



USER MANUAL

Acupressure mat + balls Trizand 22158

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Mata do akupresury + piłeczki Trizand 22158

BETRIEBSANLEITUNG

Akupressurmatte + Bälle Trizand 22158

NÁVOD K OBSLUZE

Akupresurní podložka + míčky Trizand 22158

INSTRUCTIONS D'UTILISATION

Tapis d'acupression + balles Trizand 22158

INSTRUCCIONES DE OPERACION

Tapete de acupresión + pelotas Trizand 22158

ISTRUZIONI OPERATIVE

Tappetino per digitopressione + palline Trizand 22158

MANUAL DE UTILIZARE

Covoraș de presopunctură + bile Trizand 22158

HASZNÁLATI UTASÍTÁS

Akupresszúrás szőnyeg + golyók Trizand 22158

POUŽÍVATELSKÁ PRÍRUČKA

Akupresúrna podložka + loptičky Trizand 22158

KASUTUSJUHEND

Akupressuuri matt + pallid Trizand 22158

VARTOTOJO VADOVAS

Akupresūros kilimėlis + kamuoliukai Trizand 22158

LIETOTĀJA ROKASGRĀMATA

Akupresūras paklājīņš + bumbiņas Trizand 22158

ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

Килимок для точкового масажу + м'ячі Trizand 22158

РЪКОВОДСТВО ЗА УПОТРЕБА

Постелка за акупресура + топки Trizand 22158

KORISNIČKI PRIRUČNIK

Akupresurna prostirka + lopte Trizand 22158

ANVÄNDARMANUAL

Akupressurmatta + bollar Trizand 22158

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΧΡΗΣΤΗ

Χαλάκι Acupressure + μπάλες Trizand 22158

M: 00022158

Importer / Importer / Einführer / Dovožce / Importateur / Importador / Importatore / Importator / Importör / Dovožca /
Maaletooja / Importuotojas / Importētājs / Импортёр / Вноситель / Uvoznik / Importör / Εισαγωγέας

ISO TRADE Sp. z o. o.

Ul. Hangarowa 15

59-220 Legnica

WEEE-Reg.-Nr.- DE 12589110

EN

Ladies and Gentlemen, thank you for purchasing our product!
Before starting to use, please read the following instructions
for the correct use of the product. Please keep these instructions on
future and to follow its recommendations, as non-compliance may endanger life or health.

Important: KEEP FOR FUTURE REFERENCE!

- Please read it completely before use and follow all instructions in the manual.
- Do not use the product if any part is missing or damaged.
- Please keep this manual for future reference.

SPECIFICATION:

- color: black + blue
- material: cotton + plastic + foam
- dimensions of the mat: 65 x 40 x 2 cm
- pillow dimensions: 14 x 11 x 34 cm
- number of rosettes on the pillow: 59
- number of pressure points on the pillow: 1593
- set weight: 0.713 kg

INCLUDED:

- mat
- pillow
- 2 balls with spikes

CHARACTERISTIC:

Thanks to the mat, pain in the back, neck, shoulders, hips and joints will be reduced. Circulation and digestion will improve, energy levels will increase. The mat will give a feeling of relaxation, muscle relaxation, minimize headaches, improve blood pressure, increase the level of endorphins. Massage balls with spikes provide increased blood flow through the tissues. Thanks to this, you can get rid of excessive tension in the feet, neck or sore muscles. The balls support rehabilitation and muscle mobilization training. The set can be rolled up and packed into a bag with a convenient drawstring and a durable strap. This solution allows you to take it with you anywhere. The perfect solution for going out, e.g. to the gym. The use of the mat is completely safe. You can perform the procedure yourself at home in a sitting, standing or lying position.

CLEANING AND MAINTENANCE.

It is recommended that one person use the mat. This is a product for personal use, in direct contact with the skin. Regular manual refreshing with lukewarm soapy water is recommended. The cover should then be thoroughly rinsed and dried. The acupressure mat cannot be machine washed or tumble dried as the spikes may be damaged.

PL

Szanowni Państwo, dziękujemy za zakup naszego produktu!
Przed przystąpieniem do używania, prosimy zapoznać się z poniższą instrukcją
w celu prawidłowego użytkowania produktu. Prosimy o zachowanie niniejszej instrukcji na
przyszłość oraz o zastosowanie się do jej zaleceń, ponieważ jej nieprzestrzeganie może zagrażać życiu lub zdrowiu.

Ważne : ZACHOWAĆ NA PRZYSZŁOŚĆ !

- Proszę przeczytać w całości przed rozpoczęciem użytkowania i przestrzegać wszystkich wytycznych zawartych w instrukcji.
- Nie używać produktu jeżeli jakiegokolwiek części brakuje bądź jest uszkodzona.
- Proszę zachować instrukcję na przyszłość.

SPECYFIKACJA:

- kolor: czarny + niebieski
- materiał wykonania: bawełna + tworzywo sztuczne + pianka
- wymiary maty: 65 x 40 x 2 cm
- wymiary poduszki: 14 x 11 x 34 cm
- liczba rozetek na poduszce: 59
- liczba punktów ucisku na poduszce: 1593
- waga zestawu: 0,713 kg

W ZESTAWIE:

- mata
- poduszka
- 2 piłeczki z kolcami

CHARAKTERYSTYKA:

Dzięki macie zmniejszy się ból pleców, szyi, ramion, bioder i stawów. Poprawi się krążenie oraz trawienie, zwiększy się poziom energii. Mata da odczucie relaksu, rozluźnienia mięśni, zminimalizuje bóle głowy, poprawi ciśnienie krwi, zwiększy poziom endorfin. Piłeczki do masażu z kolcami zapewniają wzmożony przepływ krwi przez tkanki. Dzięki temu można pozbyć się nadmiernego napięcia stóp, karku czy obolałych mięśni. Piłeczki stanowią wsparcie rehabilitacji oraz treningu mobilizującego mięśnie. Zestaw można zwinąć i spakować do torby z wygodnym ściągaczem i wytrzymałym paskiem. Takie rozwiązanie pozwala na zabranie go ze sobą w dowolne miejsce. Idealne rozwiązanie do wyjścia np. na siłownię. Stosowanie maty jest całkowicie bezpieczne. Zabieg możesz wykonywać samodzielnie w domu w pozycji siedzącej, stojącej lub leżącej.

