

# Homedics

## PRO PHYSIO

deep tissue massager



✓ Register your product today at  
[www.homedics.co.uk/product-registration](http://www.homedics.co.uk/product-registration)

**3 YEAR GUARANTEE**

PGM-1000-EU

## PRODUCT FEATURES:

The HoMedics Pro Physio Physio Massager is a cordless reciprocating massage device that penetrates deep into your muscle layers to relieve aching and stiff muscles, helping you feel relaxed, recharged, perfect for after sport or physical activity.



## INSTRUCTIONS FOR USE:

1. Screw the desired massage head into the socket on the front of the product.
2. Turn the speed selector ring on the base of the product clockwise to your required speed setting, the speed indicator LED(s) on the back of the product will illuminate corresponding to the speed chosen.
3. Gently move the massage head over the part of the body you wish to massage at first and then apply more pressure as desired. **If you have not used this type of product before it is recommended that you start on level 1 speed and press gently as the product provides an intense massage.**
4. You should massage each area for approx. 30 seconds to 1 minute, please refer to our quick start guide included with the product for more detailed information on how long to use the product for on each body part.
5. If you wish to increase or decrease the speed of the massager, turn the speed selector ring accordingly.
6. Once you are finished with your massage, turn the speed selector ring to the 0 position to turn the massager off.

### Using the heated head

1. Screw the heated head into the massager.
2. Turn the speed selector ring to the desired speed.
3. Start massaging, the head will take 2 mins to get to full temperature, whilst the head is heating the LED's will flash. Once the LED's stay lit, the head is at full temperature.
4. Use the massager as described in point 4 of the 'Using your device' section.
5. Once you are finished with your massage, turn the speed selector ring to the off position and allow the head to cool before putting back into the case.

### Using the Cool head

1. Place the cool head in a freezer for at least 4 hours
2. Screw the cool head into the massager.
3. Turn the speed selector ring to the desired speed.
4. Use the massager as described in point 4 of the 'Using your device' section
5. Once you are finished with your massage, turn the speed selector ring to the off position and remove the cool head, placing it back into the freezer if desired.
6. Do not store the cool head in the case if it is damp due to condensation from recent use.

### Charging your device

1. To charge the product, plug the adaptor into a 220-240V mains outlet and connect the cable to the charging socket on the bottom of the handle
2. Once the charging cable is connected the charge indicator LED's should start to flash, this will indicate the product is charging.
3. The product will require 2.5 hours of charging for up to 3.5 hours of use.
4. Once the product is fully charged the indicator lights will remain fully illuminated.
5. Disconnect the product from the mains power supply once it is fully charged.

### Cleaning your device

Make sure the device is unplugged from the mains supply and allow to cool before cleaning. Clean only with a soft, slightly damp sponge.

- Never allow water or any other liquids to come into contact with the appliance.
- Do not immerse in any liquid to clean.
- Never use abrasive cleaners, brushes, glass / furniture polish, paint thinner etc to clean.

## CARATTERISTICHE DEL PRODOTTO

Il massaggiatore HoMedics Pro Physio Massager è un dispositivo di massaggio a percussione cordless che agisce in profondità negli fibre muscolari e allevia i muscoli doloranti e contratti, aiutando a sentirsi più rilassati, ricaricati. Perfetto dopo lo sport o l'attività fisica.



## UTILIZZO DEL DISPOSITIVO

1. Avvitare la testina di massaggio desiderata nel raccordo sulla parte anteriore del prodotto.
2. Ruotare l'anello di selezione della velocità sulla base del prodotto in senso orario, fino all'impostazione della velocità desiderata. Il LED indicatore di velocità sul retro del prodotto si illuminerà in corrispondenza della velocità scelta.
3. Spostare delicatamente la testina sulla parte del corpo che si intende massaggiare per prima, quindi applicare delicatamente una maggiore pressione, come desiderato. **Se è la prima volta che si utilizza un prodotto di questo tipo, si raccomanda di iniziare dalla velocità I e di premere delicatamente, perché il prodotto fornisce un massaggio intenso.**
4. Massaggiare ogni zona per circa 30 secondi e per non più di 1 minuto. Fare riferimento alla guida rapida inclusa con il prodotto per informazioni dettagliate sul tempo di utilizzo su ogni parte del corpo.
5. Per aumentare o diminuire la velocità del massaggiatore, ruotare l'anello di selezione della velocità.
6. Al termine del massaggio, portare l'anello di selezione della velocità sulla posizione 0 per spegnere il massaggiatore.

### Utilizzo della testina calda

1. Avvitare la testa calda sul massaggiatore.
2. Portare l'anello di selezione della velocità sulla velocità desiderata.
3. Iniziare il massaggio, la testina impiegherà 2 minuti per raggiungere la temperatura massima. Durante il riscaldamento della testina, i LED lampeggiano. La luce del LED fissa indica che la testina ha raggiunto la massima temperatura.
4. Utilizzare il massaggiatore come descritto al punto 4 della sezione "Utilizzo del dispositivo".
5. Al termine del massaggio, portare l'anello di selezione della velocità sulla posizione off e lasciare raffreddare la testina prima di riporla nella custodia.

### Utilizzo della testina fredda

1. Mettere la testina fredda in congelatore per almeno 4 ore.
2. Avvitare la testina fredda sul massaggiatore.
3. Portare l'anello di selezione della velocità sulla velocità desiderata.
4. Usare il massaggiatore come descritto al punto 4 della sezione "Utilizzo del dispositivo".
5. Al termine del massaggio, portare l'anello di selezione della velocità sulla posizione off e rimuovere la testina fredda, rimettendola nel congelatore, se lo si desidera.
6. Non conservare la testina fredda nella custodia se è ancora umida per la condensa dovuta all'uso recente.

### Carica del dispositivo

1. Per caricare il prodotto, inserire l'adattatore in una presa elettrica a 220-240 V e collegare il cavo alla presa di ricarica sul fondo dell'impugnatura.
2. Una volta collegato il cavo di carica, i LED indicatori di carica dovrebbero iniziare a lampeggiare. Questo indicherà che il prodotto è in carica.
3. Il prodotto richiede 2,5 ore di carica per un massimo di 3,5 ore di utilizzo.
4. Quando il prodotto è completamente carico, gli indicatori luminosi rimangono illuminati in maniera fissa.
5. Scollegare il prodotto dalla rete elettrica quando è completamente carico.

### Pulizia del dispositivo

Prima della pulizia, verificare che il dispositivo sia scollegato da qualsiasi fonte di alimentazione elettrica e lasciare che si raffreddi.

Pulire unicamente con una spugna morbida e leggermente umida.

- Evitare che l'acqua o altri liquidi vengano a contatto con l'apparecchio.
- Non pulire mediante immersione in prodotti liquidi.
- Non pulire con detergenti abrasivi, spazzole, prodotti lucidanti per vetro/mobili, solventi e così via.

## PRODUKTMERKMALE

Der HoMedics Pro Physio Massager ist ein kabelloses vibrierendes Massagegerät. Das Gerät massiert Muskeln bis in die tiefsten Fasern. Es behandelt schmerzende und verspannte Bereiche und wirkt nach Sport oder körperlicher Aktivität entspannend und regenerierend.



## GERÄTEGEBRAUCH

1. Gewünschten Aufsatz in die Öffnung an der Vorderseite des Massagegeräts schrauben.
2. Drehregler (unten am Griff) im Uhrzeigersinn wie gewünscht einstellen. Die hintere LED-Geschwindigkeitsanzeige leuchtet je nach gewählter Einstellung.
3. Massageaufsatz vorsichtig über den Körperteil bewegen, der zuerst massiert werden soll. Nach Bedarf vorsichtig mehr Druck ausüben. **Die Massage ist sehr kräftig. Bei Erstgebrauch empfiehlt es sich daher, auf der untersten Stufe (Level I) zu beginnen und nur leichten Druck auszuüben.**
4. Jeder Bereich sollte ungefähr 30 Sekunden bis 1 Minute lang massiert werden. Unter „Erste Schritte“ (siehe Packungsbeilage) finden sich weitere Informationen zur Dauer der Massage je nach Körperteil.
5. Am Drehregler lässt sich die Geschwindigkeit wie gewünscht einstellen.
6. Um das Gerät nach der Massage auszuschalten, den Drehregler in Position 0 bringen.

### Wärmeaufsatz verwenden

1. Wärmeaufsatz in das Gerät schrauben.
2. Drehregler wie gewünscht einstellen.
3. Der Aufsatz ist in 2 Minuten vollständig aufgewärmt. In der Aufwärmphase blinken die LEDs. Leuchten die LEDs konstant, ist der Aufsatz auf Betriebstemperatur.
4. Die Anwendung des Geräts ist unter „4. Gerätegebrauch“ beschrieben.
5. Gerät nach Gebrauch am Drehregler ausschalten (Off-Stellung). Der Wärmeaufsatz muss vor Aufbewahrung in der Box abkühlen.

