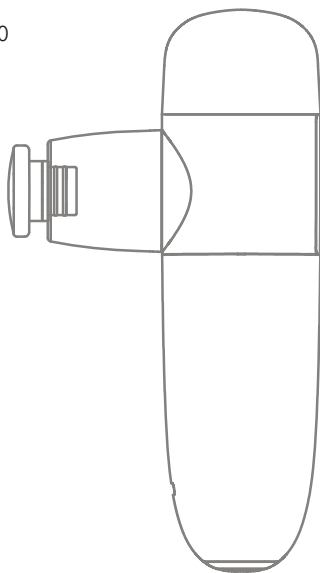


VITAMMY®

body 1

MODEL JMK-COOPER

MASÁŽNÍ PISTOLE NA TĚLO



NÁVOD K POUŽITÍ

Před použitím si přečtěte návod k použití.

OBSAH

Úvod	3
Bezpečnostní upozornění a pokyny	3
Údržba, čištění, skladování a manipulace	4
Popis	4
Použití výrobku	6
Indikace a kontraindikace při použití	7
Tipy	8
Technické údaje	11
Záruka	11
Likvidace nepotřebných zařízení domácími uživateli v Evropské unii	14
Kontaktní informace	16

ÚVOD

Děkujeme, že jste si vybrali masážní pistoli VITAMMY BODY 1 (JMK-COOPER).

Před použitím si pečlivě přečtěte všechny pokyny a varování v tomto návodu, abyste snížili riziko poruchy, úrazu elektrickým proudem, zranění, požáru a poškození zařízení.

BEZPEČNOSTNÍ UPOZORNĚNÍ A POKYNY

- △ Skladujte mimo dosah kapalin nebo zdrojů tepla a odstraňte prach a nečistoty z otvorů v zařízení.
- △ Po nabití zařízení odpojte nabíječku.
- △ Výrobek nepoužívejte, pokud se nabíjí.
- △ Výrobek používejte v souladu s návodem k použití.
- △ Před každým použitím pečlivě zkontrolujte, zda lze výrobek normálně používat v souladu s návodem.
- △ Důležité upozornění: Nepoužívejte výrobek v následujících situacích bez předchozího souhlasu lékaře: těhotenství, diabetické komplikace (např. neuropatie nebo poranění sítnice), nošení kardiostimulátoru, nedávná operace, epilepsie nebo migréna, hernie disku, defekty páteře, odlomení úlomků obratle nebo ztuhlost páteře, nedávná operace kloubní náhrady nebo nitroděložního tělíska, kovový šroub nebo ocelová destička nebo jakékoli jiné zdravotní problémy. Kontraindikace neznamená, že výrobek nelze použít. Před použitím doporučujeme konzultaci s lékařem.
- △ Pokud máte jakékoli pochybnosti o tom, jak zařízení používat, doporučujeme vám poradit se s fyzioterapeutem.
- △ Nezletilým osobám je používání výrobku zakázáno. V případě zranění je používání výrobku zakázáno. V případě poranění svalů se před použitím zařízení poraďte s lékařem.
- △ Je zakázáno používat zařízení na povrchu suché a nečisté kůže.
- △ Je zakázáno používat výrobek na krk a části těla méně pokryté svaly a používat přístroj na kosti, doporučuje se používat výrobek pouze na měkké tkáně těla, aby se zabránilo bolesti a nepohodlí.
- △ Pokud se objeví modřiny, bolest nebo nepříjemné pocity, zařízení nepoužívejte.
- △ Do ventilačního otvoru v hlavici nevkládejte žádné předměty.
- △ Výrobek nevkládejte do ohně ani jej neuchovávejte v blízkosti zdroje ohně.
- △ Tento výrobek záměrně neupouštějte.
- △ Výrobek nijak nerozebírejte.
- △ Udržujte prsty, vlasy nebo jiné části těla mimo osu a zadní část masážní hlavy, protože je