CZYSZCZENIE I KONSERWACJA.

Zaleca się, aby z maty korzystała jedna osoba. Jest to produkt do użytku osobistego, mający kontakt bezpośrednio ze skórą. Wskazane jest regularne odświeżanie ręczne, letnią wodą z mydłem. Pokrowiec należy później dokładnie wypłukać i wysuszyć. Maty do akupresury nie można prać w pralce ani suszyć w suszarce, ponieważ uszkodzeniu mogą ulec kolce.

DE

**Sehr geehrte Damen und Herren, vielen Dank, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben!
Bevor Sie mit der Verwendung beginnen, lesen Sie bitte die folgenden Anweisungen
für die korrekte Verwendung des Produkts. Bitte halten Sie diese Anweisungen auf
Zukunft und seine Empfehlungen zu befolgen, da Nichteinhaltung Leben oder Gesundheit gefährden kann.**

Wichtig: BEHALTEN SIE FÜR ZUKÜNFTIGE REFERENZEN!

- Bitte lesen Sie es vor Gebrauch vollständig durch und befolgen Sie alle Anweisungen im Handbuch.
- Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Teile fehlen oder beschädigt sind.
- Bitte bewahren Sie dieses Handbuch zum späteren Nachschlagen auf.

SPEZIFIKATION:

- Farbe: Schwarz + Blau
- Material: Baumwolle + Kunststoff + Schaumstoff
- Maße der Matte: 65 x 40 x 2 cm
- Kissenmaße: 14 x 11 x 34 cm
- Anzahl der Rosetten auf dem Kissen: 59
- Anzahl der Druckpunkte am Kissen: 1593
- Setgewicht: 0,713 kg

INBEGRIFFEN:

- Matte
- Kopfkissen
- 2 Bälle mit Spikes

CHARAKTERISTISCH:

Dank der Matte werden Schmerzen im Rücken, Nacken, Schultern, Hüften und Gelenken reduziert. Durchblutung und Verdauung werden verbessert, das Energieniveau steigt. Die Matte vermittelt ein Gefühl der Entspannung und Muskelentspannung, minimiert Kopfschmerzen, verbessert den Blutdruck und erhöht den Endorphinspiegel. Massagebälle mit Stacheln sorgen für eine erhöhte Durchblutung des Gewebes. Dadurch können Sie übermäßige Verspannungen in den Füßen, im Nacken oder Muskelkater loswerden. Die Bälle unterstützen das Rehabilitations- und Muskelmobilisierungstraining. Das Set kann zusammengerollt und in einer Tasche mit praktischem Kordelzug und strapazierfähigem Riemen verpackt werden. Mit dieser Lösung können Sie es überall hin mitnehmen. Die perfekte Lösung zum Ausgehen, z.B. ins Fitnessstudio. Die Verwendung der Matte ist absolut sicher. Sie können den Eingriff zu Hause im Sitzen, Stehen oder Liegen selbst durchführen.

REINIGUNG UND INSTANDHALTUNG.

Es wird empfohlen, dass eine Person die Matte benutzt. Dies ist ein Produkt für den persönlichen Gebrauch bei direktem Hautkontakt. Regelmäßiges manuelles Auffrischen mit lauwarmen Seifenlauge wird empfohlen. Anschließend sollte der Bezug gründlich abgespült und getrocknet werden. Die Akupressurmatte kann nicht in der Maschine gewaschen oder im Trockner getrocknet werden, da die Spikes beschädigt werden könnten.

CS

Dámy a pánové, děkujeme vám za zakoupení našeho produktu!
Před zahájením používání si přečtěte následující pokyny
pro správné použití produktu. Tyto pokyny si prosím ponechejte
dodržovat její doporučení, protože nedodržení může ohrozit život nebo zdraví.

Důležité: UCHOVÁVEJTE BUDOUCNOST!

- Před použitím si jej prosím pečlivě přečtěte a postupujte podle pokynů v příručce.
- Nepoužívejte výrobek, pokud některá část chybí nebo je poškozena.
- Tuto příručku si prosím uschovejte pro budoucí použití.

SPECIFIKACE:

- barva: černá + modrá
- materiál: bavlna + plast + pěna
- rozměry podložky: 65 x 40 x 2 cm
- rozměry polštáře: 14 x 11 x 34 cm
- počet rozet na polštáři: 59
- počet tlakových bodů na polštáři: 1593
- hmotnost soupravy: 0,713 kg

ZAHRNUTA:

- mat
- polštář
- 2 kuličky s hroty

CHARAKTERISTICKÝ:

Díky podložce se sníží bolesti zad, šíje, ramen, kyčlí a kloubů. Zlepší se oběh a trávení, zvýší se hladina energie. Podložka dodá pocit uvolnění, uvolnění svalů, minimalizuje bolesti hlavy, zlepší krevní tlak, zvýší hladinu endorfinů. Masážní míčky s hroty zajišťují zvýšený průtok krve tkáněmi. Díky tomu se můžete zbavit nadměrného napětí chodidel, šíje nebo bolavých svalů. Míče podporují rehabilitaci a trénink svalové mobilizace. Soupravu lze srolovat a zabalit do tašky s pohodlnou šňůrkou a odolným popruhem. Toto řešení vám umožní vzít si jej s sebou kamkoli. Ideální řešení pro venčení, například do posilovny. Použití podložky je zcela bezpečné. Proceduru můžete provést sami doma v sedě, ve stoje nebo vleže.

ČIŠTĚNÍ A ÚDRŽBA.

Doporučuje se, aby podložku používala jedna osoba. Jedná se o produkt pro osobní použití, v přímém kontaktu s pokožkou. Doporučuje se pravidelné ruční osvěžení vlažnou mýdlovou vodou. Potah by měl být poté důkladně opláchnut a vysušen. Akupresurní podložku nelze prát v pračce ani sušit v sušičce, protože by se hroty mohly poškodit.