### Kälteaufsatz verwenden

1. Kälteaufsatz für mindestens 4 Stunden ins Gefrierfach legen.
2. Kälteaufsatz auf das Massagegerät schrauben.
3. Drehregler wie gewünscht einstellen.
4. Die Anwendung des Geräts ist unter „4. Gerätegebrauch“ beschrieben.
5. Gerät nach Gebrauch am Drehregler ausschalten (Off-Stellung). Kälteaufsatz abschrauben und bei Bedarf wieder ins Gefrierfach legen.
6. Kälteaufsatz nicht in die Box legen wenn es aufgrund von Kondensation noch feucht ist.

### Aufladen des Geräts

1. Netzadapter mit einer 220–240-V-Steckdose und am anderen Ende mit der Ladebuchse am Gerät (unten am Griff) verbinden.
2. Die LED-Ladeanzeige beginnt daraufhin zu blinken. Das Gerät wird geladen.
3. 2,5 Stunden Ladezeit reichen für 3,5 Stunden Betrieb.
4. Am Ende des Ladevorgangs leuchtet die LED-Ladeanzeige konstant.
5. Kabel nach voller Ladung von Gerät und Steckdose abziehen.

### Reinigung

Gerät von der Stromversorgung trennen und vor der Reinigung abkühlen lassen.

Ausschließlich einen weichen, leicht befeuchteten Schwamm verwenden.

- Gerät darf nicht mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten in Kontakt kommen.
- Gerät nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten tauchen.
- Keine scheuernden Reinigungsmittel, Bürsten, Glas-/Möbelpolituren, Farbverdüner oder Ähnliches verwenden.

## FONCTIONNALITÉS DU PRODUIT

Le MassEUR HoMedics Pro Physio est un pistolet de massage à pulsation sans fil qui pénètre en profondeur dans les tissus musculaires pour soulager les muscles tendus et endoloris, vous permettant de vous sentir détendu et reposé. Parfait après une activité physique ou sportive !



## UTILISATION DE VOTRE APPAREIL

1. Vissez la tête de massage souhaitée sur la cavité située sur l'avant du masseur.
2. Pour choisir la vitesse désirée, faites tourner la bague de sélection de vitesse, située sur la base de l'appareil dans le sens horaire. Le voyant LED d'indicateur de vitesse situé sur l'arrière de l'appareil s'allumera selon la vitesse choisie.
3. Faites glisser doucement la tête du masseur sur la partie du corps que vous souhaitez masser, puis accentuez la pression comme vous le désirez. **Si vous n'avez jamais utilisé ce type d'appareil, nous vous recommandons de démarrer par le niveau de vitesse 1, et d'appuyer doucement, car l'appareil masse avec intensité.**
4. Massez chaque zone pendant 30 secondes à 1 minute environ. Veuillez consulter notre petit guide inclus pour en savoir plus sur la durée d'utilisation recommandée du produit pour chaque partie du corps.
5. Faites tourner la bague de sélection de vitesse selon que vous voulez accroître ou réduire la vitesse du masseur.
6. Une fois votre massage terminé, sélectionnez la position 0 en tournant la bague de sélection de vitesse pour éteindre le masseur.

### Utilisation de la tête de massage chauffée

1. Vissez la tête de massage chauffée sur le masseur.
2. Faites tourner la bague de sélection de vitesse pour sélectionner la vitesse désirée.
3. Commencez votre massage. La tête chauffée atteindra la bonne température au bout de 2 minutes. Le voyant LED clignotera jusqu'à ce que celle-ci soit atteinte. Lorsque la tête de massage aura atteint la bonne température, la LED cessera de clignoter.
4. Utilisez le masseur comme décrit dans le point 4 de la section « Utilisation de votre appareil ».
5. Une fois votre massage terminé, faites tourner la bague de sélection de vitesse sur la position 0 et laissez la tête refroidir avant de la remettre dans son étui.

### Utilisation de l'accessoire de massage "Tête froide"

1. Mettez la tête froide au congélateur pendant au moins 4 heures.
2. Vissez la tête froide sur le masseur.
3. Choisissez la vitesse en tournant la bague de sélection de vitesse.
4. Utilisez le masseur en suivant les indications décrites au point 4 de la section « Utilisation de votre appareil ».
5. Une fois votre massage terminé, mettez la bague de sélection de vitesse sur la position 0, et retirez l'accessoire. Si vous le souhaitez, vous pouvez remettre la tête froide au congélateur.
6. Ne remettez pas la tête froide humide dans son étui, cela générerait de la condensation qui pourrait l'endommager.

### Chargement de votre appareil

1. Pour charger l'appareil, branchez l'adaptateur dans une prise secteur de 220-240 V et connectez le câble à la prise de charge située sur la partie inférieure du manche.
2. Lorsque le câble de charge est connecté, le témoin de charge LED se mettra à clignoter, indiquant que l'appareil est en cours de chargement.
3. L'appareil doit être chargé pendant 2 heures et demie pour une durée d'utilisation pouvant atteindre 3 heures et demie.
4. Lorsque l'appareil est entièrement chargé, les voyants lumineux resteront allumés.
5. Débranchez l'appareil de la prise secteur lorsqu'il est entièrement chargé.

### Nettoyage de votre appareil

Assurez-vous que l'appareil est débranché de la prise d'alimentation secteur et laissez-le refroidir avant de le nettoyer.

Nettoyez-le uniquement avec une éponge douce et légèrement humide.

- Veillez à ce que l'appareil n'entre pas en contact avec de l'eau ou d'autres liquides.
- N'immergez pas l'appareil dans un liquide pour le nettoyer.
- Pour nettoyer l'appareil, n'utilisez pas de nettoyant abrasif, de brosse ou de ciré pour meuble/nettoyant pour vitres ou de diluant à peinture, etc.

## CARACTERÍSTICAS DEL APARATO

El masajeador Pro Physio de HoMedics es un aparato masajeador pivotante e inalámbrico que penetra las capas del tejido muscular para aliviar los músculos tensos y doloridos, y así ayudar a que se sienta relajado y con más energía. Perfecto tras hacer deporte o cualquier actividad física.



## CÓMO USAR EL APARATO

1. Enrosque el cabezal de masaje que desee utilizar en el orificio de la parte frontal del aparato.
2. Gire la rueda de selección de velocidad de la base del aparato en el sentido de las agujas del reloj para seleccionar la velocidad deseada; el led indicador de velocidad de la parte trasera del aparato se iluminará de manera correspondiente.
3. Empiece moviendo el cabezal con suavidad sobre la parte del cuerpo que desee masajear y vaya aplicando más presión según lo desee. **Si es la primera vez que utiliza este tipo de producto, le recomendamos que comience con el nivel de velocidad I y que presione suavemente, ya que el aparato proporciona un masaje intenso.**
4. Debería masajear cada zona entre 30 segundos y 1 minuto aproximadamente. Consulte el manual de inicio rápido que se incluye para obtener información detallada sobre cuánto tiempo se debe usar el aparato en cada parte del cuerpo.
5. Si desea aumentar o reducir la velocidad del masajeador, gire la rueda de selección de velocidad según corresponda.
6. Cuando haya terminado el masaje, gire la rueda de selección de velocidad hasta la posición 0 para apagar el masajeador.

### Cómo usar el cabezal caliente

1. Enrosque el cabezal caliente en el masajeador.
2. Gire la rueda de selección de velocidad hasta la velocidad deseada.
3. Comience el masaje. El cabezal tardará 2 minutos en calentarse por completo; durante ese tiempo, la luz led parpadeará. Cuando la luz led se quede fija, el cabezal estará caliente por completo.
4. Use el masajeador como se indica en el punto 4 de la sección «Cómo usar el aparato».
5. Cuando haya terminado el masaje, gire la rueda de selección de velocidad hasta la posición de apagado y espere a que el cabezal se enfríe antes de guardarlo de nuevo en la caja.

### Cómo utilizar el cabezal frío

1. Meta el cabezal frío en el congelador durante al menos 4 horas.
2. Enrosque el cabezal frío en el masajeador.
3. Gire la rueda de selección de velocidad hasta la velocidad deseada.
4. Use el masajeador como se indica en el punto 4 de la sección «Cómo usar el aparato».
5. Cuando haya terminado el masaje, gire la rueda de selección de velocidad hasta la posición de apagado, desenrosque el cabezal frío y vuelva a meterlo en el congelador, si lo desea.
6. No guarde el cabezal frío en la caja si está húmedo debido a la condensación tras el uso.

### Carga del aparato

1. Para cargar el aparato, enchufe el adaptador a una toma de corriente de 220-240 V y conecte el cable al enchufe de carga de la parte inferior del mango.
2. Una vez que haya conectado el cable de carga, el led indicador de carga empezará a parpadear, lo cual indicará que el aparato se está cargando.
3. El aparato necesita 2,5 horas de carga para poder funcionar durante 3,5 horas.
4. Cuando el aparato esté completamente cargado, la luz del led indicador de carga quedará fija.
5. Desenchufe el aparato de la corriente cuando la carga esté completa.

### Limpieza del aparato

- Asegúrese de que el aparato esté desenchufado de la toma de corriente y deje que se enfríe antes de limpiarlo.
- Límpielo con una esponja suave y ligeramente húmeda.
- Nunca deje que el aparato entre en contacto con el agua ni con otros líquidos.
  - No sumerja el aparato en ningún líquido para limpiarlo.
  - Nunca use productos de limpieza abrasivos, cepillos, limpiamuebles, limpiacristales, disolventes, etc. para limpiar el aparato.

