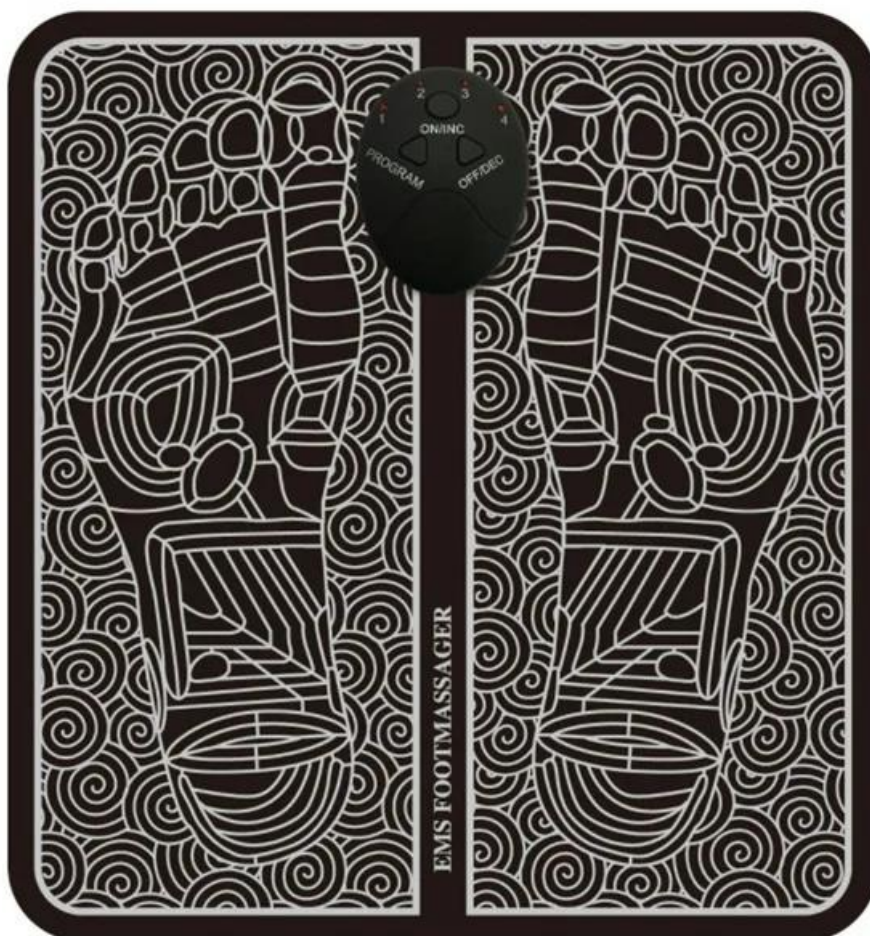




POUČKA PRE POUŽÍVATEĽA

## FOOTPAD

Číslo modelu: YQL-001



## SK: FOOTPAD – NÁVOD NA POUŽITIE

### TECHNICKÉ ŠPECIFIKÁCIE:

Názov produktu: FOOTPAD

Napätie: Alkalická batéria 1,5V, 2x AAA

Režimy: 6 (A-F)

