

VITAMMY®

## body 8

MODEL JMK-Y08

PISTOLET DO MASAŻU CIAŁA



### INSTRUKCJA UŻYTKOWNIKA

Przed użyciem należy zapoznać się z instrukcją.

### WPROWADZENIE

Dziękujemy za wybór pistoletu do masażu ciała VITAMMY BODY 8 (JMK-Y08). Przed użyciem przeczytaj uważnie całą instrukcję tak, aby zmniejszyć ryzyko awarii, porażenia prądem, obrażeń, pożaru i uszkodzenia sprzętu.

### OSTRZEŻENIA I WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

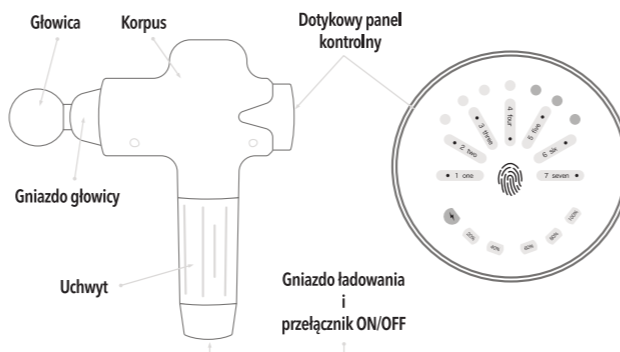
- △ Przechowuj z dala od ciepły lub źródeł ciepła i usuwaj kurz i zabrudzenia z otworów w urządzeniu.
- △ Odłączaj ładowarkę po naładowaniu urządzenia.
- △ Nie używaj produktu podczas ładowania.
- △ Używaj produktu zgodnie z instrukcją.
- △ Sprawdź dokładnie przed każdym użyciem, czy produkt może być używany zgodnie z instrukcją.
- △ Ważna informacja: Bez uprzedniej zgody lekarza nie należy stosować produktu w żadnej z następujących sytuacji: ciąża, powikłania cukrzycowe (takie jak neuropatia lub uraz siatkówki), noszenie rozrusznika serca, niedawna operacja, padaczka lub migrena, przepuklina dyskowa, wady kręgosłupa, oderwanie fragmentu kręgow lub sztywność kręgosłupa, niedawna operacja wymiany stawu lub wkładka wewnątrzmaciczna, metalowa śruba lub stalowa płytka lub jakiegokolwiek inne problemy zdrowotne. Przeciwwskazania nie oznaczają, że produkt nie może być używany. Zalecamy skonsultowanie się z lekarzem przed użyciem.
- △ W przypadku wątpliwości, w jaki sposób należy korzystać z urządzenia, zalecamy zasięgnąć porady fizjoterapeuty.
- △ Osobom niepełnoletnim nie wolno korzystać z produktu. W przypadku urazów, korzystanie z produktu jest zakazane. W przypadku urazu mięśni przed użyciem urządzenia należy skonsultować się z lekarzem.
- △ Zabrania się stosowania urządzenia na powierzchni zabrudzonej bądź wilgotnej skóry.
- △ Zabrania się używania produktu na szyi i części ciała mniej pokrytej mięśniami oraz stosowania urządzenia na kości, zaleca się stosowanie produktu wyłącznie na tkankach miękkich ciała w celu uniknięcia bólu i dyskomfortu.
- △ Nie używaj urządzenia, gdy pojawiają się siniaki, ból lub dyskomfort.
- △ Nie wolno umieszczać żadnych przedmiotów w otworze wentylacyjnym głowicy.
- △ Nie należy wkładać produktu do ognia ani trzymać w pobliżu źródła ognia.
- △ Nie wolno upuszczać tego produktu w sposób celowy.
- △ Nie należy demontować produktu w żaden sposób.
- △ Unikać kontaktu z osią i tyłem głowicy masującej w czasie, gdy urządzenie jest włączone.
- △ **Uwaga!** Producent, importer ani dystrybutor nie ponoszą odpowiedzialności za szkody pośrednie lub bezpośrednie powstałe w stosunku do osób lub rzeczy w wyniku użycia opisywanego produktu, zwłaszcza jeśli wynikają z niezastosowania lub niezajomości niniejszej instrukcji obsługi, w tym ostrzeżeń i zaleceń.

