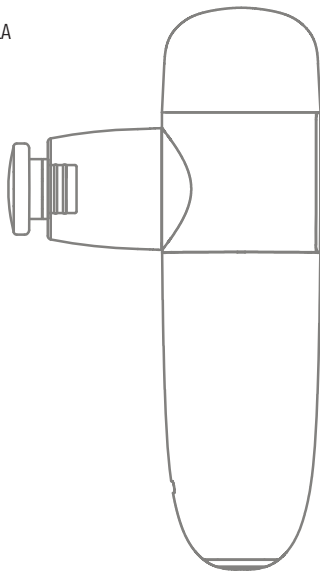


VITAMMY®

body 1

MODEL JMK-COOPER

PISTOLET DO MASAŻU CIAŁA



INSTRUKCJA UŻYTKOWNIKA

Przed użyciem należy zapoznać się z instrukcją.

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie	3
Ostrzeżenia i wskazówki dotyczące bezpieczeństwa	3
Konserwacja, czyszczenie, przechowywanie i przenoszenie	4
Opis	4
Użycie produktu	6
Wskazania i Przeciwwskazania do użycia	7
Wskazówki	8
Dane techniczne	11
Gwarancja	11
Utylizacja niepotrzebnego sprzętu przez użytkowników domowych w Unii Europejskiej	14
Informacje Kontaktowe	16

WPROWADZENIE

Dziękujemy za wybór pistoletu do masażu ciała VITAMMY BODY 1 (JMK-COOPER).

Przed użyciem przeczytaj uważnie wszystkie instrukcje i ostrzeżenia zawarte w niniejszej instrukcji tak, aby zmniejszyć ryzyko awarii, porażenia prądem, obrażeń, pożaru i uszkodzenia sprzętu.

OSTRZEŻENIA I WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE BEZPIECZEŃSTWA

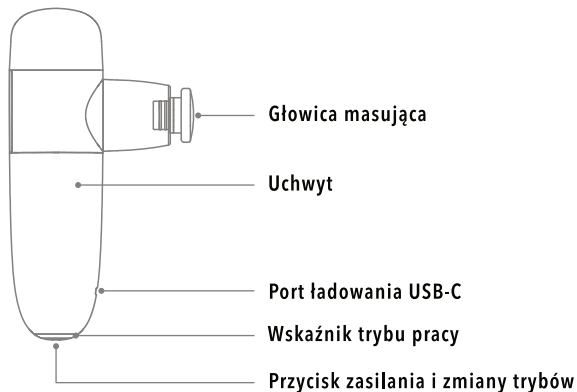
- △ Przechowuj z dala od cieczy lub źródeł ciepła i usuwaj kurz i zabrudzenia z otworów w urządzeniu.
- △ Odłączaj ładowarkę po naładowaniu urządzenia.
- △ Nie używaj produktu podczas ładowania.
- △ Używaj produktu zgodnie z instrukcją.
- △ Sprawdź dokładnie przed każdym użyciem, czy produkt może być używany normalnie zgodnie z instrukcją.
- △ Ważna informacja: Bez uprzedniej zgody lekarza nie należy stosować produktu w żadnej z następujących sytuacji: cięża, 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 płytk 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 skóry niesuchej i nieczystej.
- △ 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.

- △ Należy trzymać palce, włosy lub inne części ciała z dala od osi i tyłu głowicy masującej, ponieważ urządzenie może je wciągnąć.
- △ **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

- Wyczyścić urządzenie lekko zwilżonym ręcznikiem i osuszyć miękką szmatką.
- Przechowywać i transportować urządzenie w dostarczonym 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 bezszczotkowy o wyciszonej pracy.
2. Bateria litowo-jonowa do wielokrotnego ładowania
3. Lekki i przenośny (288g).
4. Zintegrowana konstrukcja baterii i pistoletu, bez ryzyka poluzowania uchwytu, bezpieczna w użyciu.