Frekvencia: 1-100Hz

Výstup: 8mA

Rozmery: 32x29 cm

Hmotnosť: 57,4g

### BALENIE OBSAHUJE:

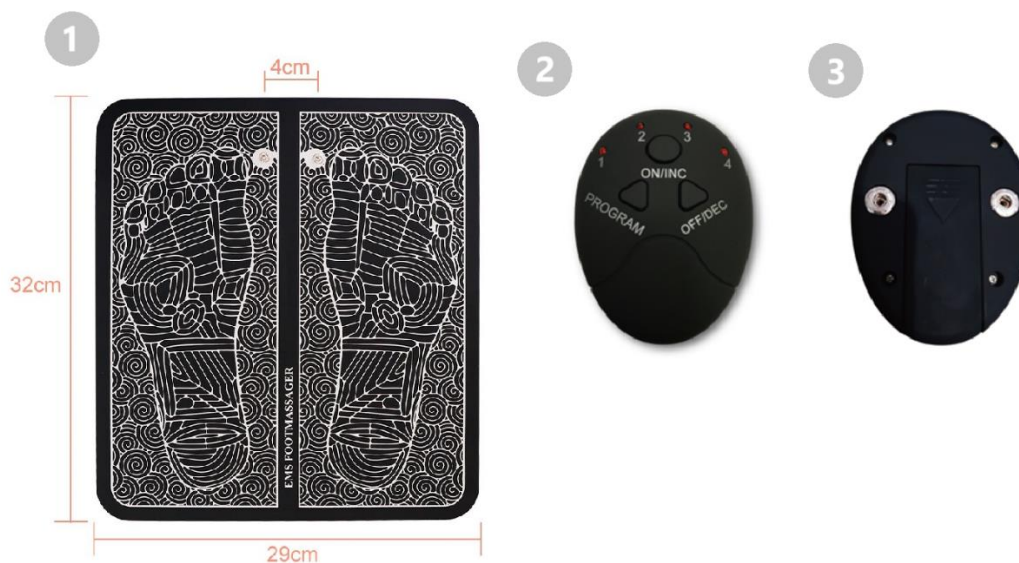
1x Masážna podložka na nohy

1x Odnímateľný prepínač režimov

1x Užívateľský manuál

2x Batérie AAA

### PREHĽAD PRODUKTU:



1. Masážna podložka
2. Prepínač režimu PREDNÝ
3. Prepínač režimu ZADNÝ



1. Indikačná kontrolka režimu
2. Tlačidlo na výber režimu masáže
3. Zapnúť / Zvýšiť intenzitu
4. Vypnúť / Znížiť intenzitu

## POKYNY NA POUŽÍVANIE

Toto zariadenie využíva technológiu EMS na masírovanie chodidiel. Elektrická stimulácia svalov (EMS), známa tiež ako neuromuskulárna elektrická stimulácia (NMES), spôsobuje kontrakciu svalov pomocou elektrických impulzov. Impulzy napodobňujú akčný potenciál prichádzajúci z centrálného nervového systému, čo spôsobuje kontrakciu svalov. EMS je osvedčená ako efektívny nástroj na posilnenie / uvoľnenie svalov. Stimuláciou plantárnych nervov a podporou svalovej aktivity je možné precvičovať lýtkové svaly aj počas sedenia.

