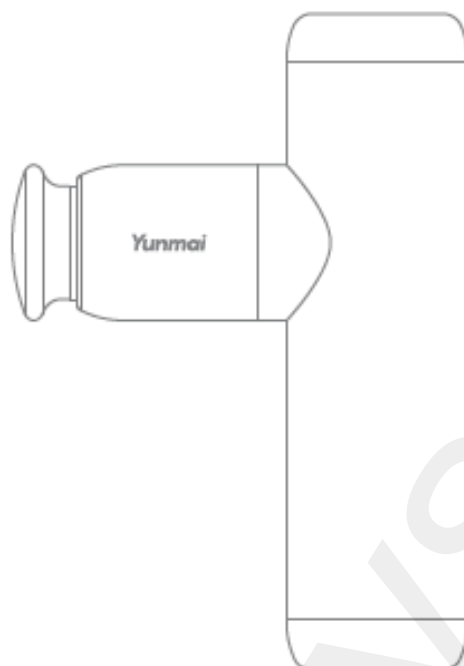




Yunmai Fascia Massage Gun Extra Mini

Bezpečnostní pokyny

Před použitím výrobku si pečlivě přečtěte tento návod a řádně jej uschovejte.

Varování

- Je zakázáno používat tento přípravek v oblasti hlavy, obličeje, lokte, kolenních a jiných kloubů, páteře a dalších částí kostí s menším svalovým pokrytím.
- Je zakázáno používat tento výrobek v oblasti bočních, předních a zadních krčních obratlů krku, aby nedošlo k poškození krční dutiny, což by mělo za následek mdloby a zástavu srdce.
- Je zakázáno používat tento výrobek v podpaží, na mediální straně paže, na mediální straně klíční kosti, na mediální straně loketního kloubu, v podkolenní jamce na zadní straně kolene, v oblasti břicha, ledvin, genitálií a na dalších citlivých místech s hustým výskytem nervů a cév.
- Pacientům s ledvinovými kameny, močovými kameny, kameny v močovém měchýři, litiázou močových cest, infekcí močových cest a jinými močovými chorobami je zakázáno používat tento přípravek pod břichem.
- Je zakázáno používat tento přípravek v oblasti těla s modřinou, bolestí, povrchovou ranou, místní horečkou, otokem, akutním zánětem, svalovou křečí, svalovou ránou, akutním podvrtnutím, pohmožděním a namožením.
- V případě horečky, nevolnosti, zvracení, bolesti svalů a slabosti po namáhavém cvičení je zakázáno tento přípravek používat a měli byste okamžitě vyhledat lékařskou pomoc.
- Pacienti s následujícími onemocněními nesmí tento přípravek užívat: kardiovaskulární a cerebrovaskulární onemocnění, krevní choroby, poruchy koagulace, trombotická purpura, krční plaky, křečové žíly, žilní trombóza, rakovina, nádory, duševní choroby.
- Pacientům se zlomeninou nebo vnitřním hřebem je používání tohoto přípravku zakázáno.
- Je zakázáno používat tento výrobek při řízení.
- Nepoužívejte tento výrobek nepřetržitě po dlouhou dobu, abyste předešli poškození svalů způsobenému nadměrnou masáží.

Masážní pistole fascií Yunmai může pomoci tělu zmírnit tlak a únavu, ulevit od bolesti svalů a nepohodlí a zlepšit váš sportovní výkon. Nemůže však nahradit funkci profesionálního lékařského vybavení. Nemá žádný vliv na hubnutí, nedokáže vyléčit žádnou nemoc ani vyřešit zdravotní problémy. Neexistuje žádná náhrada za zdravotní nehody způsobené vaší vlastní nemocí nebo nesprávným provozem.

Varování

- Pouze pro vnitřní použití!
- Během nabíjení musí být jednotka umístěna na dobře větraném místě.
- Baterie je třeba bezpečně zlikvidovat.
- Tento spotřebič mohou používat děti od 8 let a starší a osoby se sníženými fyzickými, smyslovými nebo duševními schopnostmi nebo s nedostatkem zkušeností a znalostí, pokud jsou pod dohledem nebo byly poučeny o bezpečném používání spotřebiče a rozumí souvisejícím nebezpečím.
- Děti si se spotřebičem nesmí hrát. Čištění a uživatelskou údržbu nesmí provádět děti bez dozoru.
- Děti by měly být pod dohledem, aby si se spotřebičem nehrály.
- Toto označení znamená, že tento výrobek by neměl být likvidován společně s ostatními odpady z domácností v celé EU. Abyste předešli možnému poškození životního prostředí nebo lidského zdraví v důsledku nekontrolované likvidace odpadu, recyklujte jej zodpovědně a podpořte tak udržitelné opětovné využívání materiálových zdrojů. Pro vrácení použitého zařízení využijte systémy pro vrácení a sběr odpadu nebo se obraťte na prodejce, u kterého byl výrobek zakoupen.
- Tento výrobek mohou odevzdat k ekologické recyklaci.



