

# beurer MG 140



**NL** Shiatsu massagekussen  
Gebruikshandleiding

**P** Almofada massageadora shiatsu  
Instruções de utilização

**GR** Μαξιλάρι μασάζ σιάτσου  
Οδηγίες χρήσεως

**DK** Shiatsu massagepude  
Brugsanvisning

**S** Shiatsu massagekudde  
Bruksanvisning

**N** Shiatsu massasjepute  
Bruksavisningen

**FIN** Shiatsu-hierontatyynytt  
Käyttöohje

**CZ** Masážní poduška Shiatsu  
Návod k použití

**SK** Shiatsu masážny vankúš  
Návod na používanie

**SLO** Masažna blazina shiatsu  
Navodila za uporabo

**H** Shiatsu masszázspárna  
Használati útmutató

## Meegeleverd

- Shiatsu-massagekussen
- Afneembare hoes
- Adapter
- Deze gebruiksaanwijzing

## Verklaring van tekens

De volgende symbolen werden in de gebruiksaanwijzing en op het typeplaatje gebruikt:



**WAARSCHUWING** Waarschuwing voor mogelijk lichamelijk gevaar of gevaar voor de gezondheid.



**OPGELET** Veiligheidskennisgeving: mogelijke schade aan apparaat/accessoire.



**Aanwijzing** Verwijzing naar belangrijke informatie.



Het apparaat is dubbel geïsoleerd en voldoet hiermee aan veiligheidsklasse 2.

## 1. Introductie

### Funcities van het apparaat

Met dit elektrische Shiatsu-massageapparaat kunt u nu effectief en zonder hulp uzelf of andere personen aangenaam masseren. Massages kunnen ontspannend of stimulerend werken en worden graag gebruikt voor de behandeling van stijve spieren, pijnen en vermoeidheid. Het apparaat met de universele wigvorm biedt een krachtige, intensieve dieptemassage voor nek, rug, benen en armen. Wanneer het op de vloer wordt gelegd kan het apparaat bovendien voor een stimulerende voetmassage worden gebruikt.

Dankzij het handzame formaat en het geringe gewicht kan het apparaat gemakkelijk worden getransporteerd en snel worden opgeborgen wanneer het niet wordt gebruikt.

Het apparaat is uitsluitend bestemd voor **persoonlijk gebruik**, niet voor medisch of commercieel gebruik.

Bovendien biedt het Shiatsu-massageapparaat de volgende voordelen:

- twee selecteerbare massagerichtingen
- eenvoudige bediening
- afneembare en wasbare hoes
- adapter kan eruit worden getrokken

## 2. Reglementair gebruik

Dit apparaat is bestemd voor de massage van afzonderlijke lichaamsdelen van het menselijk lichaam (zie hoofdstuk 6). Het vervangt geen behandeling door een arts. Gebruik het massageapparaat niet, wanneer één of meer van de volgende waarschuwingen op u van toepassing is. Wanneer u twijfelt of dit massageapparaat geschikt voor u is, raadpleeg dan uw dokter.



## WAARSCHUWINGA

Gebruik het massageapparaat

- niet bij kinderen jonger dan 15 jaar
- niet bij dieren
- niet bij een discushernia of ziekelijke veranderingen van de wervels
- in geen geval voor massages in de hartstreek wanneer u een pacemaker draagt en raadpleeg voor andere lichaamsdelen eveneens eerst uw dokter
- nooit op gezwollen, verbrande, ontstoken of verwonde huid- en lichaamsgedeeltes
- niet bij snijwonden, haarvaten, spataders, acné, couperose, herpes of andere huidziektes
- niet tijdens de zwangerschap
- niet in het gezicht (ogen), op het strottenhoofd of ander bijzonder gevoelige lichaamsdelen
- nooit tijdens de slaap
- niet na het innemen van medicamenten of alcohol (beperkt waarnemingsvermogen!)
- niet in de auto

Dit apparaat is niet bestemd voor het gebruik door personen (inclusief kinderen) met beperkte fysieke, sensorische of geestelijke vaardigheden of een gebrek aan ervaring en/of aan kennis, tenzij zij onder toezicht staan van of instructies kregen betreffende het gebruik van het apparaat van een voor hun veiligheid verantwoordelijke persoon.

Er dient op gelet te worden, dat kinderen niet met het apparaat spelen.

Raadpleeg voor het gebruik van het massageapparaat uw dokter

- wanneer u aan een ernstige ziekte lijdt of een operatie achter de rug heeft
- bij koortsachtige verkoudheden, spataders, trombose, aderonsteking, geelzucht, diabetes, zenuwziektes (bijv. Ischias) of acute ontstekingen

O aparelho só está previsto para a finalidade descrita nestas instruções de utilização. O fabricante não se responsabiliza por danos decorrentes de uma utilização incorrecta ou imprudente.

Het instrument is uitsluitend bestemd voor het in deze gebruiksaanwijzing aangegeven doel. De fabrikant kan niet aansprakelijk worden gesteld in geval van schade die door ondeskundig of lichtzinnig gebruik ontstaan is.

## 3. Veiligheidsvoorschriften

Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door! Het niet naleven van de volgende aanwijzingen kan schade aan personen en goederen veroorzaken. Bewaar de gebruiksaanwijzing en zorg ervoor, dat andere gebruikers hiertoe ook toegang hebben. Geef deze gebruiksaanwijzing door wanneer u het apparaat doorgeeft.



### WAARSCHUWINGA

Houd de verpakking buiten het bereik van kinderen. Verstikkingsgevaar.



### WAARSCHUWING: Elektrische schok

Zoals ieder elektrisch apparaat dient ook dit massageapparaat voorzichtig en bedachtzaam te worden gebruikt, om elektrische schokken te voorkomen.

Gebruik het apparaat daarom

- alleen met de meegeleverde adapter en alleen met de op de adapter vermelde netspanning
- nooit, wanneer het apparaat of accessoires zichtbare schade vertonen
- niet in ruimtes, waarin spuitbussen (aërosol) worden gebruikt of zuurstof wordt toegediend
- niet tijdens een onweer

Schakel het apparaat in geval van defecten of bedrijfsstoringen direct uit en trek de stekker van het apparaat uit het stopcontact. Trek niet aan het elektriciteits snoer of aan het apparaat

om de adapter uit het stopcontact te trekken. Het apparaat nooit aan het netsnoer vasthouden of hieraan dragen. Houd afstand tussen de snoeren en warme oppervlaktes.

Zorg ervoor, dat het massageapparaat, de adapter en het snoer niet met water of andere vloeistoffen in aanraking komen. Gebruik het apparaat daarom

- slechts in droge binnenruimtes
- slechts met droge handen
- nooit in de badkuip, in de douche of bij een gevulde wasbak
- nooit in zwembaden, whirlpools of in de sauna
- nooit in de open lucht

Grijp nooit naar een apparaat, dat in het water is gevallen. Trek onmiddellijk de stekker uit het stopcontact.

## Reparatie



### WAARSCHUWINGA

- Reparaties aan elektronische apparatuur mag slechts door vaklieden worden uitgevoerd. Door ondeskundige reparaties kan aanzienlijk gevaar voor de gebruiker ontstaan. Richt u zich voor reparaties tot de klantenservice of tot een geautoriseerde handelaar.
- De rits van het Shiatsu-massageapparaat mag niet worden geopend. Deze wordt alleen om productietechnische redenen gebruikt.



### WAARSCHUWING: Brandgevaar

Bij niet vakkundig gebruik resp. gebruik niet volgens de beschikbare gebruiksaanwijzing bestaat eventueel brandgevaar!

Gebruik het massageapparaat daarom

- nooit langer dan 15 minuten (gevaar voor oververhitting) en laat het apparaat 15 minuten afkoelen voordat u het weer in gebruik neemt.
- nooit zonder toezicht, vooral wanneer er kinderen in de buurt zijn.
- nooit onder een afdekking, bijv. een deken of een kussen.
- nooit in de buurt van benzine of andere lichtontvlambare stoffen.

## Onderhoud



### OPGELET

Na elk gebruik en voor elke reiniging dient het apparaat te worden uitgezet en de stekker uit het stopcontact te worden gehaald.

- Geen voorwerpen in de opening van het apparaat steken en niets in de roterende onderdelen steken. Zorg ervoor, dat de bewegelijke onderdelen altijd vrij kunnen bewegen.
- Let op dat er geen haren verstrikt raken in het apparaat. Draag indien nodig een haarnetje.
- Contact met puntige of scherpe voorwerpen vermijden.
- Apparaat en snoeren niet ombuigen.
- Niet met het volle gewicht op het apparaat leunen of staan en geen voorwerpen op het apparaat plaatsen.
- Apparaat niet op gevoelige oppervlaktes zetten om beschadigingen door de rits te voorkomen.
- Houd het apparaat uit de buurt van warmtebronnen zoals kachels, radiatoren of direct zonlicht

## Verwijdering



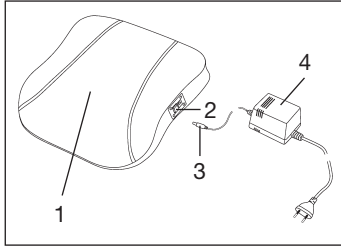
### OPGELET

Houd u bij het afdanken van materiaal aan de plaatselijke voorschriften. Verwijder het apparaat volgens de richtlijn 2002/96/EG met betrekking tot elektrisch en elektronisch afval – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Bij vragen kunt u zich tot de voor de opslag van afval verantwoordelijke gemeentelijke instantie wenden.



## 4. Apparaatbeschrijving

### Shiatsu-massagekussen (voorkant)



- 1: Vier massagekoppen, paarwijs roterend
- 2: Schakelaar, 3 niveaus
  - Niveau I: Opwaartse massage inschakelen
  - Niveau 0: Massageapparaat uitschakelen
  - Niveau II: Neerwaartse massage inschakelen
- 3: uitneembare stekker in aansluiting
- 4: Adapter

## 5. Ingebruikname

- Verwijder alle verpakings- en transportbeveiligingen.
- Controleer het apparaat, de adapter en de snoeren op beschadigingen.
- Plaats de beschermende hoes over het apparaat (wanneer dit nog niet het geval is).
- Steek de stekker in de aansluiting op het massageapparaat. De schakelaar dient op niveau 0 te zijn ingesteld. Wanneer dit niet het geval is, schakel deze naar niveau 0.



### WAARSCHUWINGA

- Apparaat niet gebruiken, wanneer het apparaat of de accessoires zichtbare schade vertonen.
  - Alleen met de meegeleverde adapter en alleen met de op de adapter vermelde netspanning gebruiken.
  - Snoeren zo leggen, dat men er niet over kan struikelen.
- Sluit het apparaat aan op het elektriciteitsnet door de adapter in het stopcontact te steken.

## 6. Bediening

Schakel het massageapparaat aan via de schakelaar aan de zijkant. Met de schakelposities "I" of "II" bepaalt u gelijk de massagerichting:

- Schakelpositie I: de massagekoppen draaien in een opwaartse beweging tegen elkaar.
- Schakelpositie II: de massagekoppen draaien in een neerwaartse beweging tegen elkaar.

Kies de middelste schakelpositie (niveau 0) om het apparaat uit te zetten.



### Aanwijzing

- Draag tijdens de massage lichte kleding.
- U krijgt een zachtere massage door een gevouwen handdoek tussen massageapparaat en lichaam te leggen.
- Gebruik het massageapparaat max. 15 minuten. Bij een langere massageduur kan de overstimulatie de spieren verstijven in plaats van voor ontspanning te zorgen.
- Gebruik het massageapparaat niet kort voordat u naar bed gaat. De massage kan ook een stimulerende werking hebben en inslapstoringen veroorzaken.



### WAARSCHUWINGA

De massage dient te allen tijde als aangenaam en ontspannend te worden ervaren. Breek de massage af of wijzig de positie van het massageapparaat als u de massage als pijnlijk of onaangenaam ervaart.

- Leun NIET tegen de massagekoppen om niet bekned te raken wanneer u uw lichaamspositie of de positie van het massageapparaat wilt aanpassen/wijzigen.

- Klem of dwing geen deel van uw lichaam, in het bijzonder vingers, tussen de roterende massagekoppen en hun houders in het apparaat.

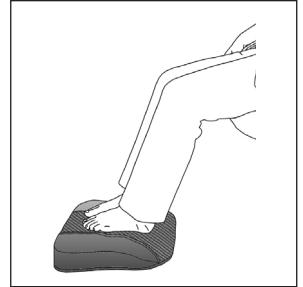
Druk het gedeelte van uw lichaam dat u wilt masseren aan het begin slechts voorzichtig tegen het massageapparaat. Let er vooral bij het liggen op, dat u het betreffende gedeelte van uw lichaams lichtjes optilt. Controleer dan voorzichtig, of de massagepositie aangenaam is en laat het gewicht dan geleidelijk richting massageapparaat zakken.



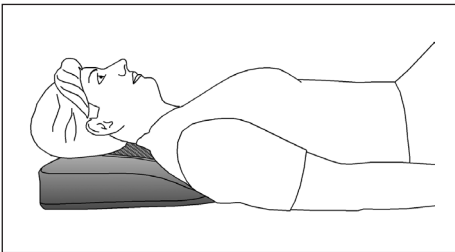
Rugmassage: bovenste gedeelte van de rug



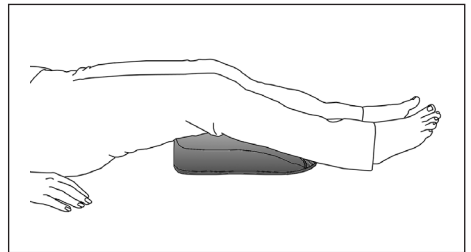
Rugmassage: onderste gedeelte van de rug (lendewervels)



Voetmassage



Nekmassage



Beenmassage

## 7. Bewaring en onderhoud

### Reiniging



#### WAARSCHUWINGA

- Trek voor elke reiniging de stekker van het apparaat uit het stopcontact.
- Reinig het apparaat slechts op de aangegeven manier. Er mag in geen geval vloeistof het apparaat of de accessoires binnendringen.
- Gebruik het apparaat pas weer als het helemaal droog is.

Wis het losgekoppelde en afgekoelde apparaat met een slechts licht vochtige doek af. U kunt hiervoor een licht schoonmaakmiddel gebruiken. De afneembare hoes kan in de machine op 40 °C worden gewassen. Let op de symbolen voor onderhoud en reiniging op het ingenaaide etiketje van de hoes.

### Bewaren

- Berg het massageapparaat uit de buurt van kinderen op in een droge, koele plaats. Wij adviseren het in de originele verpakking op te bergen.
- Vermijd contact met spitse of scherpe voorwerpen, die het apparaat of de hoes kunnen beschadigen.

## 8. Wat te doen bij problemen?

Probleem	Oorzaak	Oplossing
Massagekoppen draaien steeds langzamer.	Massagekoppen worden te sterk belast.	Massagekoppen vrijmaken.
Massagekoppen bewegen niet.	Apparaat niet op het elektriciteitsnet aangesloten.	Stekker erin steken en het apparaat aanzetten.
	Schakelaar staat op schakelpositie 0.	Apparaat aanzetten (schakelpositie I of II).
	Oververhittingsbeveiliging is in werking gesteld.	Apparaat loskoppelen van het stroomnet, ten minste 15 minuten wachten, eventueel geblokkeerde massagekoppen vrijleggen, opnieuw de stekker erin stekken en aanzetten.

## 9. Informatie over de Shiatsu- massage

Shiatsu is een ongeveer 100 jaar geleden in Japan ontwikkelde vorm van lichaamsmassage en is gebaseerd op de voorstellingen van de traditionele Chinese geneeskunde. De basis is het systeem van de energiestromen (Meridiaansysteem) in het menselijk lichaam.

Het doel van een Shiatsu-massage is het fysieke, emotionele en geestelijke welbevinden van de behandelde persoon te verhogen. Daarvoor dienen energetische blokkades en opstuwingen in de energiestroombanen te worden opgeheven en de zelfregulerende krachten van het lichaam te worden gestimuleerd.

De Shiatsu-therapeut bereikt dit, door met vloeiende bewegingen druk langs de energiestromen (Meridianen) uit te oefenen. Hoewel Shiatsu letterlijk vertaal „vingerdruk“ betekent, wordt behalve met de vingers ook met de handpalmen, ellebogen en knieën behandeld. De therapeut gebruikt hierbij zijn volle lichaamsgewicht om de noodzakelijke druk te kunnen produceren. In uw Shiatsu-massageapparaat bevinden zich roterende massagekoppen, die de druk- en kneedbewegingen van een Shiatsu-massage navolgen.

## Componentes fornecidos

- Almofada massageadora “shiatsu”
- Fronha removível
- Adaptador de rede
- Este manual de instruções

## Legenda

Serão utilizados os seguintes símbolos neste manual de instruções, bem como na placa de características:



**ADVERTÊNCIA** Alerta para situações que implicam riscos de ferimento ou riscos para a sua saúde.



**ATENÇÃO** Aviso de segurança que informa sobre possíveis danos no aparelho e/ou nos acessórios



**Nota** Indicação de informações importantes



O aparelho está protegido por um isolamento duplo e, por isso, corresponde à classe de protecção 2.

## 1. O seu aparelho

### Funções do aparelho

Com este massageador eléctrico “shiatsu” pode fazer a si próprio ou a outra pessoa, de forma eficiente e sem de outra pessoa, uma massagem reconfortante. As massagens podem ter um efeito relaxante ou vitalizante e são frequentemente usadas para tratar tensões musculares, dores ou fadiga. O aparelho de forma cónica universal permite uma massagem profunda, intensa e forte da nuca, costas, pernas e braços. Quando colocado no chão, pode ainda ser usado para uma massagem vitalizante dos pés.

Graças ao tamanho prático e ao peso reduzido, o aparelho permite um transporte fácil e pode ser arrumado rapidamente, quando não está a ser usado.

O aparelho destina-se apenas ao **uso pessoal** e não ao uso médico ou comercial.

O massageador “shiatsu” oferece-lhe ainda as seguintes vantagens:

- podem seleccionar-se dois sentidos de massagem diferentes
- utilização fácil
- fronha removível e lavável
- adaptador de rede amovível

## 2. Destino previsto

Este aparelho destina-se à massagem de partes individuais do corpo humano (ver o capítulo 6). Ele não pode substituir um tratamento médico. Não utilize o massageador, se um ou vários avisos de alerta forem aplicáveis ao seu caso. Se não tiver a certeza se o massageador é adequado para si, pergunte ao seu médico.



## **ADVERTÊNCIA**

Não utilize o massageador

- em crianças com menos de 15 anos
- em animais
- no caso de prolapso dos discos intervertebrais ou alterações patológicas das vértebras
- de modo algum para massagens da região do coração quando usar “pacemaker”, devendo também perguntar primeiro ao seu médico se pretender usar o aparelho noutras regiões do corpo
- em partes do corpo ou zonas da pele que apresentem inchaços, queimaduras, inflamações ou feridas
- em caso de dilacerações, capilares, varizes, acne, rosácea, herpes ou outras doenças da pele
- durante a gravidez
- na cara (olhos), na região da laringe ou noutras partes particularmente sensíveis do corpo
- enquanto dorme
- após a ingestão de medicamentos ou álcool (percepção sensorial reduzida!)
- no carro

Este aparelho não se destina a ser usado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades psíquicas, sensoriais ou mentais limitadas ou que não disponham da experiência e/ou conhecimentos necessários à sua utilização, a não ser que sejam vigiladas por uma pessoa responsável pela sua segurança ou que tenham recebido instruções dessa pessoa sobre a utilização correcta do aparelho.

As crianças devem ser vigiladas, por forma a evitar que brinquem com o aparelho.

Antes de utilizar o aparelho, consulte o seu médico

- quando sofre de uma doença grave ou quando foi recentemente operado
- em caso de constipações febris, varizes, tromboses, inflamações de varizes, icterícia, diabetes, doenças neurológicas (por ex. ciática) ou inflamações agudas

O aparelho só está previsto para a finalidade descrita nestas instruções de utilização. O fabricante não se responsabiliza por danos decorrentes de uma utilização incorrecta ou imprudente.

## **3. Instruções de segurança**

Leia estas instruções de utilização com atenção! A não observância das instruções seguintes pode originar lesões em pessoas ou danos materiais. Guarde este manual de instruções e faculte-o também a outros utilizadores. Entregue este manual quando passar o aparelho a outras pessoas.



### **ADVERTÊNCIA**

Guarde os materiais de embalagem fora do alcance das crianças. Existe perigo de sufocação.



### **ADVERTÊNCIA: Choque eléctrico**

Como acontece com todos os aparelhos eléctricos, também este aparelho de massagem deve ser empregue com cuidado e prudência, por forma a evitar perigos por choques eléctricos.

Por isso, tenha em atenção o seguinte:

- Opere o aparelho apenas com o adaptador de rede fornecido juntamente e apenas com a tensão de rede indicada no adaptador de rede.
- Nunca utilize o aparelho ou os acessórios, quando estes apresentam danos visíveis.
- Não utilize o aparelho em ambientes em que se utilizam pulverizadores (aerossóis) ou em que se administra oxigénio.
- Não utilize o aparelho durante uma trovoadas.

No caso de defeitos ou falhas de funcionamento, desligue imediatamente o aparelho e isole-o da rede de electricidade. Não puxe pelo fio eléctrico nem pelo aparelho para tirar o adaptador de rede da tomada. Nunca segure nem transporte o aparelho pendurado no fio eléctrico. Mantenha uma distância suficiente entre os fios eléctricos e as superfícies quentes.

