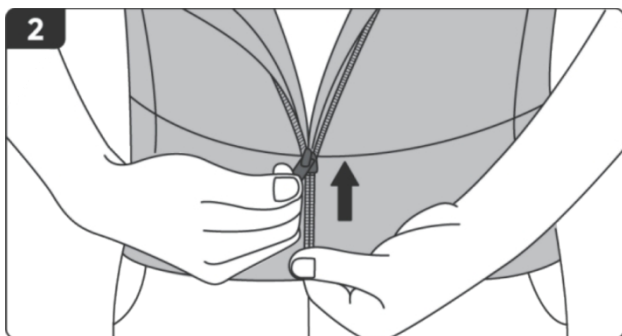
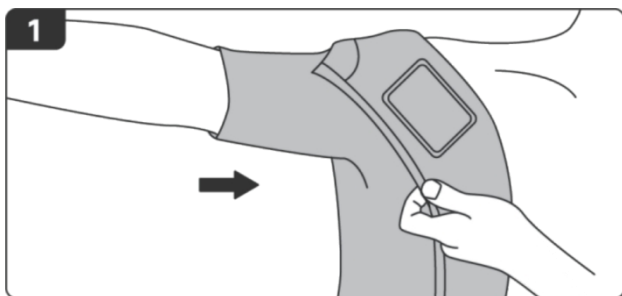
- 确保以下物品已准备就绪并可使用：
- 充满电的STRATA HUB1中心设备和智能功能性服饰
- 一部支持互联网连接的兼容iOS或Android手机或平板电脑
- 在操作该设备前，请仔细阅读并理解本手册中提供的所有禁忌症、警告、注意事项及安全措施。
- 安装 Sweetmyo 应用程序：
- 打开 App Store (iOS) 或 Google Play (Android) 。
- 搜索 “Sweetmyo” 。
- 下载并安装 Sweetmyo 应用程序。

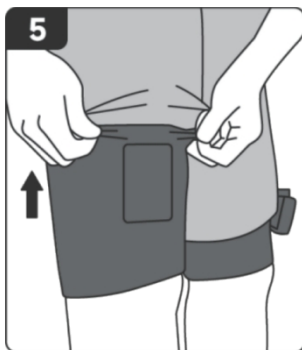
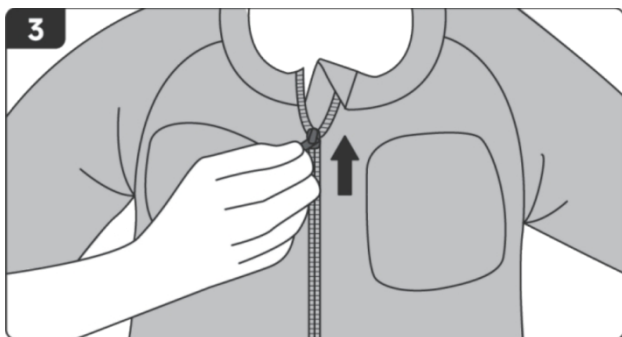
注意：当提示时，请确保为该应用启用蓝牙权限，以保证设备正常运行。

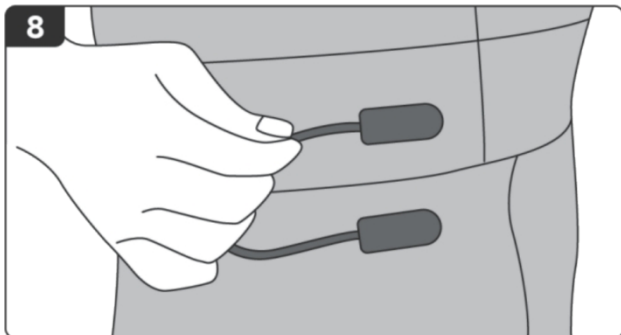
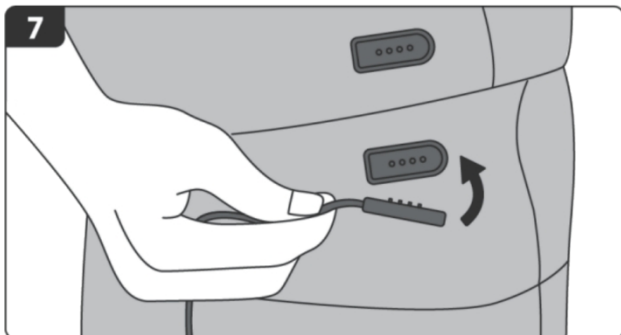
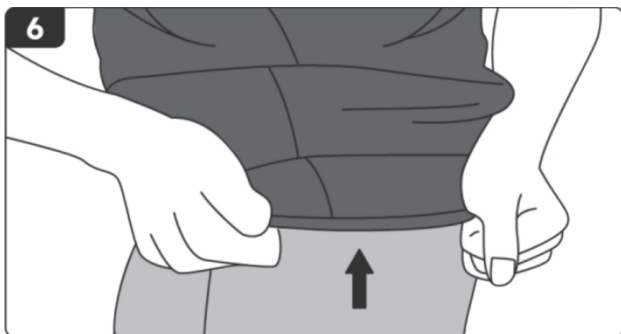
6.1 使用说明 – STRATA Suit 服装

- 检查服装和电极：确保衣物和电极清洁且无损坏。
- 准备皮肤-电极接触面。
- 用干净的电极湿巾擦拭电极接触部位及相应皮肤，清除油脂或汗液。
- 为获得最佳导电性，使用前需将电极区域轻轻用干净的湿巾湿润。
- 穿戴：将衣物穿好，确保电极平整地贴合在目标肌肉群上。