Upozornění

- Výrobek byl před opuštěním továrny nabit přibližně na 60 až 80 % energie a po otevření jej lze používat bez nabíjení.
- Když je stroj v provozu, nepřibližujte prsty, vlasy ani jiné části těla k rozhraní mezi masážní hlavicí a strojem, aby nedošlo ke zranění.
- Do instalační drážky masážní hlavice a nabíjecího rozhraní nevkládejte cizí předměty, jinak může dojít k opaření, úrazu elektrickým proudem nebo požáru v důsledku zkratu.
- Výrobek nenamáčejte do vody ani jiných tekutin.
- Nepoužívejte tento výrobek ve vlhkém prostředí.
- Používejte a nabíjejte jej při teplotě 0 ~ 40 °C.
- Uchovávejte mimo dosah vody, ohně a korozivního prostředí, aby nedošlo k ovlivnění výkonu baterie.
- Výrobek sami neopravujte, nerozebírejte ani neupravujte.

- Nepoužívejte prosím k nabíjení neoriginální nabíječku a používejte pouze originální nabíječku dodanou naší společností.
- Nepoužívejte tento výrobek, když se nabíjí.
- Po skončení nabíjení včas odejměte nabíječku od výrobku.
- Pokud jste tento výrobek dlouho nepoužívali, nabijte jej předem, než jej někdy znovu použijete.

Uživatelé

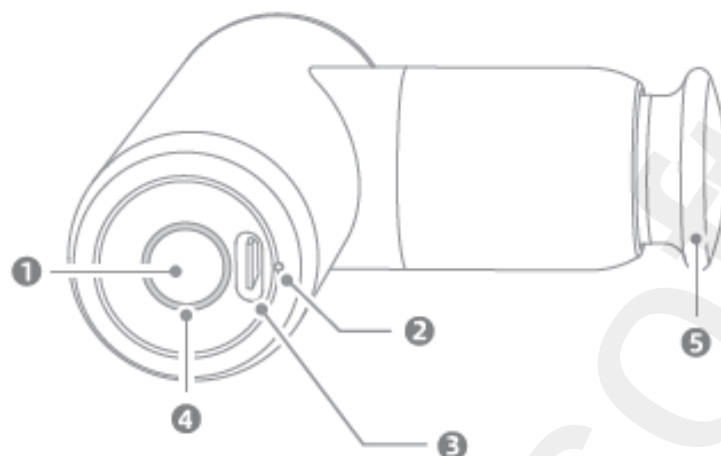
Tento výrobek nesmí používat osoby starší 80 let nebo nezletilí, aby se předešlo nehodám. Pokud je splněna některá z následujících podmínek, kontaktujte před použitím lékaře a používejte pouze se svolením.

- Těhotné ženy a ženy po porodu.
- Lidé starší 60 let.
- Lidé se syndromem rabdomyolýzy.
- Lidé se ztrátou končetin a/nebo vysokou paraplegií.
- Lidé s kardiostimulátorem a stentem.
- Lidé, kteří během 12 měsíců podstoupili nějaký chirurgický zákrok.
- Lidé s ortopedickými onemocněními, jako jsou poruchy páteře, kloubů a kostí, osteoporóza, krční spondylóza, hernie bederní ploténky a další.
- Lidé s abnormálním vnímáním končetin a omezenou pohyblivostí způsobenou nemocí a/nebo věkem.
- Lidé s komplikacemi způsobenými jinými onemocněními v těle, jako je neuropatie nebo poškození sítnice.
- Pacienti s ledvinovými kameny, močovými kameny, kameny v močovém měchýři, litiázou močových cest, infekcí močových cest a dalšími onemocněními močových cest.

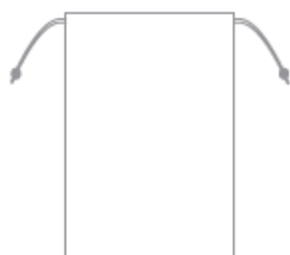
V případě abnormality a selhání:

- S výrobkem netřeste ani s ním nebo do něj nebouchejte. Silné nárazy mohou způsobit poškození částí stroje a vést k nestandardní práci. V případě výše uvedené situace se včas obraťte na poprodejní servisní středisko.
- Dlouhodobé nepřetržité používání tohoto výrobku může způsobit zvýšení povrchové teploty stroje a jeho poškození, proto jej nepoužívejte nepřetržitě po delší dobu.
- V případě horečky, kouření, nadměrného bzučení přístroje jej okamžitě přestaňte používat a obraťte se na poprodejní servisní středisko.
- Pokud se při používání stroje objeví vysoká teplota, deformace, roztažnost a únik baterie, okamžitě jej přestaňte používat a kontaktujte poprodejní servisní středisko.