Assegure que o massageador, o adaptador de rede e o fio eléctrico não podem entrar em contacto com água ou outros líquidos. Por isso, tenha em atenção o seguinte:

- Utilize o aparelho apenas em edifícios secos.
- Utilize o aparelho apenas com as mãos secas.
- Nunca utilize o aparelho na banheira, no chuveiro ou com o lavatório cheio.
- Nunca utilize o aparelho na piscina, em “whirlpools” ou na sauna.
- Nunca utilize o aparelho ao ar livre.

Não pegue no aparelho quando este tiver caído na água. Puxe imediatamente a ficha da tomada.

## Reparação



### ADVERTÊNCIA

- As reparações nos aparelhos eléctricos só podem ser feitas por técnicos especializados. No caso de reparações incorrectas, podem ocorrer riscos consideráveis para os utilizadores. No caso de necessitar reparações, contacte o serviço de assistência técnica ou um revendedor autorizado.
- É proibido abrir o fecho de correr do massageador “shiatsu”. Este só é utilizado por razões ligadas à produção do aparelho.



### ADVERTÊNCIA: Perigo de incêndio

No caso de uso impróprio ou uso não conforme as instruções de utilização presentes, existe, em determinadas condições, perigo de incêndio!

Por isso, não nunca utilize o massageador

- por mais de 15 minutos (perigo de sobreaquecimento) e deixe o aparelho arrefecer, pelo menos, 15 minutos antes de voltar a utilizá-lo.
- sem vigilância, sobretudo na presença de crianças.
- tapado, por exemplo, com cobertor, almofada, ...
- nas proximidades de gasolina ou de outras substâncias facilmente inflamáveis.

## Manuseamento



### ATENÇÃO

Depois de cada utilização e antes de cada limpeza, deve desligar o aparelho e tirar o adaptador de rede da tomada.

- Não meta quaisquer objectos nos orifícios do aparelho e nada nas peças rotativas. Preste atenção para que as peças móveis possam mover-se sempre livremente.
- Preste atenção para que os cabelos não fiquem presos no aparelho. Caso necessário, use uma rede para cabelo.
- Evite o contacto com objectos pontiagudos ou cortantes.
- Não dobre o aparelho nem o fio eléctrico.
- Não se sente com todo o peso em cima do aparelho nem coloque quaisquer objectos em cima dele.
- Não coloque o aparelho em cima de superfícies sensíveis, por forma a evitar danos através do fecho de correr.
- Proteja o aparelho de fontes de calor demasiado próximas, tal como, fogões, radiadores ou luz solar directa.

## Eliminação



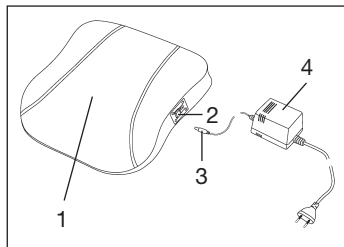
### ATENÇÃO

Siga as disposições locais relativas à eliminação dos materiais. Elimine o aparelho de acordo com o Regulamento do Conselho Europeu relativo a resíduos de equipamentos eléctricos e electrónicos 2002/96/CE (REEE). No caso de perguntas, queira dirigir-se à autoridade municipal competente em matéria de eliminação de resíduos.



## 4. Descrição do aparelho

### Almofada massageadora “shiatsu” (lado frontal)



- 1: Quatro cabeças de massagem, de rotação em pares
- 2: Comutador, 3 níveis
  - Nível I: Activar a massagem para cima
  - Nível 0: Desligar o aparelho
  - Nível II: Activar a massagem para baixo
- 3: Ficha de ligação amovível, inserida na tomada
- 4: Adaptador de rede

## 5. Colocação em funcionamento

- Remova primeiramente todos os dispositivos montados no aparelho para acondicionamento e transporte.
- Verifique o aparelho, o adaptador de rede e o fio eléctrico quanto à presença de possíveis danos.
- Aplique a fronha no aparelho, caso ainda não esteja aplicada.
- Meta a ficha de ligação na tomada do massageador. O comutador tem de estar no nível 0. Se não for o caso, meta-o no nível 0.



### ADVERTÊNCIA

- Não utilizar o aparelho quando este ou os acessórios apresentam danos visíveis.
  - Operar o aparelho apenas com o adaptador de rede fornecido juntamente e apenas com a tensão de rede indicada no adaptador de rede.
  - Assentar o fio eléctrico de forma a evitar tropeçar nele.
- Ligue o aparelho à rede de electricidade metendo a ficha do adaptador de rede numa tomada.

## 6. Utilização

Ligue o massageador com o interruptor situado ao lado. Colocando o comutador nas posições “I” ou “II”, pode determinar ao mesmo tempo o sentido da massagem:

- Posição I: as cabeças de massagem movem-se uma contra a outra, num sentido ascendente.
- Posição II: as cabeças de massagem movem-se uma contra a outra, num sentido descendente.

Selecione a posição central do comutador (nível 0) para desligar o aparelho.



### Nota

- Use roupa ligeira durante uma massagem.
- Para uma massagem mais suave, pode meter uma toalha dobrada entre o massageador e o corpo.
- Utilize o massageador, no máximo, durante 15 minutos. Se a massagem durar mais tempo, a estimulação excessiva dos músculos pode causar tensões musculares em vez de relaxar os músculos.

- Não utilize o aparelho pouco antes de ir para a cama. A massagem também pode dar um efeito vitalizante e dificultar o adormecer.



## ADVERTÊNCIA

A massagem tem de transmitir uma sensação agradável e relaxante durante todo o tempo. Interrompa a massagem ou altere a posição do massageador, quando sentir que a massagem dói ou é desagradável.

- Por forma a evitar que as partes do corpo fique entaladas, NÃO se encoste nas cabeças de massagem quando adapta ou altera a sua posição ou a posição do aparelho.
- Não entale nem pressione à força qualquer parte do corpo, sobretudo os dedos, entre as cabeças de massagem em rotação e os seus suportes incorporados no aparelho.

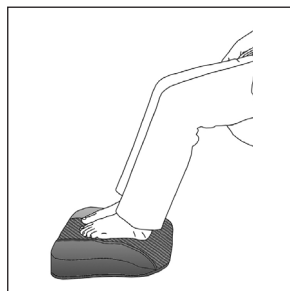
Meta a parte do corpo que pretende massagear no aparelho exercendo apenas no início uma pressão cuidadosa. Sobretudo em posição deitada, preste atenção para levantar ligeiramente essa parte do corpo. Verifique depois com cuidado se a posição de massagem é agradável para si e desloque depois o peso pouco a pouco na direcção do aparelho.



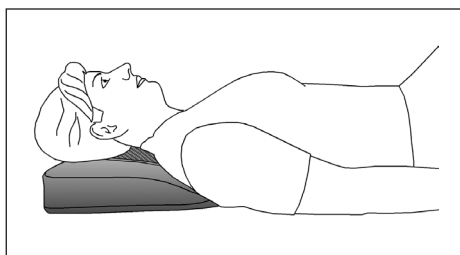
Massagem das costas:  
parte superior



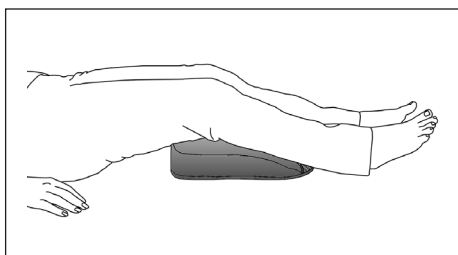
Massagem das costas: parte  
inferior (região lombar)



Massagem dos pés



Massagem da nuca



Massagem das pernas

## 7. Conservação e armazenamento

### Limpeza



## ADVERTÊNCIA

- Tire a ficha da tomada antes de limpar o aparelho.
- Limpe o aparelho apenas conforme descrito nestas instruções. Não deve entrar qualquer líquido no interior do aparelho ou dos acessórios.
- Só volte a usar o equipamento quando este estiver completamente seco.

Isole o aparelho da rede e deixe-o arrefecer, antes de o limpar com um pano ligeiramente húmido. Para tal, pode usar um detergente suave. A fronha pode ser lavada na máquina a uma tempe-

ratura de 40 °C. Preste atenção aos símbolos de conservação e limpeza marcados na etiqueta da fronha.

### **Armazenamento**

- Guarde o aparelho num lugar seco e fresco, protegido das crianças. Recomendamos guardar o aparelho na embalagem original.
- Evite o contacto com objectos pontiagudos ou cortantes, visto que podem danificar a fronha.

## **8. O que fazer no caso de problemas?**

Problema	Causa	Solução
As cabeças de massagem movem-se apenas lentamente.	As cabeças de massagem foram esforçadas demasiadamente forte.	Desbloquear as cabeças de massagem.
As cabeças de massagem não se movem.	O aparelho não está ligado à rede.	Meter a ficha na tomada e ligar o aparelho.
	O comutador está na posição 0.	Ligar o aparelho (pôr o comutador na posição I ou II).
	Foi gerado um sobreaquecimento.	Desligar o aparelho da rede, aguardar pelo menos 15 minutos, desbloquear as cabeças de massagem (caso estejam bloqueadas), voltar a meter a ficha na tomada e ligar o aparelho.

## **9. Sobre a massagem shiatsu**

A massagem “shiatsu” é uma forma de massagem do corpo que foi desenvolvida há mais de 100 anos no Japão e que tem as suas raízes nas ideias da teoria da medicina chinesa. O seu princípio básico consiste no sistema de fluxo de energia através das linhas meridianas do corpo humano.

O objectivo da massagem “shiatsu” é promover o bem-estar psíquico, emocional e mental da pessoa tratada. Para tal, é necessário libertar os bloqueios e corrigir as disfunções no fluxo da energia e estimular as forças auto-reguladoras do organismo.

O terapeuta de “shiatsu” consegue-o exercendo pressão ao longo das linhas meridianas através de movimentos fluentes. Embora o termo “shiatsu” signifique literalmente “pressão de dedos”, a massagem é feita não apenas com os dedos, como também com a palma da mão, os cotovelos e os joelhos. Durante a massagem, o terapeuta usa todo o peso do seu corpo, por forma a gerar a pressão necessária. No seu massageador “shiatsu” estão integradas cabeças rotativas de massagem que imitam os movimentos massageadores de uma massagem “shiatsu”.

## Προμηθευόμενος εξοπλισμός

- Μαξιλάρι μασάζ σιάτσου
- Αφαιρούμενη θήκη
- Φις - τροφοδοτικό
- Αυτές οι οδηγίες χρήσης

## Εξήγηση συμβόλων

Τα ακόλουθα σύμβολα χρησιμοποιούνται στις οδηγίες χρήσης και επάνω στην πινακίδα τεχνικών χαρακτηριστικών:



### ΠΡοΕΙΔοΠοΙηΣΗ

Υπόδειξη προειδοποίησης για κινδύνους τραυματισμού ή κινδύνους για την υγεία σας.



### ΠΡοΣοχΗ

Υπόδειξη ασφαλείας για πιθανές ζημιές στη συσκευή/στα πρόσθετα εξαρτήματα



### Υπόδειξη

Υπόδειξη για σημαντικές πληροφορίες



Η συσκευή διαθέτει διπλή προστατευτική μόνωση και αντιστοιχεί λοιπόν στην κατηγορία προστασίας 2.

## 1. Πληροφορίες

### Λειτουργίες της συσκευής

Με αυτήν την ηλεκτρική συσκευή μασάζ σιάτσου μπορείτε πολύ αποτελεσματικά και χωρίς τη βοήθεια τρίτων να κάνετε στον εαυτό σας ή σε άλλα άτομα ένα ευεργετικό μασάζ. Τα μασάζ μπορούν να έχουν χαλαρωτική ή διεγερτική επίδραση και χρησιμοποιούνται ευρέως για την αντιμετώπιση πιασμένων μυών, πόνων και κόπωσης. Η συσκευή με το γενικής χρήσης σφηνοειδές σχήμα προσφέρει ένα δυνατό, εντατικό μασάζ βάθους για αυχένα, πλάτη, πόδια, χέρια. Τοποθετημένη επάνω στο δάπεδο μπορεί η συσκευή εκτός αυτού να χρησιμοποιηθεί για ένα αναζωογονητικό μασάζ στις πατούσες.

Λόγω του εύχρηστου μεγέθους και του χαμηλού βάρους η συσκευή μπορεί να μεταφερθεί εύκολα και να αποθηκευτεί γρήγορα όταν δεν χρησιμοποιείται.

Η συσκευή έχει κατασκευαστεί μόνο **για ιδιωτική χρήση** και δεν προβλέπεται η ιατρική χρήση ή επαγγελματική της εκμετάλλευση.

Η συσκευή μασάζ σιάτσου σας προσφέρει πρόσθετα τα ακόλουθα πλεονεκτήματα:

- δύο επιλέξιμες κατευθύνσεις μασάζ
- απλός χειρισμός
- αφαιρούμενη θήκη που μπορεί να πλυθεί
- αφαιρούμενο φις - τροφοδοτικό

## 2. Κανονική χρήση Σύμφωνα με τον Προορισμό

Η συσκευή αυτή προορίζεται για μασάζ σε μεμονωμένα τμήματα του ανθρώπινου σώματος (βλέπε κεφάλαιο 6). Αυτή δεν μπορεί να αντικαταστήσει την ιατρική θεραπεία. Μην χρησιμοποιείτε τη συσκευή μασάζ εάν ισχύει για σας μια ή περισσότερες από τις ακόλουθες υποδείξεις προειδοποίησης. Εάν δεν είστε βέβαιοι, για το αν η συσκευή μασάζ είναι κατάλληλη για σας, ρωτήστε το γιατρό σας.



### **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ**

Μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή μασάζ

- σε παιδιά κάτω των 15 ετών
- σε ζώα
- σε δισκοπάθεια ή σε παθολογική μεταβολές των σπονδύλων
- σε καμιά περίπτωση για μασάζ στην περιοχή της καρδιάς, όταν είστε φορέας βηματοδότη καρδιάς και για τις άλλες περιοχές του σώματος ρωτάτε πρώτα το γιατρό σας
- σε τμήματα του δέρματος ή του σώματος με πρήξιμο, έγκυμο, φλεγμονή ή τραυματισμό
- σε ανοιχτές πληγές, αστεροειδείς προεκτάσεις οζώδους σκίασης, κισσούς, ακμή, ευρυαγγείες, έρπητα ή άλλες δερματικές παθήσεις
- κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης
- στο πρόσωπο (μάτια), επάνω στο λάρυγγα ή σε άλλα ιδιαίτερα ευαίσθητα τμήματα του σώματος
- ποτέ κατά τη διάρκεια που κοιμάστε
- μετά τη λήψη φαρμάκων ή αλκοόλ (περιορισμένη αισθητική αντίληψη!)
- στο αυτοκίνητο

Η συσκευή αυτή δεν προορίζεται να χρησιμοποιηθεί, από άτομα (συμπεριλαμβανομένων παιδιών) με περιορισμένες σωματικές, αισθητήριες ή διανοητικές ικανότητες ή όταν αυτά δεν διαθέτουν την εμπειρία ή τη γνώση, εκτός εάν αυτά επιβλέπονται από ένα αρμόδιο για την ασφάλεια τους άτομο ή έχουν λάβει από αυτό τις οδηγίες για το πώς θα χρησιμοποιήσουν τη συσκευή.

Στα παιδιά οφείλει να υπάρχει επίβλεψη, ώστε αυτά να μην παίζουν με τη συσκευή.

Πριν από τη χρήση της συσκευής μασάζ ρωτήστε το γιατρό σας

- εάν ασθενείτε από μια βαριά ασθένεια ή έχετε προηγουμένως εγχειριστεί
- σε κρύωμα με πυρετό, κισσούς, θρομβώσεις, φλεγμονές στις φλέβες, ίκτερο, διαβήτη, ασθένειες νεύρων (π. χ. ισχιαλγία) ή οξείες φλεγμονές

Η συσκευή προορίζεται μόνο για το σκοπό που περιγράφεται σε αυτές τις οδηγίες χρήσης. ο κατασκευαστής δεν ευθύνεται για ζημιές, οι οποίες δημιουργούνται από ακατάλληλη ή απερίσκεπτη χρήση.

## **3. Υποδείξεις Ασφαλείας**

Διαβάστε με προσοχή αυτές τις οδηγίες χρήσης! Η μη τήρηση των ακόλουθων υποδείξεων μπορεί να προκαλέσει σωματικές βλάβες ή υλικές ζημιές. Φυλάσσετε τις οδηγίες χρήσης και τις διαθέτετε επίσης και σ' άλλους χρήστες της συσκευής. Παραδίδετε αυτές τις οδηγίες σε τρίτους σε περίπτωση που δώσετε τη συσκευή.



### **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ**

Κρατείστε τα παιδιά μακριά από τα υλικά συσκευασίας. Υπάρχει κίνδυνος ασφυξίας.



### **ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Ηλεκτροπληξία**

όπως κάθε ηλεκτρική συσκευή επίσης και η συσκευή αυτή μασάζ πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή και σύνεση, για την αποφυγή κινδύνων από ηλεκτροπληξία.

Για το λόγο αυτό

- χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνο με το προμηθευόμενο φις – τροφοδοτικό και μόνο με την ηλεκτρική τάση, η οποία αναφέρεται επάνω στο τροφοδοτικό
- δεν χρησιμοποιείτε ποτέ τη συσκευή, εάν αυτή ή τα πρόσθετα εξαρτήματα εμφανίζουν ορατή βλάβη.
- δεν χρησιμοποιείτε τη συσκευή σε χώρους, στους οποίους χρησιμοποιούνται σπρέι (αεροζόλ) ή χορηγείται οξυγόνο.
- δεν χρησιμοποιείτε τη συσκευή κατά τη διάρκεια μιας καταιγίδας

Απενεργοποιείτε αμέσως τη συσκευή σε περίπτωση βλάβης ή προβλημάτων λειτουργίας και την αποσυνδέετε από το ηλεκτρικό δίκτυο. Μην τραβάτε από το ηλεκτρικό καλώδιο ή από τη συσκευή για να αποσυνδέσετε το φις - τροφοδοτικό από την πρίζα. Μην κρατάτε και μην μεταφέρετε τη συσκευή κρατώντας από το ηλεκτρικό καλώδιο. Κρατάτε απόσταση μεταξύ των καλωδίων και θερμών επιφανειών.

Εξασφαλίσετε, ώστε η συσκευή μασάζ, το φις - τροφοδοτικό και το καλώδιο να μην έρχονται σ' επαφή με νερό ή άλλα υγρά. Για το λόγο αυτό τη συσκευή

- τη χρησιμοποιείτε μόνο σε στεγνούς εσωτερικούς χώρους
- τη χρησιμοποιείτε μόνο με στεγνά χέρια
- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ στη λεκάνη του μπάνιου, στο ντους ή στο γεμάτο νιπτήρα
- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ σε πισίνες, σε μπανιέρες υδρομασάζ ή στη σάουνα
- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ σ' εξωτερικούς χώρους

Σε καμιά περίπτωση δεν πιάνετε μια συσκευή, η οποία έπεσε στο νερό. Αφαιρείτε αμέσως το φις από την πρίζα.

## Επισκευές



### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

- Επισκευές σε ηλεκτρικές συσκευές επιτρέπεται να εκτελούνται μόνο από ειδικό τεχνικό προσωπικό. Από ακατάλληλες επισκευές μπορούν να προκύψουν σοβαροί κίνδυνοι για το χρήστη. Για επισκευές απευθύνεστε στο τμήμα τεχνικής υποστήριξης πελατών ή στα εξουσιοδοτημένα εμπορικά καταστήματα.
- Το φερμουάρ της συσκευής μασάζ σιάτσου δεν επιτρέπεται να ανοιχτεί. Αυτό χρησιμοποιείται μόνο για τεχνικούς λόγους στην παραγωγή.



### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Κίνδυνος πυρκαγιάς

Σε περίπτωση ακατάλληλης χρήσης ή χρήσης αντίθετα με τις παρούσες οδηγίες χρήσης υπάρχει κίνδυνος πυρκαγιάς!

Για το λόγο αυτό τη συσκευή μασάζ

- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ περισσότερο από 15 λεπτά (κίνδυνος υπερθέρμανσης) και την αφήνετε να κρυώσει πριν από μια νέα χρήση τουλάχιστον 15 λεπτά.
- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ χωρίς επίβλεψη, ιδιαίτερα όταν είναι κοντά παιδιά.
- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ κάτω από ένα σκέπασμα, όπως π. χ. κουβέρτα, μαξιλάρι, ...
- δεν τη χρησιμοποιείτε ποτέ κοντά σε βενζίνη ή άλλες εύφλεκτες ύλες.

## Χειρισμός



### ΠΡΟΣΟΧΗ

Μετά από κάθε χρήση και πριν από κάθε καθαρισμό πρέπει η συσκευή να απενεργοποιηθεί και να αφαιρεθεί το φις - τροφοδοτικό από την πρίζα.

- Μην τοποθετείτε αντικείμενα στα ανοίγματα της συσκευής και μην τοποθετείτε τίποτα στα περιστρεφόμενα εξαρτήματα. Προσέχετε, ώστε τα κινητά εξαρτήματα να μπορούν να κινούνται πάντα ελεύθερα.
- Προσέχετε, ώστε τα μαλλιά να μην μπλέκονται στη συσκευή. Φοράτε κατά περίπτωση ένα δίχτυ μαλλιών.
- Αποφεύγετε την επαφή με μυτερά ή αιχμηρά αντικείμενα.
- Δεν τσακίζετε τη συσκευή και το καλώδιο.
- Δεν κάθεστε ή στέκεστε με ολόκληρο το βάρος σας επάνω στη συσκευή και δεν τοποθετείτε αντικείμενα επάνω στη συσκευή.
- Δεν τοποθετείτε τη συσκευή επάνω σε ευαίσθητες επιφάνειες για να αποτρέψετε ζημιές από το φερμουάρ.
- Προστατεύετε τη συσκευή από πολύ κοντινές πηγές θερμότητας, όπως θερμάστρες, θερμαντικά σώματα ή άμεση ηλιακή ακτινοβολία.