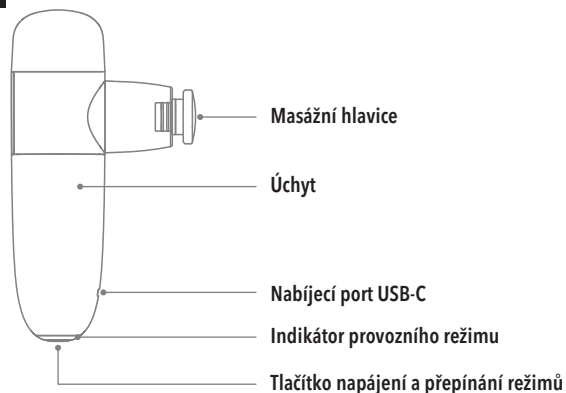
zařízení může vtáhnout dovnitř.

- ⚠ **Pozor!** Výrobce, dovozce ani distributor neodpovídají za jakékoli přímé nebo nepřímé škody na osobách nebo věcech v důsledku použití popsaného výrobku, zejména pokud k nim dojde v důsledku nepoužití nebo neznalosti tohoto návodu k použití, včetně upozornění a doporučení.

ÚDRŽBA, ČIŠTĚNÍ, SKLADOVÁNÍ A MANIPULACE

- Vyčistěte zařízení mírně navlhčeným ručníkem a osušte měkkým hadříkem.
- Zařízení skladujte a přepravujte v dodaném obalu.
- Zařízení skladujte na suchém, dobře větraném místě.
- Pokud zařízení není používáno po dlouhou dobu, mělo by být po vyčištění zabaleno a skladováno a nabíjeno každých šest měsíců.

POPIS



1. Rychlý bezkartáčový motor se ztlumeným provozem.
2. Lithium-iontová dobíjecí baterie.
3. Lehká a přenosná (288 g).
4. Integrovaná konstrukce baterie a pistole, žádné riziko uvolnění rukojeti, bezpečné použití.
5. Inteligentní režim upravuje sílu vibrací podle použitého tlaku.
6. Odolnost vůči potu a vlhkosti.
7. Nabíjení typu USB-C.

INDIKÁTOR PROVOZNIHO REŽIMU

Jednotka je vybavena LED diodou, která indikuje zvolený provozní režim jednotky (převodovka) a stav nabití baterie. Barva světla označuje rychlostní stupeň/stav.

- Žlutá - 1. rychlostní stupeň
- Zelená - 2. rychlostní stupeň
- Fialová - 3. rychlostní stupeň
- Bílá barva - inteligentní program
- Během nabíjení mění LED dioda nepřetržitě barvu
- Plné nabití je indikováno nepřetržitým zeleným světlem

MASÁŽNÍ HLAVICE

Sada nabízí 5 vyměnitelných masážních hlavice pro různá použití:



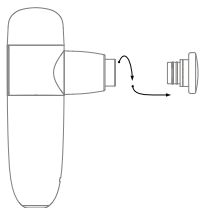
1. Plochá hlavice – používá se k procvičení velkých svalových bříšek, připravuje fascie pro další masáž, má středně silný relaxační účinek.
2. Hlavice "bodová" - procvičení velmi bolestivých oblastí, umožňuje přesnou práci v oblastech nepohodlí, zvýšeného napětí, omezení pohyblivosti. Je vynikající pro masáže spoušťových bodů, uvolnění plantární fascie. **Nevhodné pro práci na kostech!**
3. Hlavice "vidlice" - ideální pro procvičování mezsvalových oddílů (biceps, lýtkové svaly, zadní stehenní svaly, hrudní a bederní paraspinnální svaly). Umožňuje postupné zvětšování rozsahu pohybu.
4. Kulová hlavice – k masírování svalů a fascií po tréninku. Lze ji použít na menší svalové skupiny (např. předloktí). Dobře uvolňuje paraspinnální svaly pod krční páteří. Působí silně relaxačně a uvolňujícím dojmem.
5. Hlava "kočičí tlapka" - měkká hlava, která poskytuje pocit jemného, ale hlubokého uvolnění, ideální pro procvičení napjatých svalů v oblasti krku, zátylku a v oblastech s menším množstvím svalové tkáně. Poskytujeme mírnější podněty lidem, kteří se zařízením začínají pracovat.

