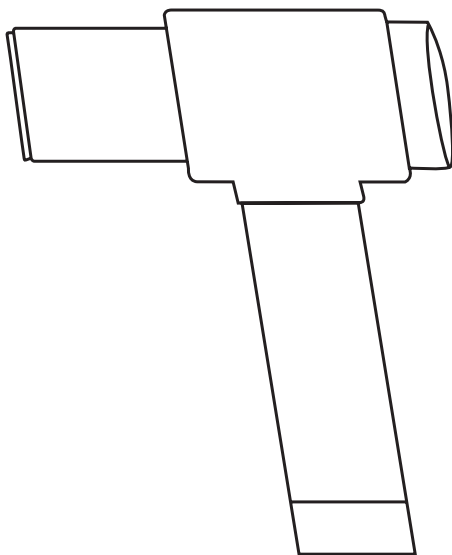


VITAMMY®

body 7

MODEL JFGUN-04

MASÁŽNA PIŠTOĽ NA TELO



POUŽÍVATEĽSKÁ PRÍRUČKA

Pred použitím si prečítajte návod na použitie.

OBSAH

Úvod	3
Bezpečnostné upozornenia a pokyny	3
Údržba, čistenie, skladovanie a manipulácia	4
Popis	4
Používanie výrobku	7
Indikácie a kontraindikácie použitia	7
Usmernenia	8
Technické údaje	11
Záruka	12
Likvidácia nepotrebných zariadení domácimi používateľmi v Európskej únii	14
Kontaktné informácie	16

ÚVOD

Ďakujeme, že ste si vybrali masážnu pištoľ na telo VITAMMY BODY 7 (JFGUN-04).

Pred použitím si pozorne prečítajte všetky pokyny a upozornenia v tomto návode, aby ste znížili riziko poruchy, úrazu elektrickým prúdom, zranenia, požiaru a poškodenia zariadenia.

BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA A POKYNY

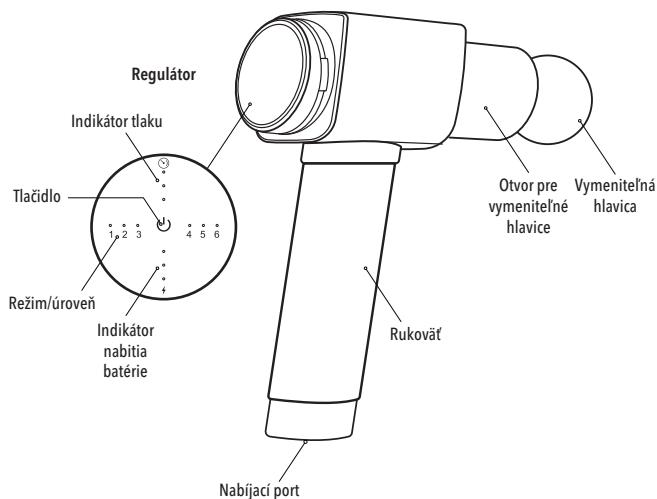
- △ Uchovávejte mimo dosahu kvapalín alebo zdrojov tepla a odstráňte prach a nečistoty z otvorov v jednotke.
- △ Po nabití zariadenia odpojte nabíjačku.
- △ Nepoužívajte výrobok počas nabíjania.
- △ Výrobok používajte v súlade s pokynmi.
- △ Pred každým použitím dôkladne skontrolujte, či sa výrobok môže normálne používať v súlade s návodom.
- △ Dôležité upozornenie: Nepoužívajte výrobok v žiadnej z nasledujúcich situácií bez predchádzajúceho súhlasu lekára: tehotenstvo, diabetické komplikácie (napríklad neuropatia alebo poranenie sietnice), nosenie kardiostimulátora, nedávna operácia, epilepsia alebo migréna, hernia disku, defekty chrbtice, odlúčenie úlomkov stavcov alebo stuhnutosť chrbtice, nedávna operácia náhrady kĺbu alebo vnútrožilového telieska, kovová skrutka alebo oceľová platnička alebo akékoľvek iné zdravotné problémy. Kontraindikácie neznamenaajú, že sa výrobok nemôže používať. Pred použitím odporúčame konzultáciu s lekárom.
- △ Ak máte pochybnosti o tom, ako zariadenie používať, odporúčame vám, aby ste sa poradili s fyzioterapeutom.
- △ Maloletí nesmú výrobok používať. V prípade poranenia je používanie výrobku zakázané. Ak máte svalové zranenie, pred použitím zariadenia sa poraďte so svojím lekárom.
- △ Zariadenie je zakázané používať na nevysušených a nečistých povrchoch pokožky.
- △ Je zakázané používať výrobok na krk a časti tela menej pokryté svalmi a používať zariadenie na kosti, odporúča sa používať výrobok len na mäkké tkanivá tela, aby sa zabránilo bolesti a nepohodliu.
- △ Ak sa vyskytnú modriny, bolesť alebo nepríjemné pocity, zariadenie nepoužívajte.
- △ Do hlavového ventilačného otvoru neumiestňujte žiadne predmety.
- △ Výrobok nekladajte do ohňa ani ho neuchovávajte v blízkosti zdroja ohňa.
- △ Tento výrobok úmyselne neupúšťajte.