Schéma produktu



Seznam příslušenství produktu



Úložná taška



Manuál



Nabíjecí kabel



Kulatá hlava



Zploštělá
hlava



Hlava ve
tvaru houby



Hlava ve tvaru
písmene U

Popis funkcí produktu

1. Napájení (přepínač rychlosti a zapnutí/vypnutí napájení)
2. Kontrolka napájení
3. Nabíjecí rozhraní
4. Kontrolka změny rychlosti/řazení ("dýchací" světlo)
5. Masážní hlava (silikonová hlava může být instalována)

Funkce masážní pistole fascií

- Ke zmírnění opožděné bolesti svalů po cvičení a uvolnění zatuhlých svalů.
- Zmírnění bolesti a ztuhlosti zad a ramenních svalů způsobené sedavým zaměstnáním a špatným držením těla.
- Denní masáže pro uvolnění těla.
- Silikonové masážní hlavice
- Kulatá hlava Bobo: Měkká a pružná, vhodná pro uvolnění většiny tělesných svalů.
- Hlavice ve tvaru hříbu: hlubší a silnější, vhodná pro působení na hluboké tkáně a lokální bolestivé svaly, jako jsou dlaně, chodidla a bérce.
- Hlava ve tvaru písmene U: vhodná pro svaly na obou stranách páteře a trapézové svaly ramene, aby se vytvořila krásná záda a pravoúhlá ramena.
- Zploštělá hlava: např. svaly dlaně, vhodné pro uvolnění většiny tělesných svalů.

Tipy:

Vyobrazení výrobků, příslušenství a uživatelského rozhraní v příručce jsou pouze orientační schémata. Vzhledem k aktualizaci a vývoji výrobku mohou být mezi skutečným výrobkem a schématem určité rozdíly. Řiďte se prosím skutečným výrobkem.

Inteligentní ochrana:

Tento stroj má funkci inteligentní ochrany. Aby se předešlo zranění svalů způsobenému dlouhodobou masáží, kontrolka převodovky po 10 minutách nepřetržité práce zhasne a kontrolka napájení zůstane svítit. Kliknutím na tlačítko napájení do 5 sekund zařadíte první rychlostní stupeň, abyste jej mohli znovu načasovat. Pokud nedojde k žádné operaci, stroj se automaticky vypne.

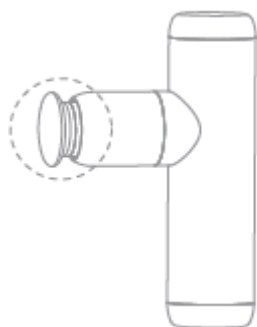
Ochrana uzamčení rotoru:

Tento stroj má funkci ochrany uzamčení rotoru. Pokud stav uzamčení rotoru trvá déle než 3 sekundy, přejde do pohotovostního režimu. Kliknutím na tlačítko napájení se za 10 sekund znovu aktivuje. Pokud nedojde k žádné operaci, automaticky se vypne.

Proces instalace

1. Instalace

Masážní pistole fascií má vlastní masážní hlavici (plochou hlavici), kterou lze používat samostatně nebo kombinovat podle potřeby. Efekt instalace je následující



Zobrazení instalace

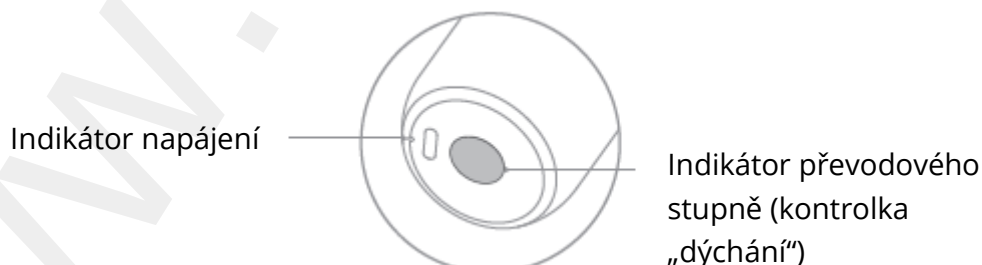


Varování

Masážní hlavici instalujte a odstraňujte ve vypnutém stavu a před spuštěním přístroje se ujistěte, že je hlavice pevně nainstalována. při používání nelze masážní hlavici nastavovat ani zatěžovat, aby nedošlo k jejímu skřípnutí.

Použití

Kontrolka



Ukazatel zařazeného rychlostního stupně (řazení)

Po zapnutí klikněte na tlačítko napájení, abyste střídavě měnili rychlostní stupeň.

Úroveň rychlosti	Indikátor převodového stupně (kontrolka dýchání)	Jmenovité otáčky (ot./min.)	Funkce
První rychlostní stupeň	Modré dýchací světlo	1500	Vzrušení svalů
Druhý rychlostní stupeň	Zelené dýchací světlo	2400	Masáž pro relaxaci
Třetí rychlostní stupeň	Červené dýchací světlo	3200	Hlubková masáž
Čtvrtý rychlostní stupeň	Žluté dýchací světlo	350	Jemná masáž
Pohotovostní režim (vypnutí po 2 s)		0	

Indikátor napájení (indikátor napájení v provozu)

- Ve stabilním stavu svítí zelená kontrolka, což znamená plný výkon.
- Zelená kontrolka pomalu bliká, což znamená střední výkon.
- Zelená kontrolka rychle bliká, což znamená nízký výkon. Vypněte ji a včas ji nabijte.