注意：如果感到刺痛或灼热感，请立即停止并重新调整衣物。



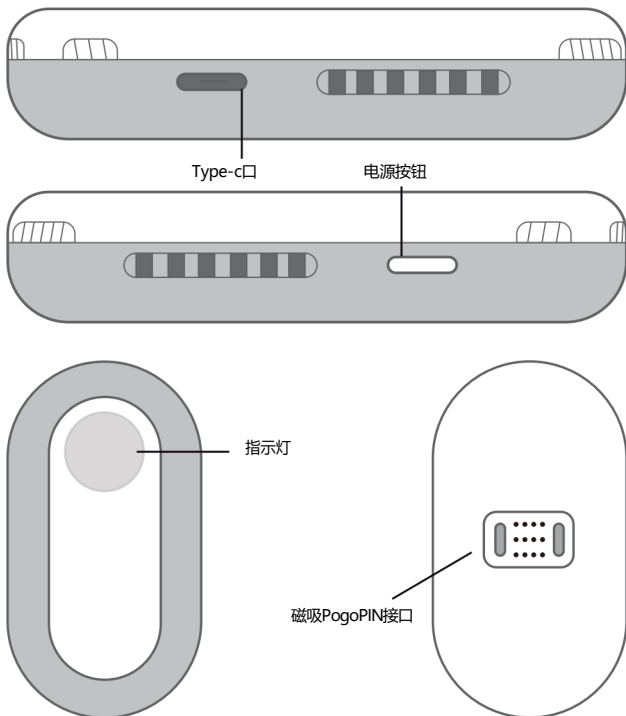


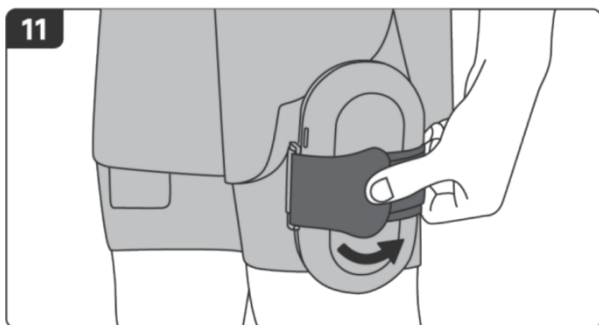
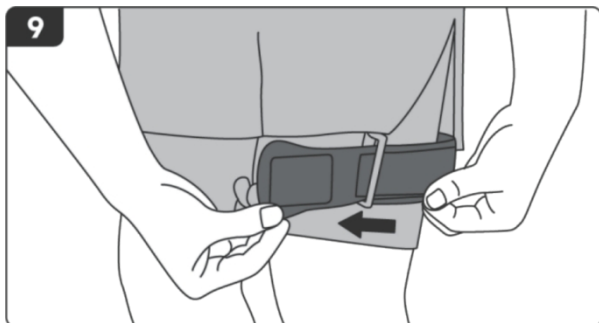


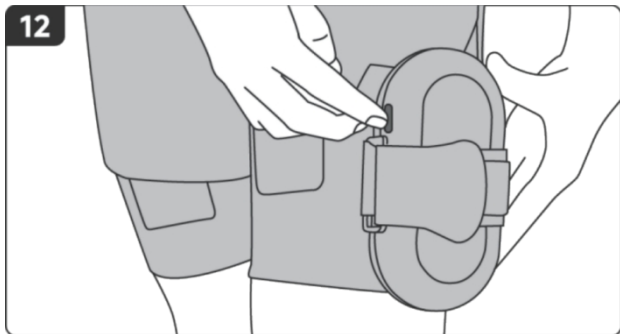
充电电池

- 要为您的STRATA HUB1充电，请按以下步骤操作：
- 确保STRATA HUB1已关闭，通过检查LED状态指示灯确认。
- 如果STRATA HUB1已连接到设备，请断开连接。
- 将USB数据线的一端插入STRATA HUB1的Type-C充电接口，另一端插入合适的USB插座或适配器

6.2 使用说明 – STRATA HUB1







连接并使用STRATA HUB1

- 将STRATA HUB1牢固的连接到衣物上的磁吸PogoPIN接口。
- 按下电源按钮，开启STRATA HUB1。
- 确认STRATA HUB1的指示灯显示白色循环图案，表示设备已通电，并可通过蓝牙配对。

启用移动设备设置

- 开启蓝牙 (iOS 和 Android) 。
- 在安卓设备上，为蓝牙扫描功能启用位置权限。
- 下载并打开 Sweetmyo 应用程序。

连接设备 (蓝牙)

- 在应用中，进入“设备” > “连接”。
- 从列表中选择您的 STRATA 设备。
- 确认应用中显示的设备状态为“已连接”，并且 STRATA HUB1机上的指示灯以白色常亮表示已成功连接。

注意：如果配对失败，请关闭/开启蓝牙，将设备靠近 STRATA HUB1机 1-2 米范围内，然后重试。必要时请重启 STRATA HUB1机。

电极放置：确认六个电极对已正确放置

- 背阔肌（上背部）
- 胸大肌（胸部）
- 腹直肌（腹部）
- 竖脊肌（后腰中下背部）
- 臀大肌（臀部）
- 大腿肌（腿部）

注意：如果电极垫位置偏移、抬起或未完全贴合皮肤，请重新调整衣物位置。

选择训练模式

- 在应用程序中浏览训练模式并选择所需模式。
- 在继续之前，查看并确认屏幕上的安全提示。
- 如有提示，请设置训练时长

开始并调整强度

- 在应用程序中选择“开始”以启动训练。
- 首次使用时：每个通道从最低强度级别开始。
- 逐渐增加强度至适度且舒适的水平，切勿超过引起疼痛或不适的程度，若出现疼痛或不适，请立即停止使用。
- 遵循应用程序中的所有姿势和时间指导说明。

重要提示：在训练过程中，感觉强度可能会增强（例如因警告提示或出汗所致）。如果刺激变得不舒服，请降低强度。若出现疼痛或不适，请立即停止使用。

训练期间

- 请将手部及金属物体远离电极。
- 操作过程中请勿触碰他人。
- 除非训练已暂停或停止，否则不得将移动设备交给他人。
- 如出现头晕、头痛或任何异常不适症状，请立即终止训练并遵循本手册中的安全指导。