- △ Výrobok nijako nerozoberajte.
- △ Prsty, vlasy alebo iné časti tela držte ďalej od osi a zadnej časti masážnej hlavice, pretože zariadenie ich môže vtiahnuť.
- △ Pozor! Výrobca, dovozca ani distribútor nenesú zodpovednosť za akékoľvek priame alebo nepriame škody na osobách alebo veciach v dôsledku používania opísaného výrobku, najmä ak vznikli v dôsledku nepoužitia alebo neznalosti tohto návodu na použitie vrátane upozornení a odporúčaní.

ÚDRŽBA, ČISTENIE, SKLADOVANIE A MANIPULÁCIA

- Zariadenie vyčistite mierne navlhčenou utierkou a osušte mäkkou handričkou.
- Zariadenie skladujte a prepravujte v dodanom obale.
- Zariadenie skladujte na suchom, dobre vetranom mieste.
- Ak sa zariadenie dlhší čas nepoužíva, malo by sa po vyčistení zabaliť a uskladniť a každých šesť mesiacov dobiť.

POPIS



VLASTNOSTI ZARIADENIA

1. Vysokorychlostný bezkartáčový motor s tlmenou prevádzkou.
2. Lítium-iónová nabíjateľná batéria
3. Integrovaná konštrukcia batérie a pištole, žiadne riziko uvoľnenia rukoväte, bezpečné používanie.
4. Indikátor tlaku.
5. Indikátor stavu nabitia batérie.
6. Odolnosť voči potu a vlhkosti.

OVLÁDAČ

Zariadenie je vybavené kontrolérom, ktorý indikuje zvolený režim/úroveň prevádzky zariadenia, úroveň tlaku a stav nabitia batérie.

REŽIMY PREVÁDZKY:

Zariadenie ponúka 6 pracovných úrovní, ktoré vyhovujú rôznym potrebám:

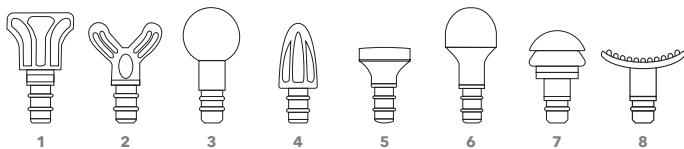
1. 1300 otáčok za minútu
2. 1700 otáčok za minútu
3. 2000 otáčok za minútu
4. 2400 otáčok za minútu
5. 2800 otáčok za minútu
6. 3200 otáčok za minútu

INDIKÁTOR NABITIA BATÉRIE:

- 1 kontrolka - 0 ~ 30%
- 2 kontrolky - 30 ~ 70%
- 3 kontrolky - 70 ~ 100 %

MASÁŽNE HLAVICE

Súprava ponúka 6 vymeniteľných masážnych hlavíc na rôzne použitie:



