

# FYZIOGUN



**Návod na obsluhu pre pištoľ  
na teplú a studenú masáž**

## MASÁŽNY PRÍSTROJ NA STUDENÚ A TEPLÚ MASÁŽ



## **Všeobecná pomôcka urýchľujúca zotavenie po cvičení v oblasti zdravia celej rodiny**

Ďakujeme za zakúpenie nášho výrobku. Pred použitím si pozorne prečítajte tento návod na obsluhu, aby ste sa uistili o správnom používaní. Tento návod na obsluhu si dobre uschovajte pre budúce použitie.

### **Stručný úvod a účel prenosného masážneho prístroja na studenú a teplú masáž**

Perkusná terapia sústreďuje cielečné tlakové impulzy do svalov/tkanív tela, čím zmierňuje bolesť svalov, stuhnutosť a celkovú bolestivosť a zvyšuje pohyblivosť. Perkusná stimulácia poskytuje komplexnú úľavu tým, že zasahuje do povrchových aj hlbokých svalových vlákien.

Prenosný masážny prístroj na studenú a teplú masáž je prístroj určený na hĺbkovú relaxačnú masáž svalov a vhodný na fyzickú masáž po cvičení. Zmierňuje stuhnutosť a bolesť svalov, uľavuje od únavy svalov a zrýchľuje krvný obeh, čím zlepšuje pružnosť telesného tkaniva.

### **Účel a výhody**

Vhodné na fyzickú masáž a starostlivosť o pokožku pred alebo po cvičení.

1. Urýchľuje zahriatie a regeneráciu a sústreďuje cielečné tlakové impulzy do svalového tkaniva tela.
2. Znižuje bolesť a stuhnutosť svalov. Výkonný motor s vysokým krútiacim momentom a tichou technológiou Quiet Glide™. Pomocou nej môžete aktivovať, upokojiť alebo uvoľniť svaly/fascie na celom tele.
3. Vylepšuje pohyblivosť a flexibilitu. Perkusná stimulácia poskytuje komplexnú úľavu tým, že zasahuje do povrchových aj hlbokých svalových vlákien.



**Prístroj na studenú a teplú masáž – praktická pomôcka na zdravotnú starostlivosť**

## UPOZORNENIA – PRED POUŽITÍM SI POZORNE PREČÍTAJTE

Aby ste predišli vzniku škôd vrátane porúch alebo úrazom elektrickým prúdom, zraneniam, požiaru, usmrteniu a poškodeniu zariadenia, pred použitím výrobku si pozorne prečítajte všetky pokyny, varovania a upozornenia týkajúce sa výrobku uvedené v tomto návode na obsluhu.

### 1. Výstrahy

01. Mladistvým je zakázané používať produkt. Nepoužívajte výrobok, ak ste zranení, a v prípade, že máte bolesti svalov, sa pred jeho použitím poradíte s lekárom.
02. Nepoužívajte výrobok na mokrej alebo znečistenej pokožke. Môžete ho používať, aj keď na sebe máte oblečenie. Jemne ho pritlačte na telo a pohybujte po požadovanej oblasti tela. Každé miesto na tele masírujte po dobu približne 60 sekúnd.
03. Výrobok neponárajte do vody a nedovoľte, aby sa voda dostala do vetracieho otvoru výrobku.
04. Do vetracieho otvoru výrobku neumiestňujte žiadne predmety.
05. Nevkladajte výrobok do ohňa ani do blízkosti zdrojov ohňa.
06. Výrobok nehádzte na zem ani iné predmety.
07. Výrobok nijako nemeňte ani neupravujte.
08. Batériu výrobku nepoužívajte ani nenabíjajte, ak nie je pod dohľadom.
09. Nepribližujte sa prstami, vlasmi ani inými časťami tela k hriadeľu a zadnej strane masážnej hlavice, aby nedošlo k zachyteniu.
10. Deti mladšie ako osem rokov nesmú používať prístroj. Deti bez prítomnosti dospelých nesmú vykonávať čistenie a údržbu prístroja.
11. Vzhľadom na povrch zariadenia, ktorý produkuje teplo, musia byť osoby citlivé na teplo pri používaní výrobku veľmi opatrné.
12. Nabíjanie na počítači je zakázané.