完成并关闭电源

- 在应用程序中选择停止/结束训练。
- 关闭 STRATA HUB1 的电源。
- 脱掉衣服。

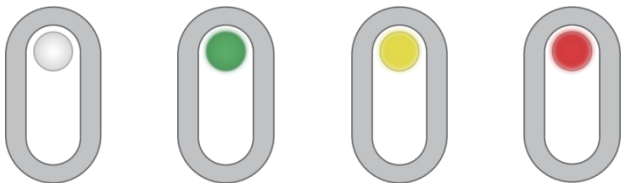
训练后护理

- 保持水分充足并充分休息。
- 按说明清洗衣物；置于通风处晾干，远离热源。
- 训练结束后，可在 Sweetmyo App 中查看训练结果。

训练及佩戴时间限制

- 单次训练模式时间不得超过20分钟。
- 连续穿着衣物时间不得超过24小时。

STRATA HUB1 状态指示灯 (LED)



LED指示灯说明

- | | |
|-----------------|---------------|
| · 白色循环灯光：蓝牙配对模式 | · 白色呼吸灯：蓝牙连接 |
| · 白色循环灯光：蓝牙配对模式 | · 白色呼吸灯：蓝牙连接 |
| · 黄色呼吸灯：正在充电 | · 绿灯常亮：充满电 |
| · 无灯光显示：电池电量低 | · 黄色呼吸灯：正在充电 |
| · 绿灯常亮：充满电 | · 无灯光显示：电池电量低 |

红色闪烁指示灯：严重故障状态（例如电极脱落或过载保护触发）。刺激功能将停止或无法启动。

黄色闪烁指示灯：非关键性硬件故障（例如冷却风扇故障）。刺激功能停止或无法启动。

基于LED指示灯的快速故障排除

- 设备无法开机（无指示灯或红灯）
- 请先为STRATA HUB1充满电，然后重试

在配对过程中未找到设备

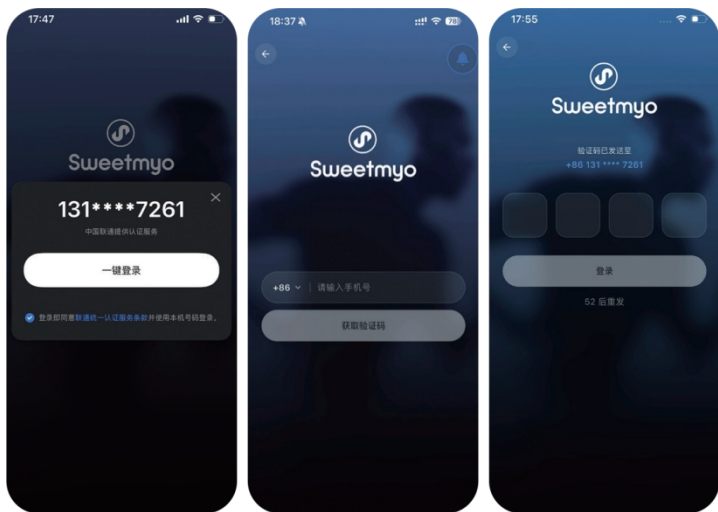
- 请确保蓝牙已开启（在安卓设备上还需开启位置权限）。
- 将移动设备靠近 STRATA HUB1，并根据需要重新启动应用程序和/或设备。

观察到红色或黄色闪烁灯光:

- 立即停止使用该设备
- 按照本手册所述检查原因
- 在问题解决之前请勿重新使用

注意：如果应用程序中出现故障通知，或者观察到红色/黄色闪烁的故障指示灯，请立即停止当前操作，并按照第 9 节中的说明进行处理。

6.3 使用说明 – 国内登录模式



6.3 使用说明 – 国内登录模式



6.3 使用说明 – 国内登录模式

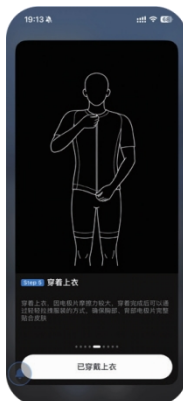
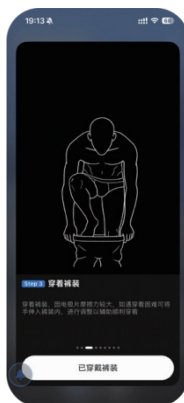


6.3 使用说明 – 国内登录模式



6.3 使用说明 – 国内登录模式

新手用户指引模式

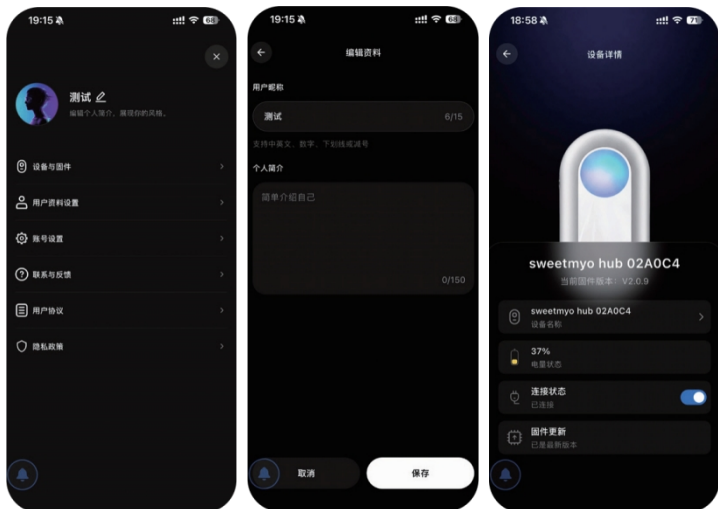


6.3 使用说明 – 国内登录模式



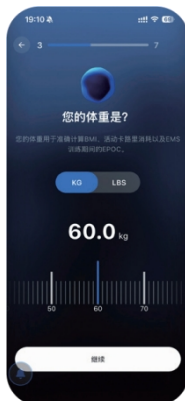
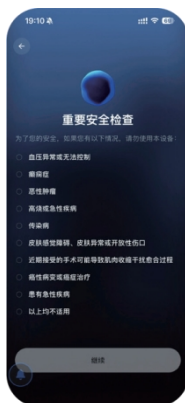
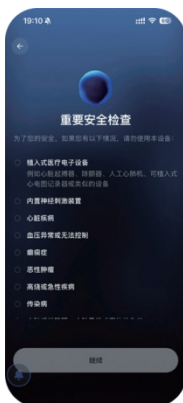
6.3 使用说明 – 国内登录模式