5. Tryb inteligentny, dostosowuje ilość wibracji do użytego nacisku.
6. Odporny na pot i wilgoć.
7. Ładowanie typu USB-C.

WSKAŹNIK TRYBU PRACY

Urządzenie wyposażone jest w diodę wskazującą wybrany tryb pracy urządzenia (bieg) i stan ładowania baterii. Kolor światła wskazuje bieg/stan.

- Kolor żółty – 1 bieg
- Kolor zielony – 2 bieg
- Kolor fioletowy – 3 bieg
- Kolor biały – program inteligentny
- Podczas ładowania dioda płynnie zmienia kolory
- Pełne naładowanie wskazuje ciągle zielone światło.

GŁOWICE MASUJĄCE

Zestaw oferuje 5 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 „pocisk” – opracowanie miejsc bardzo bolesnych, umożliwia precyzyjną pracę w miejscach dyskomfortu, zwiększonego napięcia, ograniczenia ruchomości. Jest doskonała do opracowania punktów spustowych, rozluźnienia rozciągnięta podeszwy. **Nie nadaje się do pracy przy kościach!**
3. 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.

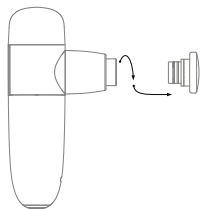
- Głowica piłka – do rozmasowywania mięśni i powięzi po treningu. Można ją stosować na mniejszych grupach mięśniowych (np. przedramion). Sprawdza się w rozluźnianiu mięśni przykręgosłupowych poniżej odcinka szyjnego kręgosłupa. Daje efekt silnego rozluźnienia i zrelaksowania.
- Głowica „kocia łapka” – miękka głowica, która daje uczucie delikatnego, ale głębokiego rozluźnienia, idealna do opracowania napiętych mięśni w okolicach karku, potylicy, oraz miejsc z mniejszą ilością tkanki mięśniowej. Daje łagodniejsze bodźce dla osób rozpoczynających pracę z urządzeniem.

JAK ZAINSTALOWAĆ GŁOWICĘ MASUJĄCĄ?

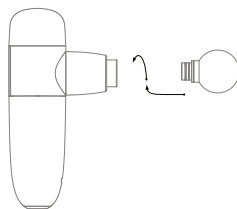
Podczas wyjmowania / instalowania głowicy masującej obróć ją lekko zgodnie z rysunkiem poniżej.

- ⚠ Nie wyjmować / nie instalować głowicy bezpośrednio.

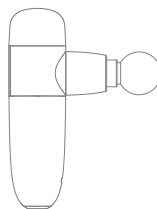
Wyjmowanie



Wymiana



Instalacja zakończona



UŻYCIĘ PRODUKTU

- Naciśnij i przytrzymaj przycisk zasilania przez 3 sekundy, aby włączyć/wyłączyć urządzenie.
- Początkowy bieg to 1 bieg; wskaźnik zmienia kolor na żółty.
- Naciśnij przycisk zmiany trybów jeden raz, by zwiększyć bieg o jeden.
- Trzeci bieg jest najwyższy (najbardziej intensywne). Kliknij przycisk zasilania raz na 3. biegu, aby zmienić tryb na inteligentny.
- Naciśnij ponownie przycisk zasilania, by zmienić tryb inteligentny na bieg 1.
- Urządzenie wyłączy się automatycznie po 10 minutach ciągłej pracy.

WSKAZANIA I PRZECIWSKAZANIA DO UŻYCIA

Podczas korzystania z tego urządzenia należy unikać nadmiernego nacisku i długotrwałej fizjoterapii. 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.

WSKAZANIA

- 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.