Napájení



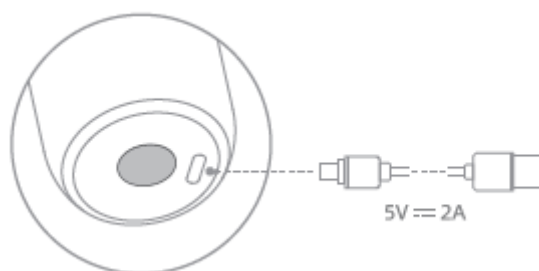
Napájení (změna úrovně rychlosti a zapínání/vypínání)

- Dlouhým stisknutím tlačítka napájení jej zapnete nebo vypnete.
- Po zapnutí stiskněte tlačítko napájení a přepněte na jiný rychlostní stupeň. Může se střídát mezi prvním až čtvrtým rychlostním stupněm.

Pozor

Před použitím se doporučuje spustit jej po dobu 5 sekund. Je zakázáno jej používat, když se nabíjí!

Nabíjení



Nabíjecí port se nachází ve spodní části rukojeti masážní pistole. Zapojte nabíjecí kabel do nabíjecího portu a připojte napájecí zdroj pro zahájení nabíjení.

Indikátor napájení (indikátor nabíjení)

- Pokud svítí červená kontrolka, je nabíjen.
- Masážní pistole je plně nabitá, když svítí zelená kontrolka.

Pozor

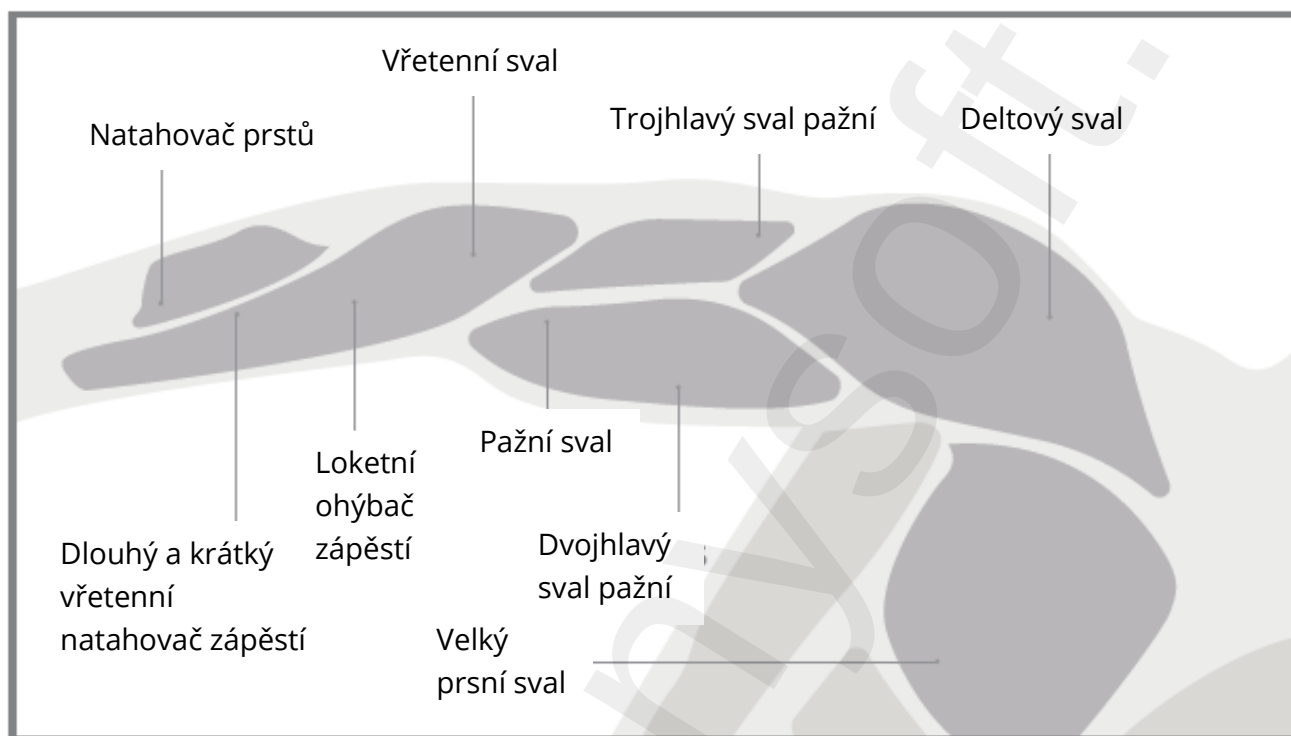
Nepoužívejte, když se nabíjí!