用户信息界面



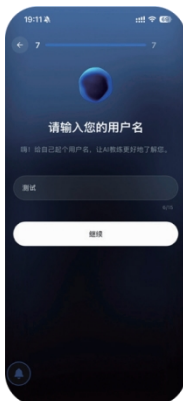
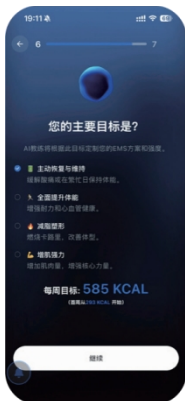
6.3 使用说明 – 国内登录模式

用户信息收集界面



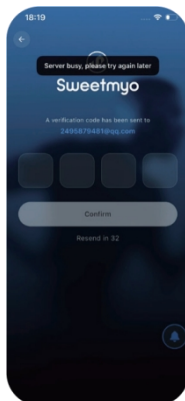
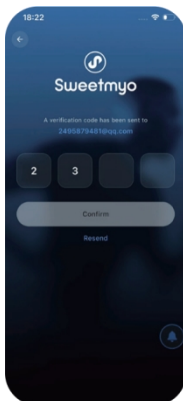
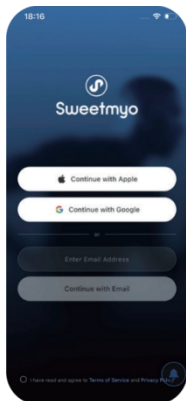
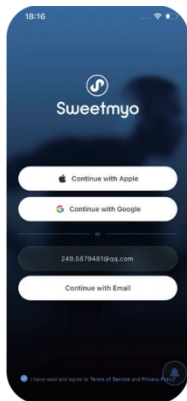
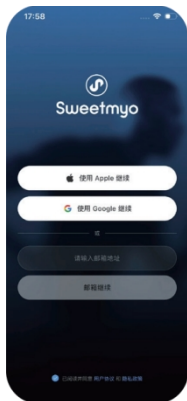
6.3 使用说明 – 国内登录模式

用户信息收集界面

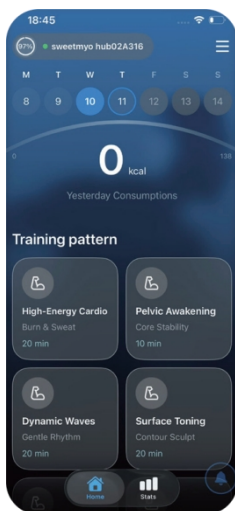
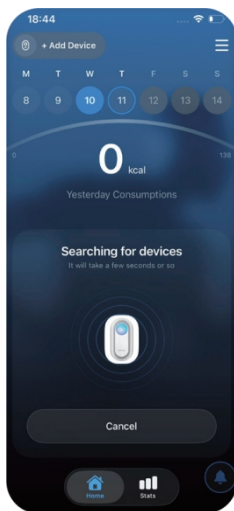


6.3 使用说明 – 国内登录模式

邮箱登录模式

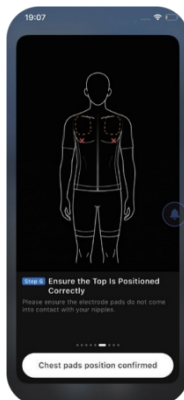
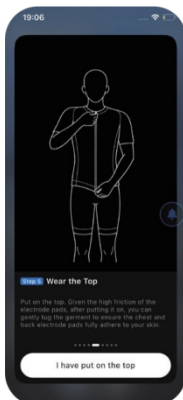
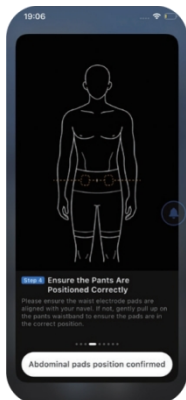
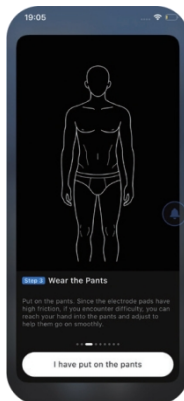
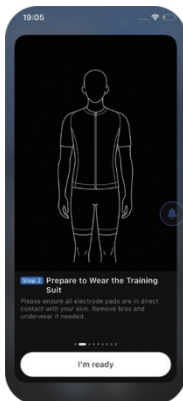
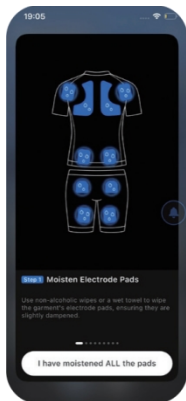


6.3 使用说明 – 海外版本模式

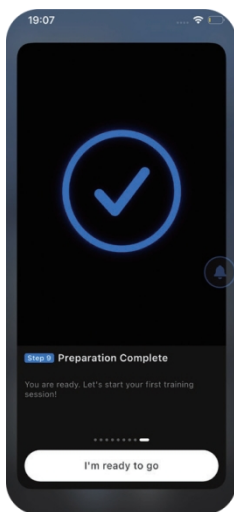
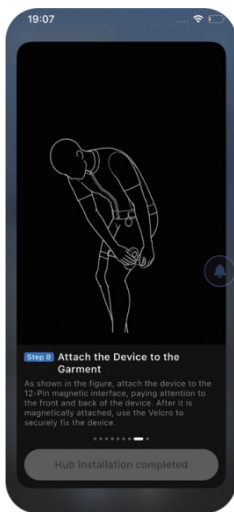
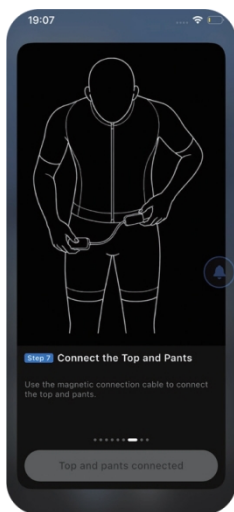