FR

Mesdames et Messieurs, merci d'avoir acheté notre produit!
Avant d'utiliser, veuillez lire les instructions suivantes
pour une utilisation correcte du produit. Veuillez garder ces instructions sur
l'avenir et de suivre ses recommandations, car le non-respect peut mettre la vie ou la santé en danger.

Important: GARDER POUR L'AVENIR!

- Veuillez le lire complètement avant utilisation et suivez toutes les instructions du manuel.
- N'utilisez pas le produit si une pièce est manquante ou endommagée.
- S'il vous plaît garder ce manuel pour référence future.

SPÉCIFICATION:

- couleur : noir + bleu
- matière : coton + plastique + mousse
- dimensions du tapis : 65 x 40 x 2 cm
- dimensions oreiller : 14 x 11 x 34 cm
- nombre de rosettes sur l'oreiller : 59
- nombre de points de pression sur l'oreiller : 1593
- poids de l'ensemble : 0,713 kg

INCLUS:

- tapis
- oreiller
- 2 balles à pointes

CARACTÉRISTIQUE:

Grâce au tapis, les douleurs dans le dos, le cou, les épaules, les hanches et les articulations seront réduites. La circulation et la digestion s'amélioreront, les niveaux d'énergie augmenteront. Le tapis donnera une sensation de relaxation, de relaxation musculaire, minimisera les maux de tête, améliorera la tension artérielle, augmentera le niveau d'endorphines. Les balles de massage avec pointes augmentent le flux sanguin à travers les tissus. Grâce à cela, vous pouvez vous débarrasser des tensions excessives dans les pieds, le cou ou les muscles endoloris. Les balles soutiennent l'entraînement de rééducation et de mobilisation musculaire. L'ensemble peut être enroulé et emballé dans un sac avec un cordon de serrage pratique et une sangle durable. Cette solution vous permet de l'emporter partout avec vous. La solution parfaite pour sortir, par exemple à la salle de sport. L'utilisation du tapis est totalement sûre. Vous pouvez effectuer vous-même la procédure à la maison en position assise, debout ou couchée.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN.

Il est recommandé qu'une seule personne utilise le tapis. Ceci est un produit à usage personnel, en contact direct avec la peau. Un rafraîchissement manuel régulier avec de l'eau savonneuse tiède est recommandé. La housse doit ensuite être soigneusement rincée et séchée. Le tapis d'acupression ne peut pas être lavé en machine ou séché au sèche-linge car les pointes peuvent être endommagées.

ES

Señoras y señores, ¡gracias por adquirir nuestro producto!
Antes de usar, lea las siguientes instrucciones
para el correcto uso del producto. Mantenga estas instrucciones en
futuro y seguir sus recomendaciones, ya que su incumplimiento puede poner en peligro la vida o la salud.

Importante: ¡GUARDE PARA EL FUTURO!

- Léalo completamente antes de usarlo y siga todas las instrucciones del manual.
- No utilice el producto si alguna pieza falta o está dañada.
- Por favor conserve este manual para referencias futuras.

ESPECIFICACIÓN:

- color: negro + azul
- material: algodón + plástico + espuma
- dimensiones de la alfombra: 65 x 40 x 2 cm
- dimensiones de la almohada: 14 x 11 x 34 cm
- número de rosetas en la almohada: 59
- número de puntos de presión en la almohada: 1593
- peso fijo: 0,713 kg

INCLUIDO:

- estera
- almohada
- 2 bolas con pinchos

CARACTERÍSTICA:

Gracias a la colchoneta se reducirán los dolores de espalda, cuello, hombros, caderas y articulaciones. La circulación y la digestión mejorarán, los niveles de energía aumentarán. La colchoneta dará una sensación de relajación, relajación muscular, minimizará los dolores de cabeza, mejorará la presión arterial, aumentará el nivel de endorfinas. Las bolas de masaje con puntas aumentan el flujo de sangre a través de los tejidos. Gracias a esto, puedes deshacerte de la tensión excesiva en los pies, el cuello o los músculos doloridos. Las bolas apoyan la rehabilitación y el entrenamiento de movilización muscular. El juego se puede enrollar y guardar en una bolsa con un cómodo cordón y una correa duradera. Esta solución te permite llevarlo contigo a cualquier lugar. La solución perfecta para salir, por ejemplo, al gimnasio. El uso de la alfombrilla es completamente seguro. Puede realizar el procedimiento usted mismo en casa sentado, de pie o acostado.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO.

Se recomienda que una sola persona utilice la alfombrilla. Este es un producto para uso personal, en contacto directo con la piel. Se recomienda refrescarse manualmente con agua tibia y jabón. Luego, la cubierta debe enjuagarse y secarse completamente. La alfombrilla de acupresión no se puede lavar a máquina ni secar en secadora, ya que las púas pueden dañarse.

IT

Signore e signori, grazie per aver acquistato il nostro prodotto!
Prima di iniziare a utilizzare, leggere le seguenti istruzioni
per il corretto utilizzo del prodotto. Si prega di conservare queste istruzioni
futuro e seguire le sue raccomandazioni, poiché il mancato rispetto può mettere in pericolo la vita o la salute.

Importante: MANTIENI PER IL FUTURO!

- Si prega di leggerlo completamente prima dell'uso e seguire tutte le istruzioni nel manuale.
- Non utilizzare il prodotto se qualche parte è mancante o danneggiata.
- Si prega di conservare questo manuale per riferimento futuro.

SPECIFICA:

- colore: nero + blu
- materiale: cotone + plastica + schiuma
- dimensioni del tappetino: 65 x 40 x 2 cm
- dimensioni del cuscino: 14 x 11 x 34 cm
- numero di coccarde sul cuscino: 59
- numero di punti di pressione sul cuscino: 1593
- peso impostato: 0,713 kg

INCLUSO:

- stuoia
- cuscino
- 2 palline con punte

CARATTERISTICA:

Grazie al tappetino, i dolori alla schiena, al collo, alle spalle, ai fianchi e alle articolazioni saranno ridotti. La circolazione e la digestione miglioreranno, i livelli di energia aumenteranno. Il tappetino darà una sensazione di rilassamento, rilassamento muscolare, ridurrà al minimo il mal di testa, migliorerà la pressione sanguigna, aumenterà il livello di endorfine. Le sfere da massaggio con punte forniscono un aumento del flusso sanguigno attraverso i tessuti. Grazie a questo, puoi eliminare l'eccessiva tensione nei piedi, nel collo o nei muscoli doloranti. Le palline supportano l'allenamento di riabilitazione e mobilizzazione muscolare. Il set può essere arrotolato e riposto in una borsa con un comodo cordoncino e una cinghia resistente. Questa soluzione ti permette di portarlo con te ovunque. La soluzione perfetta per uscire, ad esempio in palestra. L'uso del tappetino è completamente sicuro. Puoi eseguire la procedura da solo a casa in posizione seduta, in piedi o sdraiata.