## Απορριμματική διαχείριση



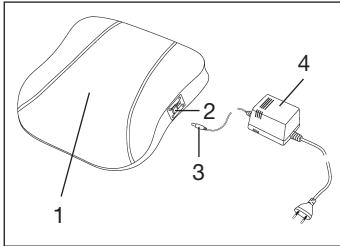
### ΠΡΟΣΟΧΗ

Για την απορριμματική διαχείριση των υλικών τηρείτε τις τοπικές διατάξεις. Εκτελείτε την απορριμματική διαχείριση της συσκευής σύμφωνα με τη διάταξη για παλιές ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές 2002/96/EC-WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Σε περίπτωση που έχετε ερωτήσεις όσον αφορά την απορριμματική διαχείριση έρχεστε σε επαφή με την αρμόδια δημοτική υπηρεσία.



## 4. Περιγραφή της συσκευής

### Μαξιλάρι μασάζ σιάτσου (μπροστινή πλευρά)



- 1: Τέσσερις κεφαλές μασάζ, περιστρέφονται κατά ζεύγος
- 2: Διακόπτης, 3-βαθμίδων
  - βαθμίδα I: Ενεργοποιείτε μασάζ προς τα επάνω
  - βαθμίδα 0: Απενεργοποιείτε συσκευή μασάζ
  - βαθμίδα II: Ενεργοποιείτε μασάζ προς τα κάτω
- 3: αφαιρούμενο βύσμα σύνδεσης στην υποδοχή
- 4: Φις - τροφοδοτικό

## 5. Έναρξη λειτουργίας

- Απομακρύνετε όλες τις ασφάλειες συσκευασίας και μεταφοράς.
- Ελέγχετε τη συσκευή, το φις - τροφοδοτικό και το καλώδιο για ζημιές.
- Φοράτε στη συσκευή την προστατευτική θήκη, σε περίπτωση που η θήκη δεν είναι ήδη τοποθετημένη.
- Τοποθετείτε το βύσμα σύνδεσης στην υποδοχή στη συσκευή μασάζ, ο διακόπτης πρέπει να είναι στη θέση 0. Εάν όχι, τον τοποθετείτε στη βαθμίδα 0.



### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

- Δεν χρησιμοποιείτε τη συσκευή, εάν η συσκευή ή τα πρόσθετα εξαρτήματα εμφανίζουν ορατή βλάβη.
  - χρησιμοποιείτε τη συσκευή μόνο με το προμηθευόμενο φις - τροφοδοτικό και μόνο με την ηλεκτρική τάση, η οποία αναφέρεται επάνω στο τροφοδοτικό.
  - Τοποθετείτε το καλώδιο χωρίς να κινδυνεύει να σκοντάψει κάποιος.
- Συνδέετε τη συσκευή στο ηλεκτρικό δίκτυο, με το να τοποθετήσετε το φις - τροφοδοτικό στην πρίζα.

## 6. χειρισμός

Ενεργοποιείτε τη συσκευή μασάζ με τον πλευρικό διακόπτη. Με τις θέσεις διακόπτη „I“ ή „II“ προσδιορίζετε ταυτόχρονα την κατεύθυνση του μασάζ:

- Θέση διακόπτη I: οι κεφαλές μασάζ περιστρέφονται σε μια ανοδική κίνηση η μια αντίθετα από την άλλη.
- Θέση διακόπτη II: οι κεφαλές μασάζ περιστρέφονται σε μια καθοδική κίνηση η μια αντίθετα από την άλλη.

Επιλέγετε τη μεσαία θέση διακόπτη (βαθμίδα 0), για να απενεργοποιήσετε τη συσκευή.



### Υπόδειξη

- Κατά τη διάρκεια του μασάζ φοράτε ελαφρύ ρουχισμό.
- Ένα πιο ήπιο μασάζ το επιτυγχάνετε με μια διπλωμένη πετσέτα τοποθετημένη μεταξύ συσκευής μασάζ και σώματος.

- χρησιμοποιείτε τη συσκευή μασάζ το μέγιστο 15 λεπτά. Σε περίπτωση μεγαλύτερης διάρκειας του μασάζ μπορεί από την υπερδιέγερση των μυών να προκληθεί πιάσιμο αντί για χαλάρωση στους μύες.
- Μη χρησιμοποιείτε τη συσκευή μασάζ λίγο πριν πάτε για ύπνο. Το μασάζ μπορεί να έχει επίσης μια διεγερτική δράση και να προκαλέσει αϋπνία.



### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Το μασάζ πρέπει καθ' όλη τη διάρκεια να δίνει ευχάριστη και χαλαρωτική αίσθηση. Διακόπτετε αμέσως το μασάζ ή αλλάζετε τη θέση της συσκευής μασάζ, εάν αισθάνεστε επώδυνη ή δυσάρεστη τη δράση του μασάζ.

- Για να αποφύγετε το μπλοκάρισμα, ΜΗΝ ακουμπάτε επάνω στις κεφαλές μασάζ, όταν προσαρμόζετε/αλλάζετε τη θέση του σώματός σας ή τη θέση της συσκευής μασάζ.
- Μην μαγκώνετε και μη σφίγγετε κανένα τμήμα του σώματός σας, ιδιαίτερα τα δάκτυλα, μεταξύ των περιστρεφόμενων κεφαλών μασάζ και των υποδοχών τους στη συσκευή.

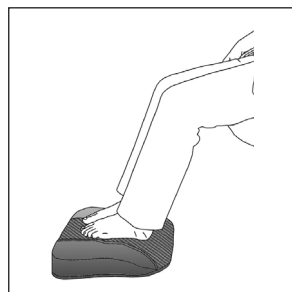
Πιέζετε τη περιοχή του σώματος, την οποία θέλετε να κάνετε μασάζ, στην αρχή μόνο με προσοχή επάνω στη συσκευή μασάζ. Προσέχετε ιδιαίτερα όταν είστε ξαπλωμένοι, να ανυψώνετε ελαφρώς την αντίστοιχη περιοχή του σώματος. Ελέγχετε στη συνέχεια με προσοχή, εάν η θέση του μασάζ είναι ευχάριστη για σας και μετατοπίζετε το βάρος σταδιακά στην κατεύθυνση της συσκευής του μασάζ.



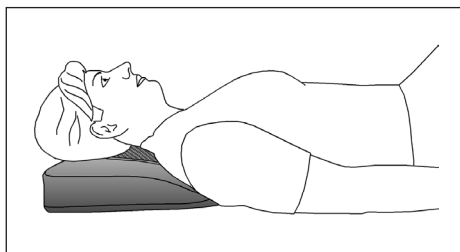
Μασάζ πλάτης: επάνω περιοχή πλάτης



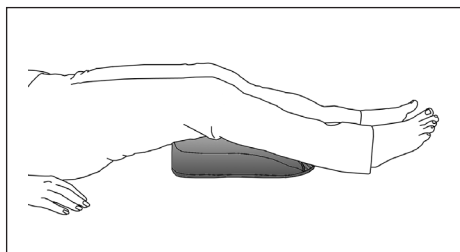
Μασάζ πλάτης: κάτω περιοχή πλάτης (οσφυϊκή χώρα)



Μασάζ πατουσών



Μασάζ αυχένα



Μασάζ ποδιών

## 7. Φροντίδα και Φύλαξη

### Καθαρισμός



### ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

- Αποσυνδέετε τη συσκευή από την ηλεκτρική τροφοδοσία πριν από κάθε καθαρισμό.
- Καθαρίζετε τη συσκευή μόνο σύμφωνα με τον αναφερόμενο τρόπο. Σε καμία περίπτωση δεν επιτρέπεται να εισέλθουν υγρά στη συσκευή και στα πρόσθετα εξαρτήματα.
- χρησιμοποιείτε πάλι τη συσκευή, μόνο αφού αυτή έχει προηγουμένως στεγνώσει πλήρως.

Σκουπίζετε τη συσκευή αφού προηγουμένως την έχετε αποσυνδέσει από το ρεύμα και την αφήσατε να κρυώσει, μ' ένα ελαφρώς βρεγμένο πανί. Για το σκοπό αυτό μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα ήπιο απορρυπαντικό. Η αφαιρούμενη θήκη μπορεί να πλυθεί στο πλυντήριο στους 40 °C. Προσέχετε τα σύμβολα για τη φροντίδα και τον καθαρισμό επάνω στη ραμμένη ετικέτα στη θήκη.

## Φύλαξη

- Αποθηκεύετε τη συσκευή μασάζ σ' ένα στεγνό, δροσερό χώρο, όπου τα παιδιά δεν έχουν πρόσβαση. Συνιστούμε να φυλάσσεται στην αυθεντική συσκευασία.
- Αποφεύγετε την επαφή με μυτερά ή κοφτερά αντικείμενα, τα οποία θα μπορούσαν να προκαλέσουν ζημιά στη συσκευή ή τη θήκη.

## 8. Τι Κανουμε σε Προβλήματα;

Πρόβλημα	Αιτία	Αποκατάσταση
Κεφαλές μασάζ περιστρέφονται αργά.	Κεφαλές μασάζ υφίστανται σκληρή καταπόνηση.	Ελευθερώνετε κεφαλές μασάζ.
Κεφαλές μασάζ δεν κινούνται.	Συσκευή δεν είναι συνδεδεμένη στο ηλεκτρικό δίκτυο.	Τοποθετείτε το φιλς στην πρίζα και ενεργοποιείτε τη συσκευή.
	ο διακόπτη βρίσκεται στη θέση διακόπτη 0.	Ενεργοποιείτε τη συσκευή (θέση διακόπτη I ή II)
	Ενεργοποιήθηκε ασφάλεια υπερθέρμανσης.	Αποσυνδέετε τη συσκευή από το ηλεκτρικό δίκτυο, περιμένετε τουλάχιστον 15 λεπτά, ελευθερώνετε πιθανά μπλοκαρισμένες κεφαλές μασάζ, συνδέετε εκ νέου και ενεργοποιείτε.

## 9. Για το Μασάζ Σιατσου

Σιάτσου είναι ένα είδος μασάζ του σώματος, το οποίο αναπτύχθηκε στην Ιαπωνία πριν από περίπου 100 χρόνια και βασίζεται στις ιδέες της παραδοσιακής κινεζικής ιατρικής. Βάση του είναι το σύστημα καναλιών ενέργειας (σύστημα μεσημβρινών) στο ανθρώπινο σώμα.

Στόχος του μασάζ σιατσου είναι η σωματική, συναισθηματική και διανοητική ευεξία του ατόμου στο οποίο εφαρμόζεται. Για το σκοπό αυτό θα πρέπει να αποκατασταθούν ενεργειακά μπλοκαρίσματα και συμφορήσεις στα ενεργειακά κανάλια και να διεγερθούν οι δυνάμεις αυτορύθμισης του σώματος.

ο θεραπευτής σιατσου το επιτυγχάνει αυτό, ασκώντας πίεση κατά μήκος των ενεργειακών καναλιών (μεσημβρινών). Αν και η μετάφραση του σιατσου κατά λέξη σημαίνει "πίεση δακτύλων", χρησιμοποιούνται εκτός από τα δάκτυλα επίσης οι παλάμες, οι αγκώνες και τα γόνατα. ο θεραπευτής χρησιμοποιεί εδώ ολόκληρο το σωματικό του βάρος για να δημιουργήσει την απαιτούμενη πίεση. Στη συσκευή μασάζ σιατσου βρίσκονται περιστρεφόμενες κεφαλές μασάζ, οι οποίες μιμούνται τις κινήσεις πίεσης και μάλαξης του μασάζ σιατσου.

## Leveringsomfang

- Shiatsu massagepude
- Aftageligt betræk
- Lysnetadapter
- Denne brugsanvisning

## Tegnforklaring

Følgende symboler anvendes i brugsanvisningen og på typeskiltet:



**ADVARSEL** Advarsel om fare for tilskadekomst eller for dit helbred.



**BEMÆRK** Sikkerhedshenvisning til mulige skader på apparat/tilbehør



**Bemærkning** Henvisning til vigtige informationer



Apparatet er dobbeltisoleret og overholder dermed beskyttelsesklasse 2.

## 1. Lær apparatet kende

### Apparatets funktion

Med dette elektriske Shiatsu massageapparat kan du virkningsfuldt og uden hjælp give dig selv eller andre personer en velgørende massage. Massage kan virke afspændende eller stimulerende og anvendes gerne for at behandle muskelspændinger, smerter og træthed. Apparatet med den universelle kileform giver en kraftfuld, intensiv dybdemassage for nakke, ryg, ben og arme. Lagt på gulvet kan apparatet desuden bruges til en stimulerende fodmassage.

På grund af den handige størrelse og den ringe vægt kan apparatet let transporteres og kan hurtigt lægges væk, når det ikke bruges.

Apparatet er kun beregnet til **privat brug** og ikke til hverken medicinsk eller kommerciel brug.

Desuden giver Shiatsu massageapparatet følgende fordele:

- to valgbare massageretninger
- nem betjening
- aftageligt og vaskbart betræk
- tilslutning af lysnetadapter

## 2. Formålsbestemt anvendelse

Apparatet er beregnet til massage af enkelte kropsdele på den menneskelige krop (se kapitel 6). Det kan ikke erstatte nogen lægelig behandling. Anvend ikke massageapparatet, hvis én eller flere af følgende advarselshenvisninger gælder for dig. Hvis du ikke er sikker på, om massageapparatet er velegnet til dig, så spørg din læge til råds.



### ADVARSEL

Massageapparatet må anvendes:

- ikke til børn under 15 år
- ikke til dyr
- ikke i tilfælde af diskusprolaps eller ved sygelige forandringer af hvirvelsøjlen
- under ingen omstændigheder ved området omkring hjertet, hvis du har en pacemaker, og spørg også først din læge mht. andre områder på kroppen.
- aldrig på hævede, forbrændte, betændte eller beskadigede hud- og kropspartier
- ikke ved sår, kapillærer, åreknuder, akne, couperose, herpes eller andre hudsygdomme
- ikke under svangerskab
- ikke i ansigtet (øjne), på strubehovedet eller andre særligt ømfindtlige kropsdele

- ikke mens du sover
- ikke efter indtagelse af medicin eller alkohol (reduceret iagttagelsesevne!)
- ikke i bilen.

Dette apparat er ikke beregnet til at blive benyttet af personer (inklusive børn) med indskrænkede fysiske, sensoriske og åndelige evner, eller manglende erfaring og/eller manglende viden, medmindre de er under opsyn af en person, som har ansvaret for deres sikkerhed, eller har fået instruktion fra dig om, hvordan apparatet skal anvendes.

Børn skal være under opsyn, så de ikke leger med apparatet.

Rådfør dig med din læge inden anvendelse af massageapparatet

- hvis du lider af en alvorlig sygdom eller har gennemgået en operation
- ved forkølelse med feber, åreknuder, tromboser, årebetændelse, gulsot, diabetes, nervesygdomme (f.eks. iskias) eller akutte betændelsestilstande.

Apparatet er kun beregnet til det formål, der er beskrevet i denne brugervejledning. Producenten kan ikke gøres ansvarlig for skader, der opstår som følge af u hensigtsmæssig eller letsindig anvendelse.

### 3. Sikkerhedshenvisninger

Læs brugsanvisningen omhyggeligt! Hvis følgende henvisninger ikke iagttages, kan det medføre tilskadekomst af personer eller materielle skader. Opbevar brugsanvisningen omhyggeligt og lad den desuden være tilgængelig for andre brugere. Lad denne brugsanvisning følge med, hvis apparatet videregives til andre.



#### **ADVARSEL**

Hold børn væk fra emballagen. Der er fare for kvælning.



#### **ADVARSEL: Risiko for elektrisk stød**

Som ved alt elektrisk udstyr skal også dette massageapparat anvendes med forsigtighed og omtanke for at undgå fare for elektrisk stød.

Brug derfor apparatet

- kun med den medleverede lysnetadapter og kun med den netspænding, der er angivet på lysnetadapteren
- aldrig, hvis apparatet eller tilbehøret har synlige skader.
- ikke i rum, hvor der anvendes sprays (aerosoler) eller gives ilt
- ikke under tordenvejr.

Sluk straks apparatet i tilfælde af defekter eller driftsforstyrrelser, og træk lysnetstikket ud af stikkontakten. Træk ikke i lysnetledningen eller i apparatet for at trække lysnetadapteren ud af stikkontakten. Hold eller bær aldrig apparatet i lysnetledningen. Hold afstand mellem ledningerne og varme overflader.

Kontrollér, at massageapparatet, lysnetadapteren og ledningen ikke kommer i berøring med vand eller andre væsker. Brug derfor apparatet:

- kun i tørre rum indendørs
- kun med tørre hænder
- aldrig i badekarret, i brusebadet eller ved fyldte håndvaske
- aldrig i svømmebassiner, Whirlpools eller i en sauna
- aldrig i det fri.

Grib aldrig efter et apparat, der er faldet i vandet. Træk straks lysnetstikket ud.

## Reparation



### ADVARSEL

- Reparationer på elektriske apparater må kun udføres af fagligt uddannede personer. Ved ukorrekt reparation kan der opstå alvorlige farer og risici for brugeren. Henvend dig ved reparation til vores kundeservice eller en autoriseret forhandler.
- Lynlåsen på Shiatsu-massageapparatet må ikke åbnes. Den bruges af produktionstekniske grunde.



### ADVARSEL: Brandfare

Ved anvendelse til andre formål og ved anvendelse, der ikke er i overensstemmelse med denne brugsanvisning, kan der under visse forhold opstå brandfare!

Lad derfor aldrig massageapparatet være i drift

- længere end 15 minutter (fare for overophedning) og lad apparatet afkøle i mindst 15 minutter, inden det bruges igen,
- uden opsyn, især hvis der er børn i nærheden,
- under en afdækning, som f.eks. tæppe, pude ...
- i nærheden af benzin eller andre let antændelige stoffer.

## Håndtering



### BEMÆRK

Efter hver brug og før hver rengøring skal apparatet slukkes og lysnetadapteren skal trækkes ud af stikkontakten.

- Der må ikke stikkes genstande i apparatets åbninger eller de roterende dele. lagttag, at bevægelige dele altid kan bevæge sig frit,
- lagttag, at dit hår ikke indfanges af apparatet. Bær i givet fald et hårnet,
- Undgå kontakt med spidse eller skarpe genstande,
- Undgå at bukke apparatet og ledningen,
- Sæt dig ikke og stå ikke på apparatet med din fulde vægt, og undlad at stille genstande på apparatet,
- For at undgå beskadigelser pga. lynlåsen bør apparatet ikke stilles på ømfindtlige overflader,
- Sørg for, at apparatet ikke er placeret for tæt på varmekilder som ovne, varmelegemer eller i direkte sollys.

## Bortskaffelse



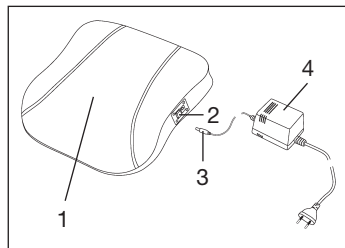
### BEMÆRK

Følg de lokale forskrifter ved bortskaffelse af materialerne. Bortskaf apparatet i henhold til forordningen om brugt elektrisk og elektronisk udstyr 2002/96/EC – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Hvis du er i tvivl, bedes du henvende dig til de relevante kommunale myndigheder.



## 4. Apparatbeskrivelse

### Shiatsu massagepude (forside)



- 1: Fire massagehoveder, parvis roterende
- 2: 3-trins kontakt
  - Trin I: Tænd opad-massage
  - Trin 0: Sluk massageapparatet
  - Trin II: Tænd nedad-massage
- 3: tilslutningsstik i bøsning, som kan trækkes ud
- 4: Lysnetadapter

## 5. Ibrugtagning

- Fjern først alle indpaknings- og transportsikringer.
- Kontrollér apparatet, lysnetadapteren og ledningen for beskadigelser.
- Sæt beskyttelsesbetrækket på apparatet, hvis betrækket ikke allerede er sat på.
- Indsæt tilslutningsstikket i bøsningen på massageapparatet. Kontakten skal så i trin 0. Hvis ikke, skal du skifte den til trin 0.



### ADVARSEL

- Brug ikke apparatet, hvis apparatet eller tilbehøret har synlige skader.
- Brug kun apparatet med den medleverede lysnetadapter og kun med den netspænding, der er angivet på lysnetadapteren.
- Læg kablet, så man ikke kan falde over det.
- Tilslut apparatet til lysnettet ved at indsætte lysnetadapteren i stikkontakten.

## 6. Betjening

Tænd massageapparatet med kontakten på siden. Med kontaktindstillingen "I" eller "II" bestemmer du samtidig massageretningen:

- Kontaktstilling I: massagehovederne drejer sig imod hinanden i en opadbevægelse.
- Kontaktstilling II: massagehovederne drejer sig imod hinanden i en nedadbevægelse.

Vælg den midterste kontaktstilling (trin 0) for at slukke apparatet.



### Bemærkning

- Bær en let beklædning under massagen.
- En blødere massage opnås ved at lægge et sammenfoldet håndklæde mellem massageapparatet og din krop.
- Brug massageapparatet i maks. 15 minutter. Ved længere massagevarighed kan overstimuleringen af musklerne medføre muskelspændinger i stedet for muskelafslapning.
- Brug ikke massageapparatet kort inden du går i seng. Massagen kan også have en stimulerende virkning og forårsage søvnproblemer.



### ADVARSEL

Massagen skal altid føles behagelig og afspændende. Afbryd massagen eller skift position af massageapparatet, hvis du føler at massagen giver smerter eller er ubehagelig.