Jak používat

- Zvolte vhodnou masážní hlavici pro instalaci, vyměňte ji, pak můžete přepnout na vhodný převod podle svých potřeb. A doporučujeme vyzkoušet od nejnižšího převodového stupně.
- Jemně přitlačte masážní hlavici na uvolňovanou svalovou partii a pomalu klouzejte dopředu a dozadu. Pokud je v místní oblasti navíc bolestivá část, vyvíjejte přiměřený tlak na citlivé místo a setrvejte 15s 30s.
- Samotná masážní pistole na fascie má nárazovou sílu, proto není vhodné používat při tlaku nadměrnou sílu, aby nedošlo k poškození svalů a kostí.
- Doporučuje se používat v části s větším množstvím svalů. Nezůstávejte ve stejné části déle než 60s.
- Doporučená doba masáže je 10 minut, pokud se stále cítíte bolestivě, přiměřeně ji prodlužte.
- Doporučuje se, aby doba jednorázového použití nepřesáhla 15 minut a doba nepřetržitého použití nepřesáhla 30 minut.
- Provozujte výrobek v přísném souladu s masážní polohou a způsoby obsluhy uvedenými v této příručce.

Masážní poloha

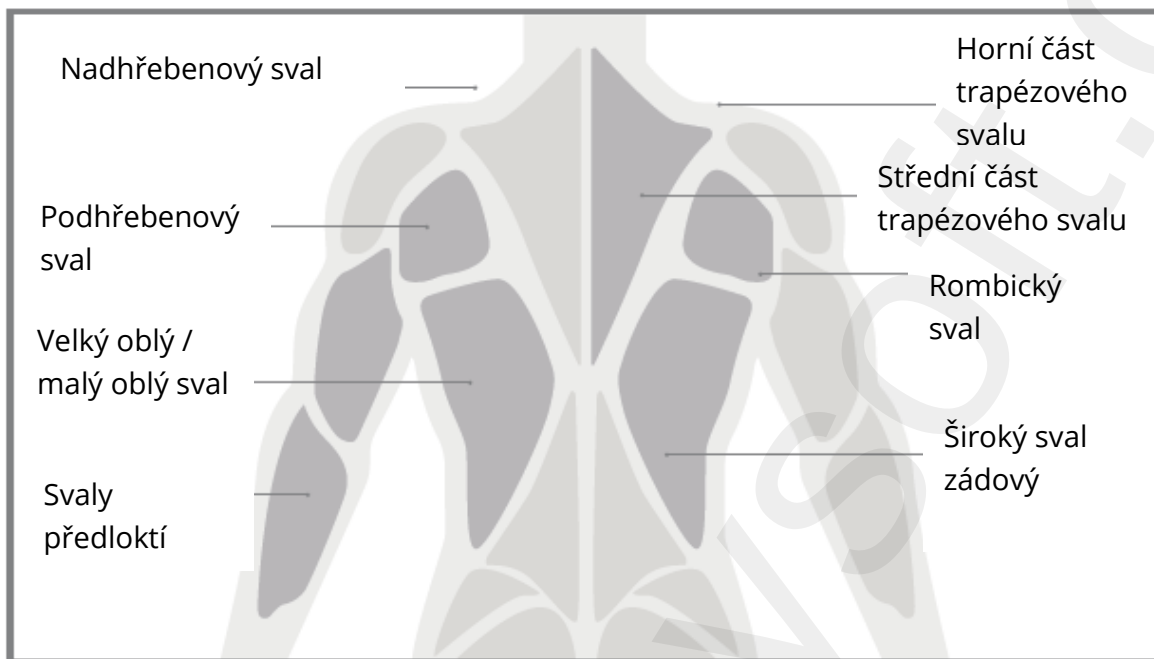
Tip: nepoužívejte jej na krku, v podpaží, na vnitřní straně paže a na vnitřní straně klíční kosti.



