

INSTRUKCJA OBSŁUGI

WAŁEK ROLLER DO MASAŻU MASAŻER Z MINI WYPUSTKAMI

PRZEZNACZENIE PRODUKTU

Wałek roller przeznaczony jest do masażu i automasażu wybranych partii ciała. Specjalnie ukształtowana powierzchnia z mini wypustkami umożliwia wywieranie nacisku na masowane obszary, wspomagając rozluźnienie mięśni oraz poprawę komfortu po wysiłku fizycznym. Produkt może być wykorzystywany przed treningiem, po treningu oraz podczas codziennej pielęgnacji i relaksacji. Nadaje się do masażu między innymi mięśni nóg, ud, łydek, pośladków, ramion i pleców, z uwzględnieniem indywidualnej tolerancji nacisku. Roller przeznaczony jest do użytku domowego i rekreacyjnego.

UŻYTKOWANIE

1. Przed rozpoczęciem użytkowania sprawdź, czy wałek nie posiada pęknięć, odkształceń ani innych uszkodzeń.
2. Wybierz stabilne i wygodne miejsce do wykonania masażu.
3. Umieść roller na odpowiedniej powierzchni lub przyłóż go do masowanej partii ciała, w zależności od rodzaju wykonywanego masażu.
4. Powoli przesuwaj wałek po wybranym obszarze ciała, kontrolując siłę nacisku.
5. Wykonuj płynne ruchy w przód i w tył, unikając gwałtownego dociskania rollera.
6. Dostosuj intensywność masażu do własnych odczuć. Masaż nie powinien powodować ostrego bólu.
7. W przypadku masażu nóg lub ramion przesuwaj roller wzdłuż mięśni, unikając bezpośredniego nacisku na stawy i wystające struktury kostne.
8. Podczas masażu pleców zachowaj szczególną ostrożność. Nie wywieraj bezpośredniego nacisku na kręgosłup.
9. Po zakończeniu masażu oczyść roller i odłóż go w bezpieczne miejsce.

OSTRZEŻENIA

1. Przed rozpoczęciem użytkowania dokładnie zapoznaj się z instrukcją obsługi.
2. Produkt przeznaczony jest do masażu i automasażu. Nie używaj go niezgodnie z przeznaczeniem.
3. Nie stosuj nadmiernego nacisku, który może powodować ból, siniaki lub podrażnienia.
4. Nie używaj rollera na otwartych ranach, uszkodzonej skórze, obszarach objętych stanem zapalnym ani na świeżych urazach.
5. Unikaj bezpośredniego nacisku na kręgosłup, stawy, kości, okolice szyi oraz inne wrażliwe obszary ciała.
6. Nie wykonuj masażu w miejscach występowania obrzęków, niewyjaśnionego bólu lub zaburzeń czucia.
7. W przypadku wystąpienia bólu, drętwienia, zawrotów głowy lub innego niepokojącego objawu natychmiast przerwij masaż.
8. Osoby z problemami zdrowotnymi, urazami lub innymi przeciwwskazaniami do masażu powinny skonsultować możliwość korzystania z produktu z lekarzem lub fizjoterapeutą.
9. Nie używaj produktu, jeśli jest pęknięty, odkształcony lub posiada ostre krawędzie.
10. Podczas masażu zachowaj stabilną pozycję ciała, aby uniknąć utraty równowagi.
11. Nie używaj rollera na śliskiej powierzchni, jeśli mogłoby to spowodować jego niekontrolowane przesunięcie.
12. Produkt nie jest zabawką. Przechowuj go poza zasięgiem małych dzieci.

KX2222 Wałek roller do masażu masażer z mini wypustkami

Producent: KIK Sp. z o. o. Sp. k. Aleja 1000 – lecia Państwa Polskiego 8, 15 – 111 Białystok, Polska

kik.zakupy@ikonka.eu

<https://www.ikonka.eu/gpsr.html>

Wyprodukowano w Chinach