JAK NAINSTALOVAT MASÁŽNÍ HLAVICI?

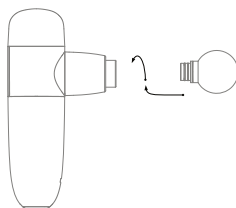
Při demontáži/installaci masážní hlavice ji mírně otočte, jak je znázorněno níže.

- △ Hlavici nesnímejte / neinstalujte přímo.

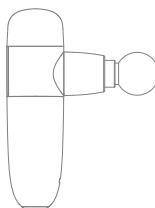
Odstraňování



Výměna



Instalace je ukončená

**POUŽITÍ VÝROBKU**

1. Stisknutím a podržením tlačítka napájení po dobu 3 sekund zařízení zapnete/vypnete.
2. Počáteční rychlostní stupeň je 1; kontrolka se rozsvítí žlutě.
3. Jedním stisknutím tlačítka pro změnu režimu zvýšíte rychlost o jeden stupeň.
4. Třetí rychlostní stupeň je nejvyšší (nejintenzivnější). Jedním kliknutím na tlačítko napájení na 3. rychlostním stupni přepnete do inteligentního režimu.
5. Opětovným stisknutím tlačítka napájení přepnete inteligentní režim na stupeň 1.
6. Zařízení se automaticky vypne po 10 minutách nepřetržitého provozu.

INDIKACE A KONTRAINDIKACE PŘI POUŽITÍ

Při používání tohoto zařízení je třeba se vyvarovat nadměrného tlaku a dlouhodobé fyzioterapie. Vyhněte se také citlivým oblastem, jako je hlava, obličej nebo krční páteř. Pokud se objeví zánět, otok nebo bolest, okamžitě přestaňte přípravek používat.

- △ Pokud se při používání pistole objeví zánět, otok nebo zvýšená bolest, přestaňte ji používat.

INDIKACE

- Úleva od bolesti a křečí způsobených svalovými zraněními, podvrtnutím, natažením.
- Eliminace toku edematózní tekutiny v oteklých oblastech.
- Uvolnění ztluštělé pojivové tkáně a fascií.
- Snížení obsahu kyseliny mléčné a posílení svalového výkonu.
- Svalová únava
- Použití při poranění kloubů.

KONTRAINDIKACE

- Aneurysma, krvácení,
- Srdeční onemocnění s kardiostimulátorem nebo defibrilátorem,
- Těhotenství,
- Nádor,
- Důležité části těla: hlava, obličej, krční obratle, páteř, kostěné výběžky,
- Části těla s menším svalovým pokrytím: např. holenní kost, hřbet nohy, hřbet ruky;
- Nepoužívejte zařízení do 90 dnů po vnitřní fúzi a nepoužívejte jej v okolí znehybněné části těla.

- △ Poznámka: pokud uživatel trpí některým z těchto stavů, poraďte se před použitím s lékařem.

TIPY

UVOLNĚNÍ SVALŮ HORNÍ ČÁSTI TĚLA

Kulovou hlavici masírujte postupně jednotlivé svalové partie podle níže uvedených doporučení:

- **Hrudní sval** (pod klíční kostí až 4 cm nad bradavkou, od hrudní kosti k rameni) - ruka podstupující ošetření opřená o koleno) 30 sek.
- **Ramenní sval** (do 1/3 délky paže vpředu/vzadu/zboku) 30 sek.
- **Biceps** (přední část paže k ohnutí v lokti) 30 sek.
- **Boční a střední rameno** 60 sek.
- **Kapucní sval** 60 sek (na každé straně).
- **Zadní strana ramene** 25 sek.
- **Nejširší zádový sval** 45 sek.
- **Extenze zad** (od linie lopatek k páteřnímu pásu) 35 sek.
- **Popliteální šlacha** 1 ~ 1,5 min
- **Hýžďový velký sval** 1 ~ 1,5 min.
- **Hamstringový sval** 1 ~ 1,5 min.
- **Těla boků** 25 sek.
- **Biceps stehenního svalu** 1 min
- **Adduktor** 25 sek.
- **Semitendinosus a spodní břišní svaly** 40 sek.
- **Rachoidní sval** 20 sek.
- **Pata** 20 sek.