PULIZIA E MANUTENZIONE.

Si consiglia a una persona di utilizzare il tappetino. Questo è un prodotto per uso personale, a diretto contatto con la pelle. Si consiglia di rinfrescare manualmente con acqua tiepida e sapone. La copertura deve quindi essere accuratamente risciacquata e asciugata. Il tappetino per digitopressione non può essere lavato in lavatrice o asciugato in asciugatrice poiché le punte potrebbero danneggiarsi.

RO

Doamnelor și domnilor, vă mulțumim că ați cumpărat produsul nostru!
Înainte de a începe utilizarea, vă rugăm să citiți următoarele instrucțiuni
pentru utilizarea corectă a produsului. Vă rugăm să păstrați aceste instrucțiuni
viitor și să urmați recomandările sale, deoarece nerespectarea poate pune în pericol viața sau sănătatea.

Important: PĂSTRAȚI PENTRU REFERINȚE VIITOARE!

- Vă rugăm să îl citiți complet înainte de utilizare și să urmați toate instrucțiunile din manual.
- Nu utilizați produsul dacă lipsește sau este deteriorat vreun element.
- Vă rugăm să păstrați acest manual pentru referințe viitoare.

SPECIFICAȚIE:

- culoare: negru + albastru
- material: bumbac + plastic + spuma
- dimensiuni covoras: 65 x 40 x 2 cm
- dimensiuni perna: 14 x 11 x 34 cm
- numar de rozete pe perna: 59
- numărul de puncte de presiune pe pernă: 1593
- greutate set: 0,713 kg

INCLUS:

- mat
- perna
- 2 bile cu țepi

CARACTERISTICĂ:

Datorită covorașului, durerile de spate, gât, umeri, șolduri și articulații vor fi reduse. Circulația și digestia se vor îmbunătăți, nivelul de energie va crește. Covorașul va da o senzație de relaxare, relaxare musculară, va minimiza durerile de cap, va îmbunătăți tensiunea arterială, va crește nivelul de endorfine. Bilele de masaj cu vârfuri asigură un flux sanguin crescut prin țesuturi. Datorită acestui lucru, puteți scăpa de tensiunea excesivă la nivelul picioarelor, gâtului sau mușchilor dornici. Mingile susțin antrenamentul de reabilitare și mobilizare musculară. Setul poate fi rulat și ambalat într-o pungă cu un șnur convenabil și o curea durabilă. Această soluție îți permite să-l iei cu tine oriunde. Soluția perfectă pentru ieșiri, de exemplu, la sală. Utilizarea covorașului este complet sigură. Puteți efectua procedura singur acasă, în poziție așezat, în picioare sau întins.

CURATENIE SI MENTENANTA.

Se recomandă ca o singură persoană să folosească covorașul. Acesta este un produs de uz personal, în contact direct cu pielea. Se recomandă împășpătarea manuală regulată cu apă caldă și săpun. Capacul trebuie apoi clătit bine și uscat. Covorașul de presopunctură nu poate fi spălat la mașină sau uscat în tavă, deoarece vârfurile pot fi deteriorate.

Hölgyeim és Uraim, köszönjük, hogy megvásárolták a termékünket!
A használat megkezdése előtt olvassa el az alábbi utasításokat
a termék helyes használatához. Kérjük, tartsa be ezeket az utasításokat
és a jövőbeni ajánlások betartása, mivel a be nem tartás életet vagy egészséget veszélyeztethet.

Fontos: A JÖVŐRE VONATKOZZ!

- Használat előtt olvassa el teljesen, és kövesse a kézikönyvben található összes utasítást.
- Ne használja a terméket, ha valamelyik része hiányzik vagy sérült.
- Kérjük, tartsa meg ezt a kézikönyvet későbbi felhasználás céljából.

LEÍRÁS:

- szín: fekete + kék
- anyaga: pamut + műanyag + hab
- a szőnyeg méretei: 65 x 40 x 2 cm
- párna méretei: 14 x 11 x 34 cm
- rozetták száma a párnán: 59
- nyomáspontok száma a párnán: 1593
- beállított súly: 0,713 kg

BELEÉRTVE:

- mat
- párna
- 2 tüskés golyó

JELLEGZETES:

A szőnyegnek köszönhetően csökken a hát-, nyak-, váll-, csípő- és ízületi fájdalom. Javul a keringés és az emésztés, nő az energiaszint. A szőnyeg ellazulást, izomlazulást kölcsönöz, minimalizálja a fejfájást, javítja a vérnyomást, növeli az endorfinszintet. A tüskékkel ellátott masszázsgolyók fokozott véráramlást biztosítanak a szöveteken keresztül. Ennek köszönhetően megszabadulhat a láb, a nyak vagy a fájó izmok túlzott feszültségétől. A labdák támogatják a rehabilitációt és az izommobilizációs edzést. A készlet feltekerhető és kényelmes húzószinórral és tartós pánttal táskába csomagolható. Ezzel a megoldással bárhová magával viheti. Tökéletes megoldás kirándulásokhoz, például edzőterembe. A szőnyeg használata teljesen biztonságos. Az eljárást saját maga is elvégezheti otthon ülő, álló vagy fekvő helyzetben.

TISZTÍTÁS ÉS KARBANTARTÁS.