### KONSERWACJA, CZYSZCZENIE, PRZECHOWYWANIE I PRZENOSZENIE

Produktu należy używać w normalnych warunkach, w temperaturze pokojowej, nie narażając na wysokie temperatury oraz wilgoć.

- Wyczyścić urządzenie miękką szmatką.
- Przechowywać i transportować urządzenie w dostarczonej opakowaniu.
- Urządzenie przechowywać w suchym, dobrze wentylowanym miejscu.
- Jeżeli urządzenie nie jest używane przez dłuższy czas, winno zostać spakowane i przechowywane po oczyszczeniu i ładowane co sześć miesięcy.

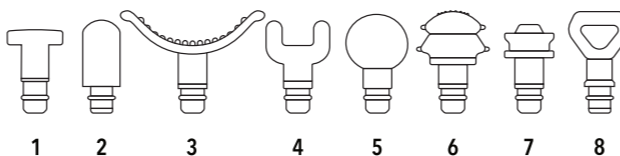
### OPIS



1. Szybki silnik o wyciszonej pracy.
2. Bateria litowo-jonowa do wielokrotnego ładowania
3. Kompaktowy i przenośny.
4. Zintegrowana konstrukcja baterii i pistoletu, bez ryzyka poluzowania uchwytu, bezpieczna w użyciu.
5. Odporny na pot i wilgoć.
6. 8 głowic o różnych kształtach i zastosowaniach.

### GŁOWICE MASUJĄCE

Zestaw oferuje 8 wymiennych głowic masujących, które mają różne zastosowanie:



1. Głowica płaska – służy do opracowania dużych brzuśców mięśni, przygotowania powięzi do dalszego masażu, daje efekt średniego rozluźnienia.
2. Głowica stożkowa – mały obszar kontaktu, do bardzo precyzyjnego masażu punktów bólu, masaż o większej mocy. Długość masażu w jednym obszarze nie może trwać dłużej niż 30 sekund.
3. Głowica z wypustkami – dopasowana do kształtu ramion, przedramion, ud i łydek. Poprawia ukrwienie i działa na dużej powierzchni.
4. Głowica „widelki” – idealna do rozpracowywania przegród międzymięśniowych (biceps, mięśnie łydki, mięśnie tylnej części uda, mięśnie przykręgosłupowe na odcinku piersiowym i lędźwiowym). Pozwala na stopniowe zwiększanie zakresu ruchu.
5. Głowica piłeczka – do rozmasowywania mięśni i powięzi po treningu. Można ją stosować na mniejszych grupach mięśniowych (np. przedramion). Sprawdzi się w rozluźnianiu mięśni przykręgosłupowych poniżej odcinka szyjnego kręgosłupa. Daje efekt silnego rozluźnienia i zrelaksowania.
6. Głowica amortyzowana – konstrukcja w kształcie wieży działa jako bufor przy wibracjach. Jest odpowiednia dla miejsc o wrażliwych mięśniach lub obszarów lekko uszkodzonych. Jednocześnie, aby zapewnić osobom starszym masaż relaksacyjny w domu, można wybrać głowicę amortyzowaną, aby spowolnić wibracje.
7. Głowica korek – o obniżonej twardości – idealna do opracowywania tkanek miękkich. Doskonala do mięśni brzucha, rzeźbienia linii i relaksacji.
8. Głowica w kształcie łopatki – podobnie jak głowica w kształcie litery U, to głowica masująca do części specjalnych. Jest odpowiednia do rozluźniania mięśni obwodowych pleców, odcinka szyjnego kręgosłupa i talii.

### JAK ZAINSTALOWAĆ GŁOWICĘ MASUJĄCĄ?

Wystarczy pociągnąć mocniej za głowicę, by ją wyjąć z urządzenia. Następnie należy wybrać inną głowicę i wcisnąć ją do oporu w gniazdo głowic w urządzeniu. Podczas wyjmowania / instalowania głowicy masującej można obracać ją lekko.