1. Plochá hlavica – používa sa na vypracovanie veľkých svalových brušíek, pripravuje fascie na ďalšiu masáž, má stredne silný relaxačný účinok.
2. "Vidlicová" hlavica – ideálna na precvičovanie medzisvalových oddielov (biceps, lýtkové svaly, zadné stehenné svaly, hrudné a bedrové svaly). Umožňuje postupné zväčšovanie rozsahu pohybu.
3. Guľová hlavica – na odmasírovanie svalov a fascií po tréningu. Môže sa používať na menšie svalové skupiny (napr. predlaktia). Dobré uvoľňuje paraspinálne svaly pod krčnou chrbticou. Pôsobí silne relaxačne a uvoľňuje.
4. Kužeľová hlavica – rozvoj veľmi bolestivých oblastí, umožňuje presnú prácu v oblastiach nepohodlia, zvýšeného napätia, obmedzenia pohyblivosti. Je vynikajúca na rozvoj spúšťacích bodov, uvoľnenie plantárnej fascie. **Nevhodné na prácu s kosťami!**
5. Malá oceľová hlavica – malá kontaktná plocha na veľmi presnú masáž bolestivých bodov, s väčším výkonom a bez toho, aby ste počas aplikácie zostali na tom istom mieste dlhšie ako 30 sekúnd. Poskytuje silnejšiu stimuláciu ako plochá hlava.
6. Okrúhla oceľová hlavica – vývoj veľmi bolestivých oblastí. Umožňuje presnejšiu prácu v oblastiach nepohodlia, zvýšeného napätia, obmedzenej pohyblivosti. Vynikajúce na rozvoj spúšťacích bodov, uvoľnenie plantárnej fascie. **Nevhodné na prácu s kosťami!**
7. Odpružená hlavica – pôsobí ako tlmič proti vibráciám. Je vhodná pre oblasti s citlivými svalmi alebo mierne poškodené oblasti. Aby ste starším ľuďom poskytli relaxačnú masáž aj doma, môžete si vybrať hlavu s vankúšikom, ktorý spomalí vibrácie.
8. Hlavica s výstupkami – prispôbena tvaru ramien, predlaktí, stehien a lýtok. Zlepšuje krvný obeh a pôsobí na veľkú plochu.

AKO NAINŠTALOVAŤ MASÁŽNU HLAVICU?

Pri demontáži/inštalácii masážnej hlavice ju mierne otočte.

⚠ Neodstraňujte/neinštalujte hlavicu priamo.

POUŽÍVANIE VÝROBKU

1. Stlačením a podržaním tlačidla zapnete zariadenie.
2. Krátkym stlačením tlačidla prepnete na vyššiu úroveň a tak ďalej postupne až do konca rozsahu.
3. Stlačením a podržaním tlačidla zariadenie vypnete.
4. Zariadenie sa automaticky vypne po 10 minútach nepretržitej prevádzky.

INDIKÁCIE A KONTRAINDIKÁCIE POUŽITIA

Pri používaní tohto zariadenia sa treba vyhnúť nadmernému tlaku a dlhodobej fyzioterapii. Vyhnúť by ste sa mali aj citlivým oblastiam, ako je hlava, tvár alebo krčná chrbtica. Ak sa objaví zápal, opuch alebo bolesť, ihneď prestaňte liek používať.

⚠ Ak sa pri používaní pištole vyskytne zápal, opuch alebo zvýšená bolesť, prestaňte ju používať.

INDIKÁCIE

- Úľava od bolesti a kŕčov spôsobených poranením svalov, vyvrtnutím, natiahnutím.
- Odstránenie toku edematózne tekutiny v opuchnutých oblastiach.
- Uvoľnenie zhrubnutého spojivového tkaniva a fascií.
- Zníženie množstva kyseliny mliečnej a silnejší svalový výkon.
- Únava svalov.
- Použitie pri poraneniach kĺbov.

KONTRAINDIKÁCIE

- Aneurizma, krvácanie,
- Ochorenie srdca s kardiostimulátorom alebo defibrilátorom,
- Tehotenstvo
- Nádor,
- Dôležité časti tela: hlava, tvár. krčné stavce, chrbtica, kostné výbežky,
- Časti tela s menším svalovým pokrytím: napríklad holenná kosť, zadná časť chodidla, zadná

časť ruky;

- Zariadenie nepoužívajte do 90 dní po vnútornej fúzii a nepoužívajte ho v okolí imobilizovanej časti tela.

△ Poznámka: ak má používateľ niektorý z týchto stavov, pred použitím sa poraďte s lekárom.