Paže

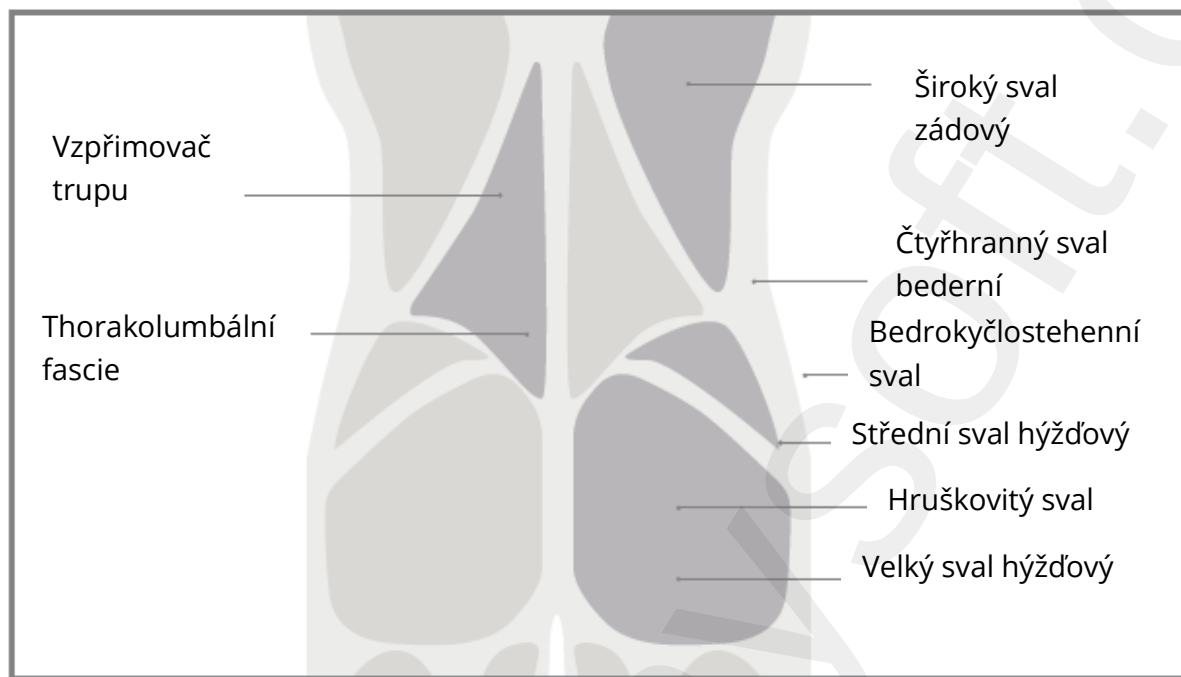
Pozice	Doba trvání (s)	Frekvence
Vřetenní sval/Brachioradialis	10 – 15 s	Třikrát
Zevní ohýbač zápěstí/Flexor carpi radialis	10 – 15 s	Třikrát
Dluhý sval dlaňový/Palmaris longus	12 – 15 s	Třikrát
Loketní ohýbač zápěstí/Flexor carpi ulnaris	10 – 15 s	Třikrát
Natahovač prstů/Extensor digitorum	05 – 10 s	Dvakrát
Dlouhý vřetenní natahovač zápěstí/Extensor carpi longus radialis	05 – 10 s	Dvakrát
Krátký vřetenní natahovač zápěstí/Extensor carpi radialis brevis	05 – 10 s	Dvakrát
Dvojhlavý sval pažní/Biceps brachii	12 – 20 s	Třikrát
Pažní sval/Brachialis	12 – 20 s	Třikrát
Deltový sval/Deltoideus	12 – 20 s	Třikrát
Velký prsní sval/Pectoralis major	12 – 20 s	Třikrát

Tip: je zakázáno používat v oblasti krku, páteře a dalších kosterních partií s menším svalovým pokrytím.



Pozice	Doba trvání (s)	Frekvence
Trojhlavý sval pažní/Triceps brachii	15 – 20 s	Třikrát
Rombický sval/Rhomboideus	20 – 30 s	Třikrát
Horní část trapézového svalu/Trapezius	15 – 20 s	Třikrát
Střední svazek trapézového svalu/Trapezius	15 – 20 s	Třikrát
Dolní trapézový sval/Trapezius	15 – 20 s	Třikrát
Nadhřebenový sval/Supraspinatus	10 – 15 s	Třikrát
Zdvihač lopatky/Levator scapulae	10 – 12 s	Dvakrát
Velký oblý sval/Teres major	10 – 12 s	Dvakrát
Malý oblý sval/ Teres minor	10 – 12 s	Dvakrát
Podhřebenový sval/ Infraspinitus	10 – 12 s	Dvakrát