## PRODUCTKENMERKEN

De HoMedics Pro Physio Massager is een draadloos massageapparaat met een vibrerende werking. Uw spieren worden intens gemasseerd en het apparaat biedt verlichting aan pijnlijke en stijve spieren. U voelt zich ontspannen en energiek, ideaal voor na het sporten of fysieke beweging.



## HET APPARAAT GEBRUIKEN

1. Draai de gewenste massagekop op de aansluiting aan de voorzijde van het apparaat.
2. Draai de snelheidsregeling aan de onderkant van het apparaat naar rechts om de gewenste snelheid te selecteren. Het ledlampje of de ledlampjes van de snelheidsindicator lichten op afhankelijk van de geselecteerde snelheid.
3. Beweeg de massagekop eerst voorzichtig over het lichaamsdeel dat gemasseerd moet worden en oefen indien gewenst daarna meer druk uit. **Begin bij voorkeur op snelheidsniveau I als u dit type product voor het eerst gebruikt en voer lichte druk uit terwijl het product voor een intense massage zorgt.**
4. Masseer elk gedeelte circa 30 seconden tot 1 minuut. Raadpleeg de meegeleverde handleiding voor meer informatie over hoe lang u het product moet gebruiken op verschillende delen van het lichaam.
5. Gebruik de snelheidsregeling om de snelheid van het massageapparaat naar wens te verhogen of verlagen.
6. Draai de snelheidsregeling naar 0 om het massageapparaat uit te schakelen als u klaar bent met masseren.
3. Stel de snelheidsregeling in op de gewenste snelheid.
4. Gebruik het massageapparaat zoals beschreven in punt 4 in het gedeelte 'Het apparaat gebruiken'.
5. Draai de snelheidsregeling naar de uitstand als u klaar bent met masseren. Verwijder de koude kop en leg indien gewenst terug in de vriezer.
6. Berg de koude kop niet op als deze na recent gebruik nog vochtig is.

### Het apparaat opladen

1. Laad het apparaat op door de adapter aan te sluiten op een stopcontact met een voltage van 220-240V en sluit de kabel aan de onderkant van het handvat op de stroomaansluiting aan
2. De ledlampjes moeten gaan knipperen zodra de oplaadkabel is aangesloten op de laadindicator, dit is een indicatie dat het product wordt opgeladen.
3. Het product moet 2,5 uur worden opgeladen om tot wel 3,5 uur gebruikt te kunnen worden.
4. De lampjes van de indicator branden continu als het product volledig is opgeladen.
5. Koppel het product los van de stroomtoevoer zodra het volledig is opgeladen.

### Het apparaat reinigen

Koppel voor het reinigen het apparaat los van de stroomtoevoer en laat het afkoelen.

Reinig het apparaat uitsluitend met een zachte, licht vochtige spons.

- Voorkom dat water of andere vloeistoffen in contact komen met het apparaat.
- Dompel het apparaat niet onder in vloeistoffen om het te reinigen.
- Gebruik voor het reinigen geen schurende reinigingsmiddelen, borstels, poetsmiddelen voor glas/meubilair, verfverdunder enz.

### De verwarmde kop gebruiken

1. Draai de verwarmde kop op het massageapparaat.
2. Stel de snelheidsregeling in op de gewenste snelheid.
3. Begin met masseren, het duurt 2 minuten voordat de kop volledig op temperatuur is, het ledlampje knippert tijdens het opwarmen. De kop is volledig op temperatuur als het ledlampje continu brandt.
4. Gebruik het massageapparaat zoals beschreven in punt 4 in het gedeelte 'Het apparaat gebruiken'.
5. Draai de snelheidsregeling naar de uitstand als u klaar bent met masseren. Laat de kop voor het opbergen eerst afkoelen.

### De koude kop gebruiken

1. Leg de koude kop minimaal 4 uur in de vriezer.
2. Draai de koude kop op het massageapparaat.

## CARACTERÍSTICAS DO PRODUTO

O massajador HoMedics Pro Physio é um dispositivo de massagem sem fios que penetra profundamente nas camadas musculares para aliviar a dor e a rigidez nos músculos, ajudando-o a sentir-se mais relaxado e revigorado após atividades desportivas ou físicas.



## UTILIZAÇÃO DO DISPOSITIVO

1. Coloque a cabeça de massagem desejada no conector na parte dianteira do dispositivo.
2. Rode o anel de seleção de velocidade na base do dispositivo para a direita até à definição de velocidade pretendida; o LED indicador de velocidade na parte de trás do dispositivo acenderá correspondendo à velocidade escolhida.
3. Mova suavemente a cabeça de massagem sobre a zona corporal que pretende massajar primeiro e, em seguida, aplique mais pressão, conforme desejado. **Se nunca tiver utilizado este tipo de dispositivo, é recomendável começar na velocidade de nível I e pressionar suavemente, uma vez que o dispositivo faz uma massagem intensa.**
4. Deve massajar cada zona durante cerca de 30 segundos a 1 minuto; consulte o nosso guia de início rápido incluído no dispositivo para obter informações mais detalhadas sobre o tempo de utilização do dispositivo em cada zona corporal.
5. Se desejar aumentar ou diminuir a velocidade do massajador, rode o anel de seleção de velocidade em conformidade.
6. Quando terminar a massagem, rode o anel de seleção de velocidade para a posição 0 para desligar o massajador.

### Utilização da cabeça para calor

1. Coloque a cabeça para calor no massajador.
2. Rode o anel de seleção de velocidade até à velocidade desejada.
3. Inicie a massagem; são necessários 2 minutos para a cabeça atingir a temperatura total e, enquanto estiver a aquecer, o LED piscará. Quando a luz do LED fixar, a cabeça atingiu a temperatura total.
4. Utilize o massajador de acordo com o descrito no ponto 4 da secção "Utilização do dispositivo".
5. Quando terminar a massagem, rode o anel de seleção de velocidade para a posição de desligado e deixe a cabeça arrefecer antes de voltar a colocá-la no estojó.

### Utilização da cabeça para frio

1. Coloque a cabeça para frio no congelador durante, pelo menos, 4 horas ou até ficar totalmente congelada.
2. Coloque a cabeça para frio no massajador.
3. Rode o anel de seleção de velocidade até à velocidade desejada.
4. Utilize o massajador de acordo com o descrito no ponto 4 da secção "Utilização do dispositivo".
5. Quando terminar a massagem, rode o anel de seleção de velocidade para a posição de desligado, retire a cabeça para frio e, se desejar, coloque-a novamente no congelador.
6. Não guarde a cabeça para frio no estojó se estiver húmida devido à condensação formada pela utilização recente.

### Carregamento do dispositivo

1. Para carregar o dispositivo, ligue o adaptador a uma tomada de alimentação 220-240 V e ligue o cabo ao conector de carregamento na parte inferior da pega.
2. Quando o cabo de carregamento estiver ligado, o LED indicador de carga deverá começar a piscar, indicando que o dispositivo está a carregar.
3. Para cerca de 3h30 de utilização, o dispositivo tem de ser carregado durante 2h30.
4. Quando o dispositivo estiver totalmente carregado, as luzes do indicador permanecerão totalmente acesas.
5. Depois de estar totalmente carregado, desligue o dispositivo da fonte de alimentação.

### Limpeza do dispositivo

Certifique-se de que o dispositivo está desligado da fonte de alimentação e deixe-o arrefecer antes de proceder à limpeza.

Limpe apenas com uma esponja macia e ligeiramente humedecida.

- O dispositivo nunca pode estar em contacto com água ou outros líquidos.
- Não mergulhe em nenhum líquido para limpar.
- Nunca use produtos de limpeza abrasivos, escovas, produtos de polimento de vidros/móveis, diluente, etc., para limpar.

## CHARAKTERYSTYKA PRODUKTU

Masażer HoMedics Pro Physio to bezprzewodowe urządzenie do masażu posuwisto-zwrotnego, które wnika głęboko w warstwy mięśniowe, aby złagodzić ból i sztywność mięśni, pomagają się zrelaksować, odzyskać siły, idealne po sporcie lub aktywności fizycznej.



## KORZYSTANIE Z URZĄDZENIA

1. Wkręć żądaną głowicę masującą w gniazdo z przodu urządzenia.
2. Obróć pokrętkę zmiany prędkości znajdującą się na podstawie produktu zgodnie z ruchem wskazówek zegara do wymaganego ustawienia prędkości, a diody LED wskaźnika prędkości z tyłu urządzenia wyświetlą wybraną prędkość.
3. Delikatnie przesunij głowicę masującą po części ciała, którą chcesz najpierw masować, a następnie zastosuj większy nacisk, według potrzeby. **Jeśli wcześniej nie stosowałeś tego typu urządzeń, zacznij od I stopnia prędkości i delikatnie przyciśnij do ciała, ponieważ urządzenie zapewnia intensywny masaż.**
4. Każdą okolicę należy masować przez ok. 30 sekund do 1 minuty; zapoznaj się z naszą skróconą instrukcją obsługi dołączoną do urządzenia, aby uzyskać bardziej szczegółowe informacje na temat czasu jego używania dla poszczególnych części ciała.
5. Jeśli chcesz zwiększyć lub zmniejszyć prędkość masażu, ustaw odpowiednio pokrętkę zmiany prędkości.
6. Po zakończeniu masażu, obróć pokrętkę zmiany prędkości do pozycji 0, aby wyłączyć masażer.