### UŻYCIE PRODUKTU

#### ŁADOWANIE BATERII

Przed pierwszym użyciem urządzenia należy całkowicie naładować baterię, korzystając z załączonej ładowarki.

#### INSTRUKCJA OBSŁUGI

1. Wybierz jedną z ośmiu dostępnych głowic, odpowiednią dla części ciała, która ma być poddana masażowi. Zainstaluj ją poprzez wciśnięcie jej końcówki w otwór w urządzeniu.
2. Włącz urządzenie przesuwając przełącznik ON/OFF na pozycję ON.
3. Uruchom urządzenie używając panelu dotykowego i wybierz żądane obroty (od 1 do 7). Każde kolejne dotknięcie panelu powoduje przejście na wyższy bieg pracy urządzenia.

4. Urządzenie wyłącza się samoczynnie po 10 minutach. Jeśli zakończysz masaż w krótszym czasie, użyj ponownie panelu dotykowego. Dotknij go taką ilość razy, by opuścić tryb pracy masażera.
5. Przed odłożeniem urządzenia przesuń przełącznik ON/OFF na pozycję OFF.

#### WSKAŹNIK TRYBU PRACY

Na tylnym panelu urządzenia znajdują się diody wskazujące wybrany tryb pracy urządzenia (bieg) i stan ładowania baterii.

- 1 dioda – 1 bieg
- 2 diody – 2 bieg
- 3 diody – 3 bieg
- itd.
- Podczas ładowania diody migają.
- Pełne naładowanie wskazują diody palące się stale.

△ Podczas korzystania z tego urządzenia należy unikać nadmiernego nacisku i długotrwałego masażu. Należy unikać także wrażliwych obszarów, takich jak głowa, twarz lub kręgosłup szyjny. Jeśli wystąpi stan zapalny, obrzęk lub ból, należy natychmiast zaprzestać używania.

△ Jeśli wystąpi stan zapalny, obrzęk lub zwiększony ból podczas używania pistoletu, przestań go używać.

#### ZASTOSOWANIE

- Łagodzenie bólu i skurczy spowodowanych urazami mięśni, zwichnięciami, nadwyrężeniami.
- Eliminowanie przepływu płynu obrzękowego w opuchniętych obszarach.
- Rozluźnienie pogrubionej tkanki łącznej i powięzi.
- Redukcja kwasu mlekowego i mocniejszej pracy mięśni.
- Zmęczenie mięśni
- Zastosowanie do kontuzji stawów.

#### NIE UŻYWAĆ W NASTĘPUJĄCYCH PRZYPADKACH

- Tętniak, krwawienie,
  - Choroba serca z rozrusznikiem serca lub defibrylatorem,
  - Cięża,
  - Nowotwór,
  - Ważne części ciała: głowa, twarz, kręgi szyjne, kręgosłup, wystające części kostne,
  - Części ciała o mniejszym pokryciu mięśni: takie jak piszczel, tył stopy, tył dłoni;
  - Nie używaj urządzenia w ciągu 90 dni po zespalaniu wewnętrznym i nie używaj go wokół unieruchomionej części ciała.
- △ Uwaga: W przypadku występowania któregośkolwiek z wymienionych przeciwwskazań, należy przed zastosowaniem urządzenia skontaktować się z lekarzem.

### WSKAZÓWKI

#### ROZLUŻNIENIE MIĘŚNI GÓRNEJ CZĘŚCI CIAŁA

Korzystając z głowicy „piłki” masuj kolejne partie mięśni zgodnie z zaleceniami podanymi poniżej:

- **Mięsień piersiowy** (pod obojczykiem do 4 cm nad sutkiem, od mostka do barku) – pozycja siedząca, ręka poddawana zabiegowi oparta o kolano) 30 sek.
- **Mięsień naramienny** (do 1/3 długości ramienia przód/bok/tył) 30 sek.
- **Biceps** (przednia część ramienia do zgięcia w łokciu) 30 sek.
- **Boczna i przysrodkowa część ramienia** 60 sek.
- **Mięsień kapturowy** 60 sek( na jedną stronę).
- **Tyłna część ramienia** 25 sek.
- **Mięsień najszerszy grzbietu** 45 sek.
- **Prostownik grzbietu**( od linii łopatek do pasa przykręgosłupowo) 35 sek.
- **Ścięgno podkolanowe** 1 ~ 1,5 min
- **Mięsień pośladkowy wielki** 1 ~ 1,5 min
- **Mięsień gruszkowaty** 1 ~ 1,5 min
- **Ciałka biodrowe** 25 sek.
- **Mięsień dwugłowy uda** 1 min
- **Przywodziciel** 25 sek.
- **Mięśnie półścięgliste i podbrzusza** 40 sek.
- **Mięsień płaszczkowaty** 20 sek.
- **Pięta** 20 sek.