Javasoljuk, hogy egy személy használja a szőnyeget. Ez a termék személyes használatra készült, közvetlenül érintkezik a bőrrel. Rendszeres kézi frissítés langyos szappanos vízzel javasolt. Ezután a fedelet alaposan le kell öblíteni és meg kell szárítani. Az akupresszúrás szőnyeg nem mosható mosógépben vagy szárítógépben, mert a tüskék megsérülhetnek.

SK

Dámy a páni, ďakujeme vám za zakúpenie nášho produktu!
Pred použitím si prečítajte nasledujúce pokyny
pre správne použitie produktu. Uschovajte si prosím tieto pokyny
a bude sa riadiť jeho odporúčaniami, pretože ich nedodržiavanie môže ohroziť život alebo zdravie.

Dôležité: UCHOVÁVAJTE BUDÚCNOSŤ!

- Pred použitím si ho prosím dôkladne prečítajte a postupujte podľa všetkých pokynov v príručke.
- Nepoužívajte výrobok, ak niektorá jeho časť chýba alebo je poškodená.
- Tento návod si uschovajte pre budúce použitie.

ŠPECIFIKÁCIA:

- farba: čierna + modrá
- materiál: bavlna + plast + pena
- rozmery podložky: 65 x 40 x 2 cm
- rozmery vankúša: 14 x 11 x 34 cm
- počet roziet na vankúši: 59
- počet tlakových bodov na vankúši: 1593
- hmotnosť súpravy: 0,713 kg

V cene:

- mat
- vankúš
- 2 gule s hrotmi

CHARAKTERISTIKA:

Vďaka podložke sa znížia bolesti chrbta, šije, ramien, bedier a kĺbov. Zlepší sa obeh a trávenie, zvýši sa hladina energie. Podložka dodá pocit uvoľnenia, uvoľnenia svalov, minimalizuje bolesti hlavy, zlepši krvný tlak, zvýši hladinu endorfínov. Masážne loptičky s hrotmi zabezpečujú zvýšený prietok krvi tkanivami. Vďaka tomu sa môžete zbaviť nadmerného napätia chodidiel, šije či boľavých svalov. Lopty podporujú rehabilitáciu a tréning svalovej mobilizácie. Súpravu možno zrolovať a zbaliť do tašky s pohodlnou šnúrkou a odolným popruhom. Toto riešenie vám umožní vziať si ho so sebou kamkoľvek. Ideálne riešenie, ak chcete ísť von, napríklad do posilňovne. Používanie podložky je úplne bezpečné. Procedúru môžete vykonať sami doma v sede, v stoj alebo v ľahu.

ČISTENIE A ÚDRŽBA.

Odporúča sa, aby podložku používala jedna osoba. Ide o produkt na osobné použitie, v priamom kontakte s pokožkou. Odporúča sa pravidelné ručné osviežovanie vlažnou mydlovou vodou. Potom je potrebné kryt dôkladne opláchnuť a vysušiť. Akupresúru podložku nie je možné prať v práčke ani sušiť v sušičke, pretože sa môžu poškodiť hroty.

ET

Daamid ja härrad, aitäh meie toote ostmise eest!
Enne kasutamist lugege palun järgmisi juhiseid
toote õigeks kasutamiseks. Hoidke neid juhiseid peal
ja järgida selle soovitusi, kuna mittevastavus võib ohustada elu või tervist.

Tähtis: hoidke tulevikuks!

- Palun lugege see enne kasutamist täielikult läbi ja järgige kõiki juhiseid.
- Ärge kasutage toodet, kui mõni osa puudub või on kahjustatud.
- Hoidke seda juhendit edaspidiseks kasutamiseks.

SPETSIFIKATSIOON:

- värv: must + sinine
- materjal: puuvill + plastik + vaht
- mati mõõdud: 65 x 40 x 2 cm
- padja mõõdud: 14 x 11 x 34 cm
- rosettide arv padjal: 59
- padja survepunktide arv: 1593
- komplekti kaal: 0,713 kg

KAASA:

- matt
- padi
- 2 ogadega palli

KARAKTERISTIK:

Tänu matile vähenevad valud seljas, kaelas, õlgades, puusas ja liigestes. Paraneb vereringe ja seedimine, tõuseb energiatase. Matt annab lõõgastustunde, lihaste lõdvestamise, vähendab peavalu, parandab vererõhku, tõstab endorfiinide taset. Teradega massaažipallid suurendavad verevoolu läbi kudede. Tänu sellele saate vabaneda liigsest pingest jalgades, kaelas või valusates lihastes. Pallid toetavad taastusravi ja lihaste mobilisatsiooni treeningut. Komplekti saab kokku rullida ja pakkida mugava pingutusnööri ja vastupidava rihmaga kotti. See lahendus võimaldab teil selle kõikjale kaasa võtta. Ideaalne lahendus väljas käimiseks, nt jõusaalis. Mati kasutamine on täiesti ohutu. Protseduuri saate teha ise kodus istudes, seistes või lamades.

PUHASTAMINE JA HOOLDUS.

Matti on soovitatav kasutada ühel inimesel. See on isiklikuks kasutamiseks mõeldud toode, mis on otseses kokkupuutes nahaga. Soovitatav on regulaarne käsitsi värskendamine leige seebiveega. Seejärel tuleb katet põhjalikult loputada ja kuivatada. Akupressurimatti ei saa masinas pesta ega trummelkuivata, kuna naelad võivad kahjustuda.

LT

Ponios ir ponai, ačiū, kad įsigijote mūsų produktą!
Prieš pradėdami naudoti, perskaitykite šias instrukcijas
už teisingą produkto naudojimą. Laikykite šias instrukcijas
laikytis jos rekomendacijų, nes nesilaikymas gali pakenkti gyvybei ar sveikatai.

Svarbu: SAUGOKITE ATEITIES!

- Prieš naudojimą perskaitykite jį ir vykdykite visas instrukcijas.
- Nenaudokite gaminio, jei trūksta ar yra pažeista kuri nors dalis.
- Prašome pasilikti šį vadovą, kad galėtumėte sužinoti ateityje.