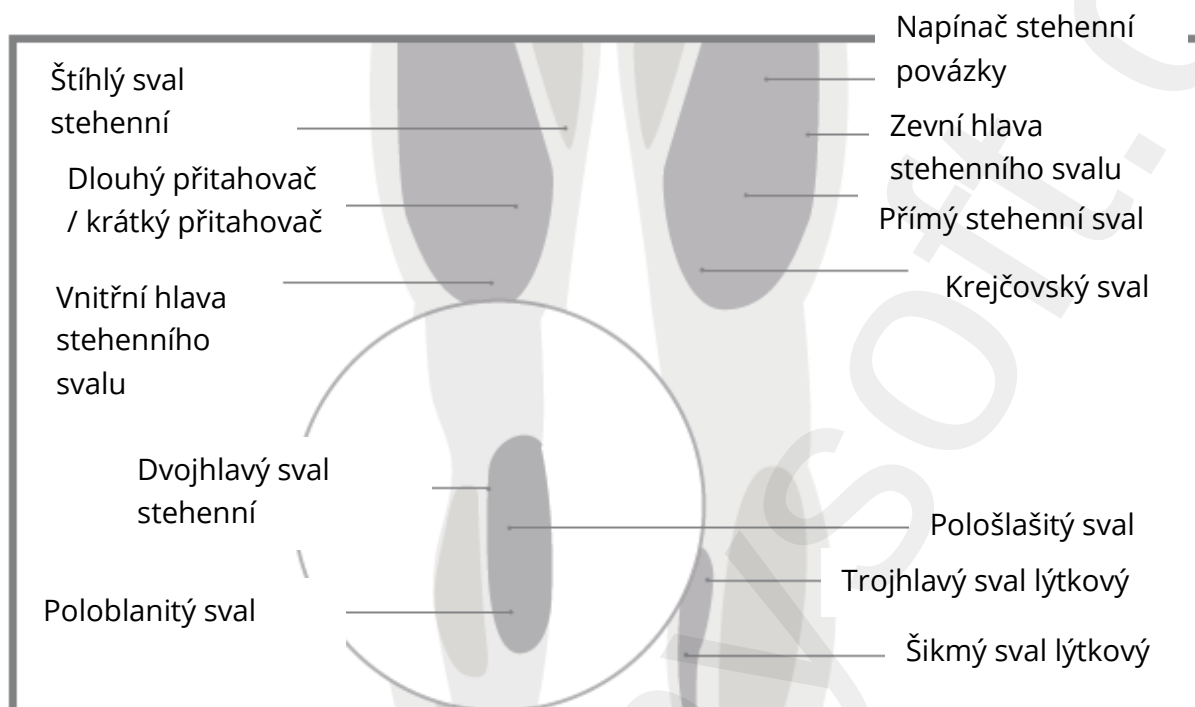
Tip: masírujte sval od středu k oběma stranám, shora dolů; masírujte podél svalu a dávejte pozor, abyste se vyhnuli vyčnívajícím kostem.



Pas

Pozice	Doba trvání (s)	Frekvence
Vzpřimovač páteře (bederní)/Erector spinae	30 – 60 s	Čtyřikrát
Široký sval zádový/Latissimus dorsi	30 – 60 s	Čtyřikrát
Thorakolumbální fascie	40 – 60 s	Třikrát
Velký sval bederní/Psoas major	30 – 60 s	Třikrát
Vnitřní a vnější šikmý sval břišní/ Musculus obliquus internus abdominis a externus	10 - 15 s	Dvakrát
Erector spinalis (hrudní)	15 – 20 s	Dvakrát
Čtyřhranný sval bederní/Quadratus lumborum	20 – 30 s	Dvakrát
Bedrokyčlostehenní sval/Iliopsoas	20 – 30 s	Třikrát
Velký sval hýžďový/Gluteus maximus	30 – 60 s	Čtyřikrát
Střední sval hýžďový/Gluteus medius	30 – 60 s	Čtyřikrát
Hruškovitý sval/Piriformis	60 – 90 s	Jednou

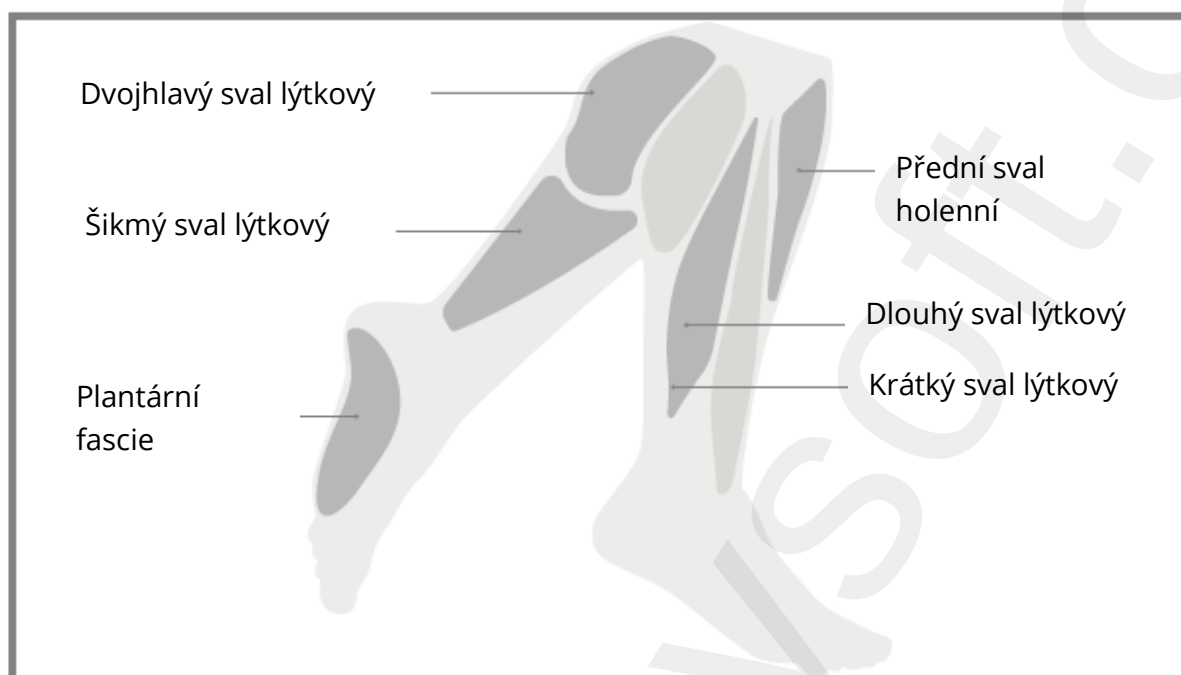
Tip: nepoužívejte ji v podkolenní jamce na zadní straně kolene a dávejte pozor, abyste se vyhnuli vyčnívajícím kostním spojmům.