### Korzystanie z podgrzewanej głowicy

1. Przymocuj głowicę podgrzewaną do urządzenia.
2. Obróć pokrętkę zmiany prędkości na pożądaną prędkość.
3. Rozpocznij masaż, głowica osiągnie pełną temperaturę po 2 minutach, w trakcie nagrzewania diody LED będą migać. Gdy dioda LED będzie się świecić nieprzerwanie, będzie to oznaczać, iż głowica osiągnęła pełną temperaturę.
4. Użyj masażera zgodnie z opisem w punkcie 4 sekcji „Korzystanie z urządzenia”.
5. Po zakończeniu masażu obróć pokrętkę zmiany prędkości do pozycji wyjściowej i pozwól, aby głowica ostygła, zanim włożysz ją z powrotem do futerału.

### Korzystanie z zimnej głowicy

1. Umieść zimną głowicę w zamrażarce na co najmniej 4 godziny lub do całkowitego zamrożenia.
2. Przymocuj zimną głowicę do urządzenia.
3. Obróć pokrętkę zmiany prędkości na pożądaną prędkość.
4. Użyj masażera zgodnie z opisem w punkcie 4 sekcji „Korzystanie z urządzenia”.
5. Po zakończeniu masażu obróć pokrętkę zmiany prędkości do pozycji wyjściowej i odcep zimną głowicę, w razie potrzeby włoż ją z powrotem do zamrażarki.
6. Nie przechowuj zimnej głowicy w futerale, jeśli jest wilgotna z powodu kondensacji po niedawnym użyciu.

### Ładowanie urządzenia

1. Aby naładować urządzenie, podłącz zasilacz do gniazdka sieciowego 220-240 V i podłącz kabel do gniazda ładowania na spodzie uchwytu
2. Po podłączeniu przewodu ładującego diody LED wskaźnika ładowania powinny zacząć migać, co będzie oznaczać ładowanie urządzenia.
3. Urządzenie będzie wymagało 2,5 godziny ładowania do 3,5 godziny użytkowania.
4. Po całkowitym naładowaniu urządzenia kontrolki będą się świecić nieprzerwanie.
5. Po całkowitym naładowaniu urządzenia odłącz je od zasilania sieciowego.

### Czyszczenie urządzenia

Przed rozpoczęciem czyszczenia upewnij się, że urządzenie jest odłączone od zasilania i nie jest rozgrzane.

Czyszczyć wyłącznie miękką, lekko zwilżoną gąbką.

- Nigdy nie dopuszczaj do kontaktu urządzenia z wodą ani innymi płynami.
- Nie czyścić poprzez zanurzenie w jakimkolwiek płynie.
- Nie czyścić ściernymi środkami czyszczącymi, szczotkami, pastami do czyszczenia szkła/mebli, rozcieńczalnikami do farb itp.

## A TERMÉK JELLEMZŐI

A HoMedics Pro Physio Masszázskezelő egy vezeték nélküli, pulzáló masszírozó készülék, amely mélyen behatol az izomrétegekbe, hogy enyhítse az izomfájdalmat és az izommerevséget, segít ellazulni, feltöltődni, tökéletes sportolás vagy testmozgás utáni használatra.



## AZ ESZKÖZ HASZNÁLATA

1. Csavarja be a kívánt masszázsfjelet a termék előlő foglalatába.
2. Fordítsa el a termék alján található sebességválasztó gyűrűt az óramutató járásával megegyező irányba a kívánt sebesség beállításához. Ekkor a termék hátulján lévő sebességjelző LED(ek) a kiválasztott sebességnek megfelelően felvilágítanak.
3. Először óvatosan mozgassa a masszázsfjelet azon a testrészen, amelyet masszírozni szeretne, majd a kívánt módon fokozza a nyomás erősségét. **Amennyiben még nem használta ezt a típusú terméket, akkor ajánlott az 1. szintű sebességgel kezdeni és enyhé nyomást gyakorolni a kezelt felületre, mivel a termék intenzíven masszíroz.**
4. Az egyes területeket kb. 30-60 másodpercig ajánlott masszírozni, kérjük, olvassa el a termékhez mellékelte rövid útmutatónkat, amely részletesebb információt tartalmaz arról, hogy mennyi ideig kell használni a terméket az egyes testrészeken.
5. Amennyiben növelni vagy csökkenteni szeretné a masszázskészülék sebességét, fordítsa el annak megfelelően a sebességválasztó gyűrűt.
6. Miután befejezte a masszázst, fordítsa el a sebességválasztó gyűrűt 0-as pozícióig a masszírozó kikapcsolásához.

### A meleg masszázsfej használata

1. Csavarja be a meleg masszázsfjelet a masszázskészülékbe.
2. Állítsa a sebességválasztó gyűrűt a kívánt sebességre.
3. Kezden el masszírozni. A fej 2 perc alatt éri el a maximum hőmérsékletet, miközben a masszázsfej melegszik, a LED-ek villognak. Amikor a LED-ek folyamatosan világítanak, a masszázsfej maximális hőmérsékleten van.
4. Használja a masszázskészüléket a „Készülék használata” rész 4. pontjában leírtak szerint.
5. Miután befejezte a masszázst, állítsa a sebességválasztó gyűrűt kikapcsolt helyzetbe, és hagyja lehűlni a masszázsfjelet, mielőtt visszahelyezné a tokba.

### A hideg masszázsfej használata

1. Tegye be a hideg masszázsfjelet a fagyaszűtőbe legalább 4 óra, vagy amíg teljesen meg nem fagy.
2. Csavarja be a hideg masszázsfjelet a masszázskészülékbe.
3. Állítsa a sebességválasztó gyűrűt a kívánt sebességre.
4. Használja a masszázskészüléket a „Készülék használata” rész 4. pontjában leírtak szerint.
5. Miután befejezte a masszázst, állítsa a sebességválasztó gyűrűt kikapcsolt helyzetbe és távolítsa el a hideg masszázsfjelet, ha szükséges, helyezze vissza a fagyaszűtőbe.
6. Ne tárolja a hideg masszázsfjelet a tokban abban az esetben, ha az még nedves egy korábbi használat utáni páralecsapódás miatt.

### Az eszköz töltése

1. A termék töltéséhez csatlakoztassa az adaptert egy 220–240 V-os hálózati csatlakozóaljzathoz, és csatlakoztassa a kábelt a markolat alján található töltőaljzathoz.
2. A töltőkábel csatlakoztatása után a töltéjelző LED-eknek villogniuk kell, ez azt jelzi, hogy a termék tölt.
3. A termék 2,5 órás töltést igényel a legfeljebb 3,5 órán át tartó használathoz.
4. Amennyiben a termék teljesen feltöltődött, a jelzőlámpák folyamatosan világítanak.
5. Ha a termék teljesen fel van töltve, húzza ki a hálózati csatlakozót.

### A készülék tisztítása

Tisztítás előtt ellenőrizze, hogy kihúzta-e a hálózati csatlakozót, és hagyja kihűlni a készüléket. Kizárólag puha, enyhén nedves szivaccsal tisztítsa.

- Ne hagyja, hogy víz vagy bármilyen más folyadék érintkezzen a készülékkel.
- Ne merítse semmilyen folyadékba a tisztításhoz.
- A tisztításhoz soha ne használjon súrolószert, keféket, üveg-/bútorpolírozót, festékhígítót stb.

## FUNKCE PŘÍSTROJE

HoMedics Pro Physio Massager je bezdrátový reciprokační masážní přístroj, který proniká hluboko do svalů a ulevuje od bolesti a ztuhlosti a pomáhá, abyste se cítili uvolnění a odpočatí. Skvělý po sportování nebo fyzické aktivitě.



## POUŽÍVÁNÍ PŘÍSTROJE

1. Našroubujte požadovanou masážní hlavici do otvoru na přední straně produktu.
2. Otočte kroužkem pro nastavení rychlosti v dolní části produktu doprava na požadované rychlostní nastavení – podle této zvolené rychlosti se rozsvítí LED kontrolka(y) ukazatele rychlosti na zadní straně produktu.
3. Nejprve lehce pohybujte masážní hlavici po části těla, kterou chcete namasírovat, a poté podle potřeby mírně přitlačte. **Jestliže s tímto typem produktu ještě nemáte zkušenost, doporučujeme vám začít na rychlosti úrovně I a lehce přitlačit, protože přístroj poskytuje intenzivní masáž.**
4. Každou oblast byste měli masírovat přibližně 30 vteřin až 1 minutu. Podrobnější informace o době používání produktu na různých částech těla najdete ve stručné příručce dodané s přístrojem.
5. Pokud si přejete zvýšit nebo snížit rychlost masážního přístroje, otočte náležitě kroužkem pro nastavení rychlosti.
6. Po ukončení masáže otočte kroužkem pro nastavení rychlosti do polohy 0 a masážní přístroj tak vypne.