TIPY

UVOĽNENIE SVALOV HORNEJ ČASTI TELA

Pomocou guľôčkovej hlavice masírujte postupne jednotlivé svalové partie podľa nižšie uvedených odporúčaní:

- **Hrudný sval** (pod kľúčnou kosťou až 4 cm nad bradavkou, od hrudnej kosti po rameno) – poloha v sede, ošetroená ruka položená na kolene) 30 sek.
- **Ramenný sval** (do 1/3 dĺžky ramena spredu/zo strany/zadu) 30 sek.
- **Biceps** (ohnutie predlaktia do lakťa) 30 sekúnd.
- **Laterálna a mediálna strana ramena** 60 sekúnd.
- **Svaly kapucne** 60 sekúnd (na každú stranu).
- **Zadná časť ramena** 25 sekúnd.
- **Najširší chrbtový sval** 45 sek.
- **Extenzor chrbta** (od línie lopatiek po chrbticový pás) 35 sekúnd.
- **Popliteálna šľacha** 1 ~ 1,5 min
- **Stehenný sval** 1 ~ 1,5 min.
- **Hamstringový sval** 1 ~ 1,5 min
- **Telá bokov** 25 sekúnd.
- **Bicepsový sval stehna** 1 min
- **Adduktor** 25 sek.
- **Semitendinosus a dolné brušné svaly** 40 sek.
- **Svalový plášť** 20 sekúnd.
- **Päta** 20 sekúnd.

UVOĽNENIE HORNEJ KONČATINY – PREDLAKTIE

POLOHA V SEDE S UVOĽNENOU RUKOU OPRETOU O KOLENO/STÔL

- **Predlaktie na strane dlane** 30 – 60 sekúnd.
- **Predlaktie na dorzálnnej strane** 20 ~ 45 sekúnd.
- **Krátky radiálny extenzor zápästia** 5 ~ 10 sekúnd. × 2

- **Radiálny extenzor zápästia** 5 ~ 10 sekúnd. × 2
- **Extenzia zápästia v lakti** 5 ~ 10 sekúnd. × 2

TENISOVÝ LAKEŤ

- **Horná časť paže/rameno** 10 sekúnd. × 3
- **Bicepsy** 20 sekúnd. × 3
- **Laterálne a mediálne rameno** 45 sekúnd. × 2
- **Svalové hmoty na laterálnej strane lakťa** – okrem vyčnievajúcej kosti 45 sek.
- **Strana predlaktia na strane malíčka** 60 sekúnd. × 2
- **Predlaktie s dlaňou smerujúcou k stropu** 30 sekúnd. × 2

TERAPIA RAMIEN A KRKU

- **Tricepsy** 15 ~ 20 sekúnd. × 3
- **Svaly kapucne** asi 3 cm od chrbtice po rameno, vyhybajte sa kostným výčnelkom 15 ~ 20 sekúnd. × 3
- **Najširší sval chrbta** – okraj lopatky bližšie k podpazuší 30 ~ 60 sek. × 2
- **Supraspinatus** – oblasť nad lopatkou 10 ~ 15 sekúnd. × 3
- **Subdorzálna** – mediálna lopatková oblasť 10 ~ 12 sekúnd. × 3

ZMIERNENIE BOLESTI NÔH

POLOHA V ĽAHU (NA BRUCHU)

Presuňte zariadenie z hornej časti končatiny na dolnú. Ak na niektorú časť tela nedosiahnete, požiadať niekoho, aby vám s masážou pomohol, alebo si skúste sadnúť tak, že členok jednej nohy si opriete o koleno druhej nohy, aby ste si uľahčili prístup.

- **Zadná strana stehna** – použite plochú hlavicu smerujúcu kolmo na povrch stehna. Masáž 20 – 30 sekúnd. × 3
- **Vnútrotná strana stehna** – plochá hlava smerujúca 45° von. Masáž 20 – 30 sekúnd. × 3
- **Lýtkové svaly** – použite plochú hlavicu smerujúcu von pod uhlom 45°. Masáž 10 – 15 sekúnd. × 2
- **Zadná časť kolena** (len laterálna a mediálna strana!) – "guľová" hlavica smeruje priamo nadol. Masáž 15 – 30 sekúnd.

△ Nemasírujte zadnú časť nohy 10 cm nad a pod kolenom.

POLOHA V SEDE

- **Predná strana stehna** – plochá hlavica smerujúca kolmo na povrch stehna. Masáž 30 – 45 sekúnd. × 2
- **Strana stehna** – plochá hlavica smerujúca kolmo na povrch stehna. Masáž 30 – 45 sekúnd. × 2 Môžete si tiež ľahnúť na opačný bok, ako je noha, ktorú chcete masírovať.
- **Laterálna strana zadku** – plochá hlavica smerujúca kolmo na povrch zadku. Masáž 30 – 45 sekúnd. × 2
- **Tibia (okrem kosti)** – plochá hlavica smerujúca kolmo k povrchu. Masírujte svaly na oboch stranách holennej kosti 15 – 20 sekúnd. × 2

PLANTÁRNA FASCITÍDA

POLOHA V SEDE / V LAHU (NA BRUCHU), AK NIEKTO POMÁHA PRI MASÁŽI / V STOJI
Smer pohybu zhora nadol.