#### ROZLUŻNIENIE KOŃCZYNY GÓRNEJ – PRZEDRAMIĘ

POZYCJA SIEDZĄCA Z RĘKĄ ROZLUŻNIANĄ OPARTĄ O KOLANO/STÓŁ

- **Przedramię od strony dłoniowej** 30-60 sek.
- **Przedramię od strony grzbietowej** 20~ 45sek.
- **Krótki prostownik promieniowy nadgarstka** 5~10 sek. × 2
- **Prostownik promieniowy nadgarstka** 5~10 sek. × 2
- **Prostownik łokciowy nadgarstka** 5~10 sek. × 2

#### ŁOKIEĆ TENISISTY

- Górna część ramienia/okolica barku** 10 sek. × 3
- Biceps** 20 sek. × 3
- Boczna i przysrodkowa cz. ramienia** 45 sek. × 2
- Masy mięśniowe przy bocznej części łokcia** - z pominięciem wystającej kości 45 sek.
- Boczna strona przedramienia po stronie palca małego** 60 sek. × 2
- Przedramię** przy skierowanej dłoni do sufitu 30 sek. × 2

#### BARK I SZYJA

- Triceps** 15~20 sek. × 3
- Mięsień kapturowy** od okolicy 3 cm od kręgosłupa do barku z ominięciem wystających elementów kostnych 15~20 sek. × 3
- Mięsień najszerzy grzbietu** – brzeg łopatki bliżej pachy 30~60 sek. × 2
- Nad grzebieniowy** – okolica nad łopatką 10~15 sek.× 3
- Podgrzebieniowy** – okolica środkowej części łopatki 10~12 sek.× 3

#### ZŁAGODZENIE BÓLU NÓG

#### POZYCJA LEŻĄCA (NA BRZUCHU)

Należy przesuwać urządzenie od góry kończyny do dołu. Jeśli nie możesz osiągnąć jakiejś partii ciała poproś kogoś o pomoc w masażu, możesz też spróbować usiąść z kostką jednej nogi opartą na kolanie drugiej nogi i w ten sposób ułatwić sobie dostęp.

- Tylna strona uda** – użyj głowicy płaskiej skierowanej prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 20–30 sek. × 3
- Wewnętrzna strona uda** – głowica płaska skierowana pod kątem 45° na zewnątrz. Masuj 20–30 sek. × 3
- Mięśnie łydki** – użyj głowicy płaskiej skierowanej pod kątem 45° na zewnątrz. Masuj 10–15 sek. × 2
- Tylna część kolana (tylko po stronie bocznej i przysrodkowej!)** – głowica „pilka” skierowana prosto w dół. Masuj 15–30 sek.

△ Nie masować tylnej części nogi 10 cm nad i pod kolaniem.

#### POZYCJA SIEDZĄCA

- Przednia strona uda** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 30–45 sek. × 2
- Boczna strona uda** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 30–45 sek. × 2 Możesz też położyć się na boku przeciwnym do nogi, którą chcesz masować.
- Boczna strona pośladka** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni pośladka. Masuj 30–45 sek. × 2

- Piszczel (z pominięciem kości)** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni. Masuj mięśnie po obu stronach kości piszczelowej 15–20 sek. × 2

#### WSPOMAGAJĄCO PRZY ZAPALENIU POWIĘZI PODESZWOWEJ

POZYCJA SIEDZĄCA / POZYCJA LEŻĄCA (NA BRZUCHU) JEŚLI KTOŚ POMAGA W MASAŻU / POZYCJA STOJĄCA
Kierunek ruchu od góry do dołu.