### Používání hřejivé hlavice

1. Našroubujte na masážní přístroj hřejivou hlavici.
2. Otočte kroužkem pro nastavení rychlosti na požadovanou rychlost.
3. Zahajte masáž. Hlavice se na požadovanou teplotu nahřívá 2 minuty, po tuto dobu bude blikat LED kontrolka. Jakmile LED kontrolka přestane blikat, je hlavice plně nahřátá.
4. Použijte masážní přístroj, jak je popsáno v bodu 4 v části „Používání přístroje“.
5. Jakmile budete s masáží hotovi, otočte kroužkem pro nastavení rychlosti do polohy vypnutí a nechte hlavici zchladnout, až poté ji vložte do pouzdra.

### Používání chladivé hlavice

1. Vložte chladivou hlavici do mrazničky na alespoň 4 hodiny, nebo do úplného zmrznutí.
2. Našroubujte na masážní přístroj chladivou hlavici.
3. Otočte kroužkem pro nastavení rychlosti na požadovanou rychlost.
4. Použijte masážní přístroj, jak je popsáno v bodu 4 v části „Používání přístroje“.
5. Jakmile budete s masáží hotovi, otočte kroužkem pro nastavení rychlosti do polohy vypnutí a sundejte chladivou hlavici. Pokud si přejete, vložte ji znovu do mrazničky.
6. Jestliže je chladivá hlavice vlhká v důsledku kondenzace po použití, nedávejte ji do pouzdra.

### Nabíjení přístroje

1. Chcete-li přístroj nabít, zapojte adaptér do zástrčky (220–240 V) a kabel zastrčte do konektoru napájení na spodní části rukojeti.
2. Jakmile je napájecí kabel připojen, LED kontrolka indikátoru nabíjení by měla začít blikat, což značí, že se přístroj nabíjí.
3. Pro 3,5 hodinové používání je přístroj nutné nabít po dobu 2,5 hodin.
4. Jakmile je přístroj plně nabit, kontrolky indikátoru zůstanou rozsvícené.
5. Když bude přístroj plně nabit, odpojte jej od zdroje napájení.

### Čištění přístroje

Než začnete přístroj čistit, odpojte jej od napájení a nechte jej vychladnout. Přístroj čistěte jen měkkou a lehce navlhčenou hubkou.

- Zabráňte jakémukoli kontaktu přístroje s vodou nebo jinými kapalinami.
- Nečistěte jej ponořením do žádné kapaliny.
- K čištění nikdy nepoužívejte brusné čisticí prostředky, kartáče, přípravky na leštění skla/nábytku ani ředidla barev.

## VLASTNOSTI PRODUKTU

Masážny prístroj HoMedics Pro Physio je akumulátorové masážne zariadenie, ktoré preniká hlboko do svalových vrstiev, aby uvoľnilo boľavé a stuhnuté svaly a pomohlo vám cítiť sa uvoľnene a energicky, čo je ideálne na cvičenie po športe alebo fyzickej aktivite.



## POUŽÍVANIE ZARIADENIA

1. Zaskrutkujte požadovanú masážnu hlavu do objímky na prednej strane produktu.
2. Otočte krúžok voliča rýchlosti na základni produktu v smere hodinových ručičiek na požadované nastavenie rýchlosti. V závislosti od vybranej rýchlosti sa rozsvieti LED indikátor(-y) rýchlosti na zadnej strane produktu.
3. Najskôr jemne posuňte masážnu hlavu cez časť tela, ktorú chcete masírovať, a potom podľa potreby jemne vyvíjajte väčší tlak. **Ak ste tento typ produktu nikdy nepoužívali, odporúča sa, aby ste začali na 1. úrovni rýchlosti a jemne prítlačali, pretože produkt poskytuje intenzívnu masáž.**
4. Každú oblasť by ste mali masírovať približne 30 sekúnd až 1 minútu. Podrobnejšie informácie o tom, ako dlho používať produkt na jednotlivých častiach tela, nájdete v stručnej úvodnej príručke, ktorá je súčasťou produktu.
5. Ak chcete zvýšiť alebo znížiť rýchlosť masážneho prístroja, príslušným spôsobom otočte krúžok voliča rýchlosti.
6. Po dokončení masáže masážny prístroj vypnite otočením krúžku voliča rýchlosti do polohy 0.

### Používanie vyhrievanej hlavice

1. Naskrutkujte vyhrievanú hlavu na masážny prístroj.
2. Otočte krúžok voliča rýchlosti na požadovanú rýchlosť.
3. Začnite masírovať, hlavica v priebehu 2 minút dosiahne plnú teplotu. Počas zahrievania hlavice bude blikať LED indikátor. Keď LED indikátor zostane rozsvietený, hlavica dosiahla plnú teplotu.
4. Masážny prístroj používajte podľa pokynov v bode 4 časti „Používanie zariadenia“.
5. Po dokončení masáže otočte krúžok voliča rýchlosti do polohy Vyp. a pred odložením hlavice do puzdra ju nechajte vychladnúť.

### Používanie studenej hlavice

1. Studenú hlavu umiestnite do mrazničky najmenej na 4 hodiny alebo do úplného zmrazenia.
2. Naskrutkujte studenú hlavu na masážny prístroj.
3. Otočte krúžok voliča rýchlosti na požadovanú rýchlosť.
4. Masážny prístroj používajte podľa pokynov v bode 4 časti „Používanie zariadenia“.
5. Po dokončení masáže otočte krúžok voliča rýchlosti do polohy Vyp. a odstráňte studenú hlavu. V prípade potreby ju vložte späť do mrazničky.
6. Studenú hlavu nevracajte do puzdra, ak je vlhká v dôsledku kondenzácie po nedávnom použití.

### Nabíjanie zariadenia

1. Ak chcete produkt nabiť, zapojte adaptér do 220 – 240 V zásuvky a kábel zapojte do nabíjacej zásuvky na spodnej strane rukoväti.
2. Po pripojení nabíjacieho kábla by mali začať blikať LED indikátory nabíjania, čo znamená, že sa produkt nabíja.
3. Produkt vyžaduje 2,5 hodín nabíjania na 3,5 hodín používania (prebieha testovanie).
4. Po úplnom nabití produktu zostanú svietiť kontrolky.
5. Po úplnom nabití odpojte produkt z elektrickej siete.

### Čistenie zariadenia

Pred čistením sa uistite, že je zariadenie odpojené od elektrickej siete a nechajte ho vychladnúť.

Čistite iba mäkkou, mierne navlhčenou špongiou.

- Nikdy nedovoľte, aby sa voda alebo iné tekutiny dostali do kontaktu so spotrebičom.
- Neponárajte ho do žiadnej tekutiny za účelom vyčistenia.
- Na čistenie nikdy nepoužívajte abrazívne čistiace prostriedky, kefy, leštidlá na sklo/nábytok, riedidlo na farby atď.

## ÜRÜN ÖZELLİKLERİ

Homedics Pro Physio Massager ağrıyan ve sertleşmiş kasları rahatlatmak için kas tabakalarına derinlemesine etki ederek rahatlatmış, enerjinizi geri kazanmış hissetmenize yardımcı olan, spor veya herhangi bir fiziksel aktivite sonrası için mükemmel olan kablolu, gelgit hareketli bir masaj aletidir.



## CIHAZIN KULLANILMASI

1. İstlenen masaj başlığını ürünün ön tarafında yer alan soketin içine çevirerek yerleştirin.
2. Ürünün tabanında yer alan hız seçme halkasını istlenen hız ayarına getirmek için saat yönünde çevirin, ürünün arkasında yer alan hız göstergesi LED(ler), seçilen hızı karşılık gelecek şekilde yanacaktır.
3. Masaj başlığını başlangıçta masaj yapmak istediğiniz vücut bölgesinin üzerine nazikçe hareket ettirin, daha sonra istediği kadar daha fazla basınç uygulayın. **Eğer bu tip bir ürünü daha önce kullanmadıysanız, seviye I hızında başlamanız ve ürün yoğun masaj uyguladığından nazikçe bastırmanız önerilir.**
4. Her alana yaklaşık 30 saniye ile 1 dakika masaj yapmalısınız; ürünün her vücut bölgesinde ne kadar süreyle kullanılabileceğine ilişkin daha detaylı bilgi almak için lütfen ürüne birlikte verilen hızlı başlangıç kılavuzumuza bakınız.
5. Masaj aletinin hızını artırmak veya azaltmak isterseniz, hız seçme halkasını buna göre çevirin.
6. Masajınız bittiğinde, masaj aletini kapatmak için hız seçme halkasını 0 konumuna getirin.

### İstımlı başlığın kullanılması

1. İstımlı başlığı masaj aletinin içine çevirerek yerleştirin.
2. Hız seçimi halkasını istenen hıza getirin.
3. Masaj yapmaya başlayın, başlığın tam sıcaklığa gelmesi 2 dakika sürecektir; başlık ısınırken LED yanıp sönecektir. LED'in sabit şekilde yanmaya başlaması, başlığın tam sıcaklıkta olduğu anlamına gelir.
4. Masaj aletini "Cihazın kullanılması" bölümündeki 4. maddede tarif edildiği gibi kullanın.
5. Masajınız bittiğinde, hız seçme halkasını kapalı (Off) konuma getirin ve başlığı kutusuna geri koymadan önce başlığın soğumasını bekleyin.

