

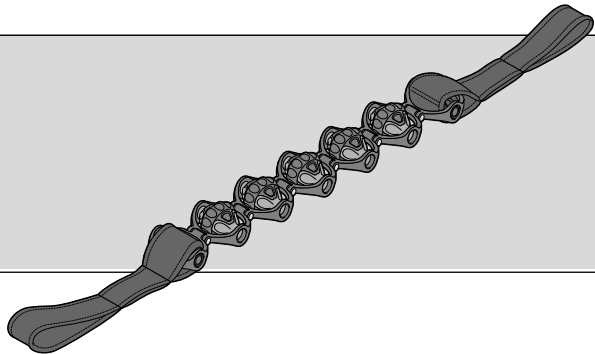


Masážní pás



Informace o výrobku

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg • 100200AB4X4IX • 2019-03



www.tchibo.cz/navody

Číslo výrobku: 377 413

Vážení zákazníci,

pokud Vás trápí nepříjemné mírné bolesti a napětí v zádech, ramenou a nohách, můžete je často zmírnit masážími.

S tím Vám pomůže tento nový masážní pás, zejména pak u těch částí těla, na které není snadné dosáhnout.

Přejeme Vám, abyste se cítili co nejlépe!

Váš tým Tchibo

Pro Vaši bezpečnost

Pozorně si přečtete bezpečnostní pokyny a použijte tento výrobek pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu, aby nedopatřením nedošlo ke zranění nebo škodám.

Ušchovejte si tento návod pro pozdější potřebu.

Při předávání výrobku s ním současně předejte i tento návod.

Účel použití

Masážní pás je určen k automasáži zad a nohou, která vede ke zvyšování dobrého pocitu v každodenním životě.

Masážní pás je koncipován pro domácí použití.

Není vhodný pro komerční použití ve sportovních, zdravotnických a terapeutických zařízeních.

Masážní pás není hračka.

Pokud dětem dovolíte, aby masážní pás používaly, vysvětlete jim jeho správné používání a mějte je během používání neustále pod dozorem.

Zeptejte se svého lékaře!

- **Než začnete s automasáží, poradte se se svým lékařem. Zeptejte se ho, v jakém rozsahu jsou pro Vás masáže přiměřené.** Při nesprávném používání nelze vyloučit poškození zdraví.
- U zvláštních omezení, jako jsou např. nošení kardiostimulátoru, srdeční nedostatečnost, těhotenství, zánětlivá onemocnění kloubů nebo vazů, hromadění vody v pažích nebo nohách, ortopedické nebo pooperační obtíže apod., je nutno masáž konzultovat s lékařem.

- Pokud by se objevil některý z následujících příznaků, ihned ukončete masáž a vyhledejte lékaře: nevolnost, závratě, nadměrná dušnost nebo bolesti na prsou. Masáž okamžitě ukončete také při bolestech hlavy, kloubů a svalů.
- Při náchylnosti k závratím, migréně nebo bolestem hlavy se zeptejte svého lékaře, zda Vám nemůže masáž šíje uškodit.
- V případě žilní nedostatečnosti, oslabení vaziva nebo křečových žilách či metličkách je potřeba provádět masáž nohou jen s mírným tlakem. Prodiskutujte typ a rozsah masáže se svým lékařem.
- Pás není vhodný pro terapeutickou masáž! Není určeno pro lymfatickou masáž.

Masážní pás nepoužívejte ...

- ... při vyřeznutí meziobratlové ploténky v krční oblasti.
- ... při patologických změnách obratlů.
- ... po požití léků nebo alkoholu. Tím může být snížena schopnost vnímání.
- ... na přední stranu krku, v oblasti genitálií nebo ledvin.
- ... vykazuje-li kůže otoky, záněty, poranění, tržné rány, kapiláry, křečové žíly, akné, kuperózu, herpes nebo jiné infekce.
- ... u kojenců a malých dětí! Děti, nemohoucí, postižení nebo nemocní smí výrobek používat pouze pod dohledem dospělé osoby.

Důležité pokyny

- Noste pohodlné oblečení.
- Sepněte vlasy nahoru, aby se nezachytily do válečků. Nenoste žádné šperky a oděvy s pásky, třásněmi apod., které by se mohly zachytit do válečků.
- Před každým použitím masážní pás zkontrolujte. Pokud vykazuje poškození, přestaňte ho používat.
- Neprovádějte na výrobku žádné úpravy.
- Výrobek používejte jen k jeho určenému účelu použití. Nevěšte se na něj, nepoužívejte jej pro zavěšení předmětů, přepravování břemen apod.