Nohy

Pozice	Doba trvání (s)	Frekvence
Poloblanitý sval/Semimembranosus	20 – 30 s	Třikrát
Štíhlý sval stehenní/Gracilis	10 – 15 s	Dvakrát
Krátký přitahovač/Adductor brevis	10 – 15 s	Dvakrát
Dlouhý přitahovač/Adductor longus	10 – 15 s	Dvakrát
Přímý stehenní sval/Rectus femoris	30 – 45 s	Dvakrát
Zevní hlava čtyřhlavého stehenního svalu/Vastus lateralis	30 – 45 s	Dvakrát
Vnitřní hlava stehenního svalu/Vastus medialis	30 – 45 s	Dvakrát
Krejčovský sval/Sartorius	30 – 45 s	Jednou
Napínač stehenní povázky/Tensor fascia lata	15 – 20 s	Dvakrát

Tip: dávejte pozor, abyste se vyhnuli vyčnívajícím kostním spojům.



Pozice	Doba trvání (s)	Frekvence
Dvojhlavý sval lýtkový/Gastrocnemius	20 – 30 s	Třikrát
Šikmý sval lýtkový/Soleus	20 – 30 s	Třikrát
Přední sval holenní/Tibialis anterior	15 – 20 s	Dvakrát
Dlouhý sval lýtkový/Peroneus longus	15 – 20 s	Dvakrát
Krátký sval lýtkový/Peroneal brevis	15 – 20 s	Dvakrát
Plantární fascie/ Fascia plantae	20 – 30s	Třikrát

Specifikace

Název produktu: Xiaomi Yunmai Fascia Massage Gun Extra Mini

Model výrobku: MVFG-M281

Čistá hmotnost: 240 g

Kapacita baterie: 1300 mAh

Jmenovitý příkon: 5V-2A

Úroveň síly: čtyři rychlostní stupně

Režim napájení: dobíjecí lithiová baterie

Velikost výrobku: 88 x 35 x 126,6 mm

Věk pro použití: pro dospělé starší 18 let; těhotné ženy by neměly produkt používat.

Údržba

1. Čištění

Tělo přístroje a masážní hlavice pravidelně otírejte čistým a mírně navlhčeným měkkým hadříkem a vlhkým ručníkem; poté je osušte suchým hadříkem a papírovým ručníkem a nakonec je vložte do recyklačního sáčku nebo do obalové krabice.

Masážní hlavice neumývejte vodou a nevystavujte je slunci.

Při čištění se ujistěte, že je vypínač vypnutý a nabíjecí zástrčka je vytažená.

K otírání těla stroje nepoužívejte korozivní roztok, jinak může dojít k poruše výrobku nebo k jeho popraskání a změně barvy.

2. Skladování

Výrobek skladujte na chladném a suchém místě.

Neskladujte tělo přístroje v prostředí s vysokou teplotou nad 40 °C a nízkou teplotou pod -5 °C. Chraňte jej před vlhkostí, vodou, ohněm a korozivním prostředím, aby nedošlo k ovlivnění výkonu baterie.

Když je třeba masážní pistoli na fascie uložit nebo přenést, lze ji uložit do přiložené přenosné tašky.

Nedotýkejte se výrobku, nemačkejte jej, neupouštějte, neházejte s ním a nepoškrábejte jej.

Výrobek je vhodný pro přepravu autem, vlakem, lodí, letadlem atd. Během přepravy by měl být výrobek stabilně upevněn a opatrně postaven. Měli bychom zabránit vytlačování výrobku, prudkým vibracím, nárazům, kutálení a pádu.

Pokud jste tento výrobek delší dobu nepoužívali, před dalším použitím jej předem nabijte.

Pokud se při používání stroje objeví vysoká teplota, deformace, roztažnost a únik baterie, okamžitě jej přestaňte používat a kontaktujte poprodejní servisní středisko.

Distributor
Sunnysoft s.r.o.
Kovanecká 2390/1a
190 00 Praha 9
Česká republika
www.sunnysoft.cz