## POUŽÍVANIE PRODUKTU

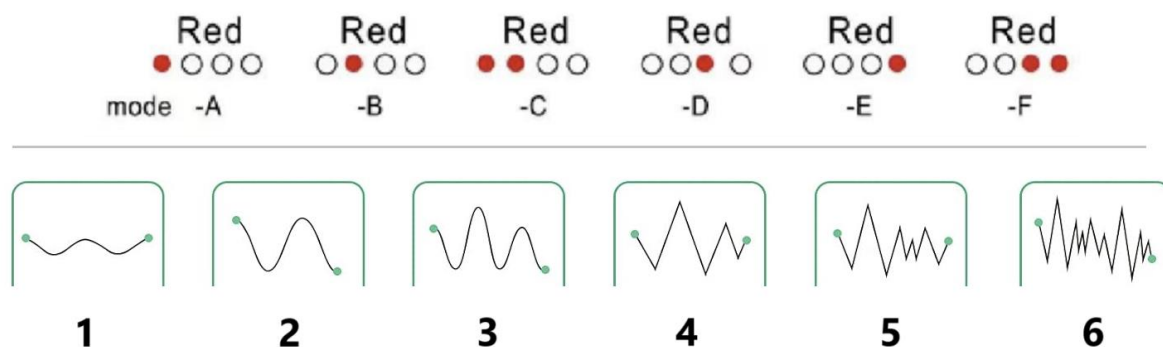


1. Zložte kryt batérie zo zariadenia na prepínanie režimov.
2. Vložte dve batérie AAA so správnou polaritou.
3. Pripojte zariadenie na prepínanie režimov k pinom masážnej podložky na nohy.
4. Položte svoje bosé nohy na podložku podľa obrázku.
5. Stlačte tlačidlo ON/INC na zapnutie zariadenia.
6. Stlačte tlačidlo Program na výber požadovaného režimu.
7. Opakovane stláčajte tlačidlo ON/INC na zvýšenie alebo OFF/DEC na zníženie intenzity impulzov.
8. Nastavte režim podľa svojich preferencií a užívajte si masáž.

### Poznámka:

- Zariadenie sa automaticky vypne po 12 minútach používania.
- Zariadenie sa automaticky vypne, ak nepoložíte nohy na podložku.

## UKAZOVATEĽ AKTÍVNEHO REŽIMU



1. Masáž
2. Hnetenie
3. Škrabanie
4. Tlak lakťami
5. Akupunktúra
6. Bankovanie

## POKYNY NA RECYKLÁCIU A LIKVIDÁCIU:



Toto označenie znamená, že výrobok nemožno likvidovať ako iný domový odpad v celej EÚ. Aby sa zabránilo možnému poškodeniu životného prostredia alebo ľudského zdravia v dôsledku nekontrolovanej likvidácie odpadu. Recyklujte zodpovedne, aby ste podporili udržateľné využívanie materiálových zdrojov. Ak chcete použité zariadenie vrátiť, využite systém odovzdávania a zberu alebo sa obráťte na predajcu, u ktorého ste výrobok kúpili. Predajca môže výrobok prijať na ekologicky bezpečnú recykláciu.



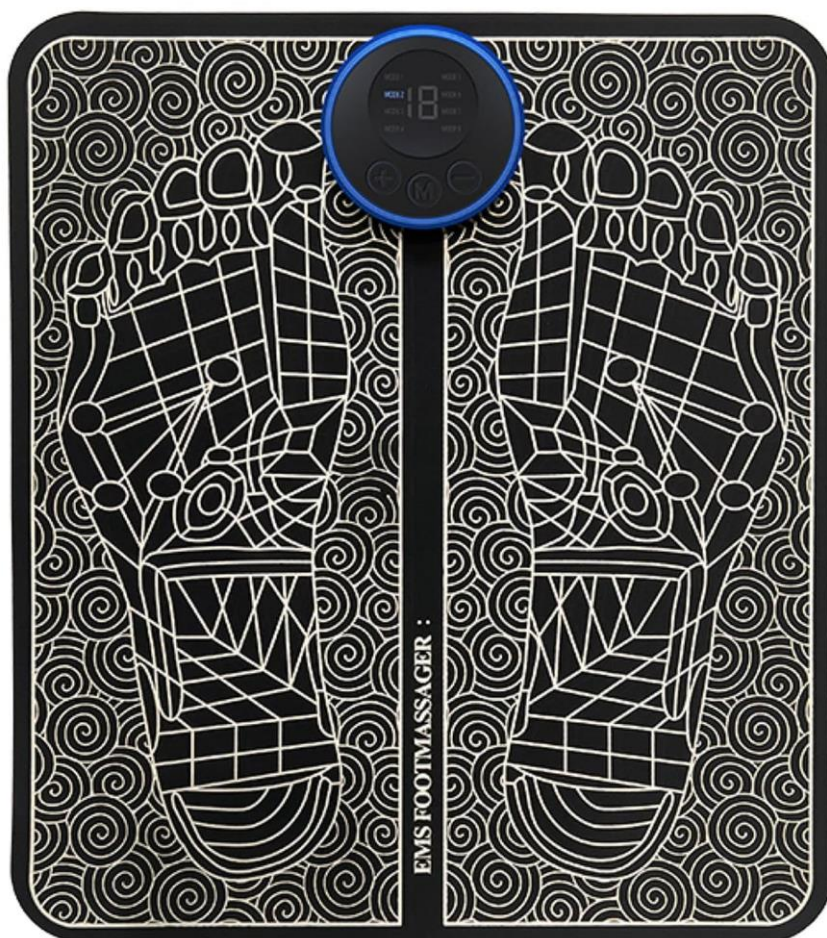
Vyhlasenie výrobcu, že výrobok spĺňa požiadavky platných smerníc EÚ.