PRZECIWSKAZANIA

- Tętniak, krwawienie,
- Choroba serca z rozrusznikiem serca lub defibrylatorem,
- Ciąża,
- 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: jeśli użytkownik ma którykolwiek z wymienionych warunków, przed użyciem należy skonsultować 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 przyśrodkowa część ramienia** 60 sek.
- **Mięsień kapturowy** 60 sek (na jedną stronę).
- **Tyłna część ramienia** 25 sek.
- **Mięsień najszerzy grzbietu** 45 sek.
- **Prostownik grzbietu** (od linii łopatek do pasa przykręgosłupowo) 35 sek.
- **Ścęgno 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 półścięgniste 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 przyśrodkowa 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

TERAPIA BARKU I SZYI

- **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

ZŁAGODZIENIE BÓLU NÓG

POZYCJA LEŻĄCA (NA BRZUCHU)

Należy przesuwać urządzenie od góry kończyny do dołu. Jeśli nie możesz osiągnąć jakiegś 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.

- **Tyłna strona uda** – użyj głowicy płaskiej skierowanej prostopadle 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
- **Tyłna część kolana (tylko po stronie bocznej i przyśrodkowej!)** – głowica „piłka” skierowana prosto w dół. Masuj 15-30 sek.

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

POZYCJA SIEDZĄCA;

- **Przednia strona uda** – głowica płaska skierowana prostopadle do powierzchni uda. Masuj 30-45 sek. × 2
- **Boczna strona uda** – głowica płaska skierowana prostopadle 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 prostopadle do powierzchni pośladka. Masuj 30–45 sek. × 2
- **Piszczel (z pominięciem kości)** – głowica płaska skierowana prostopadle do powierzchni. Masuj mięśnie po obu stronach kości piszczelowej 15–20 sek. × 2

ZAPALENIE 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 prostopadle do powierzchni uda. Masuj 20–30 sek. × 3
- **Tylnoprzysiódkowa część uda** – głowica płaska prostopadle do powierzchni uda. Masuj 20–30 sek. × 3
- **Tylnoboczna część uda** – głowica płaska skierowana prostopadle 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 jest wyprostowane. Powtórz obie pozycje × 3.
- **Pośladek na zewnątrz od kości krzyżowej** – głowica płaska skierowana prostopadle 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

ŁAGODZIENIE ARTROPATII

POZYCJA NA WZNAK – JEŚLI KTOŚ POMAGA W MASAŻU / POZYCJA SIEDZĄCA DO

SAMODZIELNEGO MASAŻU;

- **Przednia strona uda** – głowica płaska skierowana prostopadle do powierzchni uda. Masuj 30–45 sek. × 2
- **Kraweź kości biodrowej-kość biodrowa przednia** – głowica „piłka” 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 prostopadle 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

MODEL	JMK-COOPER
Silnik	Silnik bezszczotkowy
Waga netto	288 g
Bateria	Litowo-jonowa do wielokrotnego ładowania
Rozmiar produktu	150 × 115 × 43 mm
Interfejs ładowania	USB-C 5V, 2 A
Napięcie robocze	7,4 V
Pojemność baterii	2000 mAh
Żywotność baterii	3–5 godzin
Czas ładowania	około 3 godzin
Środowisko pracy	0 ~ 40 °C, bez wodoodporności
Obowiązujący wiek	Dorośli powyżej 18 lat
Liczba głowic masujących	5
Prędkość	1600 ~ 2500 obr/min

GWARANCJA

URZĄDZENIE: VITAMMY BODY 1 (model JMK-COOPER)

GWARANT: Novamed.pl Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością Sp. j.
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 miesięcy 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 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 bezpośrednio, 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.

Pieczęć i podpis sprzedawcy

Data

Podpis klienta

**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.

Produkt posiada certyfikat CE



INFORMACJE KONTAKTOWE**PRODUCENT:****Shenzhen Huizhizhen Smart Technology Co., Ltd.**

Shenzhou building, Bantian Bell Road, Longgang District, Shenzhen, 518116 China

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

ul. Traktorowa 143; 91-203 Łódź, Poland

Infolinia pomocy i wsparcia technicznego: 887 11 00 66

Wyprodukowano w Chińskiej Republice Ludowej / Made in People's Republic of China

Wersja instrukcji: 01.06 / 28.11.2021