- For at undgå indklemning må du IKKE læne dig imod massagehovederne, når du vil tilpasse eller ændre positionen af din krop eller massageapparatet.
- Klem eller tving ikke nogen del af kroppen, især fingrene, mellem de roterende massagehoveder og deres holdere i apparatet.

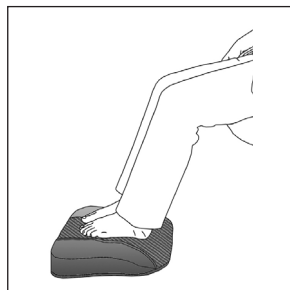
Pres det kropsområde, som du vil massere, forsigtigt imod massageapparatet til at begynde med. Pas frem for alt også på at løfte det pågældende kropsområde en smule, når det ligger på massageapparatet. Prøv derefter forsigtigt om massagepositionen er behagelig, og læg så vægten mere og mere imod massageapparatet.



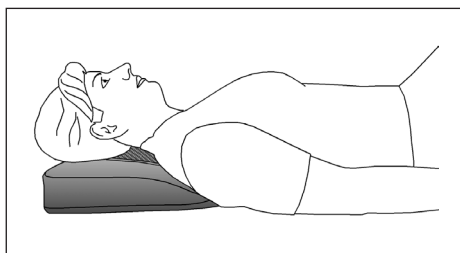
Rygmassage: øverste område af ryggen



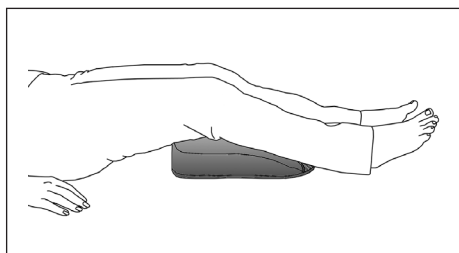
Rygmassage: nederste område af ryggen (lændehvirvel)



Fodmassage



Nakkemassage



Benmassage

## 7. Pleje og opbevaring

### Rengøring



#### ADVARSEL

- Tag apparatets stik ud før hver rengøring.
- Rengør kun apparatet i henhold til den angivne fremgangsmåde. Der må under ingen omstændigheder trænge væske ind i apparatet eller tilbehøret.
- Brug først apparatet igen, når det er fuldkommen tørt.

Rengør apparatet ved at aftørre det med en blot let fugtig klud, efter at stikket er trukket ud og apparatet er kølet at. Du kan også anvende et mildt rengøringsmiddel. Det aftagelige betræk kan vaskes i vaskemaskine ved 40 °C. lagttag symbolerne til pleje og rengøring på den påsyede etiket på betrækket.

### Opbevaring

- Opbevar massageapparatet utilgængeligt for børn på et tørt, køligt sted. Vi anbefaler at apparatet opbevares i den originale emballage.
- Undgå kontakt med spidse eller skarpe genstande, som kan beskadige apparatet eller betrækket.

## 8. Afhjælpning af problemer

Problem	Årsag	Afhjælpning
Massagehovederne roterer for langsomt.	Massagehovederne bliver for kraftigt belastet.	Gør massagehovederne fri.
Massagehovederne bevæger sig ikke.	Apparatet er ikke tilsluttet lysnettet.	Indsæt lysnetstikket og tænd apparatet.
	Kontakten står på stilling 0.	Tænd apparatet (stilling I eller II).
	Overophedningsbeskyttelse udløst.	Træk lysnetstikket ud og vent i mindst 15 minutter, frigør eventuelt blokerede massagehoveder og tilslut og tænd apparatet igen.

## 9. Om Shiatsu-massage

Shiatsu er en form for kropsmassage, der er udviklet i Japan for ca. 100 år siden, og som er baseret på forestillingerne i den traditionelle kinesiske medicin. Grundlaget er systemet med energibaner (meridiansystemet) i den menneskelige krop.

Målet med en Shiatsu-massage er fremme det fysiske, emotionelle og åndelige velbefindende hos den behandlede person. Dertil skal energetiske blokeringer og ophobninger i energibanerne opløses og kroppens selvreguleringskræfter stimuleres.

Shiatsu-terapeuten opnår dette ved at udøve tryk i flydende bevægelser langs med energibanerne (meridianerne). Selvom Shiatsu ordret oversat betyder "fingertryk", behandles der udover med fingrene også med håndfladerne, albuerne og knæene. Terapeuten anvender derved hele sin kropsvægt til at frembringe det nødvendige tryk. Dit Shiatsu-massageapparat indeholder roterende massagehoveder, som efterligner tryk- og massagebevægelserne i en Shiatsu-massage.

## Medföljande delar

- Shiatsu massagekudde
- Avtagbar klädsel
- Stickkontakt
- Denna bruksanvisning

## Teckenförklaring

Följande symboler används i bruksanvisningen och på typskylten:



**VARNING** Varnar för risk för personskada eller fara för hälsan.



**OBS** Varnar för risk för skador på apparaten eller dess tillbehör.



**Observera** Indikerar viktig information.



Apparaten är dubbelt skyddsisolerad och motsvarar alltså skyddsklass 2.

## 1. Lära känna apparaten

### Apparatens funktioner

Med denna elektriska shiatsu massageapparat kan du effektivt och utan hjälp ge dig själv eller andra en välgörande massage. Massage kan verka avslappnande eller uppiggande och används ofta för att behandla muskelspänningar, smärtor och trötthet. Apparaten med sin universella kilform erbjuder en kraftfull, intensiv djupmassage för nacke, rygg, ben och armar. Apparaten kan dessutom läggas på golvet för en stimulerande fotmassage.

Tack vare sin behändiga storlek och låga vikt är apparaten lätt att transportera och stuvas undan när den inte används.

Apparaten är endast avsedd för **personligt bruk**, den har inte konstruerats för medicinsk eller kommersiell användning.

Dessutom erbjuder shiatsu massageapparatens följande fördelar:

- två valbara massageriktningar
- enkel användning
- avtagbar och tvättbar klädsel
- utdragbar stickkontakt

## 2. Korrekt användning

Denna apparat är ämnad för massage av enskilda kroppsdelar på den mänskliga kroppen (se kapitel 6). Den kan inte ersätta läkarbehandling. Använd inte massageapparatens om en eller flera av följande varningsanvisningar stämmer in på dig. Är du osäker på om massageapparatens är lämplig för dig, fråga din läkare om råd.



### VARNING

Använd inte massageapparatens

- till barn under 15 år
- till djur
- vid diskbråck eller patologiska förändringar i ryggkotorna
- till massage av området kring hjärtat om du bär en pacemaker, och fråga din läkare även om andra ställen på kroppen
- på svullna, brända, inflammerade eller skadade hud- eller kroppspartier

- på rivsår, kapillärer, åderbräck, akne, couperose, herpes eller andra hudsjukdomar
- under graviditet
- i ansiktet (ögonen), på struphuvudet eller andra särskilt känsliga kroppsdelar
- medan du sover
- efter intag av mediciner eller alkohol (begränsad varseblivningsförmåga!)
- i bilen.

Denna apparat är inte ämnad för användning av personer (inklusive barn) med begränsad fysisk, sensorisk eller psykisk förmåga eller med avsaknad av erfarenhet och/eller kunskap utan uppsikt av en person som kan garantera deras säkerhet eller ge anvisningar om hur apparaten ska användas.

Barn ska övervakas så att de inte leker med apparaten.

Rådfråga din läkare innan användning av massageapparaten

- om du lider av en svår sjukdom eller har en operation bakom dig
- vid förkylning med feber, åderbräck, trombosor, veninflammationer, gulsot, diabetes, nervsjukdomar (t.ex. ischias) eller akuta inflammationer.

Apparaten är endast avsedd för det ändamål som beskrivs i bruksanvisningen. Tillverkaren kan inte ge någon garanti för skador som uppstår genom felaktig eller lättsinnig användning.

### 3. Säkerhetsanvisningar

Läs bruksanvisningen noggrant! Underlåtande att följa nedanstående säkerhetsanvisningar kan leda till person- eller saksador. Spara bruksanvisningen för framtida bruk och se till att den finns tillgänglig även för andra användare. Låt bruksanvisningen följa med om du överlåter produkten till en ny ägare.



#### **VARNING**

Håll barn borta från förpackningsmaterialet. Det finns risk för kvävning.



#### **VARNING: Risk för elektrisk stöt**

Denna massageapparat ska, som alla andra elektriska apparater, användas försiktigt och med omtanke för att undvika faror genom elektriska stötar.

Använd därför apparaten

- endast med den medlevererade nätdelen och endast med den nätspänning som står noterad på nätdelen
- aldrig, om apparat eller tillbehör uppvisar synliga skador
- inte i utrymmen, där spray (aerosol) eller syrgas används
- inte under åskväder.

Vid defekter eller driftstörningar, stäng genast av apparaten och koppla från den från strömförsörjningen. Dra inte i strömkabeln eller i apparaten för att dra stickproppen ur kontakten. Håll eller bär aldrig apparaten i strömkabeln. Se till att hålla ett avstånd mellan kablarna och varma ytor.

Se till att massageapparaten, kontakten och kabeln inte kommer i kontakt med vatten eller andra vätskor. Använd därför apparaten

- endast i torra rum inomhus
- endast med torra händer
- aldrig i badkaret, i duschen eller vid ett fyllt handfat
- aldrig i simbassäng, bubbelpool eller bastu
- aldrig utomhus.

Försök aldrig ta upp en apparat som fallit i vatten. Dra genast ut nätkontakten.

## Reparationer



### **VARNING**

- Reparationer på elektriska apparater får endast utföras av fackman. Icke fackmässigt utförda reparationer kan medföra avsevärda risker för användaren. Om apparaten behöver repareras ska du vända dig till vår kundtjänst eller en auktoriserad återförsäljare.
- Blixtlåset på shiatsu massageapparaten får inte öppnas. Det används bara av produktionstekniska orsaker.



### **VARNING: Brandfara**

Om apparaten inte används på rätt sätt eller i strid med bruksanvisningen finns risk för brand under vissa omständigheter!

Använd därför massageapparaten

- aldrig längre än 15 minuter (risk för överhettning) och låt apparaten svalna i minst 15 minuter innan den används på nytt,
- aldrig utan uppsikt, särskilt om det finns barn i närheten,
- aldrig övertäckt, t.ex. med ett täcke, en kudde osv,
- aldrig i närheten av bensin eller andra lättantändliga ämnen.

## Skötsel



### **OBS**

Efter varje användning och före varje rengöring ska apparaten stängas av och kontakten dras ur.

- Stoppa inga föremål i apparatens öppningar eller roterande delar. Se till att de rörliga delarna alltid kan röra sig fritt.
- Var försiktig så att hår inte fastnar i apparaten. Sätt upp håret om det behövs.
- Undvik kontakt med spetsar eller vassa föremål.
- Knäck inte apparaten eller kabeln.
- Sitt eller stå inte med full vikt på apparaten och ställ inga saker på apparaten.
- Ställ inte apparaten på ömtåliga ytor om du vill undvika skador från blixtlåset.
- Skydda apparaten från värmekällor som ugnar, element eller direkt solljus.

## Avfallshantering



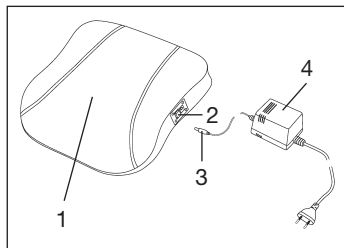
### **OBS**

Följ de lokala föreskrifterna för avfallshantering av de ingående materialen. Kassera apparaten i enlighet med direktiv 2002/96/EG om avfall som utgörs av eller innehåller elektriska eller elektroniska produkter (WEEE). Eventuella frågor riktas till den kommunala myndighet som ansvarar för frågor rörande avfallshantering.



## 4. Beskrivning av apparaten

### Shiatsu massagekudde (framsida)



- 1: Fyra massagehuvuden, roterande parvis  
2: 3-steps strömbrytare
- Läge I: Starta massage uppåt
  - Läge 0: Massageapparaten avstängd
  - Läge II: Starta massage nedåt
- 3: utdragbar anslutningskontakt i hylsa  
4: Stickkontakt

## 5. Ta i drift

- Ta bort alla förpackningsdelar och transportsäkringar.
- Kontrollera att apparat, nätdel och kabel inte har några skador.
- Dra på skyddsklädseln, om denna inte redan sitter på apparaten.
- Stick in anslutningskontakten i hylsan på massageapparaten. Strömbrytaren måste stå i läge 0. Om inte, sätt den i läge 0.



### VARNING

- Använd inte apparaten om apparat eller tillbehör uppvisar synliga skador.
- Använd endast apparaten med den medlevererade nätdelen och endast med den nätspänning som står noterad på nätdelen.
- Lägg kabeln så att ingen snubblar över den.
- Anslut apparaten till nätspänningen genom att koppla in stickkontakten i vägguttaget.

## 6. Användning

Sätt på massageapparaten med strömbrytaren på sidan. Med lägena "I" eller "II" väljer du samtidigt massageriktning:

- Läge I: massagehuvudena rör sig mot varandra i en uppåtgående rörelse.
- Läge II: massagehuvudena rör sig mot varandra i en nedåtgående rörelse.

Välj det mellersta läget (läge 0) för att stänga av apparaten.



### Observera

- Använd lätta kläder under massagen.
- En mjuk massage får du om du viker en handduk som du lägger mellan massageapparaten och kroppen.
- Använd massageapparaten i max 15 minuter. Vid längre massage kan överstimuleringen av musklerna leda till spändhet istället för avslappning.
- Använd inte massageapparaten strax innan du ska gå och lägga dig. Massagen kan även ha en uppiggande verkan och orsaka sömnproblem.



### VARNING

Massagen måste alltid kännas angenäm och avslappnande. Avbryt massagen eller ändra position på massageapparaten om du uppfattar massagen som smärtsam eller oangenäm.

- För att undvika att klämma dig, luta dig INTE mot massagehuvudena om du ska anpassa/ändra din kroppsposition eller massageapparats position.
- Kläm eller tvinga inte in någon kroppsdel, särskilt fingrarna, mellan de roterande massagehuvudena och deras fästen i apparaten.

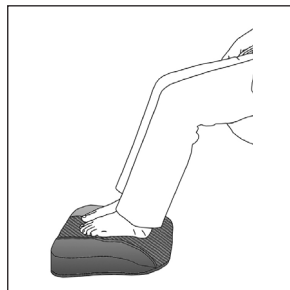
Tryck det område på kroppen som du vill massera försiktigt mot massageapparaten i början. Se framför allt till när du ligger ner att lyfta det motsvarande kroppsområdet lätt. Prova sedan försiktigt om massagepositionen känns angenäm och fördela sedan vikten efter hand och efter massageapparatens riktning.



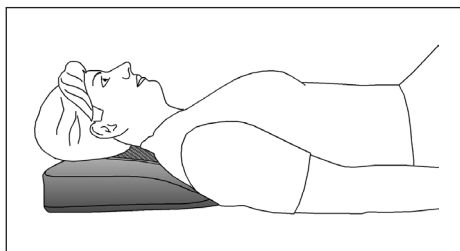
Ryggmassage: övre delen av ryggen



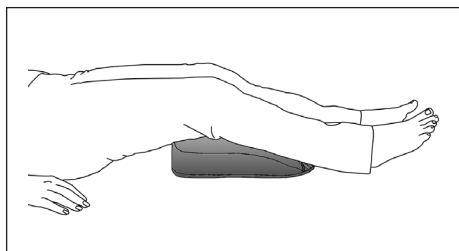
Ryggmassage: nedre delen av ryggen (ländkotor)



Fotmassage



Nackmassage



Benmassage

## 7. Skötsel och förvaring

### Rengöring



#### **VARNING**

- Disconnect the device before cleaning it.
- Dra ur kontakten till apparaten före varje rengöring.
- Rengör apparaten enbart på det sätt som beskrivs här. Vätska får aldrig tränga in i apparaten eller dess tillbehör.
- Använd inte apparaten förrän den har torkat helt.

Torka av den avstängda och nedkylda apparaten med en lätt fuktad trasa. Du kan använda ett mildt rengöringsmedel till detta. Den avtagbara klädseln är maskintvättbar i 40 °C. Se symboler för skötsel och rengöring på den påsydda etiketten på klädseln.

### Förvaring

- Förvara massageapparaten barnsäkert på en torr, sval plats. Vi rekommenderar att den förvaras i sin originalförpackning.
- Undvik kontakt med spetsar eller vassa föremål som kan skada apparaten eller klädseln.

## 8. Vad gör jag om det blir problem?

Problem	Orsak	Åtgärd
Massage-huvudena roterar långsammare	The load on the massage heads is too great.	Massagehuvudena belastas för mycket.
Massage-huvudena rör sig inte	Frilägg massagehuvudena.	Apparaten är inte ansluten till nätspänningen.
	Strömbrytaren står i läge 0.	Sätt på apparaten (läge I eller II).
	Överhettningsskyddet har löst ut.	Dra ur kontakten, vänta minst 15 minuter, frilägg eventuellt blockerade massagehuvuden, sätt i kontakten igen och starta.

## 9. Om shiatsu

Shiatsu är en cirka 100 år gammal japansk utvecklad form av kroppsmassage som baseras på föreställningar inom den traditionella kinesiska medicinen. Grunden är systemet för energilinjer (meridianer) i den mänskliga kroppen.

Målet med en shiatsu är att främja det fysiska, emotionella och själsliga välbefinnandet hos den behandlade personen. Blockeringar i energilinjerna måste lösas upp och kroppens självreglerande krafter stimuleras.

Detta uppnår shiatsuterapeuten genom att trycka med flytande rörelser längs energilinjerna (meridianerna). Fast shiatsu ordagrant betyder finger-tryck, används förutom fingrarna även händer, armbågar och knän under behandlingen. Terapeuten använder därmed hela sin kroppsvikt för att uppnå rätt tryck. I din shiatsu massageapparat finns roterande massagehuvuden, som efterliknar shiatsuterapeutens tryck- och massagerörelser.

## Leveranseprogram

- Shiatsu massasjepute
- Avtakbart trekk
- Nettdel
- Denne bruksavisningen

## Tegnforklaring

Følgende symboler benyttes i bruksanvisningen og på typeskiltet:



**ADVARSEL** Farehenvising til fare for skader eller fare for din helse.



**OBS** Sikkerhetshenvising til mulige skader på apparat/tilbehør



**Henvising** Henvising til viktig informasjon



Apparatet er dobbeltisolert og er i samsvar med beskyttelsesklassen 2.

## 1. For å bli kjent med

### Apparatets funksjoner

Med dette elektriske massasjeapparatet kan du effektivt og uten hjelp massere deg selv eller andre personer på en behagelig måte. Massasjer kan virke avslappende eller stimulerende og benyttes gjerne for å behandle muskelspenninger, smerter og tretthet. Apparatet med den universelle kileformen gir en kraftfull, intensiv dybdemassasje for nakke, rygg, ben, armer. Lagt på gulvet kan apparatet dessuten benyttes for en forfriskende fotmassasje.

Takket være hendig størrelse og lav vekt kan apparatet transporteres enkelt og raskt stues bort når det ikke brukes.

Apparatet er bare bestemt for **egen bruk**, ikke for medisinsk eller kommersiell bruk.

I tillegg byr Shiatsu massasjeapparatet på følgende fordeler:

- du kan velge mellom to massasjeretninger
- enkel betjening
- avtakbart og vaskbart trekk
- nettdel som kan tas av.

## 2. Formålmessig bruk

Dette apparatet er bestemt for massasje av enkelte kroppsdeler (se kapittel 6). Det kan ikke erstatte legebehandling. Massasjeapparatet må ikke benyttes dersom en eller flere av de følgende farehenvisinger passer for deg. Hvis du er usikker på om massasjeapparatet er egnet for deg, spør legen din.



### ADVARSEL

Benytt massasjeapparatet

- ikke på barn under 15 år
- ikke på dyr
- ikke ved skiveprolaps eller ved sykelige forandringer i virvlene
- aldri for massasjer i hjerteområdet hvis du bruker pacemaker og konsulter først legen din for andre kroppsområder
- aldri på oppsvulmede, forbrente, betente eller skadde hud- og kroppspartier

- ikke ved riftsår, kapillarer, åreknuter, akne, couperose, herpes eller andre hudsykdommer
- ikke under svangerskapet
- ikke i ansiktet (øyne), på strupehodet eller andre spesielt ømfintlige kroppsdeler
- aldri mens du sover
- ikke etter inntak av medikamenter eller bruk av alkohol (innskrenket sanseevne!)
- ikke i bilen.

Dette apparatet er ikke bestemt for å bli brukt av personer (inklusive barn) med innskrenkede fysiske, sensoriske eller åndelige evner og/eller på grunn av manglende viten, hvis de ikke er under oppsyn av en person som er ansvarlig for sikkerheten eller får anvisninger om hvordan apparatet skal benyttes.

Barn bør være under oppsyn slik at de ikke leker med apparatet.

Spør legen din før du bruker massasjeapparatet

- hvis du lider av en alvorlig sykdom eller er blitt operert
- ved feberaktige forkjølelser, åreknuter, tromboser, venebetennelser, gulsott, diabetes, nervesykdommer (f. eks. Isjias) eller akutte betennelser.

Apparatet er bare bestemt for formålet beskrevet i denne bruksanvisningen. Produsenten kan ikke gjøres ansvarlig for skader som oppstår på grunn av usakkyndig eller lettsindig bruk.

### 3. Sikkerhets henvisninger

Les nøye gjennom denne bruksanvisningen! Hvis det ikke tas hensyn til de påfølgende henvisningene kan dette forårsake personskader eller materielle skader. Oppbevar denne bruksanvisningen og gjør den tilgjengelig for andre brukere! Overlever denne bruksanvisningen når du gir apparatet videre.