SPECIFIKACIJA:

- spalva: juoda + mėlyna
- medžiaga: medvilnė + plastikas + putplastis
- kilimėlio matmenys: 65 x 40 x 2 cm
- pagalvės išmatavimai: 14 x 11 x 34 cm
- rozečių skaičius ant pagalvės: 59
- pagalvės slėgio taškų skaičius: 1593
- komplekto svoris: 0,713 kg

ĮSKAITANT:

- mat
- pagalvė
- 2 rutuliai su smaigaliais

CHARAKTERISTIKA:

Kilimėlio dėka sumažės nugaros, kaklo, pečių, klubų ir sąnarių skausmai. Pagerės kraujotaka ir virškinimas, padidės energijos lygis. Kilimėlis suteiks atsipalaidavimo pojūtį, raumenų atsipalaidavimą, sumažins galvos skausmą, pagerins kraujospūdį, padidins endorfinų kiekį. Masažo kamuoliukai su smaigaliais padidina kraujotaką audiniuose. Dėl to galite atsikratyti pernelyg didelės pėdų, kaklo ar raumenų skausmų įtampos. Kamuoliukai palaiko reabilitacijos ir raumenų mobilizacijos treniruotes. Rinkinį galima suvynioti ir supakuoti į maišelį su patogia virvele ir patvarių dirželiu. Šis sprendimas leidžia pasiimti su savimi bet kur. Puikus sprendimas išeiti į lauką, pvz., į sporto salę. Kilimėlio naudojimas yra visiškai saugus. Procedūrą galite atlikti patys namuose sėdėdami, stovėdami ar gulėdami.

VALYMAS IR PRIEŽIŪRA.

Kilimėliu rekomenduojama naudotis vienas asmeniui. Tai asmeniniam naudojimui skirtas produktas, tiesiogiai besiliečiantis su oda. Rekomenduojama reguliariai rankiniu būdu gaivinti drungnu muiluotu vandeniu. Tada dangą reikia kruopščiai nuplauti ir išdžiovinti. Akupresūros kilimėlio negalima skalbti mašinoje arba džiovinti džiovyklėje, nes gali būti pažeisti smaigai.

LV

Dāmas un kungi, paldies, ka iegādājāties mūsu produktu!
Pirms sākat lietot, lūdzu, izlasiet šīs instrukcijas
par pareizu produkta lietošanu. Lūdzu, saglabāriet šos norādījumus
un ievērot tās ieteikumus, jo noteikumu neievērošana var apdraudēt dzīvību vai veselību.

Svarīgi: Ietaupiet nākotni!

- Pirms lietošanas izlasiet to un izpildiet visus norādījumus.
- Nelietojiet produktu, ja kādas daļas trūkst vai tā ir bojāta.
- Lūdzu, saglabāriet šo rokasgrāmatu turpmākai izmantošanai.

SPECIFIKĀCIJA:

- krāsa: melna + zila
- materiāls: kokvilna + plastmasa + putas
- paklājiņa izmēri: 65 x 40 x 2 cm
- spilvena izmēri: 14 x 11 x 34 cm
- rozešu skaits uz spilvena: 59
- spiediena punktu skaits uz spilvena: 1593
- komplekta svars: 0,713 kg

IEKĻAUTS:

- paklājs
- spilvens
- 2 bumbiņas ar tapas

RAKSTUROJUMS:

Pateicoties paklājiņam, mazināsies sāpes mugurā, kaklā, plecos, gurnos un locītavās. Uzlabosies cirkulācija un gremošana, paaugstināsies enerģijas līmenis. Paklājiņš sniegs relaksācijas sajūtu, muskuļu relaksāciju, minimizēs galvassāpes, uzlabos asinsspiedienu, paaugstinās endorfīnu līmeni. Masāžas bumbiņas ar tapas nodrošina pastiprinātu asins plūsmu caur audiem. Pateicoties tam, jūs varat atbrīvoties no pārmērīga sasprindzinājuma pēdās, kaklā vai sāpošajos muskuļos. Bumbiņas atbalsta rehabilitācijas un muskuļu mobilizācijas treniņus. Komplektu var sarullēt un iesaiņot somā ar ērtu savilkšanas auklu un izturīgu siksnu. Šis risinājums ļauj to ņemt līdzi jebkur. Ideāls risinājums, lai dotos ārā, piemēram, uz sporta zāli. Paklājiņa lietošana ir pilnīgi droša. Procedūru varat veikt pats mājās sēdus, stāvus vai guļus stāvoklī.

TĪRĪŠANA UN APKOPE.

Paklājiņu ieteicams izmantot vienai personai. Šis ir produkts personīgai lietošanai, tiešā saskarē ar ādu. Ieteicama regulāra manuāla atsvaidzināšana ar remdenu ziepjūdeni. Pēc tam vāks rūpīgi jāizskalo un jāizžāvē. Akupresūras paklājiņu nevar mazgāt veļas mašīnā vai žāvēt veļas mašīnā, jo var tikt bojāti tapas.

UK

Пані та панове, дякуємо за придбання нашого продукту!
Перед початком використання, будь ласка, прочитайте наступні інструкції
для правильного використання продукту. Будь ласка, дотримуйтесь цих інструкцій
і слідувати його рекомендаціям, оскільки недотримання може загрожувати життю чи здоров'ю.

Важливо: ТРИМАЙТЕ НА МАЙБУТНЄ!

- Будь ласка, прочитайте його повністю перед використанням і дотримуйтесь усіх вказівок у посібнику.
- Не використовуйте виріб, якщо якась деталь відсутня або пошкоджена.
- Зберігайте цей посібник для подальшого використання.