### Soğuk başlığın kullanılması

1. Soğuk başlığı en az 4 saat boyunca ya da tamamen donana kadar bir dondurucuya koyun.
2. Soğuk başlığı masaj aletinin içine çevirerek yerleştirin.
3. Hız seçimi halkasını istenen hıza getirin.
4. Masaj aletini "Cihazın kullanılması" bölümündeki 4. maddede tarif edildiği gibi kullanın.
5. Masajınız bittiğinde, hız seçme halkasını kapalı (Off) konuma getirin, soğuk başlığı çıkarın ve isterseniz dondurucuya geri koyun.
6. Eğer soğuk başlık önceki kullanıma bağlı yoğunlaşma nedeniyle nemli ise, soğuk başlığı kutusunda saklamayın.

### Cihazın şarj edilmesi

1. Ürünü şarj etmek için, adaptörü 220-240 V şebeke prizine takın ve kabloyu tutma yerinin altındaki şarj soketine takın.
2. Şarj kablosu bağlandığında, şarj göstergesi LED'i yanıp sönmeye başlamalıdır; bu, ürünün şarj olduğunu gösterir.
3. 3.5 saate kadar kullanım için ürünün 2.5 saat şarj edilmesi gerekecektir.
4. Ürün tamamen şarj olduğunda, gösterge ışıkları tamamen yanık halde kalacaktır.
5. Ürün tamamen şarj olduğunda, ana güç kaynağından çekin.

### Cihazınızın temizlenmesi

- Temizlemeden önce cihazın ana güç kaynağına bağlı olmadığından emin olun ve soğumasını bekleyin.
- Yalnızca yumuşak, hafif nemli bir süngerle temizleyin.
- Su veya başka herhangi bir sıvının hiçbir zaman cihazla temas etmesine izin vermeyin.
  - Temizlemek için herhangi bir sıvının içine batırmayın.
  - Temizlemek için asla aşındırıcı temizlik malzemesi, fırçalar, cam / mobilya cilası, boya inceltici vb. kullanmayın.

## ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Η συσκευή μασάζ HoMedics Pro Physio είναι μια ασύρματη παλινδρομική συσκευή μασάζ που διεισδύει βαθιά στις μυϊκές στοιβάδες, για να ανακουφίσει τους πονεμένους και άκαμπτους μύες, βοηθώντας σας να αισθανάστε χαλαροί, αναζωογονημένοι, σε τέλεια κατάσταση μετά από κάποιο άθλημα ή σωματική δραστηριότητα.



## Η ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΣΥΣΚΕΥΗΣ ΣΑΣ

- Βιδώστε την κεφαλή μασάζ που επιθυμείτε στην υποδοχή στο μπροστινό μέρος της συσκευής.
- Γυρίστε το δακτύλιο επιλογής ταχύτητας στη βάση του προϊόντος δεξιόστροφα στην επιθυμητή ρύθμιση ταχύτητας, η(οι) ενδεικτική(ές) λυχνία(ες) LED ταχύτητας στο πίσω μέρος του προϊόντος θα ανάψει(ουν) ανάλογα με την επιλεγμένη ταχύτητα.
- Μετακινήστε πρώτα απαλά την κεφαλή μασάζ στο μέρος του σώματος που θέλετε να κάνετε μασάζ και στη συνέχεια ασκήστε όση περισσότερο πίεση επιθυμείτε. **Εάν δεν έχετε χρησιμοποιήσει αυτόν τον τύπο προϊόντος στο παρελθόν, σας συνιστούμε να ξεκινήσετε με ταχύτητα επίπεδο Ι και να πιέσετε απαλά, καθώς το προϊόν παρέχει έντονο μασάζ.**
- Θα πρέπει να κάνετε μασάζ σε κάθε περιοχή για περίπου 30 δευτερόλεπτα έως 1 λεπτό. Ανατρέξτε στον οδηγό γρήγορης εκκίνησης που παρέχεται μαζί με το προϊόν για πιο λεπτομερείς πληροφορίες σχετικά με το χρόνο χρήσης του προϊόντος σε κάθε μέρος του σώματος.
- Εάν θέλετε να αυξήσετε ή να μειώσετε την ταχύτητα της συσκευής μασάζ, στρέψτε τον δακτύλιο επιλογής ταχύτητας ανάλογα.
- Μόλις ολοκληρώσετε το μασάζ, στρέψτε τον δακτύλιο επιλογής ταχύτητας στη θέση 0 για να απενεργοποιήσετε τη συσκευή μασάζ.

### Χρήση της θερμαινόμενης κεφαλής

- Βιδώστε τη θερμαινόμενη κεφαλή στη συσκευή μασάζ.
- Στρέψτε τον δακτύλιο επιλογής ταχύτητας στην επιθυμητή ταχύτητα.
- Ξεκινήστε το μασάζ, η κεφαλή χρειάζεται 2 λεπτά για να αποκτήσει πλήρη θερμοκρασία, καθώς η κεφαλή θερμαίνεται, οι λυχνίες LED θα αναβοβλήνουν. Μόλις οι λυχνίες LED παραμείνουν σταθερά αναμμένες, η κεφαλή βρίσκεται σε πλήρη θερμοκρασία.
- Χρησιμοποιήστε τη συσκευή μασάζ όπως περιγράφεται στο σημείο 4 της ενότητας «Χρήση της συσκευής σας».
- Μόλις ολοκληρώσετε το μασάζ, στρέψτε τον δακτύλιο επιλογής ταχύτητας στη θέση OFF και αφήστε την κεφαλή να κρυώσει πριν την τοποθετήσετε ξανά στη θήκη.

### Χρήση της ψυχρής κεφαλής

- Τοποθετήστε την ψυχρή κεφαλή σε καταψύκτη για τουλάχιστον 4 ώρες ή μέχρι να καταψυχθεί πλήρως.
- Βιδώστε την ψυχρή κεφαλή στη συσκευή μασάζ.
- Στρέψτε τον δακτύλιο επιλογής ταχύτητας στην επιθυμητή ταχύτητα.
- Χρησιμοποιήστε τη συσκευή μασάζ όπως περιγράφεται στο σημείο 4 της ενότητας «Χρήση της συσκευής σας»
- Μόλις ολοκληρώσετε το μασάζ σας, στρέψτε τον δακτύλιο επιλογής ταχύτητας στη θέση OFF και αφαιρέστε την ψυχρή κεφαλή, τοποθετώντας την ξανά στον καταψύκτη εάν επιθυμείτε.
- Μην αποθηκεύετε την ψυχρή κεφαλή στη θήκη εάν είναι υγρή λόγω συμπύκνωσης από την πρόσφατη χρήση.

### Φόρτιση της συσκευής σας

- Για να φορτίσετε το προϊόν, συνδέστε το τροφοδοτικό σε πρίζα ηλεκτρικού δικτύου 220-240V και συνδέστε το καλώδιο στην υποδοχή φόρτισης στο κάτω μέρος της λαβής
- Μόλις συνδεθεί το καλώδιο φόρτισης, οι ενδεικτικές λυχνίες LED φόρτισης θα πρέπει ν' αρχίσουν να αναβοβλήνουν, υποδεικνύοντας ότι το προϊόν φορτίζεται.
- Το προϊόν θα χρειαστεί 2.5 ώρες φόρτισης για έως 3.5 ώρες χρήσης.
- Μόλις το προϊόν φορτιστεί πλήρως, οι ενδεικτικές λυχνίες θα παραμείνουν πλήρως αναμμένες.
- Αποσυνδέστε το προϊόν από την παροχή ρεύματος μόλις φορτιστεί πλήρως.

### Καθαρισμός της συσκευής σας

Βεβαιωθείτε ότι η συσκευή έχει αποσυνδεθεί από την παροχή ρεύματος και αφήστε την να κρυώσει πριν τον καθαρισμό.

Καθαρίστε μόνο με ένα μαλακό, ελαφρά υγρό σφουγγάρι.

- Ποτέ μην αφήσετε νερό ή οποιοδήποτε άλλο υγρό να έρθει σε επαφή με τη συσκευή.
- Μην την βυθίζετε σε οποιοδήποτε υγρό για να την καθαρίσετε.
- Ποτέ μη χρησιμοποιείτε σκληρά καθαριστικά, βούρτσες, σπλιντωτικά γυαλιού/επίπλων, διαλυτικό μωγιάς κλπ για να την καθαρίσετε.

## ОСОБЕННОСТИ ПРОДУКТА

Беспроводной массажер HoMedics Pro Physio с возвратно-поступательной насадкой обеспечивает глубокий массаж мышечной ткани. Это помогает снять боль и размять мышцы, почувствовать себя расслабленным и восстановить силы после занятий спортом или физической активности.



## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УСТРОЙСТВА

1. Выберите желаемую массажную насадку и вверните ее в гнездо в передней части массажера.
2. Поверните кольцевой регулятор скорости на торце рукоятки массажера по часовой стрелке до требуемой скорости. На задней стороне массажера загорится индикатор(ы) скорости в соответствии с выбранной скоростью.
3. Сначала мягко перемещайте массажную головку по части тела, которую вы хотите массажировать, затем по желанию осторожно увеличивайте прилагаемое давление. **Если вы раньше не использовали такой массажер, рекомендуется начать с I скорости и увеличивать нажим осторожно, поскольку изделие обеспечивает интенсивный массаж.**
4. Массируйте каждую область от 30 секунд до 1 минуты. Более подробная информация о продолжительности использования массажера на каждой части тела приведена в кратком руководстве, прилагаемом к массажеру.
5. Чтобы увеличить или уменьшить скорость массажера, поверните кольцевой регулятор скорости в соответствующую сторону.
6. По завершении массажа поверните кольцевой регулятор скорости в положение 0, чтобы выключить массажер.