- **Zadná časť stehna, tesne pod zadkom, na sedacom hrbolčeku** – plochá hlavica smeruje priamo nadol. Masáž 20 – 30 sekúnd. × 3
- **Zadná strana stehna** – použite plochú hlavicu smerujúcu kolmo na povrch stehna. Masáž 20 – 30 sekúnd. × 3
- **Posteriorno-mediálne stehno** – hlavica kolmo na povrch stehna. Masáž 20 – 30 sekúnd. × 3
- **Posterolaterálne stehno** – plochá hlavica smerujúca kolmo na povrch stehna. Masáž 20 – 30 sekúnd. × 3
- **Zadná časť lýtky** – hlava "vidlice" smeruje priamo k lýtku. Masírujte 15 – 30 sekúnd, keď je koleno pokrčené, a potom opäť 15 – 30 sekúnd, keď je koleno narovnané. Opakujte obe polohy × 3.
- **Stehenný sval mimo krížovej kosti** – plochá hlava smeruje kolmo na hýžďový povrch. Masáž 30 – 60 sekúnd. × 4 diagonálnymi pohybmi od vnútornej k vonkajšej časti zadku, pod ním.
- **Tibia (okrem kosti)** – plochá hlava smerujúca priamo nadol. Masírujte svaly na oboch stranách holennej kosti 15 – 20 sekúnd. × 2

ZMIERNENIE ARTROPATIE

POLOHA NA CHRBTI – AK VÁM NIEKTO POMÁHA PRI MASÁŽI / POLOHA V SEDE PRI AUTOMASÁŽI

- **Predná strana stehna** – plochá hlava smerujúca kolmo na povrch stehna. Masáž 30 – 45 sekúnd. × 2
- **Okraj bedrovej kosti** – predná časť bedrovej kosti – "gulovitá" hlava smerujúca vertikálne nadol. Masáž 30 – 60 sekúnd. × 4
- **Strana stehna po koleno** – plochá hlava smerujúca priamo nadol. Masáž 30 – 45 sekúnd. × 2
- **Laterálna strana zadku** – plochá hlava smerujúca kolmo k povrchu. Masáž 30 – 45 sekúnd. × 2
- **Tibia (okrem kosti)** – plochá hlava smerujúca priamo nadol. Masírujte svaly na oboch stranách holennej kosti 15 – 20 sekúnd. × 2

TECHNICKÉ PARAMETRE

MODEL	JFGUN-04
Motor	Bezkartáčový motor
Čistá hmotnosť	1,04 kg
Batéria	Lítium-iónové dobíjanie
Veľkosť produktu	170 × 215 × 65 mm
Nabíjacie rozhranie	25,2 V $\approx$ 0,8 A
Prevádzkové napätie	24 V
Kapacita batérie	3350 mAh
Životnosť batérie	1,5 ~ 6,6 hodiny
Doba nabíjania	1 ~ 2 hodiny
Pracovné prostredie	-20 ~ 60 °C, nie je odolný voči vode
Príslušný vek	Dospelí nad 18 rokov
Počet masážnych hlavíc	8
Rýchlosť	1300 ~ 3200 otáčok za minútu

ZÁRUKA

ZARIADENIE: VITAMMY BODY 7 (model JFGUN-04)

ZÁRUKA: Novamed.pl Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością Sp. j.
ul. Traktorowa 143, 91-203 Łódź

TECHNICKÁ PODPORA: INFOLINKA – TEL. 887 11 00 66
E-MAIL: POMOC@NOVAMED.PL

ZÁRUKA: Ručiteľ' ubezpečuje kupujúceho, že zariadenie VITAMMY, na ktoré sa vzťahuje táto záruka, bolo navrhnuté a vyrobené na základe vysokých štandardov kvality a že zariadenie je kvalitné, bez materiálových a výrobných chýb, ktoré by mohli narušiť jeho správnu funkciu.
V prípade závd, poškodení a porúch zistených počas trvania tejto záruky ručiteľ' bezplatne opraví alebo vymení zariadenie v čo najkratšom možnom čase, ktorý nesmie presiahnuť 14 dní.