Pokyny, které je nutné při masáži dodržovat

- Při masáži zad: Tělo držte zpříma ve stabilní poloze - neprohýbejte se v zádech!
- Dbejte na to, abyste nestáli křečovitě! Masáž má sloužit k uvolnění. Poslouchejte své tělo! Přejíždějte masážním pásem přes svaly tak, aby Vám byl působící tlak příjemný a dělal Vám dobře.
- Pokud máte obzvlášť citlivou oblast šíje nebo slabé svalstvo šíje, masírujte ji pouze velmi lehce a jen tak dlouho, pokud Vám to bude příjemné.
- Maximální doba masírování by neměla překročit 10 minut. Příliš dlouhá a příliš silná masáž může vést namísto požadovaného uvolnění k namožení svalů.
- Přejíždějte pásem rovnoměrným, klidným tempem přes svalové partie. Během toho rovnoměrně dýchejte.

Použití

- ▷ Uchyťte masážní pás pevně do poutek a přejíždějte jím jemnými pohyby, ale s dostatečným tlakem přes masírované partie těla.

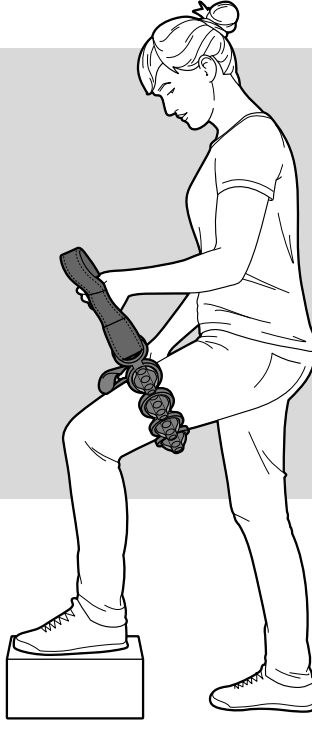
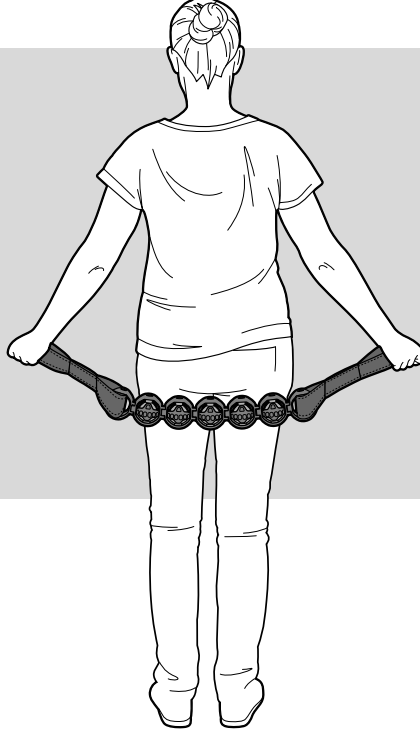
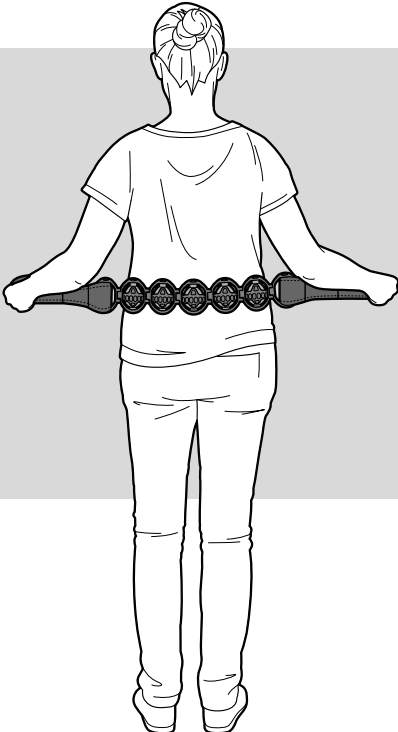
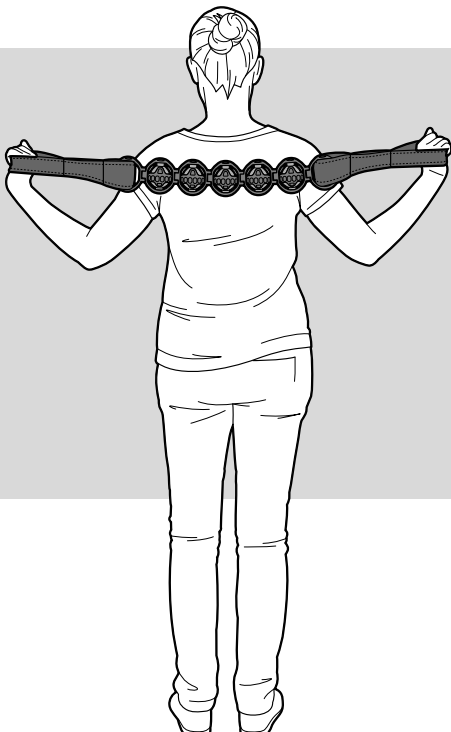
Ošetřování