СПЕЦИФІКАЦІЯ:

- колір: чорний + синій
- матеріал: бавовна + пластик + поролон
- розміри килимка: 65 x 40 x 2 см
- розмір подушки: 14 x 11 x 34 см
- кількість розеток на подушці: 59 шт
- кількість точок тиску на подушку: 1593
- вага набору: 0,713 кг

ВКЛЮЧЕНО:

- мат
- подушка
- 2 м'ячі з шипами

ХАРАКТЕРИСТИКА:

Завдяки килимку зменшиться біль у спині, шиї, плечах, стегнах і суглобах. Поліпшиться кровообіг і травлення, підвищиться рівень енергії. Килимок подарує відчуття релаксації, розслаблення м'язів, мінімізує головний біль, покращить артеріальний тиск, підвищить рівень ендорфінів. Масажні кульки з шипами забезпечують посилений кровотік по тканинах. Завдяки цьому можна позбутися надмірної напруги в стопах, шиї або болю в м'язах. М'ячі підтримують тренування реабілітації та мобілізації м'язів. Набір можна згорнути і упакувати в сумку зі зручним шнурком і міцним ремінцем. Це рішення дозволяє брати його з собою куди завгодно. Ідеальне рішення для прогулянок, наприклад, у спортзал. Використання килимка абсолютно безпечно. Проводити процедуру можна самостійно вдома в положенні сидячи, стоячи або лежачи.

ЧИЩЕННЯ ТА ОБСЛУГОВУВАННЯ.

Рекомендується використовувати килимок одній людині. Це продукт для особистого використання, який безпосередньо контактує зі шкірою. Рекомендується регулярне ручне освіження теплою водою з милом. Потім кришку слід ретельно промити і висушити. Килимок для акупресури не можна прати в машині або сушити в сушильній машині, оскільки шипи можуть пошкодитися.

BG

Дами и господа, благодарим ви, че закупихте нашия продукт!
Моля, прочетете следните инструкции преди употреба
за правилно използване на продукта. Моля, дръжте това ръководство включено
бъдеще и да спазва препоръките му, тъй като неспазването им може да представлява заплаха за живота или здравето.

Важно: ЗАПАЗЕТЕ ЗА БЪДЕЩИ СПРАВКИ!

- Моля, прочетете изцяло преди употреба и следвайте всички инструкции в ръководството.
- Не използвайте продукта, ако някоя част липсва или е повредена.
- Моля, запазете ръководството за бъдещи справки.

СПЕЦИФИКАЦИЯ:

- цвят: черен + син
- материал: памук + пластмаса + дунапрен
- размери на постелката: 65 x 40 x 2 см
- размери на възглавницата: 14 x 11 x 34 см
- брой розички на възглавницата: 59 бр
- брой точки на натиск върху възглавницата: 1593
- тегло на комплекта: 0,713 кг

ВКЛЮЧЕНО:

- мат
- възглавница
- 2 топки с шипове

ХАРАКТЕРИСТИКА:

Благодарение на постелката болките в гърба, врата, раменете, бедрата и ставите ще бъдат намалени. Кръвообращението и храносмилането ще се подобрят, нивата на енергия ще се повишат. Постелката ще даде усещане за релаксация, мускулна релаксация, ще намали главоболието, ще подобри кръвното налягане, ще повиши нивото на ендорфините. Масажните топки с шипове осигуряват повишен кръвен поток през тъканите. Благодарение на това можете да се отървете от прекомерното напрежение в краката, шията или възпалените мускули. Топките подпомагат тренировките за рехабилитация и мускулна мобилизация. Комплектът може да се навие и опакова в чанта с удобен шнур и здрава презрамка. Това решение ви позволява да го вземете със себе си навсякъде. Идеалното решение за излизане, например във фитнеса. Използването на постелката е напълно безопасно. Можете да извършите процедурата сами у дома в седнало, изправено или легнало положение.

ПОЧИСТВАНЕ И ПОДДРЪЖКА.

Препоръчително е постелката да се използва от един човек. Това е продукт за лична употреба, при директен контакт с кожата. Препоръчва се редовно ръчно освежаване с хладка сапунена вода. След това покритието трябва да се изплакне старателно и да се изсуши. Постелката за акупресура не може да се пере в пералня или да се суши в сушилня, тъй като шиповете могат да се повредят.

HR

Dame i gospodo, zahvaljujemo vam što ste kupili naš proizvod!
Prije uporabe pročitajte sljedeće upute
za pravilnu upotrebu proizvoda. Molimo vas da zadržite ovaj priručnik
budućnost i pridržavati se njegovih preporuka, jer nepoštivanje istih može predstavljati prijetnju životu ili zdravlju.

Važno: SAČUVAJTE ZA BUDUĆU REFERENCU!

- Prije uporabe u potpunosti pročitajte i slijedite sve upute u priručniku.
- Nemojte koristiti proizvod ako bilo koji dio nedostaje ili je oštećen.
- Molimo sačuvajte priručnik za buduće potrebe.

SPECIFIKACIJA:

- boja: crna + plava
- materijal: pamuk + plastika + pjena
- dimenzije prostirke: 65 x 40 x 2 cm
- dimenzije jastuka: 14 x 11 x 34 cm
- broj rozeta na jastuku: 59
- broj točaka pritiska na jastuku: 1593
- težina seta: 0,713 kg

UKLJUČENO:

- mat
- jastuk
- 2 lopte sa šiljcima

KARAKTERISTIKA:

Zahvaljujući prostirci smanjit će se bolovi u leđima, vratu, ramenima, kukovima i zglobovima. Poboljšat će se cirkulacija i probava, povećati razina energije. Prostirka će pružiti osjećaj opuštenosti, opuštanja mišića, umanjiti glavobolju, poboljšati krvni tlak, povećati razinu endorfina. Masažne loptice sa šiljcima osiguravaju povećan protok krvi kroz tkiva. Zahvaljujući tome možete se riješiti pretjerane napetosti u stopalima, vratu ili bolnih mišića. Lopte podržavaju rehabilitaciju i trening mobilizacije mišića. Set se može smotati i spakirati u torbu s praktičnom uzicom i izdržljivim remenom. Ovo rješenje omogućuje vam da ga nosite sa sobom bilo gdje. Savršeno rješenje za izlaske, npr. u teretanu. Korištenje prostirke je potpuno sigurno. Zahvat možete izvesti sami kod kuće u sjedećem, stojećem ili ležećem položaju.

ČIŠĆENJE I ODRŽAVANJE.

Preporuča se da prostirku koristi jedna osoba. Ovo je proizvod za osobnu upotrebu, u izravnom dodiru s kožom. Preporučuje se redovito ručno osvježavanje mlakom vodom i sapunicom. Navlaku zatim treba temeljito isprati i osušiti. Podloga za akupresurnu podlogu ne može se prati u stroju niti sušiti u sušilici jer se šiljci mogu oštetiti.