6.3 使用说明 – 海外版本模式

新手用户指引模式

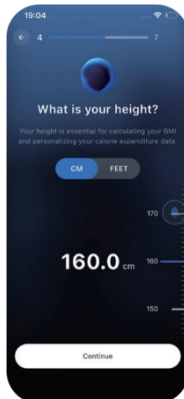
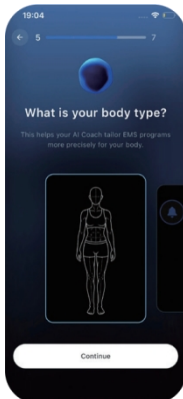
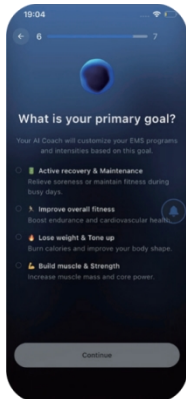
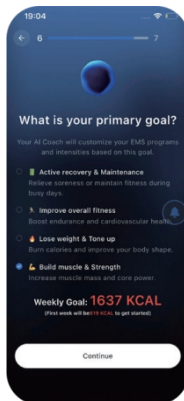
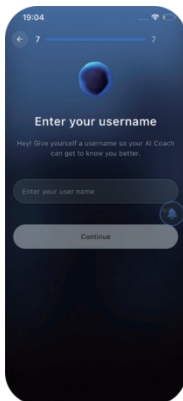
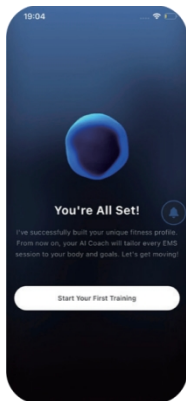


6.3 使用说明 – 海外版本模式



6.3 使用说明 – 海外版本模式

用户信息收集界面



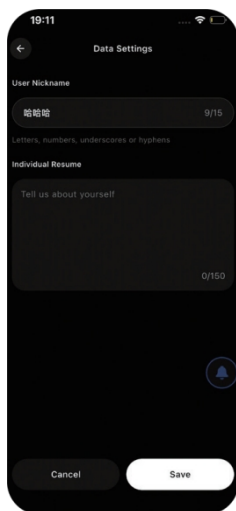
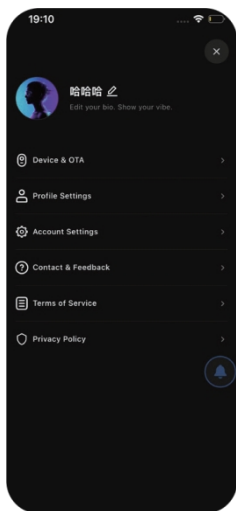
6.3 使用说明 – 海外版本模式

The image displays three sequential screenshots of a mobile application's onboarding process, set against a dark blue background with a glowing blue sphere at the top. Each screen features a progress bar at the top with a back arrow, a current step number, and a total step count of 7.

- Screen 1 (Step 3): "What is your weight?"**
The screen asks for the user's weight to calculate BMI, active calorie burn, and EPOC during EMS training. It includes two toggle buttons for "KG" (selected) and "LBS". A large digital display shows "60.0 kg". Below this is a horizontal scale with markings at 50, 60, and 70. A "Continue" button is at the bottom.
- Screen 2 (Step 2): "What is your age?"**
The screen asks for the user's age to help the AI Coach tailor training intensity, calculate target heart rate zones, and optimize recovery. It shows a vertical list of years from 1996 to 2000, with "1998" selected and followed by the word "year". A "Continue" button is at the bottom.
- Screen 3 (Step 1): "What is your biological sex?"**
The screen asks for the user's biological sex to accurately calculate Basal Metabolic Rate (BMR) and personalize AI coaching. It features three radio button options: "Male", "Female", and "Other". The "Continue" button at the bottom is currently disabled (greyed out).

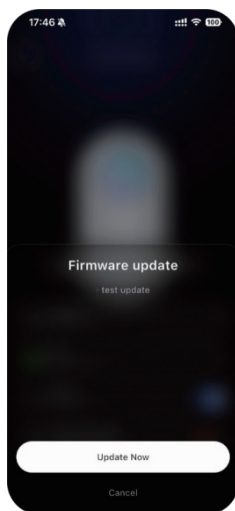
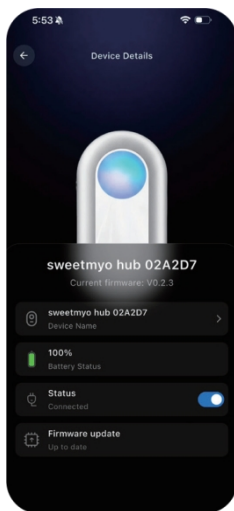
6.3 使用说明 – 海外版本模式

个人中心模式



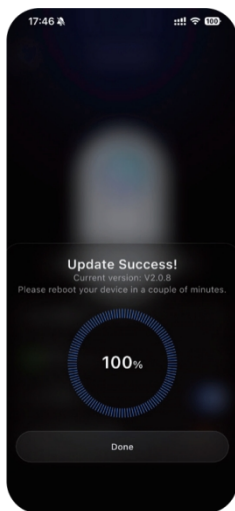
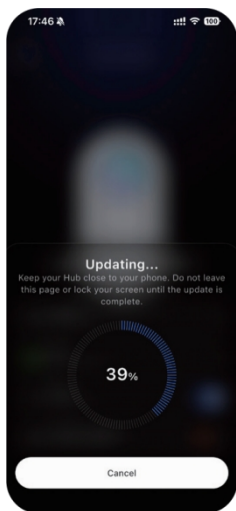
6.3 使用说明 – 海外版本模式