TYP ZÁRUKY: Táto záruka predpokladá, že reklamované zariadenie bude na náklady kupujúceho doručené do servisného strediska, bezplatne opravené a bezplatne doručené späť kupujúcemu.

ZÁRUČNÁ DOBA: 24 mesiacov na jednotku; bez záruky na diely a príslušenstvo, ktoré sa opotrebovávajú pri bežnom používaní.

ZÁRUČNÁ DOBA: Záruka platí od dátumu nákupu potvrdeného dokladom o kúpe, ktorý musí byť priložený k záručnému listu.

OBLASŤ ZÁRUKY: Tieto obchodné podmienky platia na území Slovenska.

POSTUP V PRÍPADE PORUCHY: Ak chcete využiť záruku, do 14 dní od zistenia poruchy sa obráťte na horúcu linku pomoci a podpory, kde vám pomôžu a v prípade potreby začnú reklamačné konanie. V rámci reklamačného konania je potrebné zaslať reklamované zariadenie na adresu servisu a priložiť tento záručný list a doklad o kúpe.

PODMIENKY PLATNOSTI ZÁRUKY: Na zachovanie platnosti záruky je potrebné spolu s reklamovaným zariadením predložiť tento záručný list (riadne vyplnený a podpísaný) a

doklad o kúpe vrátane dátumu nákupu a názvu zakúpeného zariadenia.

OBMEDZENIA A VYLÚČENIA ZÁRUKY:

- Záruka neposkytuje žiadnu náhradu za priame alebo nepriame škody spôsobené osobám alebo zariadeniu počas doby, keď bolo zariadenie mimo prevádzky alebo v prevádzke. Záruka sa nevzťahuje na mechanické poškodenie zariadenia a na závady a poškodenia spôsobené:
 - nevhodný (nie je určený) alebo nie je v súlade s návodom na použitie nesprávne alebo nedôsledné skladovanie a údržba (napr. používanie nevhodných čistiacich prostriedkov) a používanie nevhodného spotrebného materiálu
 - zásahy neoprávneného servisného personálu, neoprávnené opravy, úpravy a stavebné zmeny
 - vonkajšie príčiny (atmosférické javy, prepätie, nedostatočné napájanie atď.)
- Záruka sa nevzťahuje na poruchy výrobu spôsobené zmenou vlastností (znížením kvality) komponentov, ktoré podliehajú prirodzenému opotrebovaniu.
- Záručné opravy nezahŕňajú údržbu a čistenie zariadenia, ako je popísané v návode na obsluhu.

Pečiatka a podpis predajcu

Dátum

Podpis zákazníka

**LIKVIDÁCIA NEPOTREBNÝCH ZARIADENÍ
DOMÁCIMI POUŽÍVATEĽMI V EURÓPSKEJ ÚNII**

Prítomnosť tohto symbolu na výrobku alebo jeho obale znamená, že výrobok sa nemôže likvidovať rovnakým spôsobom ako domový odpad. Preto ste zodpovední za likvidáciu použitého zariadenia a ste povinní odovzdať ho do autorizovaného recyklačného strediska pre nepotrebné elektrické a elektronické zariadenia. Triedenie, likvidácia a recyklácia odpadových zariadení prispieje k ochrane prírodných zdrojov a zabezpečí, aby sa recyklácia uskutočňovala spôsobom, ktorý rešpektuje ľudské zdravie a životné prostredie. Ďalšie informácie o zberných miestach pre použité zariadenia získate na miestnych úradoch alebo na miestnom mieste likvidácie odpadu z domácností.

Výrobok je certifikovaný CE



KONTAKTNÉ INFORMÁCIE**VÝROBCA:****■ Zhejiang Junfeng Fitness Equipment Co., Ltd.**

No. 25 Fengshan Two Road, Hangbu Industry Zone, Quzhou, Zhejiang, Čína

DOVOZCA:**NOVAMEDPL****Novamed.pl Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością Sp. j.**

ul. Traktorowa 143; 91-203 Łódź, Polsko

Linka pomoci a podpory: 887 110 066

Fakturačná adresa: MLongauer, s.r.o., Farská 12, 949 01 Nitra
SLOVENSKO

Prevádzka: MLongauer, s.r.o., Hlavná 43, 951 53 Babindol

Linka podpory a technická podpora: +421 940 404 831

reklamacie@mlongauer.sk

www.mlongauer.sk

Vyrobené v Čínskej ľudovej republike / Made in People's Republic of China

Verzia manuálu: 01.04 / 25.02.2022