### Использование разогревающей насадки

1. Наверните разогревающую насадку на массажер.
2. Включите желаемую скорость при помощи кольцевого регулятора скорости.
3. Начните массаж. Нагрев насадки до максимальной температуры занимает 2 минуты. Во время нагрева светодиоды будут мигать. После нагрева насадки до максимальной температуры светодиоды будут гореть непрерывно.
4. Используйте массажер, как описано в пункте 4 раздела «Использование устройства».
5. По окончании массажа поверните кольцевой регулятор скорости в положение «Выключено» и дайте насадке остыть перед тем, как положить ее обратно в футляр.

### Использование охлаждающей насадки

1. Поместите охлаждающую насадку в морозилку минимум на 4 часа или до полного замораживания.
2. Наверните охлаждающую насадку на массажер.
3. Включите желаемую скорость при помощи кольцевого регулятора скорости.
4. Используйте массажер, как описано в пункте 4 раздела «Использование устройства».
5. По окончании массажа поверните кольцевой регулятор скорости в положение «Выключено», снимите насадку и по желанию положите ее обратно в морозилку.
6. Не кладите охлаждающую насадку в футляр, если на ней есть влага от конденсации ввиду недавнего использования.

### Зарядка устройства

1. Для зарядки устройства включите адаптер в розетку с напряжением 220–240 В и подключите кабель к зарядному разъему на торце рукоятки.
2. После подключения зарядного кабеля светодиодные индикаторы зарядки должны начать мигать, указывая на то, что устройство заряжается.
3. Массажеру требуется 2,5 часа зарядки для работы до 3,5 часов.
4. Как только массажер будет полностью заряжен, световые индикаторы будут гореть непрерывно.
5. После полной зарядки отключите массажер от электросети.

### Чистка устройства

Прежде чем приступить к чистке, убедитесь, что массажер отключен от сети, и дайте ему остыть.

Для чистки используйте только мягкую, слегка влажную губку.

- Не допускайте контактов устройства с водой или другой жидкостью.
- Не погружайте устройство в жидкость в целях его чистки.
- Никогда не используйте для чистки абразивные чистящие средства, щетки, полироли для стекла/мебели, разбавители для краски и т. д.

## PRODUKTEGENSKABER

HoMedics Pro Physio-massageapparatet er et trådløst stempelmassageapparat, der trænger dybt ind i dine muskellag for at lindre ømme og stive muskler, så du kan føle dig afslappet og fuld af ny energi. Perfekt til brug efter sport eller fysisk aktivitet.



## BRUG AF DIN ENHED

1. Skru det ønskede massagehoved ind i åbningen på forsiden af produktet.
2. Drej hastighedsindstillingsringen i bunden af produktet med uret til den ønskede hastighedsindstilling. LED-hastighedsindikatorerne på bagsiden af produktet lyser i henhold til den valgte hastighed.
3. Bevæg forsigtigt massagehovedet hen over den del af kroppen, du ønsker at massere først, og anvend derefter større tryk efter behag. **Hvis du ikke har anvendt denne type produkt før, anbefales det, at du starter på hastighedstrin 1 og trykker forsigtigt, da produktet giver en intens massage.**
4. Du skal massere hvert område i ca. 30 sekunder til 1 minut. Se vores kvikstartsvejledning, der følger med produktet, for at få mere detaljerede oplysninger om, hvor længe produktet skal anvendes til hver enkelt kropssdel.
5. Hvis du vil øge eller sænke massageapparatets hastighed, skal du dreje hastighedsindstillingsringen, indtil den ønskede hastighed opnås.
6. Når du er færdig med massagen, skal du dreje hastighedsindstillingsringen til positionen 0 for at slukke massageapparatet.

### Brug af varmhovedet

1. Skru varmhovedet på massageapparatet.
2. Drej hastighedsindstillingsringen til den ønskede hastighed.
3. Påbegynd massagen. Det tager hovedet 2 min. at opnå fuld temperatur. LED-indikatorerne blinker, mens hovedet opvarmes. Når LED-indikatorerne lyser konstant, har hovedet opnået fuld temperatur.
4. Anvend massageapparatet som beskrevet under punkt 4 i afsnittet "Brug af din enhed".
5. Når du er færdig med massagen, skal du dreje hastighedsindstillingsringen til den slukkede position og lade hovedet køle af, inden du sætter det i etuiet igen.

### Brug af kølehovedet

1. Anbring kølehovedet i fryseren i mindst 4 timer, eller indtil det er helt frosset.
2. Skru kølehovedet på massageapparatet.
3. Drej hastighedsindstillingsringen til den ønskede hastighed.
4. Anvend massageapparatet som beskrevet under punkt 4 i afsnittet "Brug af din enhed".
5. Når du er færdig med massagen, skal du dreje hastighedsindstillingsringen til den slukkede position, fjerne kølehovedet og derefter placere det i fryseren igen, hvis du ønsker det.
6. Undlad at opbevare kølehovedet i etuiet, hvis det er fugtigt som følge af kondensation fra seneste brug.

### Opladning af din enhed

1. For at oplade produktet skal du tilslutte strømadapteren til en stikkontakt med 220-240 V samt til opladningsstikket i bunden af håndtaget.
2. Når opladningskablet er tilsluttet, begynder LED-opladningsindikatoren at blinke. Dette indikerer, at produktet oplades.
3. Produktet kræver 2,5 timers opladning for op til 3,5 timers brug.
4. Når produktet er fuldt opladet, lyser indikatorlamperne konstant.
5. Kobl produktet fra strømforsyningen, når det er fuldt opladet.

### Renngøring af enheden

Sørg for, at enheden er koblet fra strømforsyningen, og lad den køle af, før den rengøres.

Renngør udelukkende med en blød, let fugtig svamp.

- Lad aldrig vand eller andre væsker komme i kontakt med enheden.
- Enheden må ikke nedbrydes i væske af nogen art med henblik på rengøring.
- Brug aldrig slibende rengøringsmidler, børster, polermidler til glas/møbler, farveforynder etc. til rengøring.

## PRODUKTEGENSKAPER

HoMedics Pro Physio massageapparat är en sladdlös pulserande apparat som tränger djupt in i musklerna och lindrar värk och stelhet, vilket hjälper dig att slappna av och återhämta dig. Perfekt efter sport eller fysisk aktivitet.



## ANVÄNDA ENHETEN

1. Skruva fast valfritt massagehuvud i hylsan på produktens framsida.
2. Vrid hastighetsreglaget på produktens bas medurs till önskad hastighetsinställning. Indikatorlampan för vald hastighet på produktens baksida kommer då att tändas.
3. Massera försiktigt genom att först varsamt föra massagehuvudet över kroppsdelarna som du vill massera. **Öka sedan trycket försiktigt enligt önskemål. Om du inte har använt den här typen av produkt tidigare rekommenderas att du börjar på hastighetsnivå 1 och trycker försiktigt, eftersom produkten ger en intensiv massage.**
4. Massera varje område i cirka 30 sekunder till 1 minut. Se snabbstartsguiden som medföljer produkten för mer ingående information om hur länge produkten kan användas för varje kroppsdel.
5. Om du vill öka eller minska massageapparatens hastighet vrid du på hastighetsreglaget till önskad nivå.
6. När du har masserat klart stänger du av massageapparatens genom att vrida hastighetsreglaget till läget 0.

### Använda värmehuvudet

1. Skruva fast värmehuvudet i massageapparatens.
2. Vrid hastighetsreglaget till önskad hastighetsnivå.
3. Börja massera. Det tar 2 min att värma upp huvudet till full temperatur. LED-lampan blinkar medan huvudet värms upp. När LED-lampan lyser och har slutat blinka har huvudet uppnått full temperatur.
4. Använd massageapparatens enligt beskrivningen i punkt 4 i avsnittet Använda enheten.
5. När du har masserat klart stänger du av massageapparatens genom att vrida hastighetsreglaget till läget "off" (av). Låt huvudet svalna innan du lägger tillbaka det i fodralet.

### Använda det kalla huvudet

1. Placera det kalla huvudet i en frys i minst 4 timmar eller tills det är helt nedfrys.
2. Skruva fast det kalla huvudet i massageapparatens.
3. Vrid hastighetsreglaget till önskad hastighetsnivå.
4. Använd massageapparatens enligt beskrivningen i punkt 4 i avsnittet Använda enheten.
5. När du har masserat klart stänger du av massageapparatens genom att vrida hastighetsreglaget till läget "off" (av), tar bort det kalla huvudet och lägger tillbaka det i frysen om så önskas.
6. Förvara inte det kalla huvudet i fodralet om det är fuktigt eftersom kondens från den senaste användningen kan förekomma.

