

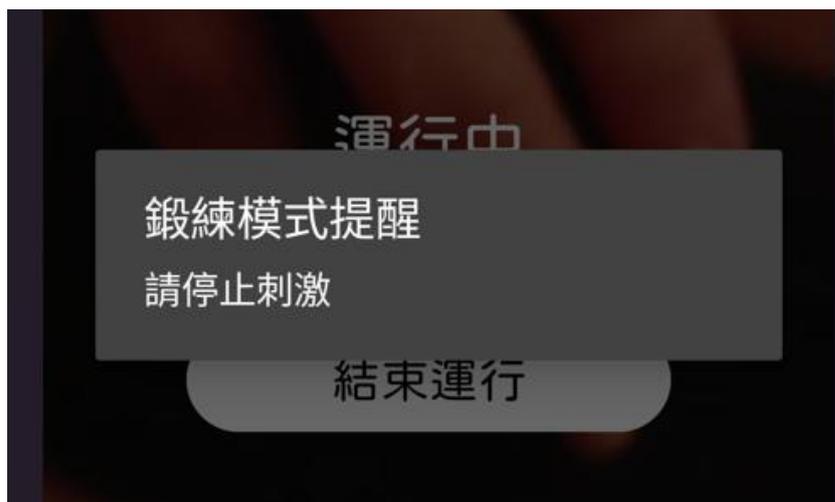
鍛鍊模式是用來量測 GG 硬度的改變，但每個人粗細不一樣，對壓力計產生的數值會不一樣，所以才會有一個百分比讓大家去調整最適合的硬度觸發值。

在生理學上即將發射之前的 GG 會變粗且變更硬，DingCoCo 智精環會量測到這細微的硬度變化，所以會跳出警報視窗，請使用者停止動作，經過這樣的射精中斷循環，可以加強射控能力。

### 1. 首先請在硬起來後戴上 DingCoCo 智精環



2. 進入鍛鍊模式，如果跳出警報視窗，代表您的 GG 比較粗，已經超過壓力觸發值，請結束鍛鍊模式，進入設定，往上調整鍛硬度的百分比。反之則往下調整。



## 設定

藍芽裝置



警報開啟



聲音開啟



隱私權政策



鍛鍊硬度(50%)  
版本



活力雅普 APP:2.0  
COPYRIGHT(C)

3. 重複第二步驟直到找到最適合您的鍛鍊硬度百分比。
4. 之後就可以使用鍛鍊模式在發射前停手，經過幾次循環即可鍛鍊射控能力。