- Tylna część uda, tuż poniżej pośladka, na guzie kulszowym** – głowica płaska skierowana prosto w dół. Masuj 20–30 sek. × 3
- Tylna część uda** – użyj głowicy płaskiej skierowanej prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 20–30 sek. × 3
- Tylno-przysrodkowa część uda** – głowica płaska prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 20–30 sek. × 3
- Tylno-boczna część uda** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 20–30 sek. × 3
- Tylna część łydki** – głowica „widelki” skierowana prosto w stronę łydki. Masuj 15–30 sek. kiedy kolano jest zgięte, a następnie znów 15–30 sek. gdy kolano kest wyprostowane. Powtórz obie pozycje × 3.
- Pośladek na zewnątrz od kości krzyżowej** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni pośladka. Masuj 30–60 sek. × 4 ruchem ukośnym od części wewnętrznej do zewnętrznej pośladka, pod nim.
- Piszczel (z pominięciem kości)** – głowica płaska skierowana prosto w dół. Masuj mięśnie po obu stronach kości piszczelowej 15–20 sek. × 2

#### WSPOMAGAJĄCO PRZY ARTROPATII

- POZYCJA NA WZNAK – JEŚLI KTOŚ POMAGA W MASAŻU / POZYCJA SIEDZĄCA DO SAMODZIELNEGO MASAŻU;
- Przednia strona uda** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni uda. Masuj 30–45 sek. × 2
  - Krawędź kości biodrowej-kość biodrowa przednia** – głowica „pilka” skierowana pionowo w dół. Masuj 30–60 sek. × 4
  - Boczna strona uda aż do kolana**- głowica płaska skierowana prosto w dół. Masuj 30–45 sek. × 2
  - Boczna strona pośladka** – głowica płaska skierowana prostopadłe do powierzchni. Masuj 30–45 sek. × 2
  - Piszczel (z pominięciem kości)** – głowica płaska skierowana prosto w dół. Masuj mięśnie po obu stronach kości piszczelowej 15–20 sek. × 2

DANE TECHNICZNE	
<b>MODEL</b>	<b>JMK-Y08</b>
Silnik	Silnik bezszczotkowy
Waga netto	950 g
Bateria	Litowo-jonowa do wielokrotnego ładowania
Rozmiar produktu	184 × 245 × 55 mm
Interfejs ładowania	16,8 V, 1 A
Napięcie robocze	16,8 V
Moc	20 W
Pojemność baterii	4800 mAh
Żywotność baterii	12~24 h
Czas ładowania	około 5 h
Środowisko pracy	0 ~ 40 °C, bez wodoodporności
Obowiązujący wiek	Dorośli powyżej 18 lat
Liczba głowic masujących	8
Prędkość	1300 ~ 3200 obr/min

#### GWARANCJA

**URZĄDZENIE:** VITAMMY BODY 8 (model JMK-Y08)

**GWARANT:** Novamed.pl S.A. ul. Traktorowa 143, 91-203 Łódź

**WSPARCIE TECHNICZNE:** INFOLINIA – TEL. 887 11 00 66 E-MAIL: POMOC@NOVAMED.PL

**GWARANCJA:** Gwarant zapewnia Nabywcę, że urządzenie VITAMMY, którego dotyczy niniejsza gwarancja, zostało zaprojektowane i wyprodukowane w oparciu o wysokie standardy jakości oraz o dobrej jakości urządzenia, brak wad materiałowych i produkcyjnych, które mogłyby zakłócać jego prawidłowe działanie. W przypadku wad, uszkodzeń i usterek ujawnionych w okresie niniejszej gwarancji Gwarant bezpłatnie naprawi lub wymieni urządzenie na nowe bezpłatnie w możliwie krótkim terminie nie przekraczającym 14 dni.

**TYP GWARANCJI:** Niniejsza gwarancja zakłada, że reklamowany sprzęt będzie dostarczony do serwisu na koszt Nabywcy, bezpłatnie naprawiony oraz bezpłatnie dostarczony z powrotem do Nabywcy.

**Okres gwarancji:** 24 miesiący na urządzenie; Bez gwarancji na części i akcesoria ulegające zużyciu podczas normalnego użytkowania.