设备信息&固件升级模式



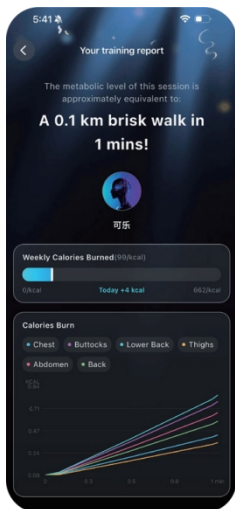
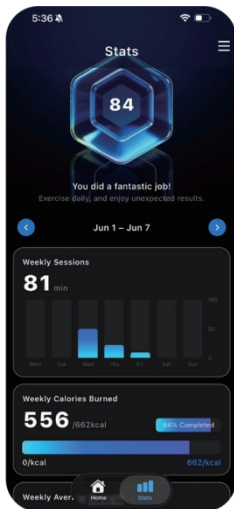
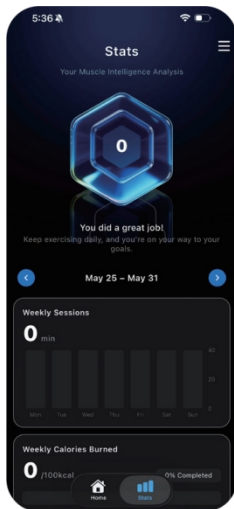
6.3 使用说明 – 海外版本模式

设备信息&固件升级模式



6.3 使用说明 – 海外版本模式

训练结束



- **训练服：**按照使用说明进行洗涤时，该服装设计可承受约100次洗涤循环。为确保最佳性能和卫生效果，建议在洗涤100次后更换；若出现明显磨损、导电性降低或面料损坏等情况，则应提前更换。
- **STRATA HUB1：**若按照本手册要求使用和维护，STRATA HUB1在其预期使用寿命内预计不会出现显著的时间依赖性性能劣化。
- **可充电电池：**STRATA HUB1内置可充电电池，制造商声明在正常使用条件下使用寿命约为5年。

7.1 STRATA HUB1维护

- 若HUB1受到脏污，请使用干纸巾或毛巾进行清洁，请勿使用湿毛巾清洁，以防设备进水损坏。
 - 请勿使用溶剂、酒精、漂白剂或研磨性清洁剂，因为这些物质可能损坏设备表面或部件。
- 注：STRATA HUB1 不具备防水功能。请避免接触水或其他液体。使用及清洁过程中务必保持设备干燥。

7.2 STRATA HUB1存储与处理系统

操作与储存的环境条件

- 温度范围：0°C 至 +40°C
- 相对湿度：30%–90%，无凝露型

STRATA HUB1 – 存储与处理

- 始终保持 STRATA HUB1干燥
- 仅在本手册规定的环境条件下储存STRATA HUB1
- 请勿将设备暴露于或存放在以下环境中
- 直射阳光
- 高温或靠近热源
- 高湿度或凝结
- 灰尘、污垢或过量颗粒物

- 将STRATA HUB1及配件存放于清洁、干燥且安全的位置，远离儿童及未经授权人员的触及范围。
- 使用柔软、洁净且无绒毛的超细纤维布清洁外表面。
- 若存在碎屑，可用柔软的尼龙手刷轻柔清除，随后用干燥的超细纤维布擦拭
- 限制直接暴露于阳光、高温、灰尘、纤维绒毛及碎屑。
- 切勿将STRATA HUB1放置于金属、混凝土或具有研磨性的表面，以免造成划痕或损坏。
- 将STRATA HUB1及配件存放在安全、干燥处，远离儿童的触及范围。
- 若在接收设备后发现可见损坏（例如裂纹、腐蚀或外壳破损），应立即停止使用并联系Sweetmyo技术支持部门。
- 含有腐蚀性气体或蒸气的环境过程中务必保持设备干燥

STRATA HUB1——电池与设备安全

- 切勿打开、拆卸或改装STRATA HUB1、电池或标签。未经授权的改装可能导致设备故障或安全隐患。
- 仅使用Sweetmyo认证的充电线和电源适配器。
- 请将设备及所有部件远离液体、油脂及导电材料。

STRATA HUB1电池维护

- 在长时间储存前，请将STRATA HUB1电池充满电。
- 至少每3至6个月对电池进行充电，以维持其性能。
- 若设备已停用6个月或更长时间，请在使用前将电池充满电。

注：若未遵循本存储与操作说明，可能导致设备损坏、性能下降或安全隐患。

免责声明：若因未遵守本存储要求，或因使用未经批准或非传统的存储或处理方法，导致任何损坏、故障或安全风险，Sweetmyo概不负责。

7.3 智能功能性服饰维护

Sweetmyo智能功能性服饰采用集成电极与纺织技术，需特别注意护理和使用。请按照以下说明保养衣物，以保持其功能、卫生和安全。

材质成分

- Sweetmyo服装采用高性能面料混纺（约80%尼龙，20%氨纶）制成，旨在为EMS训练提供灵活性和导电性。

洗涤说明

- 只要按照本用户手册进行保养，该服装可机洗。
- 使用寿命：在推荐护理条件下可使用约100次。
- 每次洗涤前：
 - 确保所有拉链都完全关闭。
 - 取下或牢固关闭所有魔术贴紧固件。
 - 将服装正面朝外（标志可见）。
 - 将衣物轻放入所提供的网状洗衣袋中。
- 在拉上收纳袋（或拉链）之前，请确保通过网眼可以清晰看到连接板
- 请将衣物与其他物品分开清洗。
- 最高水温：+30°C / +86°F。
- 仅使用温和、无漂白剂、无香料的洗涤剂（推荐pH值为8-8.5）。
- 推荐旋转速度：800转/分钟。

