

Cenocco mini masszázspisztoly - BX-720 & Vibrációs masszázspisztoly - KH-320 - Használati útmutató

6 különböző intenzitás:

1. szint: 2100 rpm
2. szint: 2400 rpm
3. szint: 2700 rpm
4. szint: 3000 rpm
5. szint: 3300 rpm
6. szint: 3600 rpm

Fejek:



Biztonsági rendelkezések:

- Felnőttek részére
- Csak száraz, tiszta bőrön használható
- Ne használja fejen, vagy kemény, csontos területen
- Csak a masszírozó fejekkel ajánlott a használata
- Ha fájdalmat, vagy kellemetlenséget tapasztal, függessze fel a használatot
- Tartsa száraz helyen, óvja a nedvességtől
- Csak a saját tápegységével töltsse

Javaslatok:

- Fájdalom, görcsök, izomsérülések, ficamok és húzódásokra
- Segíti az ödéma-folyadék áramlását a duzzadt területen.
- Relaxálja a megvastagodott kötőszöveteket és fasciákat
- Csökkenti a tejsav felhalmozódását az izmokban
- Növeli az ízületek mozgékonyágát és megszünteti az izomfájdalmakat
-

Ellenjavaslatok:

- Ne használja, ha aneurizmája van, vérzékeny, vagy vérhígítót használ
- Szívbetegség, pacemaker, vagy defibrillátor használata esetén
- Terhesség, vagy rák esetén
- Érzékeny részeken, mint arc, fej, nyaki vertikális ereken
- Csontos, kemény területeken

Ajánlott használatok:

Alsó végtagokon:

- Kis lapos fejjel függőlegesen lefelé:
 - Mozdasd fentről lefele az eszközt
 - Lassan és óvatosan mozdasd a térd környékén
 - Bicepsz: 20-30 mp, háromszor
 - Semitendinosus: 20-30 mp, háromszor
 - Semimembranosus: 20-30 mp, háromszor
- Kis lapos fejjel kifelé 45°-ban:
 - Mozdasd fentről lefelé
 - Gracilis: 10-15 mp, kétszer
 - Adductor longus: 10-15 mp, kétszer
 - Adductor brevis: 10-15 mp, kétszer
 - Gastrocnemius: 20-30 mp, háromszor
 - Soleus: 20-30 mp, háromszor
- Kör fej függőlegesen lefelé:
 - Egyenes térddel: 15-30 mp
 - Hajlított térddel: 15-30 mp
- Kis lapos fejjel függőlegesen lefelé:
 - Négyfejű izomra
 - Mozdasd fentről lefelé
 - Rectus femoris: 30-45 mp, kétszer
 - Vastus lateralis: 30-45 mp, kétszer
 - Vastus medialis: 30-45 mp, kétszer
 - Vastus intermedius: 30-45 mp, kétszer