**BIEG OKRESU GWARANCJI:** Gwarancja jest ważna od dnia zakupu potwierdzonego dowodem zakupu, który należy dołączyć do karty gwarancyjnej.

**OBSZAR OBOWIĄZYWANIA GWARANCJI:** Niniejsza gwarancja obowiązuje na terytorium Polski.


**POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU STWIERDZENIA USTERKI:** Aby skorzystać z gwarancji, w ciągu 14 dni od chwili ujawnienia wady, należy skontaktować się z infolinią pomocy i wsparcia technicznego w celu uzyskania pomocy i w razie konieczności uruchomienia procedury reklamacji. W ramach procedury reklamacyjnej reklamowany sprzęt należy wysłać na adres serwisu, dołączając niniejszą kartę gwarancyjną i dowód zakupu.

**WARUNKI WAŻNOŚCI GWARANCJI:** W celu zachowania ważności gwarancji razem z reklamowanym urządzeniem należy dostarczyć niniejszą kartę gwarancyjną (poprawnie wypełnioną i podpisaną) oraz dowód zakupu zawierający datę zakupu wraz z nazwą zakupionego urządzenia.

**OGRANICZENIA I WYŁĄCZENIA GWARANCJI:**

- Gwarancja nie przewiduje żadnej rekompensaty za szkody pośrednie lub bezpośrednie, wyrządzone osobom bądź urządzeniom, gdy urządzenie nie działało lub znajdowało się w serwisie.
- Gwarancja nie obejmuje mechanicznych uszkodzeń sprzętu oraz wad i uszkodzeń wynikłych na skutek:
  - niewłaściwego (niezgodnego z przeznaczeniem) lub w sposób niezgodny z instrukcją użytkowania
  - niewłaściwego lub niezgodnego z instrukcją przechowywania i konserwacji (np. użycia niewłaściwych środków czyszczących) oraz użycia niewłaściwych materiałów eksploatacyjnych
  - ingerencji nieautoryzowanego serwisu, samowolnych napraw, przeróbek i zmian konstrukcyjnych
  - przyczyn natury zewnętrznej (zjawisk atmosferycznych, przepięcia w sieci energetycznej, niewłaściwego zasilania, itp.)
- Gwarancja nie obejmuje niesprawności produktu z powodu zmiany właściwości (obniżenia jakości) elementów, które ulegają naturalnemu zużyciu.
- Naprawami gwarancyjnymi nie są czynności związane z konserwacją i czyszczeniem urządzenia opisane w Instrukcji obsługi.

#### UTYLIZACJA NIEPOTRZEBNEGO SPRZĘTU PRZEZ UŻYTKOWNIKÓW DOMOWYCH W UNII EUROPEJSKIEJ

 Obecność tego symbolu na produkcie lub jego opakowaniu oznacza, że nie można pozbyć się tego produktu w taki sam sposób jak odpadów z gospodarstw domowych. W związku z tym jesteście Państwo odpowiedzialni za utylizację zużytego sprzętu i jesteście zobowiązani dostarczyć go do autoryzowanego punktu recyklingu niepotrzebnego sprzętu elektrycznego i elektronicznego. Sortowanie, usuwanie i recykling zużytego sprzętu przyczyni się do ochrony zasobów naturalnych i zapewnia, że recykling odbywa się według zasad poszanowania zdrowia ludzkiego i środowiska. Aby uzyskać więcej informacji na temat punktów zbiórki zużytego sprzętu, należy skontaktować się z lokalnymi władzami bądź z lokalnym punktem utylizacji odpadów domowych.

#### CE

#### INFORMACJE KONTAKTOWE

**PRODUCENT:**  
 **Shenzhen Huizhizhen Smart Technology Co., Ltd.**  
Shenzhou building, Bantian Bell Road, Longgang District, Shenzhen, China, 518116

**IMPORTER:**  
**NOVAMEDPL**

**Novamed.pl S.A.**  
ul. Traktorowa 143; 91-203 Łódź, Poland  
Infolinia pomocy i wsparcia technicznego: 887 11 00 66

Wyprodukowano w Chinach / Made in People's Republic of China