POUČKA PRE POUŽÍVATEĽA

## FOOTPAD

Číslo modelu: JH-E001



# SK: FOOTPAD - NÁVOD NA POUŽITIE

## TECHNICKÉ ŠPECIFIKÁCIE

- **Funkcia:** EMS masáž stimulácia chodidiel
- **Režimy:** 1 až 8 režimov
- **Úrovne výkonu:** 19 úrovní
- **Napätie:** 3,7 V

---

## Čo je technológia EMS?

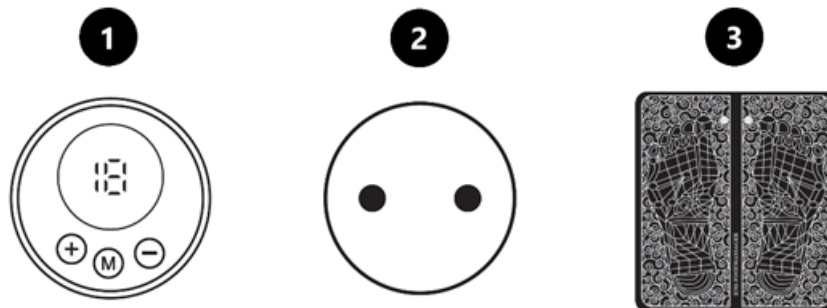
Elektrická stimulácia svalov (EMS), známa aj ako neuromuskulárna elektrická stimulácia (NMES), využíva elektrické impulzy na vyvolanie svalových kontrakcií. Tieto impulzy napodobňujú signály z centrálného nervového systému a vyvolávajú svalovú aktivitu. Ukázalo sa, že EMS je účinným nástrojom na posilnenie svalov.

## Výhody EMS:

- Posilňuje svaly
- Zlepšuje lokálny krvný obeh
- Uvoľňuje svaly
- Zmierňuje únavu

---

## OBSAH BALENIA:



1. Hlavná jednotka (predná časť)
2. Hlavná jednotka (zadná časť)
3. Podložka pod nohy
4. Dátový kábel USB
5. Používateľská príručka

---

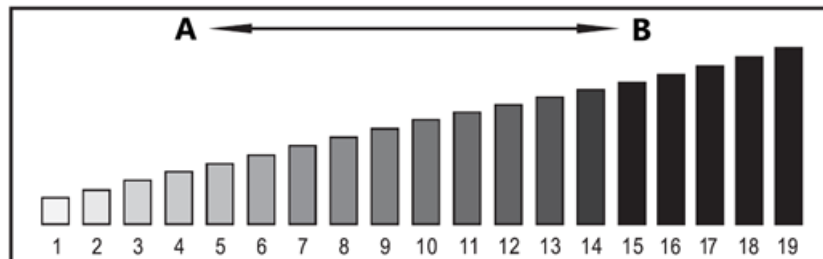
## VLASTNOSTI PRODUKTU:

1. Prístroj využíva **nízko**frekvenčný prúd, ktorý vytvára rytmickú a jemnú masáž, čím podporuje uvoľnenie a zmysel pre rytmus.

## 2. 8 voliteľných režimov

- Vyberte si z 8 ľahko použiteľných režimov.
- Automatické vypnutie po 30 sekundách nečinnosti.
- Intenzitu možno nastaviť v 19 úrovniach (1-19).