#### **ADVARSEL**

Hold barn borte fra emballasjematerialet. Det er fare for kvelning.



#### **ADVARSEL: Strømstøt**

Som hvert elektrisk apparat må også dette massasjeapparatet benyttes forsiktig og med omhu for å unngå farer ved elektriske støt.

Bruk apparatet derfor

- kun med den medleverte nettdelen og kun med den påførte nettspenningen
- aldri, hvis apparat eller tilbehør har synlige skader.
- ikke i rom hvor det brukes spray (aerosoler) eller hvor det gis oksygen.
- ikke ved tordenvær.

Slå apparatet straks av ved defekter eller driftsforstyrrelser og kople apparatet fra strømmettet. Trekk ikke i strømkabelen eller i apparatet for å trekke nettdelen ut av stikkkontakten. Hold eller bær apparatet aldri i nettkabelen. Hold avstand mellom kablene og varme overflater.

Forviss deg om at massasjeapparatet, nettdelen og kabelen ikke kan komme i kontakt med vann eller andre væsker. Benytt apparatet derfor

- kun i tørre innvendige rom
- kun med tørre hender
- aldri i badekaret, i dusjen eller fylte vaskeservanter
- aldri i svømmebassenger, whirlpools eller i badstu
- aldri ute i det fri.

Grip aldri etter et apparat som er falt ned i vannet. Trekk ut nettpluggen med en gang.

## Reparasjon



### ADVARSEL

- Reparasjoner på elektriske apparater må kun gjennomføres av fagfolk. Usakkyndige reparasjoner kan forårsake alvorlige farer for brukeren. Henvend deg til kundeservicen eller en autorisert forhandler for reparasjoner.
- Glidelåsen til Shiatsu-massasjeapparatet må ikke åpnes. Den benyttes kun av produksjonstekniske grunner.



### ADVARSEL: Fare for brann

Ved usakkyndig bruk eller bruk som ikke er i samsvar med bruksanvisningen er det eventuelt fare for brann!

Bruk massasjeapparatet derfor

- aldri lenger enn 15 minutter (fare for overoppheting) og la apparatet avkjøles i minst 15 minutter før ny bruk.
- aldri uten oppsyn, spesielt hvis barn er i nærheten.
- aldri under en tildekning, f. eks teppe, pute, ...
- aldri i nærheten av bensin eller andre lett antennelige materialer.

## Håndtering



### OBS


Etter hver bruk og før hver rengjøring må apparatet slås av og nettdelen trekkes ut av stikkontakten.

- Stikk ikke gjenstander inn i åpninger på apparatet eller noe i de roterende delene. Vær oppmerksom på at de bevegelige delene alltid kan bevege seg fritt.
- Vær oppmerksom på at ikke hår blir sittende fast i apparatet. Bruk eventuelt et hårnett.
- Unngå kontakt med spisse eller skarpe gjenstander.
- Apparat og kabel må ikke knekkes.
- Verken sett deg eller stå med full vekt på apparatet og sett heller ikke gjenstander på apparatet.
- Ikke sett apparatet på ømfintlige overflater for å unngå skader på grunn av glidelåsen.
- Beskytt apparatet mot varmekilder som er for nær som ovner, varmelegemer og mot direkte sollys.

## Deponering

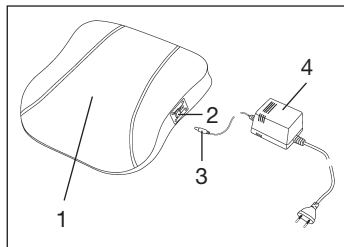


### OBS

Følg de lokale bestemmelsene ved deponering av materialene. Deponer apparatet i henhold til bestemmelsene for brukte elektriske og elektroniske apparater 2002/96/EC – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Dersom du har ytterligere spørsmål, henvend deg til vedkommende kommunale myndighet for deponering. 

## 4. Apparatbeskrivelse

### Shiatsu massasjepute (forside)



- 1: Fire massasjeheader, parvis roterende
- 2: Bryter, tretrinns
  - Trinn I: Slå på massasje oppover
  - Trinn 0: Slå av massasjeapparat
  - Trinn II: Slå på massasje nedover
- 3: uttrekkbar kopplingsplugg i kontakten
- 4: Nettdel

## 5. Igangsetting

- Fjern alle emballasje- og transportsikringer.
- Kontroller apparat, nettdel og kabel for skader.
- Trekk apparatet med det beskyttende trekket hvis dette ikke allerede er gjort.
- Sett kopplingspluggen i kontakten på massasjeapparatet. Bryteren må være stilt inn på trinn 0. Hvis ikke, slå på trinn 0.



### ADVARSEL

- Ikke bruk apparatet hvis apparat eller tilbehør har synlige skader.
- Bruk apparatet kun med den medleverte nettdelen og kun med den påførte nettspenningen.
- Legg kablet slik at man ikke snubler.
- Tilknyt apparatet strømmettet idet du setter nettdelen inn i stikkkontakten.

## 6. Betjening

Slå på massasjeapparatet med bryteren på siden. Med bryterstillingene „I“ eller „II“ bestemmer du samtidig massasjens retning.

- Bryterstilling I: massasjeheaderne roterer med en oppoverbevegelse mot hverandre.
- Bryterstilling II: massasjeheaderne roterer med en nedoverbevegelse mot hverandre.

Velg bryterstillingen i midten (trinn 0) for å slå av apparatet.



### Henvisning

- Ha på lette klær under massasje.
- En mykere massasje oppnår du ved et sammenbrettet håndkle mellom massasjeapparat og kropp.
- Bruk massasjeapparatet i maks. 15 minutter. Ved lengre massasje kan musklernes overstimulering føre til forspenning istedenfor avslapning.
- Ikke bruk massasjeapparatet kort tid før du legger deg. Massasje kan også ha stimulerende virkning og forårsake innsovningsvansker.



### ADVARSEL

Massasjen må hele tiden kjøles som behagelig og avslappende. Avbryt massasje eller endre massasjeapparatets posisjon hvis du kjenner massasje som smertefull eller ubehagelig.

- IKKE len deg mot massasjeheaderne når du tilpasser/endrer kroppsstillingen eller massasjeapparatets posisjon slik at du ikke klemmes inn.
- Ikke klem eller press en del av kroppen din, spesielt fingrene, mellom de roterende massasjeheaderne og deres fester i apparatet.

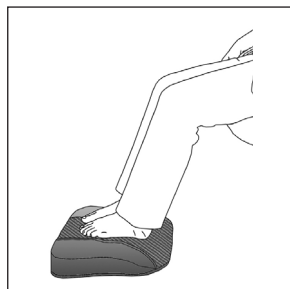
Press til å begynne med det kroppsområdet som du vil massere kun forsiktig mot massasjeapparatet. Vær oppmerksom på at du løfter det henholdsvis kroppsområdet lett, fremfor alt mens du ligger. Kontroller så forsiktig om massasjeposisjonen er behagelig for deg og flytt vekten da etterhvert mot massasjeapparatet.



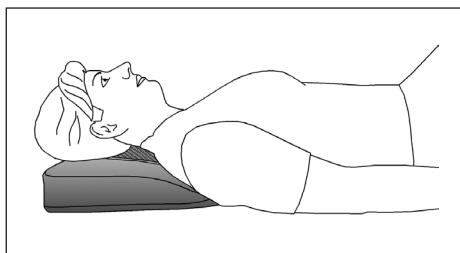
Ryggmassasje: øvre ryggområde



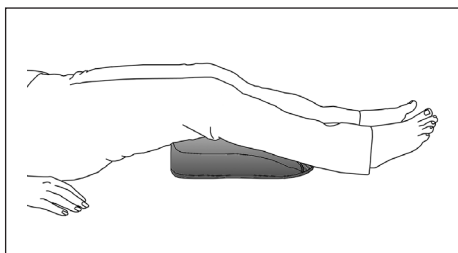
Ryggmassasje: nedre ryggområde (ryggvirvler)



Fotmassasje



Nakkemassasje



Benmassasje

## 7. Stell og oppbevaring

### Rengjøring



#### ADVARSEL

- Kople apparatet fra nettet før hver rengjøring.
- Rengjør apparatet bare slik som det er oppgitt. Det må ikke under noen omstendigheter trenge vann inn i apparatet eller tilbehøret.
- Benytt apparatet først igjen etter at det er helt tørt.

Tørk av apparatet som er koplet fra nettet og avkjølt kun med en lett fuktig klut. Du kan bruke et lett rengjøringsmiddel. Det avtakbare trekket kan vaskes i maskinen ved 40 °C. Ta hensyn til symbolene for stell og rengjøring på den påsydde etiketten på trekket.

### Oppbevaring

- Oppbevar massasjeapparatet utilgjengelig for barn på en tørr, kjølig plass. Vi anbefaler å oppbevare apparatet i originalemballasjen.
- Unngå kontakten med spisse eller skarpe gjenstander som kunne skade apparatet eller trekket.

## 8. Hva gjør man ved Problemer?

Problem	Årsak	Avhjelp
Massasjehoder roterer langsommere.	Massasjehodene belastes for sterkt.	Avdekk massasjehoder.
Massasjehoder beveger seg ikke.	Apparat ikke tilkopledd til nettet.	Stikk nettpluggen i stikkkontakten og slå på apparatet.
	Bryter står på bryterstilling 0.	Slå på apparat (bryterstilling I eller II).
	Overopphetingsvern utløst.	Kople apparat fra strømmettet, vent i minst 15 minutter, avdekk massasjehoder som eventuelt er blokkert, sett støpsel inn igjen og slå på.

## 9. Om Shiatsu-massasjen

Shiatsu er en form av kroppsmassasje som ble utviklet i Japan for ca. 100 år siden og baserer på den tradisjonelle kinesiske medisin. Grunnlag er systemet med energikanaler (meridiansystem) i den menneskelige kroppen.

Målet for en Shiatsu-massasje er å fremme den fysiske, emosjonelle og åndelige velværet til personen som behandles. Til dette må energetiske blokkeringer i energikanalene løses opp og kroppens selvregulerende krefter stimuleres.

Shiatsu terapeuten oppnår dette idet han utøver trykk langs energikanalene (meridianer) med flytende bevegelser. Selv om Shiatsu ordrett oversatt betyr „fingertrykk“, behandles det ved siden av fingrene også med håndflater, albuer og knær. Terapeuten benytter dertil hele kroppsvekten for å oppnå nødvendig trykk. I Shiatsu massasjeapparatet finnes roterende massasjehoder som etterligner bevegelsene til en Shiatsu massasje med trykk og knaing.



- missään tapauksessa turvonneilla, palaneilla, tulehtuneilla tai loukkaantuneilla ihon- ja kehonosilla
- haavautumien, hiusmurtumien, suonikohjujen, aknen, ruusufulinien, herpesksen tai muiden ihosairauksien yhteydessä
- raskauden aikana
- kasvoilla (silmissä), kurkunpäässä tai muilla erityisen herkällä kehonosilla
- nukkuessasi
- lääkkeiden ottamisen tai alkoholin nauttimisen jälkeen (havaintokyky on rajoittunut)
- autossa.

Tätä laitetta ei ole tarkoitettu fyysisiltä, sensorisilta tai henkisiltä kyvyiltään rajoittuneiden henkilöiden (lapset mukaan lukien) käyttöön. Laitetta ei myöskään saa käyttää ilman riittävää kokemusta ja/tai tietämystä, ellei laitteen käyttöä valvo turvallisuudesta vastaava henkilö tai ellei hän anna laitteen käyttöohjeita.

On valvottava, että lapset eivät leiki laitteella.

Keskustele lääkärisi kanssa ennen hierontalaitteen käyttöä, mikäli sinulla on

- vakava sairaus tai sinulle on juuri suoritettu kirurginen toimenpide
- kuumesairaus, suonikohjuja, verisuonitukoksia, verisuonitulehduksia, keltatauti, diabetes, hermosairaus (esim. iskias) tai akuutteja tulehduksia.

Laitetta saa käyttää ainoastaan käyttöohjeessa nimettyihin käyttötarkoituksiin. Valmistaja ei vastaa vaurioista, jotka aiheutuvat asiattomasta tai varomattomasta käytöstä.

### 3. Turvallisuusohjeita

Lue tämä käyttöohje huolellisesti. Seuraavien ohjeiden noudattamatta jättäminen voi aiheuttaa henkilö- tai ainevahinkoja. Säilytä tämä käyttöohje ja anna se muiden laitteen käyttäjien käyttöön. Anna tämä käyttöohje myös laitteen mahdolliselle uudelle omistajalle.



#### **VAROITUS**

Pidä pakkausmateriaali poissa lasten ulottuvilta. Se aiheuttaa tukehtumisvaaran.



#### **VAROITUS: Sähköisku**

Jokaisen sähkölaitteen tavoin on myös tätä hierontalaitetta käytettävä varoen ja harkiten sähköiskun aiheuttamien vaaratilanteiden välttämiseksi.

Älä käytä laitetta sen vuoksi

- muulla kuin toimitetulla verkkopistokkeella ja verkkopistokkeeseen merkityllä verkkojännitteellä
- jos laitteessa tai varusteissa on näkyvissä olevia vaurioita
- tiloissa, joissa käytetään suihkeita (aerosoleja) tai joissa annetaan happea
- ukonilman aikana.

Mikäli laitteessa on vikoja tai käyttöhäiriöitä, sammuta se välittömästi ja irrota se pistoraslasta. Älä vedä sähköjohdosta tai laitteesta irrottaaksesi pistokkeen pistoraslasta. Älä koskaan kannaa laitetta verkkokaapelista kiinni pitäen. Pidä johdot poissa laitteen lämpimiltä pinnoilta.

Varmista, että hierontalaitte, verkkopistoke ja johto eivät pääse kosketukseen veden tai muiden nesteiden kanssa. Älä käytä laitetta sen vuoksi.

- muissa kuin kuivissa sisätiloissa
- märin käsin
- kylpyammeessa, suihkussa tai pesuallaiden ollessa täynnä vettä
- uima-altaissa, porealtaissa tai saunassa
- ulkona.

Älä koskaan koske laitteeseen, jos se on pudonnut veteen. Irrota verkkopistoke välittömästi.

## Korjaus



### VAROITUS

- Ainoastaan sähköalan ammattilaiset saavat suorittaa korjaustoimenpiteitä sähkölaitteilla. Asiattomasti suoritettut korjaustoimenpiteet voivat aiheuttaa käyttäjälle suuria vaaratilanteita. Käännö korjausten osalta asiakaspalvelumme tai valtuutetun jälleenmyyjän puoleen.
- Shiatsu-hierontalaitteen vetoketjua ei saa avata. Sitä käytetään ainoastaan tuotantoteknisistä syistä.



### VAROITUS: Tulipalovaara

Asiaton tai tämän käyttöohjeen vastainen käyttö saattaa aiheuttaa palovaaran!

Älä käytä laitetta sen vuoksi

- yli 15 minuuttia (ylikuumentumisvaara), ja anna laitteen jäähtyä ennen seuraavaa käyttökertaa vähintään 15 minuuttia
- ilman valvontaa, erityisesti lasten ollessa lähellä
- peitettynä, esimerkiksi peiton tai tyynyn alla
- polttoaineiden tai muiden helposti syttyvien aineiden lähellä.

## Käsittely



### HUOMIO

Laite on sammutettava ja pistoke irrotettava pistorasiasta aina jokaisen käyttökerran jälkeen ja ennen puhdistusta.

- Älä työnnä esineitä laitteen aukkoihin ja pyöriin osiin. Varmista, että pyörivät osat pystyvät aina liikkumaan vapaasti.
- Varmista, että laitteeseen ei vetäydy hiuksia. Käytä tarvittaessa hiusverkkoa.
- Vältä laitteen kosketusta terävien esineiden kanssa.
- Älä taita laitetta ja johtoa.
- Älä istu tai seiso laitteen päällä koko painollasi äläkä aseta mitään esineitä laitteen päälle.
- Älä aseta laitetta herkkien pintojen päälle, jotta vetoketju ei vaurioita niitä.
- Suojaa laite lähellä olevilta lämmön lähteiltä, kuten esim. uunilta, lämmityslaitteilta ja suoralta auringonvalolta.

## Hävittäminen



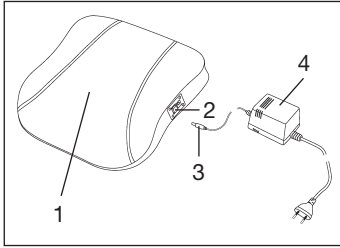
### HUOMIO

Noudata materiaalien hävittämistä koskevia paikallisia määräyksiä. Hävitä laite sähkö- ja elektroniikkalaiteromua koskevan direktiivin 2002/96/EY – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) mukaan. Mikäli haluat lisätietoja, ota yhteyttä hävittämisestä vastaavaan kunnan viranomaiseen.



## 4. Laitekuvaus

### Shiatsu-hierontatyyny (etuosa)



- 1: Neljä hierontapäätä, jotka pyörivät pareittain
- 2: 3-vaiheinen kytkin
  - Vaihe I: Ylöspäinhieronnän käynnistys
  - Vaihe 0: Hierontalaitteen sammutus
  - Vaihe II: Alaspäinhieronnän käynnistys
- 3: Ulosvedettävä liitäntäpistoke liitännässä
- 4: Verkkopistoke

## 5. Käyttöönotto

- Poista kaikki pakkaus- ja kuljetusvarmistukset.
- Tarkista laite, verkkopistoke ja johto vaurioiden varalta.
- Vedä suojapäällyste laitteen päälle, ellei se jo ole paikolla.
- Työnnä liitäntäpistoke hierontalaitteen liitäntään. Kytkimen on oltava asetettuna vaiheeseen 0. Mikäli niin ei ole, kytke se vaiheeseen 0.



### VAROITUS

- Älä käytä laitetta, mikäli laitteessa tai varusteissa on näkyviä vaurioita.
- Käytä laitetta ainoastaan toimitetulla verkkopistokkeella ja verkkopistokkeeseen merkityllä verkkojännitteellä.
- Vedä johto niin, että siihen ei voi kompastua.
- Kytke laite sähköverkkoon työntämällä verkkopistoke pistorasiaan.

## 6. Käyttö

Kytke hierontalaite päälle sivulla olevasta kytkimestä. Kytkinasennoilla I ja II voit määrittää hierontasuunnan.

- Kytkinasento I: hierontapäät pyörivät toisiaan vasten ylöspäinliikkeellä.
- Kytkinasento II: hierontapäät pyörivät toisiaan vasten alaspäinliikkeellä.

Laite sammutetaan valitsemalla keskimäinen kytkinasento (vaihe 0).



### Ohje

- Käytä hieronnän aikana kevyttä vaatetusta.
- Pitäessäsi hierontalaitteen ja kehon välissä taiteltua pyyheliinaa hieronnasta saadaan pehmeämpi.
- Käytä hierontalaitetta enintään 15 minuuttia. Pidempiaikainen hieronta voi johtaa lihasten liialliseen stimulointiin ja siten jännitykseen rentoutumisen sijasta.
- Älä käytä hierontalaitetta ennen nukkumaanmenoa. Hieronnalla voi olla myös stimuloiva vaikutus, ja se voi aiheuttaa nukahtamisvaikeuksia.



### VAROITUS

Hieronnän tulee aina tuntua miellyttävältä ja rentouttavalta. Keskeytä hieronta tai muuta hierontalaitteen asentoa, jos hieronta tuntuu kivuliaalta tai epämiellyttävältä.

- Jottet jää puristukseen hierontapäiden väliin, ÄLÄ nojaa niihin muuttaessasi omaa tai hierontalaitteen asentoa.
- Älä työnnä mitään kehonosaa, erityisesti sormia, pyörivien hierontapäiden ja niiden pidikkeiden väliin laitteessa.

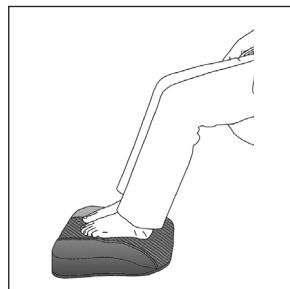
Paina hierottavaa kehoaluetta alussa vain varovasti hierontalaitetta vasten. Varmista erityisesti makuuasennossa, että nostat hieman vastaavaa kehoaluetta. Tarkista sitten varovasti, onko hieronta-asento miellyttävä. Siirrä painoa sitten vähä kerrallaan yhä enemmän hierontalaitetta kohti. cabezas de masaje rotatorias y sus fijaciones en el aparato.



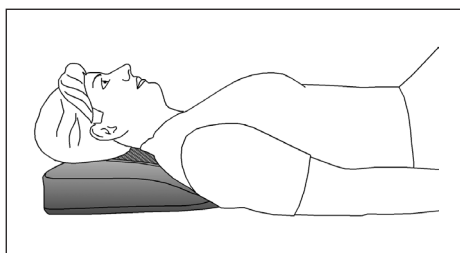
Selkähieronta: selän yläosa



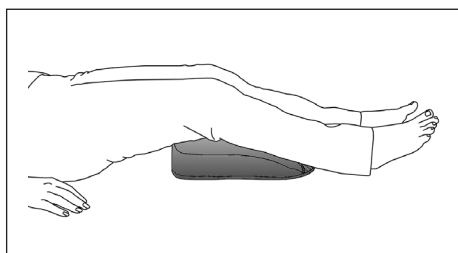
Selkähieronta: selän alaosa (lannenikama)



Jalkahieronta



Niskahieronta



Säärihieronta

## 7. Hoito ja säilytys

### Puhdistus



#### **VAROITUS**

- Irrota laite pistorasiasta aina ennen puhdistusta.
- Puhdista laite ainoastaan ohjeissa esitetyllä tavalla. Laitteeseen ja varusteisiin ei saa missään tapauksessa päästä nestettä.
- Käytä laitetta vasta sitten, kun se on kunnolla kuivunut.