### Ladda enheten

1. För att ladda produkten ansluter du adaptorn till ett eluttag på 220–240 V och ansluter kabeln till laddningskontakten på handtagets undersida.
2. När laddningskabeln är ansluten ska LED-laddningsindikatorn börja blinka, vilket indikerar att produkten laddas.
3. Produkten behöver laddas i 2,5 timmar för upp till 3,5 timmars användning.
4. När produkten är fulladdad lyser indikatorlamporna utan att blinka.
5. Koppla loss produkten från elnätet när den är fulladdad.

### Rengöra apparaten

Se till att apparaten är bortkopplad från strömkällor och låt den svalna före rengöring.

Rengör endast med en mjuk, lätt fuktad svamp.

- Låt aldrig vatten eller andra vätskor komma i kontakt med apparaten.
- Sänk aldrig ned den i vätska vid rengöring.
- Använd aldrig slipande rengöringsmedel, borstar, glas/möbelpoleringsmedel, förtunningsmedel osv. för rengöring.

## PRODUKTFUNKSJONER

HoMedics Pro Physio Massager er et trådløst massasjeapparat med stempelkompressor, som trenger dypt inn i muskellag for å lindre verkende og stive muskler, noe som bidrar til at du føler deg avslappet og opplagt. Perfekt for bruk etter sport eller fysisk aktivitet.



## BRUKE APPARATET

1. Skru det ønskede massasjehodet inn i kontakten foran på produktet.
2. Vri ringen for hastighetsinnstilling med urviseren på sokkelen av produktet, til ønsket hastighetsinnstilling. Hastighetsindikator-LED-lampen på baksiden av produktet lyser opp i samsvar med hastigheten som er valgt.
3. Flytt massasjehodet forsiktig over den delen av kroppen du ønsker å massere først, og bruk deretter mer trykk som ønsket. **Hvis du ikke har brukt denne typen produkter før, anbefales det at du starter på hastighetsnivå 1 og trykker forsiktig etter hvert som produktet gir en intens massasje.**
4. Du bør massere hvert område i ca. 30 sekunder til 1 minutt. Se hurtigstartveiledningen som følger med produktet for mer detaljert informasjon om hvor lang tid du skal bruke på hver kroppsdel.
5. Hvis du ønsker å øke eller redusere hastigheten på massasjeapparatet, vri du ringen for hastighetsvalg deretter.
6. Når du er ferdig med massasjen, vri du ringen for hastighetsvalg til 0-posisjonen for å slå av massasjeapparatet.

### Bruk hodet med oppvarming

1. Skru hodet med oppvarming inn i massasjeapparatet.
2. Vri ringen for hastighetsinnstilling til ønsket hastighet.
3. Start massasjeapparatet. Det tar to minutter å nå full temperatur. Ved oppvarming av hodet, blinker LED-lampene. Når LED-lampen lyser konstant, har hodet nådd full temperatur.
4. Bruk massasjeapparatet som beskrevet i punkt 4 i delen «Bruke apparatet ditt».
5. Når du er ferdig med massasjen, vri du ringen for hastighetsvalg til av-posisjonen og lar hodet kjøles ned før du legger det tilbake i esken.

### Bruk hodet med kjøling

1. Plasser hodet med kjøling i en fryser i minst 4 timer eller til det er helt frosset.
2. Skru hodet med kjøling inn i massasjeapparatet.
3. Vri ringen for hastighetsinnstilling til ønsket hastighet.
4. Bruk massasjeapparatet som beskrevet i punkt 4 i delen «Bruke apparatet ditt».
5. Når du er ferdig med massasjen, vri du ringen for hastighetsvalg til av-posisjonen og fjerner hodet med kjøling. Du kan legge tilbake i fryseren om ønsket.
6. Ikke oppbevar det kalde hodet i esken hvis det er fuktig på grunn av kondens fra nylig bruk.

### Lade apparatet

1. Stikk adapteren inn i et strømnett på 220–240 V, og koble kabelen til ladekontakten på bunnen av håndtaket.
2. Når ladekabelen er koblet til, skal ladeindikator-LED-lampen begynne å blinke. Dette indikerer at produktet lades.
3. Produktet kreve 2,5 timers lading for opptil 3,5 timers bruk.
4. Når produktet er fulladet, lyser indikatorlysene konstant.
5. Koble produktet fra strømmettet når det er fulladet.

### Rengjøring av apparatet

Pass på at apparatet er frakoblet fra strømmettet og avkjølt før rengjøring. Rengjør kun med en myk, lett fuktet svamp.

- Aldri la vann eller andre væsker komme i kontakt med apparatet.
- Ikke senk apparatet ned i væske for rengjøring.
- Aldri bruk slipende rengjøringsmidler, koster, glass-/møbelpolish, malingstynner etc. for rengjøring.

## TUOTTEEN OMINAISUUDET:

HoMedics Pro Physio Massager on langaton edestakaisin liikkuva hierontalaite, jonka vaikutus tunkeutuu syvälle lihaskerroksiin ja lievittää särkyä ja jäykkää lihaksia. Se auttaa rentoutumaan ja palautumaan urheilun tai fyysisen suorituksen jälkeen.



## LAITTEEN KÄYTTÖ

1. Kierrä haluamasi hierontapää paikalleen tuotteen etuosassa olevaan liittämään.
2. Käännä laitteen pohjassa olevaa nopeuden valintarengasta myötäpäivään haluttuun nopeusasetukseen. Tuotteen takaosassa oleva nopeuden merkkivalo syttyy valitun nopeuden mukaisesti.
3. Aloita liikuttamalla hierontapäätä hellästi hierottavan kehon kohdan päällä ja paina sitten halutessasi kovempaa. **Jos et ole käyttänyt tämäntyyppistä tuotetta ennen, suosittelemme aloittamaan tason I nopeudesta ja painamaan varovasti, sillä tuote hieroo voimakkaasti.**
4. Hiero jokaista aluetta noin 30 sekunnista yhteen minuuttiin. Tuotteen mukana toimitettavassa pika-aloitusoppaassa on lisätietoja siitä, kuinka kauan tuotetta tulee käyttää kussakin kehon kohdassa.
5. Jos haluat suurentaa tai pienentää hierontalaitteen nopeutta, käännä nopeuden valintarengasta vastaavasti.
6. Kun olet lopettanut hieronnan, sammuta hierontalaite kääntämällä nopeuden valintarengas 0-asettoon.

### Lämmitetyn pään käyttö

1. Kierrä lämmitetty pää paikalleen hierontalaitteeseen.
2. Käännä nopeuden valintarengas haluttuun nopeuteen.
3. Aloita hieronta. Pää saavuttaa täyden lämpötilan kahden minuutin kuluttua, ja merkkivalo vilkkuu pään lämpenemisen aikana. Kun merkkivalo palaa tasaisesti, pää on saavuttanut täyden lämpötilan.
4. Käytä hierontalaitetta "Laitteen käyttö" -osion kohdan 4 mukaisesti.
5. Kun olet lopettanut hieronnan, käännä nopeuden valintarengas pois-asettoon ja anna pään jäähtyä, ennen kuin asetat sen takaisin koteloon.

### Kylmän pään käyttö

1. Aseta kylmä pää pakastimeen vähintään neljäksi tunniksi tai kunnes se on täysin pakastunut.
2. Kierrä kylmä pää paikalleen hierontalaitteeseen.
3. Käännä nopeuden valintarengas haluttuun nopeuteen.
4. Käytä hierontalaitetta "Laitteen käyttö" -osion kohdan 4 mukaisesti.
5. Kun olet lopettanut hieronnan, käännä nopeuden valintarengas pois-asettoon, irrota kylmä pää ja aseta se tarvittaessa takaisin pakastimeen.
6. Älä laita kylmää päätä koteloon, jos siihen on tiivistynyt kosteutta käytön jälkeen.

### Laitteen lataaminen

1. Lataa tuote liittämällä verkkolaite 220–240 V:n verkkovirtaan ja yhdistämällä latausjohto laitteen kädensijan pohjassa olevaan virtaliitäntään.
2. Kun latausjohto on kytketty, latauksen merkkivalo alkaa vilkkua. Tämä ilmaisee, että tuote latautuu.
3. 2,5 tunnin lataus antaa enimmillään 3,5 tuntia käyttöaikaa.
4. Kun tuote on ladattu täyteen, merkkivalo palaa tasaisesti.
5. Irrota tuote verkkovirrasta, kun se on latautunut täyteen.

### Laitteen puhdistaminen

Varmista ennen puhdistamista, että laitetta ei ole kytketty verkkovirtaan ja että laite on jäähtynyt.

Puhdista ainoastaan pehmeällä, hieman kostealla sienellä.

- Älä koskaan päästä vettä tai muita nesteitä kosketuksiin laitteen kanssa.
- Älä upota laitetta nesteeseen puhdistustarkoituksessa.
- Älä käytä puhdistukseen hankaavia puhdistusaineita, harjoja, lasin/ huonekalujen kiillotusaineita, tinneriä tai vastaavia.

# Homedics

**Distributed in the UK by**

FKA Brands Ltd, Somerhill Business Park, Tonbridge, Kent TN11 0GP, UK

**EU Importer**

FKA Brands Ltd, 29 Earlsfort Terrace, Dublin D02AY28, Ireland

Customer Support: [support@homedics.co.uk](mailto:support@homedics.co.uk)

IB-PGM1000EU-0723-03

