

# Reviber Mini Massage Pistol

Før du bruger massagepistolen, skal du oplade den helt.

Batteriet vil tage op til 3 timer at oplade helt. Batteriets funktionstid vil svinge baseret på den hastighed som massagepistolen bruges ved.

1. Tryk på afbryderknappen i 3 sekunder for at starte. Indikatorlysene viser, hvilket intensitetsniveau massagepistolen kører. Der er 5 niveauer af intensitet.
2. Tryk længe på tænd/sluk-knappen, igen i 3 sekunder for at slukke for maskinen.

3. massagepistolen slukker automatisk ned efter ti minutter for at bevare batteriet

**Ansvarsfraskrivelse.** Læs venligst brugsanvisningen grundigt, før du bruger udstyret. Brug massagepistolen korrekt i overensstemmelse med instruktionerne, da vores virksomhed ikke er ansvarlig, hvis udstyret anvendes forkert.

## Batteribrugsanvisning:

1. batteriet er kun delvist opladet, så oplad venligst helt før brug.
2. for at oplade den skal du sætte opladeren i en stikkontakt og derefter sætte ledningen i opladningsporten i bunden af massagepistolen.  
Det røde lys på opladerstikket viser, at det oplader. Når den er fuldt opladet, skifter denne lampe til grøn. Mens du oplader, skal du slukke for massagepistolen.
3. Når batteriet er helt afladet, vil det tage op til 3 timer at oplade helt.
4. Batteridriftstiden vil svinge baseret på den hastighed massageapparatet bruges ved.

## 5. Advarsel:

1. Massagepistolen er ikke vandtæt, så undgå at den bliver våd.
2. Brug kun den oplader der fulgte med produktet, til at oplade batteriet.
3. Foretag ingen private ændringer af udstyret
4. Brug ikke produktet mens den oplades.
5. Brug af denne enhed på en skadet del af kroppen frarådes uden at konsultere din læge eller fysioterapeut først.

## Rengøring:

Tør overfladen af produktet af med et let fugtigt håndklæde og tør efter med en blød klud.

## Hvor længe skal jeg bruge min Reviber Mini Massage Gun:

Vi anbefaler at du bruger din massagepistol i minimum 15 sekunder og højst 2 minutter pr. muskelgruppe. En helkropssession bør ikke overstige 10 minutter. Brug den 2-3 gange om dagen.

### 30 sekunder = muskel aktivering

Før træning eller fysisk aktivitet kan du bruge din massagepistol i op til 30 sekunder for øjeblikkeligt at aktivere og vække dine muskler.

### 2 minutter = smertelindring og bedring

Brug din massagepistol i op til 2 minutter for at genoprette muskler efter træning, for at mindske ømhed og for de muskler der kræver øjeblikkelig smertelindring.

Når du øger hastigheden øger du antallet af vibrationer pr. minut. Ved højere hastigheder kan du massere andre områder af kroppen, såsom som ben og lægge.

**Massage kugle:** Dette er det blødeste og mindst invasive hoved. Den er velegnet til generel brug på enhver del af din krop og er ideel for begyndere af massagepistolen.

**Fladt massagehoved:** det flade hoved har en fast, glat overflade og er meget god til at massere på tættere muskelgrupper som ben, lægge, baller og lår.

**Gaffelformet massagehoved:** Dette hoved bruges omkring akillessenen. Gafflen kan placeres omkring akillessenen uden at lægge pres på selve senen, men behandle det omgivende væv.

**Bullethead massagehoved:** Dette hoved er ideelt til triggerpunktsmassage det koncentrerer vibrationen på en lille overflade, så det er ideelt til dybdegående massage eller til brug på hænder og fødder.

**Fladt massagehoved med varme:** Tryk én gang på tænd/sluk-knappen, varmeindikatoren vil lyse. Tryk på tænd/sluk-knappen for anden og tredje gang, yderligere to varmeindikatorer lyser én efter én. Strømmen vil slukke, hvis der trykkes på tænd/sluk-knappen igen.

Blåt lys på strømindikatoren betyder, at batteriet er i normal tilstand. Rødt lys blinkende lys på strømindikatoren betyder, at batteriet er lavt, og det skal oplades.

Strømindikatoren lyser rødt under opladningen, og den bliver blå, når den er fuldt opladet.

#### **Forholdsregler:**

- må ikke bruges af børn, hvis du for nylig er blevet opereret, brækket knogler eller fået monteret en pacemaker.
- må ikke bruges under graviditet (i hvert fald ikke maveområdet, og du bør rådføre dig med din læge, om det er sikkert at bruge andre steder på kroppen)
- må ikke anvendes af kræftpatienter, der er i kemoterapi eller strålebehandling.
- må ikke bruges hvis du har hæmofili
- undgå at massere områder med hudinfektioner, dybe blå mærker eller åreknuder.
- hvis du lider af trombose eller er modtagelig for det, bør du altid konsultere din læge før du bruger massagepistolen, eller hvis du har en anden sygdom, der ikke er nævnt ovenfor