Obr.: Nedotýkajte sa tejto časti, aby nedošlo k poraneniu prstov, keď zariadenie spustíte bez nasadenej masážnej hlavice.



Obr.: Nedotýkajte sa tejto časti, aby nedošlo k poraneniu prstov, keď zariadenie spustíte s nasadenou masážnou hlavicom.

## 2. Vyhlásenia

V prípade, že sa vás týka jedna alebo viaceré z nasledujúcich okolností, poraďte sa s lekármi.

01. Tehotné matky, pacienti s rakovinou.
02. Osoby so srdcovým ochorením, kardiovaskulárnymi ťažkosťami alebo defibrilátorom.
03. Osoby, ktoré nedávno podstúpili operáciu.
04. Osoby s arteriálnou aneuryzmou, krvácaním, osoby užívajúce lieky na riedenie krvi.
05. Osoby s anomáliou v citlivých oblastiach vrátane hlavy alebo kĺbovej sústavy.
06. V prípade komplikácií spôsobených inými ochoreniami (ako je neuropatia a pod.).

## 3. Bezpečnostné opatrenia počas používania

01. Po dobíí batérie vyťahnite nabíjačku.
02. Nepoužívajte výrobok, ak sa práve nabíja.
03. Pred použitím výrobku si pozorne prečítajte návod na obsluhu.

4. Pri spustení bude počiatočná teplota približne 16 °C a indikátor bude svietiť na modro. Po opätovnom stlačení tlačidla teplota stúpne na približne 18 °C a indikátor bude svietiť na fialovo. Stlačte tlačidlo po tretíkrát. Teplota sa potom zvýši na 20 °C a indikátor bude svietiť na červeno. Podľa zvoleného prevádzkového cyklu je dlhým stlačením tlačidla (po dobu dvoch sekúnd) možné vypnúť studenú masáž.
5. Keď je prístroj zapnutý, po krátkom stlačení ktoréhokoľvek funkčného tlačidla sa spustí príslušná funkcia.
6. Keď sú všetky funkcie úplne vypnuté, indikátor bude po dobu piatich sekúnd nepretržite zobrazovať stav nabitia batérie a zariadenie sa bude nachádzať v pohotovostnom stave. Prístroj je možné spustiť krátkym stlačením ľubovoľného funkčného tlačidla. Ak po dobu piatich sekúnd nepoužijete žiadnu funkciu, prístroj sa automaticky vypne.
7. Ak chcete použiť funkciu teplej masáže alebo funkciu studenej masáže, ktorá je uvedená vyššie, ešte pred zapnutím prístroja na ňom musí byť nasadená hlavica na teplú a studenú masáž. Iné masážne hlavice túto funkciu nemajú.
8. Funkcie vibračnej masáže, teplej masáže a studenej masáže je možné ovládať nezávisle od seba.
9. Pri teplej a studenej vibračnej masáži sa pre každú funkciu použije automatický prednastavený čas (15 minút).

## Montáž masážnej hlavy Zloženie masážnej hlavy



Hlavica na teplú  
studenú masáž



Sférická  
hlavica



Cylindrická  
hlavica



Plochá hlavica



Hlavica  
v tvare  
písmena U

Poznámka: Žltá plná čiara na obrázku je čiara na zarovnanie hlavice, ale na samotných výrobkoch je výrazne čierna.

## II. Spôsob aplikácie Použitie



**Obr. umiestnenia tlačidiel a ZAP/VYP**

Keď je prístroj vypnutý, zapnite vypínač na spodnej strane výrobku a obrazovka displeja sa rozsvieti. Vypínač na spodnej strane výrobku nastavte do polohy „VYP“, čím zariadenie vypnete a kontrolka displeja zhasne.