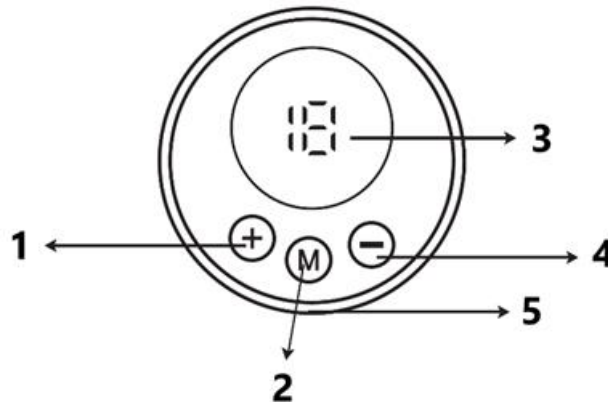
Úrovně intenzity:



A. Nízka intenzita  
B. Vysoká intenzita

**Poznámka:** Pri prvom použití zariadenia začnite s nižšou intenzitou a potom ju postupne nastavte na vami preferovanú úroveň. Podrobnejšie informácie nájdete v "Sprievodcovi režimami".

### PREHĽAD OVLÁDACÍCH PRVKOV:



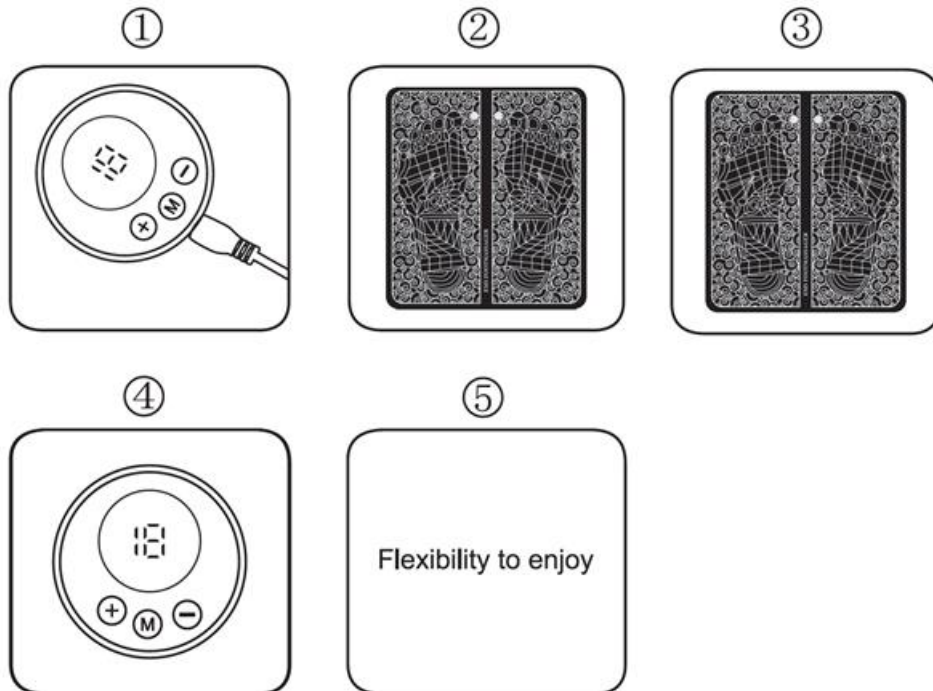
1. Zapnutie / Zvýšenie intenzity (+)
2. Výber režimu
3. Indikátor režimu
4. Vypnutie / Zníženie intenzity (-)
5. Nabíjací port USB

- Stlačením tlačidiel "Power Switch" a "Mode Select" (Výber režimu) aktivujete zariadenie, čo indikujú kontrolky na paneli.
- Nastavenie intenzity: Stlačte tlačidlo "+" na zvýšenie a tlačidlo "-" na zníženie intenzity (k dispozícii je 19 úrovní).
- Tlačidlo režimu cyklicky prepína 8 rôznych režimov.