Pistorasiasta irrotettu ja viilentynyt laite puhdistetaan pyyhkimällä kevyesti kostutetulla pyyhkeellä. Voit käyttää myös hieman mietoja puhdistusainetta. Irrotettava päällyste voidaan pestä koneessa 40 °C:n lämpötilassa. Noudata päällysteeseen neulotussa etiketissä olevia hoito- ja puhdistussymboleja.

### Säilytys

- Säilytä hierontalaitetta kuivassa ja viileässä paikassa poissa lasten ulottuvilta. Suosittelemme säilytystä alkuperäisessä pakkauksessa.
- Vältä kosketusta terävien esineiden kanssa, jotka voivat vaurioittaa laitetta tai päällystettä.

## 8. Miten toimia ongelmien yhteydessä

Ongelma	Syy	Virheenpoisto
Hierontapäät pyörivät hitaasti.	Hierontapäitä kuormitetaan liikaa.	Vapauta hierontapäät.
Hierontapäät eivät liiku.	Laitetta ei ole liitetty sähköverkkoon.	Työnnä pistoke pistorasiaan ja kytke laite päälle.
	Kytkin on kytkinasennossa 0.	Kytke laite päälle (kytkinasento I tai II).
	Ylikuumentumissuoja on lauennut.	Irrota laite sähköverkosta, odota vähintään 15 minuuttia, vapauta mahdollisesti estyneet hierontapäät, kytke uudelleen sähköverkkoon ja käynnistä.

## 9. Tietoja Shiatsu-hieronnasta

Shiatsu on noin 100 vuotta sitten Japanissa kehitetty hierontamuoto, joka perustuu perinteiseen kiinalaiseen lääketieteeseen. Perustana on ihmisen kehossa olevat energiaa johtavat radat (meridiaanijärjestelmä).

Shiatsu-hieronnan tavoitteena on edistää hoidettavan henkilön fyysistä, tunnepitoista ja henkistä hyvinvointia. Sitä varten on poistettava energiaa johtavien ratojen energieettiset esteet ja patoumat sekä stimuloitava kehon omia säätövoimia.

Shiatsuun erikoistunut hieroja saavuttaa tämän kohdistamalla energiaa johtaviin ratoihin (meridiaaneihin) painetta tasaisilla liikkeillä. Vaikka Shiatsu tarkoittaakin suoraan käännettynä „sormien painetta“, sormien lisäksi hieronnassa käytetään myös nyrkkejä, kyynärvarsia ja polvia. Hieroja käyttää koko painoaan luodakseen vaadittavan paineen. Shiatsu-hierontalaitteessa on pyöriä hierontapäitä, jotka jäljittelevät Shiatsu-hieronnan paine- ja hierontaliikkeitä.

## Rozsah dodávky

- masážní poduška Shiatsu
- snímatelný potah
- síťová zástrčka
- tento návod k použití

## Vysvětlení symbolů

V tomto návodu a na typovém štítku jsou používány následující symboly:



**VAROVÁNÍ** Výstražné upozornění na nebezpečí poranění nebo nebezpečí pro Vaše zdraví.



**POZOR** Bezpečnostní upozornění na možnost poškození přístroje/příslušenství.



**Upozornění** Upozornění na důležité informace.



Přístroj má dvojitou ochrannou izolaci a odpovídá tak bezpečnostní třídě 2.

## 1. Seznámení

### Funkce přístroje

S tímto elektrickým masážním přístrojem Shiatsu můžete bez cizí pomoci dopřát sobě či jiným osobám účinnou a příjemnou masáž. Masáže mohou uvolnit či povzbudit a jsou oblíbené při léčbě natažených svalů, bolestí a únavy. Přístroj s univerzálním klínovým tvarem umožňuje energickou, intenzivní hloubkovou masáž šíje, zad, nohou, paží. V poloze v leže lze přístroj mimo to využít i pro oživovací masáž chodidel.

Díky praktické velikosti a nízké hmotnosti lze přístroj snadno přepravovat a v případě dlouhé doby nepoužívání rychle uložit.

Přístroj je určen pouze k **soukromému používání**, ne pro lékařské nebo komerční používání.

Masážní přístroj Shiatsu navíc nabízí následující výhody:

- dva volitelné masážní směry
- snadná obsluha
- snímatelný a pratelný potah
- síťová zástrčka s možností odpojení od přístroje.

## 2. použití k určenému účelu

Tento přístroj je určen k masáži jednotlivých částí lidského těla (viz kapitola 6). Nemůže nahradit lékařské ošetření. Masážní přístroj nepoužívejte, pokud se Vás týká jeden nebo více z následujících výstražných upozornění. Pokud si nejste jisti, zda je pro Vás masážní přístroj vhodný, dotážete se svého lékaře.



### VAROVÁNÍ

Masážní přístroj nepoužívejte

- u dětí mladších 15 let
- u zvířat
- při výřezu meziobratlové ploténky nebo patologických změnách páteře
- v žádném případě pro masáže v oblasti srdce, jestliže máte kardiostimulátor, a dotážete se nejprve svého lékaře i ohledně ostatních částí těla

- nikdy na oteklých, popálených, zanícených nebo poraněných částech kůže a těla
- při tržných ranách, kapilárách, křečových žilách, akné, couperose, oparech nebo jiných kožních onemocněních
- během těhotenství
- v obličejí (oči), na hrтанu nebo jiných obzvláště citlivých částech těla
- nikdy během spánku
- po požití léčiv nebo alkoholu (omezená schopnost vnímání!)
- v autě.

Tento přístroj není určen k používání osobami (včetně dětí) s omezenými psychickými, senzorickými nebo duševními schopnostmi nebo nedostatkem zkušeností a/nebo vědomostí, ledaže by byly pod dozorem osoby zodpovědné za jejich bezpečnost nebo od ní obdržely informace, jak mají přístroj správně používat.

Děti by měly být pod dozorem, aby si s přístrojem nehrály.

Před použitím masážního přístroje se dotázte svého lékaře

- pokud trpíte těžkou nemocí nebo jste po operaci
- při horečnatých nachlazeních, křečových žilách, trombózách, zánětu žil, žloutence, cukrovce, onemocnění nervů (např. ischias) nebo akutních zánětech.

Přístroj je určen pouze k účelu popsanému v tomto návodu k použití. Výrobce nemůže ručit za škody vzniklé neodborným nebo nevhodným používáním.

### 3. Bezpečnostní pokyny

Přečtěte si pečlivě tento návod k použití! Nedodržení následujících pokynů může způsobit škody na majetku nebo zdraví osob. Tento návod k použití uschovejte a zpřístupněte jej i ostatním uživatelům. Při předání přístroje další osobě jí předejte i tento návod.



#### **VAROVÁNÍ**

Obal uchovávejte mimo dosah dětí. Hrozí riziko udušení.



#### **VAROVÁNÍ: elektrický proud**

Tento masážní přístroj používejte opatrně a uvážlivě, tak jako každý elektrický přístroj, aby bylo zabráněno nebezpečí zásahu elektrickým proudem.

Proto přístroj

- připojte pouze přiloženou síťovou zástrčkou a pouze k napětí uvedenému na síťové zástrčce
- nepoužívejte, pokud jsou přístroje nebo příslušenství zřejmá viditelná poškození.
- nepoužívejte v místnostech, ve kterých jsou používány spreje (aerosoly) nebo podáván kyslík
- nepoužívejte za bouřky.

V případě defektů nebo provozních poruch přístroj okamžitě vypněte a odpojte od elektrické sítě. Při odpojování zástrčky od sítě netahejte za kabel ani za přístroj. Přístroj nikdy nedržte ani nenoste za síťový kabel. Udržujte odstup mezi kabely a teplým povrchem.

Zajistěte, aby masážní přístroj, síťová zástrčka ani kabel nepřišly do styku s vodou nebo jinými kapalinami. Proto přístroj

- používejte pouze v suchých vnitřních prostorách
- ovládejte pouze suchýma rukama
- nikdy nepoužívejte ve vaně, ve sprše nebo v naplněném umyvadle
- nikdy nepoužívejte v bazénu, vířivce nebo sauně
- nikdy nepoužívejte venku.

V žádném případě nesahejte na přístroj, který spadl do vody. Okamžitě vytáhněte zástrčku ze zásuvky.

## Oprava



### VAROVÁNÍ

- Opravy elektrických přístrojů smí provádět pouze kvalifikovaný odborný personál. Neodbornou opravou mohou pro uživatele vyvstat značná nebezpečí. V případě oprav se obraťte na zákaznický servis nebo autorizovaného prodejce.
- Zip masážního přístroje Shiatsu nesmí být otevřen. Používá se pouze z výrobně technických důvodů.



### VAROVÁNÍ: nebezpečí požáru

Při neodborném používání, resp. používání v rozporu s tímto návodem k použití, hrozí za určitých okolností nebezpečí vzniku požáru!

Proto přístroj

- nepoužívejte déle než 15 minut (nebezpečí přehřátí) a před dalším použitím jej nechte minimálně 15 minut vychladnout,
- neponechávejte zapnutý bez dozoru, zejména pokud jsou v blízkosti děti,
- nepoužívejte zakrytý, např. dekou, polštářem, ...
- nepoužívejte v blízkosti benzínu nebo jiných snadno zápalných látek.

## Manipulace



### POZOR


Po každém použití a před každým čištěním musí být přístroj vypnut a zástrčka vytažena z elektrické zásuvky.

- Do otvorů přístroje nestrkejte žádné předměty a nekládejte nic do rotujících částí. Dbejte na to, aby se mohly pohyblivé části pohybovat vždy volně.
- Dbejte na to, aby se do přístroje nezapletly žádné vlasy. V případě potřeby noste sítku na vlasy.
- Zamezte kontaktu se špičatými nebo ostrými předměty.
- Nepřehýbejte přístroj ani kabel.
- Nesedejte ani nestoupejte na přístroj plnou vahou a neodkládejte na přístroj žádné předměty.
- Nestavte přístroj na citlivé povrchy, aby bylo zabráněno jejich poškození zipem.
- Chraňte přístroj před příliš blízkými tepelnými zdroji, jako jsou kamna, topná tělesa nebo přímé sluneční záření.

## Likvidace

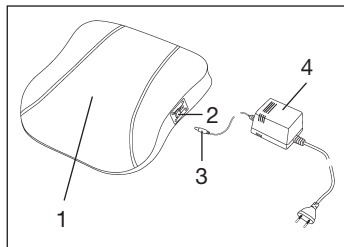


### POZOR

Při likvidaci materiálů dodržujte místní předpisy. Likvidaci přístroje provádějte v souladu s nařízením o elektrických a elektronických starých přístrojích 2002/96/EC – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). V případě dotazů se obraťte na příslušný komunální úřad, kompetentní ve věci likvidace odpadů. 

## 4. Popis přístroje

### Masážní poduška Shiatsu (přední strana)



- 1: Čtyři masážní hlavy, rotující v párech
- 2: Spínač, 3 stupně
  - Stupeň I: Zapnutí masáže směrem nahoru
  - Stupeň 0: Vypnutí masážního přístroje
  - Stupeň II: Zapnutí masáže směrem dolů
- 3: Připojovací konektor ve zdířce, možnost odpojení
- 4: Síťová zástrčka

## 5. Uvedení do provozu

- Odstraňte veškeré obaly a přepravní zajištění.
- Zkontrolujte, zda není přístroj, síťová zástrčka a kabel poškozen.
- Vložte přístroj do ochranného potahu, pokud se v něm již nenachází.
- Zasuňte připojovací konektor do zdířky na masážním přístroji. Spínač musí být nastaven na stupeň 0. Jestliže tomu tak není, přepněte jej na stupeň 0.



### VAROVÁNÍ

- Nepoužívejte přístroj, pokud přístroj nebo příslušenství vykazuje viditelná poškození.
- Připoj připojujte pouze přiloženou síťovou zástrčkou a pouze k napětí uvedenému na síťové zástrčce
- Kabel položte tak, aby o něj nikdo nemohl zakopnout.
- Připojte přístroj k elektrické síti zasunutím síťové zástrčky do elektrické zásuvky

## 6. Obsluha

Zapněte masážní přístroj bočním spínačem. Spínací polohou „I“ nebo „II“ určíte zároveň směr masáže:

- Poloha spínače I: masážní hlavy se otáčejí proti sobě pohybem vzhůru.
- Poloha spínače II: masážní hlavy se otáčejí proti sobě pohybem dolů.

Pro vypnutí přístroje zvolte prostřední polohu spínače (stupeň 0).



### Upozornění

- Při masáži mějte na sobě lehký oděv.
- Jemnější masáže docílíte přiložením složeného ručníku mezi masážní přístroj a tělo.
- Masážní přístroj používejte max. 15 minut. Při delší době masáže může namísto k uvolnění dojít k přetažení svalů nadměrnou stimulací.
- Masážní přístroj nepoužívejte krátce před ulehnutím. Masáž může mít i stimulační účinek a způsobit poruchy při usínání.



### VAROVÁNÍ

Masáž musí být vždy vnímána jako příjemná a uvolňující. Pokud je masáž bolestivá nebo nepříjemná, přerušte ji nebo změňte polohu masážního přístroje.

- Když přizpůsobujete/měníte polohu těla nebo masážního přístroje, NEOPÍREJTE se o masážní hlavy, aby bylo zabráněno skřípnutí.
- Neskřípejte nebo netlačte žádnou část těla, zejména prsty, mezi rotující masážní hlavy a jejich úchyty v přístroji.

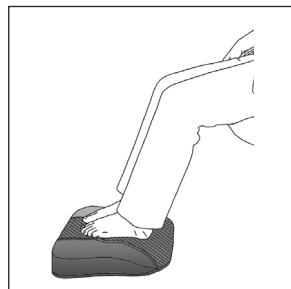
Část těla, kterou chcete masírovat, tiskněte ze začátku k masážnímu přístroji pouze opatrně. Především i v poloze vleže dbejte na to, abyste mohli odpovídající část těla snadno zvednout. Poté opatrně zkontrolujte, zda je Vám masážní poloha příjemná, a postupně přemísťujte hmotnost ve směru masážního přístroje.



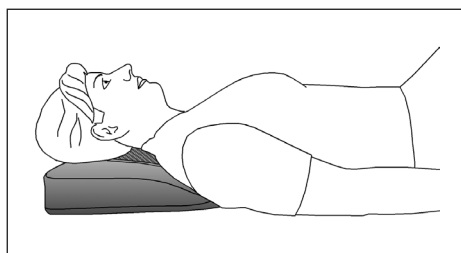
Masáž zad: horní oblast zad



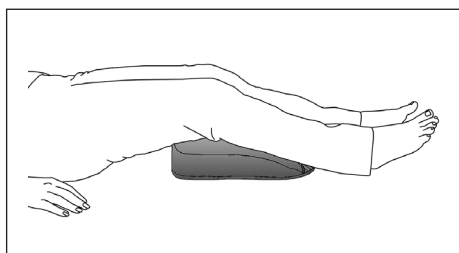
Masáž zad: dolní oblast zad (bederní obrátle)



Masáž chodidel



Masáž šíje



Masáž nohou

## 7. péče a skladování

### Čištění



#### **VAROVÁNÍ**

- Před každým čištěním odpojte přístroj od elektrické sítě.
- Přístroj čistěte pouze popsáním způsobem. Do přístroje nebo příslušenství nesmí v žádném případě vniknout kapalina.
- Přístroj znovu použijte teprve tehdy, až bude zcela suchý.

Odpojený a vychladlý přístroj otřete pouze lehce navlhčeným hadříkem. Můžete k tomu použít slabý čisticí prostředek. Snímatelný potah lze práť v pračce na 40 °C. Dodržujte symboly pro péči a čištění na etiketě přišité k potahu.

### Skladování

- Přístroj skladujte mimo dosah dětí na suchém, chladném místě. Doporučujeme skladování v originálním obalu.
- Zabraňte kontaktu se špičatými nebo ostrými předměty, které by mohly poškodit přístroj nebo potah.

## 8. Jak si poradit s problémy?

Problém	Příčina	Řešení
Masážní hlavy rotují zpomalně.	Masážní hlavy jsou příliš zatěžovány.	Uvolněte masážní hlavy.
Masážní hlavy se nepohybují.	Přístroj není připojen k elektrické síti.	Zasuňte síťovou zástrčku do.
	Spínač je nastaven do polohy 0.	Zapněte přístroj (poloha spínače I nebo II).
	Byla spuštěna ochrana proti přehřátí.	Odpojte přístroj od elektrické sítě, vyčkejte minimálně 15 minut, uvolněte případně zablockované masážní hlavy, přístroj opět připojte a zapněte.

## 9. O masáži Shiatsu

Shiatsu je formou tělesné masáže, která byla vyvinuta před přibližně 100 lety v Japonsku, a vychází z představ tradiční čínské medicíny. Základem je systém drah (systém meridiánů), po kterých proudí energie v lidském těle.

Cílem masáže Shiatsu je povzbudit psychickou, emocionální a duševní pohodu ošetřované osoby. Za tímto účelem je třeba uvolnit energetické blokády a hromadění v energetických drahách a stimulovat samoregulační síly těla.

Terapeut Shiatsu toho dosáhne vyvíjením postupně se pohybujícího tlaku podél energetických drah (meridiánů). Ačkoli Shiatsu znamená v doslovném překladu „tlak prstů“, při masáži se používají kromě prstů i dlaně, lokty a kolena. Terapeut při masáži používá celou svou tělesnou hmotnost, aby vyvinul potřebný tlak. Ve Vašem masážním přístroji Shiatsu se nacházejí rotující masážní hlavy, které napodobují tlakové a hnětací pohyby masáže Shiatsu.

## Rozsah dodávky

- Shiatsu masážny vankúš
- Snímateľný poťah
- Adaptér
- Tento návod na používanie

## Vysvetlenie symbolov

Nasledujúce symboly sú použité v tomto návode na používanie a na výrobnom štítku:



**VÝSTRAHA** Výstražné upozornenie, ktoré upozorňuje na nebezpečenstvo úrazu alebo ohrozenia zdravia.



**POZOR** Bezpečnostné upozornenie, ktoré upozorňuje na možné poškodenie prístroja/príslušenstva.



**Upozornenie** Upozornenie, ktoré upozorňuje na dôležité informácie



Prístroj je vybavený dvojitou ochrannou izoláciou a zodpovedá teda triede ochrany 2.

## 1. Na oboznámenie

### Funkcie prístroja

Pomocou tohto elektrického Shiatsu masážneho prístroja môžete účinne a bez cudzej pomoci poskytnúť blahodárnu masáž sebe alebo iným osobám. Masáže môžu mať uvoľňujúci alebo stimulačný účinok a s obľubou sa používajú na ošetrovanie svalových napätí, bolestí a únavy. Prístroj s univerzálnym klinovým tvarom poskytuje silnú, intenzívnu hĺbkovú masáž šije, chrbta, dolných a horných končatín. Položený na zemi je možné prístroj okrem toho používať pre vitalizujúcu masáž chodidiel.

Vďaka šikovej veľkosti a nízkej hmotnosti je možné prístroj jednoducho transportovať a pri nepoužívaní rýchlo odložiť.

Prístroj je určený iba na **osobné použitie**, nie na lekárske alebo komerčné účely.

Okrem toho vám Shiatsu masážny prístroj prináša nasledujúce výhody:

- dva voliteľné smery masáže
- jednoduchú obsluhu
- snímateľný poťah, ktorý možno opraviť
- odpojiteľný adaptér.

## 2. Predpísané použitie

Tento prístroj je určený na masáž jednotlivých častí ľudského tela (pozri kapitolu 6). Nemôže nahradiť lekárske ošetrovanie. Masážny prístroj nepoužívajte, ak sa na vás vzťahuje jedno alebo viaceré z nasledujúcich výstražných upozornení. Ak si nie ste istý, či je masážny prístroj pre vás vhodný, poraďte sa so svojim lekárom.



### VÝSTRAHA

Masážny prístroj nepoužívajte

- u detí mladších ako 15 rokov
- u zvierat
- pri prolapse medzistavcových platničiek alebo pri chorobných zmenách stavcov

- v žiadnom prípade na masáž v oblasti srdca, ak máte implantovaný kardiostimulátor a poraďte sa aj pre iné telesné partie najprv s vaším lekárom
- nikdy na opuchnutých, popálených, zapálených alebo poranených partiách pokožky a tela
- pri tržných ranách, kapilárach, kŕčových žilách, akne, kuperóze, herpesse alebo iných kožných ochoreniach
- počas tehotenstva
- v oblasti tváre (očí), na hrtane alebo iných obzvlášť citlivých častiach tela
- nikdy počas spánku
- po požití liekov alebo alkoholu (obmedzená schopnosť vnímania!)
- v aute.

Tento prístroj nie je určený na to, aby ho používali osoby (vrátane detí) s obmedzenými fyzickými, senzorickými alebo duševnými schopnosťami alebo nedostatočnými skúsenosťami a/alebo nedostatočnými vedomosťami, s výnimkou prípadu, ak prístroj používajú pod dohľadom osoby zodpovednej za ich bezpečnosť alebo od nej obdržali inštrukcie, ako prístroj používať.

Dohládajte na deti, aby sa s prístrojom nehrali.

Pred použitím masážneho prístroja sa poraďte so svojim lekárom

- ak trpíte ťažkou chorobou alebo ste prekonali operáciu
- pri horúčkovitých prechladnutiach, kŕčovych žilách, trombózach, zápaloch žíl, žltacke, diabetes, nervových ochoreniach (napr. ischias) alebo akútnych zápaloch

Prístroj je určený výlučne na účel popísaný v tomto návode na používanie. Výrobca nezodpovedá za škody vzniknuté nesprávnym alebo ľahkomyselným použitím prístroja.