- ▷ Pokud bude třeba, otřete masážní pás navlhčeným hadříkem. Nepoužívejte agresivní čisticí prostředky ani ostré nebo špičaté předměty.
- ▷ Po vyčištění nechte masážní pás uschnout na vzduchu při pokojové teplotě. Nepokládejte jej na topení, nepoužívejte fén nebo podobné pomůcky!
- ▷ Masážní pás uchovávejte na chladném a suchém místě. Chraňte jej před slunečním zářením, ale i před špičatými, ostrými a drsnými hranami a povrchy.
- ▷ Výrobek nenechte ležet na citlivém nábytku nebo podlaze. Nelze zcela vyloučit, že některé laky, plasty nebo prostředky na péči o nábytek / podlahové krytiny poškodí nebo změkčí materiál výrobku. Chcete-li zamezit nežádoucím stopám, skladujte výrobek ve vhodném obalu.



- ▷ Z výrobně technických důvodů může být při prvním rozbalení výrobku cítit mírný zápach. Je naprosto neškodný. Vybalte výrobek a nechte jej dobře vyvětrat. Zápach za krátkou chvíli zmizí. Zajistěte přitom dostatečné větrání!

Made exclusively for:
Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany
www.tchibo.cz



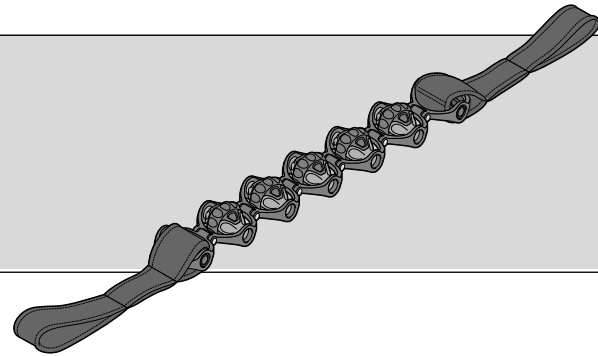


Masážny pás



Informácia o výrobku

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg • 100200AB4X4IX • 2019-03



www.tchibo.sk/navody

Číslo výrobku: 377 413

Vážení zákazníci!

Lahké bolesti a stuhnútia chrbta, ramien a nôh sú síce nepríjemné, často sa ale dajú zlepšiť masážmi.

Váš nový masážny pás vás pritom podporí, obzvlášť na zónach tela, ktoré sú ťažko dostupné.

Prajeme vám pevné zdravie!

Váš tím Tchibo

Pre vašu bezpečnosť

Pozorne si prečítajte bezpečnostné upozornenia a výrobok používajte iba podľa opisu v tomto návode, aby nedopatrením nedošlo k poraneniám alebo škodám.

Uschovajte si tento návod na neskoršie použitie.

Ak výrobok postúpite inej osobe, musíte jej odovzdať aj tento návod.

Účel použitia

Masážny pás je určený na každodennú samomasáž chrbta a nôh na zlepšenie zdravotného stavu.

Masážny pás je navrhnutý na domáce použitie.

Nie je vhodný na komerčné použitie v zdravotníckych alebo terapeutických zariadeniach.

Masážny pás nie je detská hračka. Ak dovoľíte deťom používanie masážneho pásu, poučte ich o jeho správnom používaní a dozerajte na ne pritom.

Spýtajte sa svojho lekára!

- **Prekonzultujte si samomasáž so svojím lekárom pred začatím. Spýtajte sa ho, aký rozsah masáží je pre vás primeraný.** Pri neodbornom používaní sa nedá vylúčiť nebezpečenstvo ujmy na zdraví.
- Pri špecifických obmedzeniach, ku ktorým patria napr. používanie kardio-stimulátora, srdcová slabosť, tehotenstvo, zápalové ochorenia kĺbov alebo šliach, hromadenie vody v ramenách alebo nohách, ortopedické ťažkosti, alebo ak ste po operácii, musí masáž odsúhlasiť lekár.