SV

Mina damer och herrar, tack för att ni köpte vår produkt!

Läs följande instruktioner före användning

för korrekt användning av produkten. Behåll denna manual på

framtid och att följa dess rekommendationer, eftersom underlåtenhet att följa dem kan utgöra ett hot mot liv eller hälsa.

Viktigt: BEHÅLL FÖR FRAMTIDA REFERENS!

- Läs igenom hela innan användning och följ alla instruktioner i bruksanvisningen.
- Använd inte produkten om någon del saknas eller är skadad.
- Behåll manualen för framtida referens.

SPECIFIKATION:

- färg: svart + blå
- material: bomull + plast + skum
- mått på mattan: 65 x 40 x 2 cm
- kuddens mått: 14 x 11 x 34 cm
- antal rosetter på kudden: 59
- antal tryckpunkter på kudden: 1593
- inställd vikt: 0,713 kg

INGÅR:

- matta
- kudde
- 2 bollar med spikar

KARAKTERISTISK:

Tack vare mattan kommer smärta i rygg, nacke, axlar, höfter och leder att minska. Cirkulation och matsmältning kommer att förbättras, energinivåerna kommer att öka. Mattan kommer att ge en känsla av avslappning, muskelavslappning, minimera huvudvärk, förbättra blodtrycket, öka nivån av endorfiner. Massagekuler med spik ger ökat blodflöde genom vävnaderna. Tack vare detta kan du bli av med överdriven spänning i fötter, nacke eller ömma muskler. Bollarna stödjer rehabilitering och muskelmobiliseringssträning. Setet kan rullas ihop och packas i en väska med ett bekvämt dragsko och ett slitstarkt band. Denna lösning gör att du kan ta den med dig överallt. Den perfekta lösningen för att gå ut, till exempel till gymmet. Användningen av mattan är helt säker. Du kan själv utföra proceduren hemma i sittande, stående eller liggande läge.

STÄDNING OCH UNDERHÅLL.

Det rekommenderas att en person använder mattan. Detta är en produkt för personligt bruk, i direkt kontakt med huden. Regelbunden manuell uppfräschning med ljummet tvålsvatten rekommenderas. Locket ska sedan sköljas noggrant och torkas. Akupressurmattan kan inte tvättas i maskin eller torktumlas eftersom spikarna kan skadas.

EL

Κυρίες και κύριοι, σας ευχαριστούμε που αγοράσατε το προϊόν μας!
Διαβάστε τις παρακάτω οδηγίες πριν από τη χρήση
για σωστή χρήση του προϊόντος. Διατηρήστε αυτό το εγχειρίδιο ενεργό
στο μέλλον και να συμμορφωθεί με τις συστάσεις της, διότι η μη συμμόρφωσή με αυτές μπορεί να αποτελέσει απειλή για τη
ζωή ή την υγεία.

Σημαντικό: ΚΡΑΤΗΣΤΕ ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ!

- Διαβάστε πλήρως πριν από τη χρήση και ακολουθήστε όλες τις οδηγίες στο εγχειρίδιο.
- Μην χρησιμοποιείτε το προϊόν εάν λείπει ή έχει καταστραφεί κάποιο εξάρτημα.
- Φυλάξτε το εγχειρίδιο για μελλοντική αναφορά.

ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ:

- χρώμα: μαύρο + μπλε
- υλικό: βαμβάκι + πλαστικό + αφρός
- διαστάσεις χαλιού: 65 x 40 x 2 cm
- διαστάσεις μαξιλαριού: 14 x 11 x 34 cm
- αριθμός ροζέτες στο μαξιλάρι: 59
- αριθμός σημείων πίεσης στο μαξιλάρι: 1593
- βάρος σετ: 0,713 kg

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΤΑΙ:

- χαλάκι
- μαξιλάρι
- 2 μπάλες με καρφιά

ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΟ ΓΝΩΡΙΣΜΑ:

Χάρη στο χαλάκι, ο πόνος στην πλάτη, τον αυχένα, τους ώμους, τους γοφούς και τις αρθρώσεις θα μειωθεί. Η κυκλοφορία και η πέψη θα βελτιωθούν, τα επίπεδα ενέργειας θα αυξηθούν. Το χαλάκι θα δώσει μια αίσθηση χαλάρωσης, μυϊκή χαλάρωση, ελαχιστοποίηση των πονοκεφάλων, βελτίωση της αρτηριακής πίεσης, αύξηση του επιπέδου των ενδορφινών. Οι μπάλες μασάζ με αιχμές παρέχουν αυξημένη ροή αίματος μέσω των ιστών. Χάρη σε αυτό, μπορείτε να απαλλαγείτε από την υπερβολική ένταση στα πόδια, το λαιμό ή τους πόνους στους μύες. Οι μπάλες υποστηρίζουν την προπόνηση αποκατάστασης και μυϊκής κινητοποίησης. Το σετ μπορεί να τυλιχτεί και να συσκευαστεί σε τσάντα με βολικό κορδόνι περίσφιξης και ανθεκτικό λουρί. Αυτή η λύση σας επιτρέπει να το έχετε μαζί σας οπουδήποτε. Η τέλεια λύση για έξοδο, π.χ. στο γυμναστήριο. Η χρήση του χαλιού είναι απολύτως ασφαλής. Μπορείτε να κάνετε τη διαδικασία μόνοι σας στο σπίτι σε καθιστή, όρθια ή ξαπλωμένη θέση.

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ.

Συνιστάται να χρησιμοποιεί ένα άτομο το χαλάκι. Αυτό είναι ένα προϊόν για προσωπική χρήση, σε άμεση επαφή με το δέρμα. Συνιστάται η τακτική χειροκίνητη ανανέωση με χλιαρό σαπουνόνερο. Στη συνέχεια, το κάλυμμα πρέπει να ξεπλυθεί και να στεγνώσει καλά. Το χαλάκι βελονισμού δεν μπορεί να πλυθεί στο πλυντήριο ή να στεγνώσει σε στεγνωτήριο, καθώς οι αιχμές μπορεί να καταστραφούν.