### 3. Bezpečnostné pokyny

Prečítajte si pozorne tento návod na používanie! Nerešpektovanie nasledujúcich pokynov môže spôsobiť škody na zdraví osôb alebo vecné škody. Tento návod na používanie starostlivo uschovejte a sprístupnite ho aj iným používateľom. Pri postúpení prístroja odovzdajte aj tento návod na používanie.



#### **VÝSTRAHA**

Obalový materiál uchovávajte mimo dosahu detí. Hrozí nebezpečenstvo udusenía.



#### **VÝSTRAHA: Zasiahnutie elektrickým prúdom**

Ako každý elektrický prístroj treba aj tento masážny prístroj používať opatrne a rozvážne, aby sa eliminovali riziká úrazu elektrickým prúdom.

Používajte preto prístroj

- len s dodávaným adaptérom a len s na ňom uvedeným sieťovým napätím
- prístroj nikdy nepoužívajte, ak vykazuje zrejme vady.
- prístroj nepoužívajte v priestoroch, v ktorých sa používajú spreje (aerosóly) alebo podáva kyslík.
- prístroj nepoužívajte počas búrky.

V prípade chyby alebo výskytu prevádzkovej poruchy prístroj okamžite vypnite a odpojte ho od elektrickej siete. Pri odpájaní sieťového adaptéra zo zásuvky neťahajte za elektrický kábel alebo za prístroj. Prístroj nikdy nedržte ani neneste za sieťový kábel. Dodržujte bezpečnú vzdialenosť medzi káblami a horúcimi povrchmi.

Zabezpečte, aby masážny prístroj, adaptér a kábel neprišli do styku s vodou alebo inými kvapalinami. Používajte preto prístroj

- len v suchých vnútorných priestoroch
- len suchými rukami

- prístroj nikdy nepoužívajte vo vani, sprche alebo pri napustenom umývadle
- prístroj nikdy nepoužívajte v bazénoch, vírivkách alebo v saune
- prístroj nikdy nepoužívajte vo vonkajšom prostredí.

V žiadnom prípade nesiahajte na prístroj, ktorý spadol do vody. Odpojte okamžite adaptér od elektrickej siete.

## Opravy



### VÝSTRAHA

- Opravy elektrických prístrojov môžu vykonávať len odborne spôsobilé osoby. Neodbornou opravou môže pre používateľa vzniknúť vážne nebezpečenstvo. V prípade opráv sa obráťte na zákaznícky servis alebo na autorizovaného predajcu.
- Zips Shiatsu masážneho prístroja sa nesmie otvárať. Je použitý len z výrobnotechnických dôvodov.



### VÝSTRAHA: Nebezpečenstvo vzniku požiaru

Pri neodbornom použití resp. použití v rozpore s týmto návodom na používanie hrozí za určitých okolností nebezpečenstvo vzniku požiaru.

Nepoužívajte preto masážny prístroj

- nikdy dlhšie ako 15 minút (nebezpečenstvo prehriatia) a nechajte ho pred opätovným použitím minimálne 15 minút vychladnúť.
- nikdy bez dozoru, najmä ak sú v blízkosti detí.
- nikdy pod prikrývkou, ako je napr. deka, vankúš,...
- nikdy v blízkosti benzínu alebo iných ľahko zápalných látok.

## Manipulácia



### POZOR

Po každom použití a pred každým čistením prístroja tento vypnite a odpojte sieťový adaptér.

- Nevstrkujte do otvorov a do rotujúcich častí prístroja žiadne predmety. Dbajte na to, aby sa pohyblivé časti prístroja mohli vždy voľne pohybovať.
- Dbajte na to, aby nedošlo k zachyteniu vlasov do prístroja. Noste prípadne sieťku na vlasy.
- Zamedzte kontaktu s hrotitými alebo ostrými predmetmi.
- Prístroj a kábel nezalamujte.
- Nesedte alebo nestojte na prístroji plnou váhou a naukladajte na prístroj žiadne predmety.
- Nekladte prístroj na citlivé povrchy, aby sa zamedzilo ich poškodeniu zipsom.
- Chráňte prístroj pred príliš blízkymi tepelnými zdrojmi ako sú pece, vykurovacie telesá alebo priame slnečné svetlo.

## Likvidácia



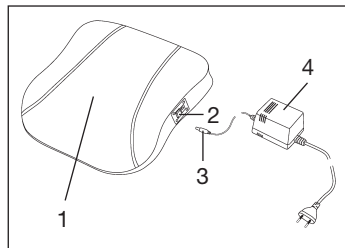
### POZOR

Dodržiujte miestne predpisy pre likvidáciu materiálov. Prístroj zlikvidujte v súlade s vyhláškou o likvidácii vyradených elektrických a elektronických zariadení 2002/96/EC – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). V prípade otázok sa obráťte na komunálnu inštitúciu príslušnú pre odpadové hospodárstvo.



## 4. Popis prístroja

### Shiatsu masážny vankúš (predná strana)



- 1: Štyri masážne hlavice, rotujúce v pároch
- 2: Prepínač, 3 polohový
  - Poloha I: zapnutie masáže nahor
  - Poloha 0: vypnutie masážneho prístroja
  - Poloha II: zapnutie masáže nadol
- 3: vyťahovateľný konektor v puzdre
- 4: adaptér

## 5. Uvedenie do prevádzky

- Odstráňte všetky obalové materiály a prepravné poistky.
- Skontrolujte prístroj, adaptér a kábel, či nie sú poškodené.
- Navlečte na prístroj ochranný poťah, ak ešte nie je navlečený.
- Zastrčte konektor do dierky masážneho prístroja. Prepínač sa musí nachádzať v polohe 0. Ak tomu tak nie je, prepnite ho do polohy 0.



### VÝSTRAHA

- Prístroj nepoužívajte, ak prístroj alebo jeho príslušenstvo vykazuje zřejmé poškodenie.
- Prístroj používajte len s dodávaným adaptérom a len s na ňom uvedeným sieťovým napätím.
- Kábel položte tak, aby ste sa na ňom nepotkli.
- Pripojte prístroj na elektrickú sieť tým, že zastrčíte adaptér do elektrickej zásuvky.

## 6. Obsluha

Zapnite masážny prístroj pomocou bočného spínača. Prepnutím do polohy „I“ alebo „II“ súčasne určíte smer masáže:

- Poloha I: masážne hlavice rotujú proti sebe v pohybe smerujúcom nahor
- Poloha II: masážne hlavice rotujú proti sebe v pohybe smerujúcom nadol

Ak chcete prístroj vypnúť, zvolte stredovú polohu (poloha 0.)



### Upozorneniet

- Počas masáže noste ľahký odev.
- Jemnú masáž dosiahnete položením poskladaného uteráka medzi masážny prístroj a telo.
- Masážny prístroj používajte maximálne po dobu 15 minút. Pri dlhšej dobe masáže môže nadmerná stimulácia svalov viesť k svalovému napätiu namiesto uvoľneniu.
- Nepoužívajte masážny prístroj krátko pred spaním. Masáž môže mať aj stimulačný účinok a spôsobiť poruchy pri zaspávaní.



### VÝSTRAHA

Masáž musíte v každom okamžiku pociťovať ako príjemnú a uvoľňujúcu. Prerušte masáž alebo zmeňte polohu masážneho prístroja, ak pociťujete masáž ako bolestivú alebo nepríjemnú.

- Aby sa zamedzilo privretiu častí tela, NEOPIERAJTE sa o masážne hlavice, ak chcete prispôbiť/zmeniť polohu tela alebo masážneho prístroja.
- Nestrkajte žiadnu časť vášho tela, najmä prsty, medzi rotujúce masážne hlavice a ich držiaky na prístroji.

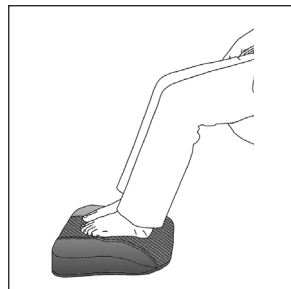
Časť tela, ktorú chcete masírovať, pritlačte spočiatku len opatrne na masážny prístroj. Dbajte predovšetkým aj v ľahu na to, aby ste príslušnú časť tela mierne nadľahčovali. Potom opatrne skontrolujte, či je masážna poloha pre vás príjemná a preneste váhu tela postupne smerom na masážny prístroj.



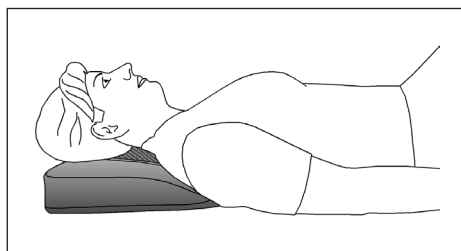
Masáž chrbta: horná časť chrbta



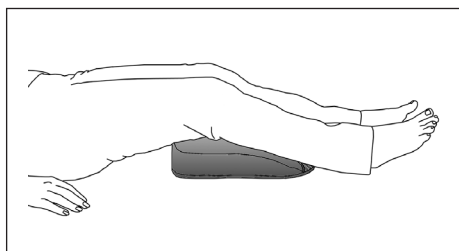
Masáž chrbta: dolná časť chrbta (driekový stavec)



Masáž chodidiel



Masáž šije



Masáž dolných končatín

## 7. Ošetrovanie a uchovávanie

### Čistenie



#### VÝSTRAHA

- Pred každým čistením prístroj odpojte od elektrickej siete.
- Prístroj čistite iba určeným spôsobom. Do prístroja alebo jeho príslušenstva nesmie v žiadnom prípade vniknúť voda.
- Prístroj použite opätovne až vtedy, keď je úplne suchý.

Utrite odpojený a vychladnutý prístroj pomocou len mierne navlhčenej handričky. Môžete na to použiť jemný čistiaci prostriedok. Snímateľný poťah je možné prať v práčke pri 40 °C. Všímnite si symboly pre ošetrovanie a čistenie uvedené na štítku našitom na poťahu.

### Skladovanie

- Masážny prístroj skladujte na suchom a chladnom mieste, ktoré nie je dostupné deťom. Odporúčame prístroj uchovávať v originálnom balení.
- Zamedzte kontaktu s hrotitými alebo ostrými predmetmi, ktoré by mohli poškodiť prístroj alebo poťah.

## 8. Čo robiť v prípade problémov?

Problém	Príčina	Možnosť odstránenia
Masážne hlavice rotujú pomaly.	Masážne hlavice sú príliš zaťažené.	Odlahčite masážne hlavice.
Masážne hlavice sa nepohybujú.	Prístroj nie je pripojený na elektrickú sieť.	Pripojte adaptér na elektrickú sieť a zapnite prístroj.
	Prepínač je v polohe 0.	Zapnite prístroj (poloha I alebo II).
	Zareagovala ochrana proti prehriatiu.	Odpojte prístroj od elektrickej siete, počkajte minimálne 15 minút, uvoľnite príp. zablokované masážne hlavice, prístroj nanovo pripojte na elektrickú sieť a zapnite ho.

## 9. O masáži Shiatsu

Shiatsu je forma telesnej masáže, ktorá bola pred cca 100 rokmi vyvinutá v Japonsku a zakladá sa na predstavách tradičnej čínskej medicíny. Základom je systém ciest prúdenia energie (meridiánový systém) v ľudskom tele.

Cieľom masáže Shiatsu je podpora fyzickej, emocionálnej a duševnej pohody ošetrovanej osoby. K tomu je potrebné uvoľniť energetické bloky a zápchy v cestách prúdenia energie a stimulovať samoregulačné sily tela.

Terapeut Shiatsu toto dosiahne tým, že plynulými pohybmi vyvíja tlak pozdĺž ciest prúdenia energie (meridiány). I keď Shiatsu v doslovnom preklade znamená "tlak-prst", používa sa na masáž okrem prstov aj päšť, lakeť a koleno. Terapeut pritom na vyvinutie potrebného tlaku využíva hmotnosť svojho celého tela. Vo vašom Shiatsu masážnom prístroji sa nachádzajú masážne hlavice, ktoré simulujú tlačné a hnetiace pohyby používané pri Shiatsu masáži.

## Obseg dobave

- Masažna blazina shiatsu
- Snemljiva prevleka
- Omrežni vtič
- Ta navodila za uporabo

## Legenda

Naslednji simboli so uporabljeni v navodilih za uporabo in na tipski tablici:



**OPOZORILO** Opozorilo na nevarnost telesnih poškodb ali nevarnost za zdravje.



**POZOR** Opozorilo na možnost poškodb na napravi/opremi.



**Napotek** Opozorilo na pomembne informacije.



Aparat ima dvojno zaščitno izolacijo in tako ustreza zaščitnemu razredu 2.

## 1. Kratak opis

### Funkcije aparata

S tem električnim masažnim aparatom shiatsu lahko učinkovito in brez pomoči drugih masirate sebe ali druge osebe. Masaže so lahko sproščujoče ali poživljajoče. Z njimi si radi pomagajo pri mišičnih napetostih, bolečinah in utrujenosti. Aparat univerzalne klinaste oblike ponuja energično, intenzivno globinsko masažo za vrat, hrbet, roke in noge. Če ga položite na tla, pa ga lahko uporabite tudi za poživljajočo masažo stopal.

Aparat je zaradi svoje priročne velikosti in majhne teže enostaven za prenašanje in shranjevanje.

Aparat je namenjen samo za **osebno** in ne za medicinsko ali komercialno uporabo.

Masažni aparat shiatsu ima poleg tega tudi naslednje prednosti:

- dve smeri masaže,
- enostavna uporaba,
- snemljiva in pralna prevleka,
- omrežni vtič, ki ga lahko izvlečete.

## 2. Pravilen način uporabe

Aparat je namenjen za masažo posameznih delov človeškega telesa (glejte 6. poglavje). Aparat ne more nadomestiti zdravniške oskrbe. Masažnega aparata ne smete uporabljati, če za vas velja eden ali več naslednjih opozoril. Če niste prepričani, ali je masažni aparat primeren za vas, se posvetujte s svojim zdravnikom.



### **OPOZORILO!**

Masažnega aparata ne uporabljajte:

- pri otrocih, mlajših od 15 let;
- za živali;
- pri zdrsu medvretenčne plošče ali bolezenskih spremembah vretenc;
- za masažo na področju srca, če nosite srčni spodbujevalnik. V tem primeru se pred masažo drugih delov telesa najprej posvetujte s svojim zdravnikom;
- na oteklih, opečenih, vnetih ali poškodovanih delih kože in telesa;
- pri raztrganinah, kapilarah, krčnih žilah, aknah, kuperози, herpesu in drugih kožnih boleznih;
- med nosečnostjo;

- na obrazu (očeh), na grlu ali drugih posebej občutljivih delih telesa;
- med spanjem;
- po zaužitju zdravil ali alkohola (omejena sposobnost zaznave!);
- v avtomobilu.

Tega aparata ne smejo uporabljati osebe (vključno otroci), ki imajo omejene fizične, senzorične ali psihične sposobnosti ali premalo izkušenj in/ali ne poznajo aparata dovolj, razen če jih nadzoruje oseba, ki je odgovorna za njihovo varnost oziroma jih pouči o tem, kako se aparat uporablja.

Paziti je treba na to, da se otroci ne bodo igrali z aparatom.

Pred uporabo aparata se posvetujte z zdravnikom:

- če trpite za težko boleznijo ali po operaciji;
- pri prehladih s povišano telesno temperaturo, krčnih žilah, trombozah, vnetju ven, zlatenici, diabetesu, živčnih obolenjih (npr. išias) ali akutnih vnetjih.

Aparat je predviden samo za namen uporabe, kot je opisano v navodilu za uporabo. Proizvajalec ne more prevzeti odgovornosti za škodo, ki je nastala zaradi nepravilne ali lahkomišelnne uporabe aparata.

### 3. Varnostni napotki

Pazljivo preberite ta navodila za uporabo! Neupoštevanje napotkov v nadaljevanju lahko povzroči telesne poškodbe ali materialno škodo. Navodila za uporabo shranite in poskrbite, da bodo dostopna tudi drugim uporabnikom. Navodila za uporabo ob predaji izdelka izročite novemu uporabniku.



#### **OPOZORILO**

Embalažo hranite izven dosega otrok. Obstaja nevarnost zadušitve.



#### **OPOZORILO: električni udar**

Kot vse električne naprave je treba tudi ta masažni aparat previdno in preudarno uporabljati, da se prepreči nevarnost električnega udara.

Aparat zato

- uporabljajte samo s priloženim omrežnim vtičem in samo pri omrežni napetosti, ki je navedena na delu, ki ga priključite v električno omrežje;
- ne uporabljajte, če sta aparat ali oprema vidno poškodovana;
- ne uporabljajte v prostorih, kjer se uporablja razpršila (aerosole) ali dodaja kisik;
- ne uporabljajte med nevihto.

Če pride do okvar ali motenega delovanja, takoj izklopite aparat in ga izključite iz električnega omrežja. Kadar želite vtič odstraniti iz vtičnice, ne vlecite za električni kabel ali aparat. Aparata nikoli ne držite ali nosite tako, da ga držite za omrežni kabel. Kabli ne smejo priti preblizu toplih površin.

Pazite, da masažni aparat, omrežni vtič in kabel ne pridejo v stik z vodo ali drugimi tekočinami. Aparat zato uporabljajte:

- samo v suhih notranjih prostorih,
- samo s suhimi rokami,
- nikoli v kopalni kadi, prhi ali v bližini polnih umivalnikov,
- nikoli v plavalnem bazenu, whirlpoolu ali savni,
- nikoli na prostem.

Če aparat pade v vodo, ga ne smete pobrati iz nje. Takoj izvlecite vtič iz omrežja.

## Popravila



### OPOZORILO!

- Popravila električnih naprav smejo izvajati le strokovnjaki. Napačno opravljena popravila lahko povzročijo občutne nevarnosti za uporabnika. Za popravilo se obrnite na servisno službo ali pooblaščenega trgovca.
- Zadrge na masažnem aparatu shiatsu ne smete odpirati. Nameščena je samo zaradi proizvodno-tehničnih razlogov.



### OPOZORILO: nevarnost požara

Pri nepravilni uporabi oz. uporabi, ki ni skladna s pričujočimi navodili za uporabo, obstaja v nekaterih primerih nevarnost požara!

Aparata zato ne:

- uporabljajte dlje kot 15 minut (nevarnost pregrevanja) in pred ponovno uporabo počakajte vsaj 15 minut, da se ohladi;
- puščajte prižganega brez nadzora, zlasti če so v bližini otroci;
- uporabljajte pokritega, npr. pod odejo, blazino ...
- uporabljajte v bližini bencina ali drugih lahko vnetljivih snovi.

## Ravnanje z aparatom



### POZOR!

Po vsaki uporabi in pred čiščenjem morate aparat izklopiti in izvleči vtič iz vtičnice.

- V odprtine aparata in vrteče dele ne smete ničesar vtakniti. Pazite, da se bodo premični deli lahko vedno prosto premikali.
- Pazite, da se v aparat ne zapletejo lasje. Po potrebi si nadenite mrežico za lase.
- Aparat naj ne pride v stik s koničastimi ali ostrimi predmeti.
- Aparata in kabla ne prepogibajte.
- Na aparat se ne smete usesti ali stopiti s polno težo in nanj tudi ne smete ničesar odlagati.
- Aparata ne postavljajte na občutljive površine, da jih zadrge na aparatu ne bi poškodovala.
- Aparat naj ne pride preblizu virom toplote, kot so pečice, radiatorji ali neposredna sončna svetloba.

## Odstranitev



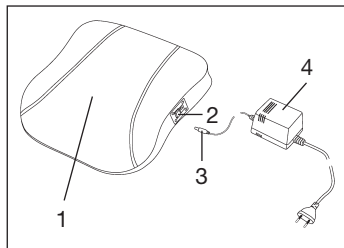
### POZOR

Upoštevajte nacionalne predpise za odstranjevanje materialov. Aparat odstranite v skladu z Uredbo o električnih in elektronskih odpadnih napravah 2002/96/ES-WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Če imate vprašanja, se obrnite na komunalni organ, ki je pristojen za odstranjevanje odpadkov.



## 4. Opis aparata

### Masažna blazina shiatsu (sprednja stran)



- 1: Štiri masažne glave, paroma se vrtijo
- 2: Tristopenjsko stikalo
  - Stopnja I: vklop masaže v smeri naprej
  - Stopnja 0: izklop masažnega aparata
  - Stopnja II: vklop masaže v smeri nazaj
- 3: Izvlečni priključni vtič v dozi
- 4: Omrežni vtič

## 5. Zagon

- Odstranite vsa embalažna in transportna varovala.
- Preverite aparat, vtič in kabel, ali so kaj poškodovani.
- Na aparat namestite zaščitno prevleko, če še ni nameščena.
- Priključni vtič vtaknite v dozo na masažnem aparatu. Stikalo mora biti nastavljeno na stopnjo 0. Če ni, ga preklopite na stopnjo 0.



### OPOZORILO

- Aparata ne uporabljajte, če sta aparat ali oprema vidno poškodovana.
- Aparat uporabljajte samo s priloženim omrežnim vtičem in samo pri omrežni napetosti, ki je navedena na vtiču.
- Kabel položite tako, da se ne bo nihče spotaknil.
- Aparat priključite na električno omrežje, tako da omrežni vtič vstavite v vtičnico.

## 6. Uporaba

S stranskim stikalom vklopite masažni aparat. S stopnjama stikala „I“ ali „II“ določite smer masaže.

- Položaj stikala I: masažne glave se vrtijo v smeri naprej ena proti drugi.
- Položaj stikala II: masažne glave se vrtijo v smeri nazaj ena proti drugi.

Če želite aparat izklopiti, prestavite stikalo na srednji položaj (stopnja 0).