- Ak by ste spozorovali niektorý z nasledujúcich symptómov, okamžite ukončite masáž a vyhľadajte lekára: nevoľnosť, závrat, nadmerná dýchavičnosť alebo bolesti v hrudi. Masáž okamžite ukončite aj pri bolestiach hlavy, kĺbov a svalov.
- Ak máte sklony k závratu, migréne alebo bolestiam hlavy, prekonzultujte s vaším lekárom, či sú masáže šije pre vás bezrizikové.
- Pri oslabených žilách a spojivovom tkanive, rozšírených žilkách alebo kŕčových žilách by sa masáž nôh mala vykonávať len malým tlakom. Spôsob a rozsah masáže prekonzultujte s vaším lekárom.
- Nie je vhodný na terapeutickú masáž! Nie je určený na lymfatickú masáž.

Masážny pás nepoužívajte ...

- ... pri prolapse medzistavcových platničiek krčnej chrbtice.
- ... pri patologických zmenách na chrbtici.
- ... pokiaľ ste užili lieky alebo alkohol. Môžu znížiť prah citlivosti.
- ... na prednej strane krku, v oblasti genitálií a obličiek.
- ... ak máte na koži opuch, zápal, zranenie, tržné rany, poruchy vlásoknicových ciev, kŕčové žily alebo príznaky akné, rubeoly, herpesu alebo iných kožných infekcií.
- ... na batolátach a malých deťoch! Deti, ošetrované, postihnuté alebo chorľavé osoby smú používať tento výrobok iba pod dohľadom dospelých osoby.

Dôležité upozornenia

- Noste pohodlný odev.
- Vlasy si zviažte nahor, aby sa nezachytili vo valčekoch. Nenoste šperky ani odev so šnúrkami, strapcami a pod., mohli by sa zachytiť do valčekov.
- Masážny pás skontrolujte pred každým použitím. Ak zistíte poškodenia, nepoužívajte ho viac.
- Na výrobku nevykonávajte žiadne zmeny.
- Výrobok používajte len na určený účel. Nevešajte sa naň, nepoužívajte ho na zavesenie predmetov, prenos nákladu a pod.

Čo musíte rešpektovať pri masáži

- Pri masáži chrbta: Zaujmite vystretú a vyváženú polohu - neprehýbajte sa!
- Vyhýbajte sa kŕčovitým polohám! Masážou sa má dosiahnuť uvoľnenie. Načúvajte svojmu telu! Masážnym pásom pohybujte po vašich svaloch tak, aby ste jeho tlak vnímali ako príjemný a blahodarný.
- Ak je oblasť šije obzvlášť citlivá, alebo je svalstvo šije málo vytrénované, masírujte sa len jemne a iba dovtedy, kým je to pre vás pohodlné a príjemné.
- Dĺžka masáže jednej partie tela by nemala presahovať max. 10 minút. Príliš dlhá a príliš intenzívna masáž môže viesť k zablokovaniu svalov miesta požadovaného uvoľnenia.
- Masážnym pásom pohybujte rovnomerným, pokojným tempom po partiách svalstva. Počas masáže dýchajte rovnomerne.

Používanie

- ▷ Masážny pás pevne chyťte za slučky a jemnými pohybmi ale s dostatočným tlakom ho ved'te po partiách tela, ktoré chcete masírovať.

Ošetrovanie

- ▷ V prípade potreby utrite masážny pás vlhkou utierkou. Nepoužívajte žiadne ostré čistiace prostriedky, ostré alebo abrazívne predmety.
- ▷ Po vyčistení nechajte masážny pás schnúť voľne na vzduchu pri izbovej teplote. Neukladajte ho na vykurovacie telesá a nepožívajte ani sušič vlasov a pod.!
- ▷ Masážny pás uschovajte na chladnom a suchom mieste. Chráňte ho pred slnečným žiarením, ako aj špicatými, ostrými alebo drsnými predmetmi a povrchmi.
- ▷ Nenechávajte výrobok položený na citlivom nábytku alebo podlahách. Nedá sa úplne vylúčiť, že niektoré laky, plasty alebo ošetrovacie prostriedky na nábytok/podlahu rozleptajú alebo zmäkčia materiál výrobku. Aby ste zabránili nepekným škvrnám, uschovajte výrobok napr. vo vhodnej škatuli.



- ▷ Z výrobných dôvodov môžete pri prvom vybalení výrobku ucítiť mierny zápach. Je úplne neškodný. Vybaľte výrobok a nechajte ho dobre vyvetrať. Zápach sa stratí zakrátko. Zabezpečte dostatočné vetranie!

Made exclusively for:

Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany
www.tchibo.sk