### **Zapnutie režimu ohrevu:**

Po nasadení hlavice na teplú a studenú masáž zapnite prístroj pomocou vypínača a obrazovka displeja sa rozsvieti. Jedenkrát stlačte tlačidlo ohrevu a farba tlačidla ohrevu sa zmení z bielej na modrú, pričom teplota bude v tomto okamihu 38 °C. Stlačte tlačidlo ohrevu ešte raz a farba tlačidla sa zmení na fialovú, pričom teplota bude 40 °C. Stlačte tlačidlo ohrevu ešte raz a farba tlačidla sa zmení na červenú, pričom teplota bude 42 °C. K dispozícii sú teda celkovo 3 rôzne nastavenia teploty.

### **Zapnutie režimu chladenia:**

Po nasadení hlavice na teplú a studenú masáž zapnite prístroj pomocou vypínača a obrazovka displeja sa rozsvieti. Jedenkrát stlačte tlačidlo chladenia a farba tlačidla chladenia sa zmení z bielej na modrú, pričom teplota bude v tomto okamihu 20 °C. Stlačte tlačidlo chladenia ešte raz a farba tlačidla sa zmení na fialovú, pričom teplota bude 18 °C. Stlačte tlačidlo chladenia ešte raz a farba tlačidla sa zmení na červenú, pričom teplota bude 16 °C. K dispozícii sú teda celkovo 3 rôzne nastavenia teploty.

### **Zapnutie bežného masážneho režimu:**

Po nasadení ktorejkoľvek z masážnych hlavíc na bežnú masáž zapnite prístroj pomocou vypínača a obrazovka displeja sa rozsvieti. Stlačením tlačidla pre vyšší stupeň rýchlosti „+“ zvýšite intenzitu masáže. Stlačením tlačidla pre nižší stupeň rýchlosti „-“ znížite intenzitu masáže.

## MASÁŽNY PRÍSTROJ NA STUDENÚ A TEPLÚ MASÁŽ

### I. Úvod k výrobku

Ďakujeme, že ste si vybrali prenosný prístroj na studenú a teplú masáž



Obrázok s hlavnými konštrukčnými prvkami výrobku

### Masážna hlavica



Hlavica na teplú a studenú masáž  
Používa sa najmä na masírovanie všetkých svalových partií a zmiernenie únavy svalov



Cylindrická hlavica  
Používa sa najmä na masáž hlbokých tkanív, ako sú dlane, chodidlá, kĺby, žily.



Sférická hlavica  
Používa sa najmä na veľké svalové partie, ako sú ruky, dolná časť tela, sedacie svaly, stehná a lýtka.



Plochá hlavica  
Používa sa najmä na masáž po celom tele



Hlavica v tvare písmena U  
Používa sa najmä na vystupujúce svalové partie, ako je krk a chrbtica



## IV. Bežne sa vyskytujúce problémy

### **Nepodarí sa spustiť prístroj:**

#### 1. Nadmerná teplota:

Ak sa masážna pištoľ používa v prostredí, v ktorom je teplota vyššia ako 40 °C, môže sa spustiť ochrana masážnej pištole proti prehrievaniu a prístroj nebude možné normálne spustiť.

Riešenie:

Po dobu 2 hodín udržiajte pištoľ pri teplote nižšej ako 40 °C a potom ju spustite.

#### 2. Kapacita nabitia batérie je rovná „0“:

V prípade, že batéria je vybitá alebo ak používateľ batériu dlhší čas nenabíjal, batéria zapne ochranu proti spotrebe pri nízkej kapacite, ktorá sa nazýva ochrana proti nadmernému vybitiu. V tomto prípade by masážna pištoľ nemohla normálne fungovať, ak by bola opätovne zapnutá.