### Napotek

- Med masažo nosite lahka oblačila.
- Za nežnejšo masažo položite prepognjeno brisačo med masažni aparat in telo.
- Masažni aparat lahko uporabljate največ 15 minut. Pri daljši masaži lahko prekomerna stimulacija povzroči mišično napetost namesto sprostitve.
- Masažnega aparata ne uporabljajte tik pred spanjem. Masaža vas lahko poživí, zato se lahko zgodí, da boste težje zaspali.



### OPOZORILO

Masaža mora biti vedno prijetna in sproščujoča. Če postane masaža boleča ali neprijetna, jo takoj prekinite ali spremenite položaj masažnega aparata.

- Da se ne bi priščipnili, se NE naslanjajte na masažne glave, ko spreminjate/prilagajate svoj položaj ali namestitev masažnega aparata.
- Med vrteče masažne glave in njihova držala v aparatu ne vtikajte in stiskajte nobenih delov telesa, zlasti ne prstov.

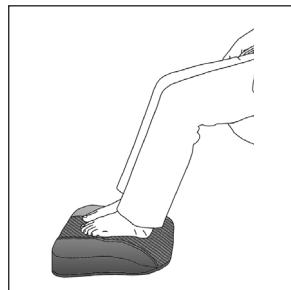
Del telesa, ki ga želite masirati, na začetku le previdno pritisnite na masažni aparat. Zlasti če ležite, morate paziti, da ustrezni del telesa rahlo privzdignete. Nato previdno poskusite, ali je masažni položaj prijeten in nato svojo težo vedno bolj prestavljajte v smeri masažnega aparata.



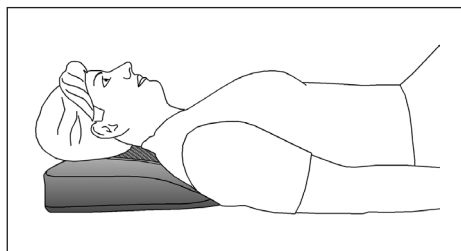
Masaža hrbta: zgornji del hrbta



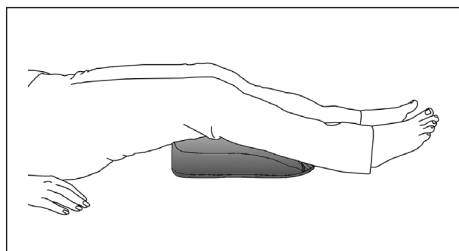
Masaža hrbta: spodnji del hrbta (ledvena vretenca)



Masaža stopal



Masaža vrata



Masaža nog

## 7 Nega in shranjevanje

### Čiščenje



#### OPOZORILO

- Aparat pred vsakim čiščenjem izklopite.
- Aparat čistite le na navedeni način. V aparat in opremo nikakor ne sme priti tekočina.
- Aparat ponovno uporabite šele takrat, ko je popolnoma suh.

Aparat, ki ste ga izklopili iz omrežja in se je ohladil, očistite z rahlo navlaženo krpo. V ta namen lahko uporabite blago čistilno sredstvo. Snemljivo prevleko lahko operete v pralnem stroju pri 40 °C. Upoštevajte simbole za nego in čiščenje na etiketi, ki je našita na prevleki.

### Shranjevanje

- Masažni aparat shranjujte na suhem, hladnem mestu, kjer otrokom ne bo dosegljiv. Priporočljivo je, da ga shranjujete v originalni embalaži.
- Aparat naj ne pride v stik s koničastimi ali ostrimi predmeti, ki bi lahko poškodovali aparat ali prevleko.

## 8. Kaj storiti ob težavah?

Težava	Vzrok	Odpravljanje
Masažne glave se vrtijo prepočasi.	Masažne glave so preobremenjene.	Sprostite jih.
Masažne glave se ne premikajo.	Aparat ni priključen v električno omrežje.	Vključite vtič v omrežje in vklopite aparat.
	Stikalo je na položaju 0.	Vklopite aparat (stikalo na položaju I ali II).
	Sprožilo se je varovalo proti pregrevanju.	Aparat izključite iz električnega omrežja, počakajte najmanj 15 minut, da se ohladi, po potrebi sprostite blokirane masažne glave, ponovno povežite aparat z električnim omrežjem in ga vklopite.

## 9. O masaži shiatsu

Shiatsu je masažna tehnika, ki so jo razvili na Japonskem pred približno sto leti. Temelji na predstavah tradicionalne kitajske medicine. Osnova je sistem energetskih kanalov (meridianov) v človeškem telesu.

Cilj masaže shiatsu je, da pri pacientu spodbuja psihično, čustveno in duhovno dobro počutje. Pri tem je treba sprostiti energetske blokade in zastoje v energetskih kanalih in spodbuditi samouravnavaajoče sile telesa.

Terapevt shiatsu to doseže tako, da v tekočem gibanju pritiska vzdolž energetskih kanalov (meridianov). Čeprav beseda „shiatsu“ dobesedno pomeni „pritisk s prsti“, se pri masaži poleg prstov uporablja tudi pesti, komolce in kolena. Terapevt pri tem uporabi vso svojo telesno težo, da bi lahko ustvaril potreben pritisk. V tem masažnem aparatu shiatsu pa so nameščene masažne glave, ki posnemajo pritisk in gnetenje pri masaži shiatsu.

## Szállítási terjedelem

- Shiatsu masszázspárna
- Levehető huzat
- Dugaszó tápegység
- Ez a használati útmutató

## Ábramagyarázat

A használati útmutatóban és a típustáblán a következő szimbólumokat használjuk:



**FIGYELMEZTETÉS** Figyelmeztetés a sérülésveszélyekre, vagy az Ön egészségére leselkedő veszélyekre.



**FIGYELEM** Biztonsági utalás a készülék/tartozék lehetséges károsodásaira.



**Útmutatás** Utalás a fontos információkra



A készülék kétszeres védőszigeteléssel rendelkezik, és így megfelel a 2-es védelmi osztálynak.

## 1. Ismerkedés a készülékkel

### A készülék funkciói

Ezzel az elektromos Shiatsu masszírozó készülékkel hatásosan és segítség nélkül végezhet jótékony masszázst saját magán vagy más személyeken. A masszírozás feszültségoldó, ellazító vagy élénkítő hatású lehet, és nagyon jól alkalmazható izommerevségek, fájdalmak és fáradtság kezelésére. Az univerzális ék formájú készülék erőteljes, intenzív mélymasszázst kínál a nyak, hát, lábak és karok számára. A készüléket a padlón elhelyezve, élénkítő talpmasszázsához is lehet alkalmazni.

A készülék egyszerűen szállítható a kézhezálló méretnek és a kis súlynak köszönhetően, és ha nem használja, gyorsan elrakható.

A készüléket csak saját **használatra szántuk**, nem pedig orvosi vagy kereskedelmi célokra.

A Shiatsu masszírozó készülék a következő további előnyöket kínálja Önnek:

- két választható masszírozási irány
- egyszerű kezelés
- levehető és kimosható huzat
- bedugható dugaszoló tápegység.

## 2. Rendeltetészerű használat

Ez a készülék az emberi test egyes részeinek masszírozására szolgál (lásd a 6. fejezetet). Nem helyettesítheti az orvosi kezelést. Ne használja a masszírozó készüléket, ha a következő figyelmeztetések közül egy vagy több Önre is igaznak bizonyul! Abban az esetben ha nem biztos abban, hogy a masszírozó készülék megfelelő-e az Ön számára, kérdezze meg az orvosát!



### FIGYELMEZTETÉS

A masszírozó készülék használata tilos

- 15 év alatti gyermekeknél
- állatoknál
- porckorongsérvtől vagy a gerincoszlop kóros elváltozása esetén
- szívkönyvéki masszírozásra ha Ön szívritmus-szabályozót visel, és ezért más testtájékokra vonatkozóan is kérdezze meg az orvosát

- dagadt, égett, gyulladásban levő vagy sérült bőr- és testfelületeken
- szakított sebek, hajszálerék, visszértágulatok, akne, couperose, herpesz vagy más bőrbetegségek esetén
- terhesség alatt
- az arcon (szemen), a gégefőn vagy más, különösen érzékeny testrészekon
- alvás közben
- gyógyszerek bevétele vagy alkoholfogyasztás után (korlátozott érzékelőképesség)
- autóban.

Ez a készülék nem arra szolgál, hogy korlátozott fizikai, érzékszervi vagy szellemi képességű személyek (beleértve a gyermekeket is), vagy olyanok használják, akik nem rendelkeznek kellő tapasztalattal és/vagy tudással, kivéve, ha egy biztonságukért felelősséget vállaló személy felügyeli őket, vagy ha útmutatást kaptak tőle a készülék használatára vonatkozóan.

A gyermekekre figyelni kell, hogy ne játsszanak a készülékkel.

A masszírozó készülék használata előtt kérdezze meg az orvosát

- ha súlyos betegségben szenved vagy nemrég operálták,
- lázas meghűlések, visszértágulatok, trombózis, vénagyulladás, sárgaság, cukorbetegség, ideg-megbetegedések (pl. isiász) vagy akut gyulladások esetén.

A készülék kizárólag a használati utasításban említett célra használható. A géártót nem terheli szavatossági felelősség abban az esetben, ha szakszerűtlen vagy könnyelmű használat miatt következnek be károsodások.

### 3. Biztonsági útmutatások

Olvassa el gondosan ezt a használati útmutatót! Az alábbi utasítások figyelmen kívül hagyása személyi és tárgyi sérülésekhez vezethet. Őrizze meg a használati útmutatót, és tegye hozzáférhetővé más felhasználók számára is! A készülék továbbadásakor adja át ezt az útmutatót!



#### **FIGYELMEZTETÉS**

A gyermekeket tartsa távol a csomagolóanyagtól! Fulladásveszély áll fenn.



#### **FIGYELMEZTETÉS: Áramütés**

Mint minden elektromos készüléket, ezt a masszírozó készüléket is óvatosan és körültekintően kell használni, hogy elkerülje az áramütést.

Ezért a készüléket

- csak a hozzá mellékelt dugaszoló tápegységgel és csak a tápegységen feltüntetett hálózati feszültséggel használja
- soha ne használja, ha a készüléken vagy a tartozékon látható sérülések vannak
- ne használja olyan helyiségekben, ahol spray-t (aeroszolt) használnak, vagy oxigént adnak be
- ne használja zivatar idején

Meghibásodás vagy üzemzavar esetén azonnal kapcsolja ki a készüléket, és válassza le az áramhálózatról! Ne a kábelnél vagy a készüléknél fogva húzza, ha a dugaszoló tápegységet ki akarja húzni a dugaszolóaljzatból! Soha ne tartsa vagy hordozza a készüléket a hálózati kábelnél fogva! Tartson távolságot a kábelek és a meleg felületek között!

Biztosítsa, hogy a masszírozó készülék, a dugaszoló tápegység és a kábel ne kerüljön érintkezésbe vízzel vagy más folyadékokkal! Ezért a készüléket

- csak száraz belső terekben használja
- csak száraz kézzel fogja meg
- soha ne használja fürdőkádban, zuhany alatt vagy vízzel teli mosdókagylónál
- úszómedencében, sugármasszázs-kádban vagy szaunában
- szabadban.

Semmiképp se kapjon a készülék után ha a vízbe esett! Azonnal húzza ki a hálózati csatlakozót!

## Javítás



### FIGYELMEZTETÉS

- Az elektromos készülékek javítását kizárólag szakemberre szabad bízni. A szakszerűtlen javítások jelentős veszélyekkel járhatnak a felhasználó számára. Ha javításokra van szükség, forduljon a vevőszolgálathoz vagy az erre felhatalmazott kereskedőkhöz!
- A Shiatsu masszírozó készülék cipzáriját nem szabad kinyitni. Ezt csak gyártástechnikai okokból alkalmazzuk.



### FIGYELMEZTETÉS: Tűzveszély

Szakszerűtlen ill. a jelen használati útmutatóval ellenkező használat esetén bizonyos körülmények között tűzveszély áll fenn!

Ezért a készüléket ne működtesse

- soha 15 percnél hosszabb ideig (túlmelegedés-veszély), és újbóli használat előtt legalább 15 percig hagyja hűlni a készüléket!
- soha felügyelet nélkül, különösen, ha gyermekek vannak a közelben!
- soha lefedve, pl. takaróval, párnával,...
- soha benzin vagy más gyúlékony anyagok közelében.

## Kezelés



### FIGYELEM

Minden használat után és minden tisztítás előtt ki kell kapcsolni a készüléket, és ki kell húzni a dugaszoló tápegységet!

- Nem szabad tárgyakat dugni a készülék nyílásaiba és semmit nem szabad betenni a forgó alkatrészek közé! Ügyeljen arra, hogy a mozgó alkatrészek mindig szabadon járhasanak!
- Ügyeljen arra, hogy a haja ne akadjon bele a készülékbe! Esetleg viseljen hajhálót!
- Kerülje az érintkezést hegyes vagy éles tárgyakkal!
- A készüléket és a kábelt ne törje meg!
- Ne üljön vagy álljon rá teljes súllyal a készülékre, és ne helyezzen rá tárgyakat!
- A készüléket ne tegye kényes felületekre, hogy elkerülje a cipzár okozta sérüléseket!
- Óvja a készüléket a túl közeli hőforrásoktól, úgymint kályháktól, fűtőtestektől vagy közvetlen napsugárzástól!

## Hulladék-ártalmatlanítás



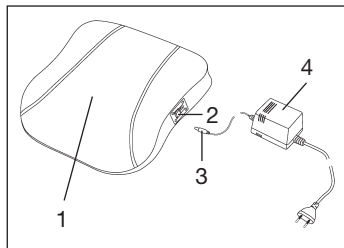
### FIGYELEM

Az anyagok ártalmatlanításakor tartsa be a helyi előírásokat! A készülék ártalmatlanításáról gondoskodjon az elhasznált elektromos és elektronikus készülékekről szóló 2002/96/EG – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) rendelet szerint. További felvilágosítás érdekében forduljon a hulladékkezelésért felelős helyi hatósághoz!



## 4. A készülék ismertetése

### Shiatsu masszázspárna (elülső oldal)



- 1: Négy masszírozó fej, páronként forgó
- 2: Kapcsoló, 3-fokozatú
  - I-es fokozat: Felfelé masszírozás bekapcsolása
  - 0-ás fokozat: Masszírozó készülék kikapcsolása
  - II-es fokozat: Lefelé masszírozás bekapcsolása
- 3: Kihúzható csatlakozódugó a kapcsolóhüvelyben
- 4: Dugaszoló tápegység

## 5. Üzembe helyezés

- Távolítsa el az összes csomagolás- és szállítás-biztosítót!
- Ellenőrizze a készüléket, a dugaszoló tápegységet és a kábelt, nincsenek-e rajtuk sérülések!
- Húzza át a készüléket védőhuzattal, ha nem lenne még huzat ráhúzva!
- Dugja be a csatlakozódugót a masszírozó készüléken található kapcsolóhüvelybe! A kapcsolónak 0 fokozaton kell állnia. Ha nem így van, kapcsolja 0 fokozatra!



### FIGYELMEZTETÉS

- Ne használja a készüléket, ha a készüléken vagy a tartozékon látható sérülések vannak!
- A készüléket csak a hozzá mellékelt dugaszoló tápegységgel és csak a tápegységen feltüntetett hálózati feszültséggel használja!
- A kábelt botlásmentesen helyezze el!
- Csatlakoztassa a készüléket az áramhálózatra oly módon, hogy a dugaszoló tápegységet bedugja a dugaszolóaljzatba!

## 6. Használat

Kapcsolja be a masszírozó készüléket az oldalt található kapcsolóval! Az „I” vagy „II” kapcsolóállással határozza meg a masszírozás irányát is:

- I-es kapcsolóállás: a masszírozó fejek felfelé irányuló mozgásban forognak egymással szemben.
- II-es kapcsolóállás: a masszírozó fejek lefelé irányuló mozgásban forognak egymással szemben.

Válassza a középső kapcsolóállást (0 fokozat) a készülék kikapcsolásához!



### Útmutatás

- Masszírozás közben könnyű ruházatot viseljen!
- Az enyhébb masszírozást úgy éri el, ha egy összehajtogatott kendőt tesz a masszírozó készülék és a teste közé!
- A masszírozó készüléket max. 15 percig használja! Hosszabb masszírozási idő esetén az izmok túlstimulálása ellazulás helyett túlfeszüléshez vezethet.
- Ne röviddel a lefekvés előtt használja a masszírozó készüléket! A masszírozásnak stimuláló hatása is lehet és ez elalvási zavarokat okozhat.



### FIGYELMEZTETÉS

A masszírozást mindig kellemesnek és ellazítónak kell érezni. Szakítsa meg a masszírozást vagy változtassa meg a masszírozó készülék pozícióját, ha a masszírozást fájdalmasnak vagy kellemetlennek érzi!

- A becsípődés elkerüléséhez NE támaszkodjon rá a masszírozó fejekre, ha a testhelyzetét vagy a masszírozó készülék pozícióját megváltoztatja!

- Egyetlen testrészét se, de különösen az ujjait ne csíptesse vagy erőltesse be a készüléken levő forgó masszírozó fejek és azok tartói közé!

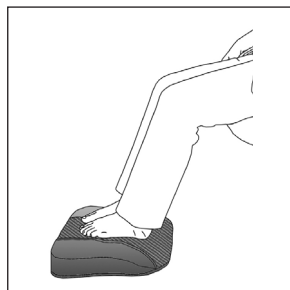
Testének azon részét, amelyet masszírozni szeretne, először csak óvatosan nyomja rá a masszírozó készülékre! Mindenekelőtt fekvő helyzetben ügyeljen arra, hogy a megfelelő testrészét kicsit emelje meg! Majd óvatosan ellenőrizze, hogy a masszírozási pozíció kellemes-e Önnek, és csak azután helyezze át lassanként a súlyt masszázskészülék-irányba!



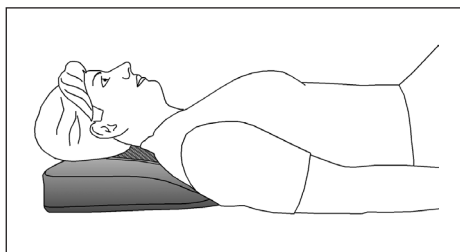
Hátmasszázs: a hát felső része



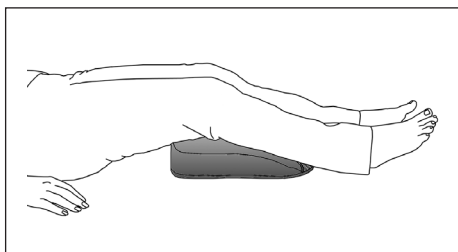
Hátmasszázs: a hát alsó része (ágyékcsigolya)



Talpmasszázs



Nyakmasszázs



Lábmasszázs

## 7. Ápolás és tárolás

### Tisztítás



#### FIGYELMEZTETÉS

- Minden tisztítás előtt húzza ki a készüléket!
- A készüléket csak a megadott módon tisztítsa! Semmiképp sem hatolhat be folyadék a készülékbe vagy a tartozékba.
- A készüléket csak akkor használja újra, ha teljesen megszáradt!

A kihúzott és lehűtött készüléket csak egy enyhén nedves kendővel törölje szárazra! Ehhez egy enyhe tisztítószer használjon! A levehető huzat mosógépben 40 °C-on mosható. Vegye figyelembe a huzatra rávarrt címkén látható ápolási és tisztítási szimbólumokat!

### Tárolás

- A masszírozó készüléket gyermekektől elzárva, száraz, hűvös helyen tárolja! Javasoljuk, hogy az eredeti csomagolásban tárolja!
- Kerülje az érintkezést hegyes vagy éles tárgyakkal, amelyek megsérthetik a készüléket vagy a huzatot!

## 8. Mi a teendő problémák esetén?

Probléma	Ok	Elhárítás
A masszírozó fejek lelassulva forognak.	A masszírozó fejek túl nagy terhelésnek vannak kitéve.	Tegye szabaddá a masszírozó fejeket!
A masszírozó fejek nem mozognak.	A készülék nincs hálózatra csatlakoztatva.	Dugja be a hálózati csatlakozót, és kapcsolja be a készüléket.
	A kapcsoló 0 kapcsolóállásban van.	Kapcsolja be a készüléket (I-es vagy II-es kapcsolóállás).
	Kioldott a túlmelegedés-védelem.	A készüléket válassza le a hálózatról, legalább 15 percig várjon, az esetleg blokkolt masszírozó fejeket tegye szabaddá, újból csatlakoztassa vissza és kapcsolja be!

## 9. A Shiatsu masszázsról

A Shiatsu a testmasszázsnek egy mintegy 100 évvel ezelőtt kifejlesztett formája, és a hagyományos kínai gyógyászat elképzelésein alapul. Az alap az emberi testben levő energiavezető pályák rendszere (meridián-rendszer).

A Shiatsu masszázs célja, hogy elősegítse a kezelt személy fizikai, emocionális és jó szellemi közérzetét. Ehhez fel kell oldani az energetikai blokádot és pangásokat az energiavezető pályákon, és stimulálni kell a test önszabályozó erőit.

A Shiatsu terapeuta ezt úgy éri el, hogy folyamatos mozgásokban nyomást gyakorol az energiavezető pályák (meridiánok) mentén. Jóllehet a Shiatsu szó szerinti fordításban „ujj-nyomást” jelent, a kezelést az ujjakon kívül hüvelykujjpárnával, könyökkel és térdel is végezni. A terapeuta közben egész testsúlyát felhasználja ahhoz, hogy a szükséges nyomást kifejtsse. Az Ön Shiatsu masszírozó készülékében forgó masszírozó fejek találhatóak, amelyek a Shiatsu masszázs nyomó- és gyúró-mozgásait utánozzák.