干燥说明

- 自然晾干衣物：悬挂或平铺在阴凉、通风的地方。
- 允许滴水晾干。
- 不允许：
 - 手工搓洗、拧干或翻折衣物。
 - 使用漂白剂、柔顺剂或香精添加剂。
 - 机洗、熨烫或蒸汽清洗衣物。
 - 洗涤时使用干洗或化学清洁方法。
 - 干燥时请避免阳光直射或接触热源。

储存条件

- 请存放在干燥、清洁、无虫害的室内环境中，远离儿童。
- 避免阳光直射、潮湿环境或多尘环境。
- 推荐储存条件：
 - 温度范围：0°C 至 +40°C
 - 相对湿度：30%-90%，无凝露

检查与更换

- 定期检查服装是否符合以下要求：
- 物理损坏、线头松动或布料磨损。
- 电极或连接板的降解。

如出现以下情况，请立即停止使用：

- 电极显示有损伤或异常磨损。
- 发现了异常表现（例如，刺激未正常传递，出现异常感觉）。
- 请勿对服装进行修改、修补或添加标识，否则可能导致设备故障。
- 洗涤100次后更换衣物，或在发现磨损或性能下降时提前更换。

7.4 用户手册操作指南

本Sweetmyo STRATA用户手册包含在处理、安装、操作、清洁及维护Sweetmyo STRATA所有组件过程中必须遵循的重要信息。

所有用户在使用Sweetmyo STRATA系统时，必须确保随时备有本用户手册的完整、真实、干燥且清晰可读的副本以供参考。

如本用户手册遗失或损坏，可从Sweetmyo官方网站免费下载最新版本：www.sweetmyo.com

问题；议题		建议
在蓝牙配对过程中未找到设备	电池电量耗尽	使用前请将 STRATA HUB1 完全充满电
	设备与移动设备的距离太远了	将手机移至 STRATA HUB1 1 至 2 米范围内，然后重新尝试
中断；干扰输出期间用	负载保护已启动/电极分离（在 STRATA HUB1 设备上看到红色闪烁的故障指示灯）	立即停止训练 重新调整衣物位置，以确保电极正确对齐并与皮肤充分接触。 确认 STRATA HUB1 机通过磁性连接器牢固地安装到位。 只有在恢复有效联系后才重新开始训练
	过载保护已启动（在 STRATA HUB1 设备上可以看到红色闪烁的故障指示灯） 散热风扇故障（在 STRATA HUB1 上可以看到黄色闪烁的故障指示灯）	立即停止训练 重新调整衣物位置，以确保电极正确对齐并与皮肤充分接触。 确认 STRATA HUB1 机通过磁性连接器牢固地安装到位。 确保无任何导电物体与电极接触 只有在移除所有导电物体并恢复良好接触后，才可重新开始训练。 立即停止训练 关闭 STRATA HUB1 电源，并让设备冷却下来。 只有在故障指示灯熄灭后才能重新开始训练。 如果问题仍然存在，请联系 Sweetmyo 技术支持 (support@sweetmyo.com)。

	散热风扇故障 (在STRATA HUB1上可以看到黄色闪烁的故障指示灯)	立即停止训练 关闭 STRATA HUB1电源, 并让设备冷却下来。 只有在故障指示灯熄灭后才能重新开始训练如果问题仍然存在, 请联系 Sweetmyo 技术支持 (support@sweetmyo.com) 。
	电池电量低 (<20%)	在继续使用之前, 请先为 STRATA HUB1充电
训练服的损坏 (正常磨损)		这件衣物属于消耗品。如有损坏或磨损, 请及时更换。
左右两侧刺激不均衡	皮肤电极阻抗的变化	调整衣物的尺寸以确保电极与皮肤紧密接触。此外使用前必须轻轻湿润电极区域。
刺痛感	电极接触不良	确保电极与皮肤完全接触。如适用, 调整服装贴合度或使用固定带。
	电极磨损或损坏	若电极性能下降, 应更换服装。
	强度设置过高	将强度调至舒适的水平
	电极干燥或受污染	使用前, 用干净湿巾润湿电极区域。
刺激时无任何感觉	设备连接不正确	设备连接不正确确保 STRATA HUB1设备已牢固安装并成功连接到应用程序。
	皮肤导电性低	使用前先进行热身, 以促进轻微出汗并提高导电性。

产品名称	AI肌肉控制系统
产品型号	STRATA HUB1
产品颜色	白色
产品净重	370克（内置电池）
设备尺寸	167mm (L) x 87mm (W) x 35mm (H)
电池类型	锂离子电池 (Li-on)
电池额定电压	3.7V
电池容量	5000mAh
额定能量	18.5Wh
额定输入功率	10W
充电输入	额定 5 V = 2 A, 最大兼容 5 V = 3 A
电池寿命	约300次充放电循环（25°C标准环境、标准充放电条件下，容量保持率≥80%）
最大输出电压	≤60V
载波频率	2000 Hz
输出脉冲宽度	250 μs

工作环境条件	· 环境温度：0 °C ~ 40 °C · 相对湿度：30% ~ 90% RH（无凝露） · 大气压力：86 ~ 106 kPa
运输及储存环境	· 环境温度：-20 °C ~ 70 °C · 相对湿度：10% ~ 80% RH（无凝露） · 大气压力：50 ~ 106 kPa

感谢您购买 Sweetmyo STRATA，这让我们有机会为您提供优质可靠的产品。请仔细阅读以下保修条款。

保修条款

1. STRATA HUB1 主机享有 1 年有限保修，保修期限自原始购买日期起算（需提供购买凭证）。
2. Sweetmyo 导电服装保修期限为 6 个月或洗涤 100 次，以先到达者为准。
3. 面料及配件（绑带、内搭衣物等）针对材质与工艺缺陷提供 30 天有限保修。
4. 本所有保修仅适用于原始购买人，不可转让。