Riešenie:

Podržte vypínač v polohe „VYP“, pripojte nabíjačku a prepnite masážnu pištoľ do režimu nabíjania. Keď je pištoľ úplne nabitá, odpojte nabíjačku zo zásuvky. Teraz môžete pomocou vypínača znovu zapnúť masážnu pištoľ a spustiť normálnu prevádzku.

### **Nie je možné spustiť nabíjanie:**

1. Nadmerná teplota masážnej pištole: V prípade, že hlavná časť masážnej pištole je prehriata, nie je možné spustiť nabíjanie, aj keď je nabíjačka pripojená k sieti.

Riešenie: Po dobu 2 hodín udržiajte pištoľ pri teplote nižšej ako 40 °C a potom znovu spustite nabíjanie.

2. Nadmerná teplota nabíjačky. Ak sa masážna pištoľ používa v prostredí, v ktorom je teplota vyššia ako 40 °C, môže sa spustiť ochrana nabíjačky proti prehrievaniu a masážnu pištoľ nebude možné normálne nabíjať.

Riešenie: Po dobu 2 hodín udržiajte pištoľ pri teplote nižšej ako 40 °C a potom znovu spustite nabíjanie.

## MASÁŽNY PRÍSTROJ NA STUDENÚ A TEPLÚ MASÁŽ

03. Všetky indikátory napájania batérie ukazujú stav nabíjania a úroveň nabitia batérie.
04. Keď sa všetky indikátory úrovne nabitia batérie na masážnej pištoľi rozsvietia/zapnú, znamená to, že batéria je úplne nabitá.
05. Batériu je možné nabíjať kedykoľvek a na akúkoľvek úroveň nabitia batérie, ak sú podmienky okolitého prostredia adekvátne.
06. Ak je úroveň nabitia batérie nižšia ako 25 %, pripojte masážnu pištoľ na nabíjačku.
07. Neodporúča sa úplne vybiť batériu pod úroveň 25 %.
08. Priemerný čas jednej úplnej prevádzky prístroja je po úplnom nabití tri hodiny a závisí od úrovne vibrácií a použitého tlaku počas doby aplikácie.
09. Nabíjanie na počítači je zakázané.

### III. Základné parametre

Názov výrobku: Masážny prístroj na studenú a teplú masáž	Model výroby: Fyziogun Hot&Cold
Čistá hmotnosť výrobku: 620 g	Vstupné napätie: 5 V, 2 A
Výkon: 25 W (maximálne 35 W)	Špecifikácie batérie: 12,6 V 2000mAh
Úroveň intenzity: K dispozícii sú 3 nastaviteľné úrovne	Čas nabíjania: Približne 5 hodín
Prevádzkové prostredie: 10 až 50 °C	Veľkosť konštrukcie: 156 × 59 × 151 mm
Výdrž batérie: 2 až 3 hodiny v prípade používania masážnych funkcií 2 až 3 hodiny v prípade používania funkcie chladenia 2- 4 hodiny v prípade používania funkcie ohrevu	Prednastavené načasovanie: Masážne funkcie počas 15 minút Chladenie počas 15 minút Ohrev počas 15 minút
Teplotné nastavenia: Ohrev: 38 °C pre 1. úroveň, 40 °C pre 2. úroveň, 42 °C pre 3. úroveň Chladenie: 20 °C pre 1. úroveň, 18 °C pre 2. úroveň, 16 °C pre 3. úroveň V závislosti od prostredia a prevádzkových podmienok sa vyššie uvedené hodnoty môžu líšiť o ±5 °C.	Menovité otáčky motora: 1. úroveň 2800 ot./min. 2. úroveň 3000 ot./min. 3. úroveň 3200 ot./min.

## Inštalácia masážnej hlavice:

1. Demontáž a montáž masážnej hlavice sa vykonáva zasunutím a nie je nutné nič skrutkovať:
2. Vložte červený zvislý prúžok hlavice na teplú a studenú masáž do zárezu hriadeľa;
3. Uistite sa, že hlavica je zasunutá až nadoraz.

