

(CZ) Návod k použití - Masážní pistole BlackRoll® Fascia Gun

Před použitím zkontrolujte všechny části pistole zda nejsou nijak poškozené a ujistěte se, zda je baterie zcela nabitá.

Zapnutí/vypnutí:

Podržením tlačítka po dobu 3 vteřin na spodní straně masážní pistole dojde k zapnutí/vypnutí a poté zvolte jednotlivou úroveň masáže. Po deseti minutách používání se pistole sama automaticky vypne.

Světelná indikace a nabíjení:

Čtyři světelné zelené indikátory znázorňují stupně masáží od relaxační po regenerační. Pokud svítí pouze jeden indikátor, jedná se o nejjemnější masáž, tedy masáž relaxační. Postupným stlačením tlačítka zapnutí volíte další úrovně masáží, tedy druhý, třetí až po čtvrtý, nejsilnější stupeň.

Indikátor vedle otvoru pro nabíjení svítí červeně pokud je pistole nabitá pouze na 10% a je tedy potřeba nabít do plna. Pokud indikátor svítí zeleně je pistole plně nabitá a je připravena k použití. Po úplném vybití trvá nabíjení pistole do plna cca 6 hodin.

Nepoužívejte pistoli pokud je v nabíječce.

Úrovně masáže a doporučená doba použití:

Úroveň 1: 1200r/min. (použití 3 - 4 min) relaxační masáž s nejnižším stupněm vibrací vhodná jako uvolnění před spánkem

Úroveň 2: 1700r/min. (použití 2 - 3 min) režim po cvičení je ideální po tréninku na uvolnění svalů a jako pomocník při regeneraci

Úroveň 3: 2700r/min. (použití 30 sec - 2 min) režim po cvičení pro uvolnění svalů a stimulaci krevního oběhu pro lepší regeneraci

Úroveň 4: 3200r/min. (použití 30 sec - 60 sec.) není určeno pro citlivé osoby. Jedná se o intenzivní masáž po tréninku na regeneraci svalů a stimulaci krevního oběhu

Bezpečnostní upozornění:

Masážní pistoli otírejte pouze vlhkým hadříkem, nikdy neumývejte pod tekoucí vodou. Nevystavujte přímému slunci. Nepoužívejte na citlivá místa na těle. Osoby mladší 18 let by měli pistoli používat pouze pod dohledem dospělé osoby. Během masáže neblokujte vibrace pistolí a nevyměňujte nástavce během používání. Pokud chcete vyměnit nástavec, pistoli nejprve vypněte. Pokud se pistole začne přehřívat, okamžitě jí vypněte.

Pistoli není vhodné použít pokud:

- je u vás velký předpoklad tvorby krevních podlitin
- trpíte akutní bolestí
- máte otoky
- máte osteoporózu
- máte poškození ploténky
- trpíte poruchy krevní srážlivosti
- máte fybromyalgii
- máte zlomeninu
- máte kloubní náhrady
- máte nádorové onemocnění
- jste těhotná