- Keď bliká indikátor napájania, zariadenie sa automaticky vypne a vyžaduje dobítie.
- Napájanie pomocou polymérovej lítiovej batérie.

---

#### NÁVOD NA POUŽÍVANIE:



1. Nabíjajte zariadenie.
2. Pripojte hlavnú jednotku k podložke pod nohy.
3. Položte bosé nohy na podložku pod nohy.
4. Dlhým stlačením vypínača zapnite zariadenie.
5. Nastavte režim a vychutnajte si masáž!

---

#### UPOZORNENIA:

Tento výrobok používajte len podľa pokynov. Nie je to zdravotnícka pomôcka. Tieto informácie slúžia na referenčné účely a nemali by nahrádzať rady vášho lekára alebo poskytovateľa zdravotnej starostlivosti.

**Nepoužívajte tento výrobok na nasledujúcich oblastiach, pretože môže spôsobiť poranenie alebo komplikácie:**

- Hrudník a ramená alebo hlava a tvár.
- Otvorené rany, oči, ústa alebo iné citlivé oblasti.
- Nedávno operované alebo upravené časti tela.
- Miesta s kovovými alebo plastovými implantátmi.
- Oblasť chrbtice alebo nad tetovaním.



### **Toto zariadenie by nemali používať nasledujúce osoby:**

- Osoby s kardiostimulátorom alebo automatickým implantovateľným kardioverterom (AICD).
- Tehotné ženy.
- Osoby s hlbokou žilovou trombózou (DVT).
- Jedinci s vysokým krvným tlakom.
- Osoby s ochorením srdca.

**Dôležité:** Používajte len na časti tela uvedené v tejto príručke.

---

### **VŠEOBECNÉ BEZPEČNOSTNÉ INFORMÁCIE:**

Pred použitím tohto výrobku na liečbu akýchkoľvek bolestivých príznakov sa poraďte so svojim lekárom. Pre bezpečné a účinné používanie si prečítajte nasledujúce pokyny:

- Začnite s nízkou intenzitou a kratšími sedeniami, aby ste predišli podráždeniu svalov.
- Prístroj uchovávajte mimo dosahu detí a domácich zvierat.
- Zariadenie nie je vodotesné. Neponárajte ho do vody ani ho neoplachujte.
- Nepoužívajte tento výrobok, ak máte zranenia alebo výrony na chodidlách, chodidlách, členkoch, Achillových šľachách alebo lýtkach.

### **Ďalšie bezpečnostné opatrenia:**

1. Toto zariadenie je určené len na fyzikálnu terapiu.
2. Používajte len príslušenstvo dodané s podložkou pod nohy.
3. Zariadenie nepoužívajte vo vlhkých priestoroch, napríklad v kúpeľniach.
4. Nepreťažujte elektrické zásuvky.
5. Ak sa zariadenie pokazí, okamžite ho odpojte a kontaktujte zákaznícky servis. Nepokúšajte sa ho opraviť sami, pretože tým stratíte záruku.
6. Zabráňte kontaktu s kovovými predmetmi, ako sú pracky opaskov alebo šperky.

---

### **POKYNY NA RECYKLÁCIU A LIKVIDÁCIU:**



Toto označenie znamená, že výrobok nemožno likvidovať ako iný domový odpad v celej EÚ. Aby sa zabránilo možnému poškodeniu životného prostredia alebo ľudského zdravia v dôsledku nekontrolovanej likvidácie odpadu. Recyklujte zodpovedne, aby ste podporili udržateľné využívanie materiálových zdrojov. Ak chcete použité zariadenie vrátiť, využite systém odovzdávania a zberu alebo sa obráťte na predajcu, u ktorého ste výrobok kúpili. Predajca môže výrobok prijať na ekologicky bezpečnú recykláciu.



Vyhlasenie výrobcu, že výrobok spĺňa požiadavky platných smerníc EÚ.