Pokyny na montáž hlavice na teplú a studenú masáž



Vložte červený zvislý prúžok do zárezu hriadeľa



## Nabíjanie

Nabíjací port sa nachádza na konci spodnej strany rukoväte.



01. Pred prvým použitím nabíjajte batériu po dobu piatich hodín, aby sa nabila úplne.
02. Pre nabíjateľnú batériu sa používa špeciálny nabíjací kábel USB s pripájacím USB konektorom typu C a je potrebné používať nabíjací adaptér s napätím 5 V. (odporúča sa napätie 5 V a prúd 2 A)

<b>Riešenie problémov s prevádzkou masážnej pištole</b>	
<b>Opis poruchy</b>	<b>Odstránenie poruchy</b>
1. Masážna hlavica vyklízne a spadne.	Skontrolujte, či je masážna hlavica riadne namontovaná na svojom mieste (konkrétny postup nájdete v návode).
2. Produkt nie je možné zapnúť	Skontrolujte, či je batéria dostatočne nabitá (ak sa batéria dlhší čas nepoužívala, musíte ju nabíjať dlhšie ako 5 hodín)
3. Produkt nie je možné nabiť	Skontrolujte, či je nabíjačka riadne pripojená k nabíjaciemu portu
4. Prístroj sa po nepretržitej 10 minútovej prevádzke náhle vypne	Ide o jav, ktorý vyplýva z nastavenia funkcie na ochranu pri dlhodobej prevádzke, ktorá prístroj prepne z normálnej prevádzky do pohotovostného režimu. Prístroj môžete reštartovať krátkym stlačením tlačidla. Ide o úplne normálny jav (konkrétne postupy nájdete v návode).
5. Funkcia silnejších vibrácií alebo prítlaku sa ukončí po zablokovaní hriadeľa s masážnou hlavicom	Ide o jav, ktorý vyplýva z nastavenia funkcie na ochranu pri neobvyklej prevádzke, ktorá prístroj prepne z normálnej prevádzky do pohotovostného režimu. Prístroj môžete reštartovať krátkym stlačením tlačidla. Ide o úplne normálny jav (konkrétne postupy nájdete v návode).

## **V. Recyklácia**

Po skončení životnosti výrobku ho nevyhadzujte do bežného domového odpadu. Výrobok by ste mali odovzdať do špeciálnej zbernej recyklačnej nádoby. Takisto môžete výrobok poslať späť do popredajného servisného strediska v pôvodnom výrobnom závode a pracovníci servisného strediska prístroj zlikvidujú ekologickým spôsobom.

### **1. Údržba, čistenie, skladovanie a preprava**

01. Prístroj vyčistite mierne navlhčenou utierkou, utrite a osušte ho mäkkou handričkou.
02. Ak prístroj dlhší čas nepoužívate, uložte ho do pôvodnej škatule.
03. Ak prístroj dlhší čas nepoužívate, nabite ho aspoň raz za mesiac.
04. Masážny prístroj by sa mal skladovať v sklade s dobrým vetraním a v nekorodujúcom prostredí vo výške 250 mm nad zemou.
05. Pri skladovaní masážnych prístrojov na sebe nemôže byť uložených viac ako 5 vrstiev jednotiek.
06. Ak masážny prístroj dlhší čas nepoužívate, pred zabalením a uskladnením ho dôkladne vyčistite. Bolo by lepšie, ak ste ho aspoň raz za mesiac vybrali a nabili, aby nedošlo k jeho poškodeniu vlhkosťou alebo zamokrením.
07. Výrobok je možné prepravovať cestnými vozidlami, vlakom, loďou a letecky.
08. Výrobok by mal byť pri preprave riadne upevnený, aby sa zabránilo prudkým vibráciám, nárazom, prevráteniu a spadnutiu. Mal by byť umiestnený s vrchnou časťou smerujúcou dohora. Musíte s ním zaobchádzať opatrne a chrániť ho pred dažďom.