保修条件

- 根据本有限保修条款，Sweetmyo 将在保修期内自行决定对任何被认定存在材料或工艺缺陷的产品或部件进行维修或更换。
- 保修期内的维修工作必须由 Sweetmyo 或其授权服务合作伙伴执行。

保修索赔必须包括：

- 有缺陷的产品/部件
- 购买凭证（收据/发票）
- 对缺陷的清晰描述，如适用，应包含照片或视频
- 需保修服务，请联系 support@sweetmyo.com。

排除条款 — 未涵盖的情况

本保修不涵盖由以下原因导致的故障、缺陷或损坏：

- 保修期已到期。
- 意外损坏（例如：跌落、撞击、碰撞、划痕或污渍）。
- 使用不当或未按照本用户手册进行操作
- 缺乏常规护理或维护
- 接触液体、过度潮湿或超出正常条件

规定的环境限值

- 连接器操作不当或因异物、昆虫或动物造成的损坏
- 因运输、不当使用、疏忽或未经授权的改装或维修造成的损坏。
- 不可抗力事件（例如：火灾、地震、洪水、雷击、台风、战争或其他外部因素）。
- 使用未经Sweetmyo批准的部件、配件或充电设备。
- 衣物、电极或连接部件的正常磨损。
- 如果产品故障被认定为上述任何排除情况所致，可提供维修服务，费用由客户承担。

保修期后服务

- Sweetmyo为其产品提供终身维护支持。
- 有限保修期届满后，仍可进行维修，但所有相关费用（包括人工费、备件费及运费）均由客户承担。

责任限制

- 根据本保修条款，Sweetmyo的责任严格限于维修或更换上述定义的缺陷部件。
- Sweetmyo 对因使用或滥用 STRATA 系统而产生的附带损害、间接损害或后果性损害（包括但不限于人身伤害、财产损失、数据丢失或经济损失）不承担任何责任。
- 任何默示保证的有效期仅限于适用的有限保修期限内。某些司法管辖区不允许对默示保证施加限制，也不允许排除附带性/后果性损害赔偿；在此类情况下，上述限制可能不适用。

免责声明

- 在任何情况下，Sweetmyo、其子公司或其授权合作伙伴均不对因以下原因（但不限于）造成的任何直接、间接、附带或后果性损害承担责任：
 - 未遵循本用户手册中提供的说明、警告及指南。
 - 对STRATA系统任何组件进行不当处理、错误组装、安装、储存或维护
 - 误用、疏忽、意外事故、滥用、篡改或未经授权的修改。
 - 使用非原装Sweetmyo部件、配件或充电设备。
 - 未经事先书面许可，不得将第三方产品与任何Sweetmyo组件组合使用
 - 在危险环境中进行训练（例如，存在极端湿度、高温、潮湿或不安全条件的区域）。
 - 在出现或报告任何禁忌症、不良反应或设备异常行为后，仍继续使用该系统。

Sweetmyo 还免除因用户操作、存储或第三方访问而导致的任何机密信息或个人数据的损失、滥用或未经授权披露所造成的责任，但以适用法律允许的范围为限。

本责任限制不影响您根据相关法律可能享有的任何权利。适用的消费者保护法律，可能因司法管辖区而异。

11.1 FCC要求

经测试，Sweetmyo STRATA HUB1符合美国联邦通信委员会（FCC）规则第15部分对B类数字设备所规定的限值要求。这些限值旨在为住宅环境中的有害干扰提供合理的防护。

该操作须满足以下两个条件：

1. 该设备不会产生有害干扰。
2. 该设备必须能够接收所有接收到的干扰信号，包括可能导致非预期操作的干扰。

FCC 编号：2BQHU-HUB1

任何未经合规责任方明确批准的变更或修改，均可能使用户操作该设备的权限失效。

干扰说明：

该设备能够产生、使用并辐射射频能量。若未按照说明书要求安装和使用，可能对无线电通信造成有害干扰。本设备已按照 FCC 相关要求进行测试，但不能保证在特定安装环境中不会产生干扰。

若该设备对无线电或电视接收造成干扰（可通过开关设备进行确认），建议用户采取以下一项或多项措施消除干扰：

- 重新调整或移动接收天线的位置。
- 增加设备与接收器之间的间距。
- 将设备连接至与接收器不同电路的插座上。
- 请咨询经销商或经验丰富的广播/电视技术人员以获取帮助。

射频警告（便携设备）：

该设备经评估符合一般射频暴露要求，可在无限制的情况下用于便携式暴露环境。
此行为属于正常现象，不表明设备受损。待系统重新连接或重启后，即可恢复训练。

EU-Declaration of Conformity

Manufacturer:	Sweetmyo Inc. 16192 Coastal Highway, Lewes, DE 19958
European Representative:	MEGA LAGES SAS Bureau 450,37 passage du Ponceau, Paris, France 75002 Jean Dupon +33-170613157 admin@mega-lages.com
Product name:	SweetmyoSTRATA System
Model:	STRATA (HUB1)

We, the manufacturer, herewith declare under our sole responsibility that the above-mentioned products meet the following EU directives, standards and regulations:

2011/65/EU and its subsequent amendments regulation EU No. 2015/863 Directive on the restriction of the use of certain hazardous substances in electrical and electronic equipment

2014/53/EU Radio Equipment Directive

IEC 62321-3-1:2013

IEC 62321-6:2015

IEC 62321-8:2017

ETSI EN 301 489-1 V2.2.3 (2019-11)

ETSI EN 301 489-17 V3.3.1 (2024-09)

ETSI EN 300 328 V2.2.2 (2019-07)

EN 62478:2010

IEC 60335-2-32:2019/EN 60335-2-32:2003 + A1:2008 + A2:2015

EN 60335-1:2012 + A11:2014 + A13:2017+A1:2019 + A14:2019 + A2:2019 + A15:2021

EN 62233:2008+AC:2008

Authorized person for technical documentation:

Shenzhen/2026-07-06

Place/date

Signature