RELAXACE HORNÍ KONČETINY - PŘEDLOKTÍ

POLOHA VSEDE S UVOLNĚNOU RUKOU OPŘENOU O KOLENO/STŮL

- **Předloktí na straně dlaně** 30 - 60 sek.
- **Předloktí na hřbetní straně** 20 ~ 45 sek.
- **Krátká radiální extenze zápěstí** 5 ~ 10 sek. × 2
- **Radiální extenzor zápěstí** 5 ~ 10 sek. × 2
- **Extenze zápěstí v lokti** 5 ~ 10 sek. × 2

TENISOVÝ LOKET

- **Horní část paže/ramena** 10 sek. × 3
- **Biceps** 20 sek. × 3

- **Boční a střední rameno** 60 sek. × 2
- **Svalové hmoty v boční části lokte** - vyjma vystupující kosti 45 sek.
- **Strana předloktí na straně malíčku** 60 sek. × 2
- **Předloktí s dlaní směřující ke stropu** 30 sek. × 2

TERAPIE RAMEN A KRKU

- **Triceps** 15 ~ 20 sek. × 3
- **Kapucní sval** z oblasti 3 cm od páteře k rameni, obcházející vyčnívající kostní prvky 15 ~ 20 sek. × 3
- **Nejširší sval hřbetu** - okraj lopatky blíže k podpaží 30 ~ 60 sek. × 2
- **Supraspinatus** - oblast nad lopatkou 10 ~ 15 sek. × 3
- **Subdorsální** - mediální lopatková oblast 10 ~ 12 sek. × 3

ZMÍRNĚNÍ BOLESTI NOHOU

POLOHA VLEŽE (NA BRÍŠE)

Přesuňte zařízení z horní části končetiny na spodní. Pokud na některou část těla nedosáhnete, požádejte někoho, aby vám s masáží pomohl, nebo si můžete zkusit sednout tak, že kotník jedné nohy položíte na koleno druhé nohy, abyste si usnadnili přístup.

- **Zadní strana stehna** - použijte plochou hlavici směřující kolmo k povrchu stehna. Masáž 20 - 30 sek. × 3
- **Vnitřní strana stehna** - plochá hlavice směřující 45° směrem ven. Masírujte 20 - 30 sek. × 3
- **Lýtkové svaly** - použijte plochou hlavici směřující ven pod úhlem 45°. Masírujte 10 - 15 sek. × 2
- **Zadní část kolene (pouze laterální a mediální strana!)** - "kulová" hlavice směřuje přímo dolů. Masírujte 15 - 30 sek.

△ Nemasírujte zadní stranu nohy 10 cm nad a pod kolenem.

POLOHA V SEDĚ;

- **Přední strana stehna** - plochá hlavice směřuje kolmo k povrchu stehna. Masírujte 30 - 45 sek. × 2
- **Boční strana stehna** - plochá hlavice směřující kolmo k povrchu stehna. Masírujte 30 - 45 sek. × 2 Můžete si také lehnout na opačný bok, než je noha, kterou chcete masírovat.

- **Boční strana hýždě** – plochá hlavice směřující kolmo k povrchu hýždě. Masírujte 30 - 45 sek. × 2
- **Holenní kost (kromě kosti)** - plochá hlavice směřující kolmo k povrchu. Masírujte svaly na obou stranách holenní kosti 15 - 20 sek. × 2

PLANTÁRNÍ FASCIITIDA

POLOHA VSEDĚ / POLOHA VLEŽE (NA BŘIŠE), POKUD NĚKDO POMÁHÁ S MASÁŽÍ / POLOHA VE STOJE
Směr pohybu shora dolů.

- **Zadní část stehna, těsně pod hýžděmi, na sedací kosti** – plochá hlavice směřuje přímo dolů. Masírujte 20 - 30 sek. × 3
- **Zadní strana stehna** – použijte plochou hlavici směřující kolmo k povrchu stehna. Masírujte 20 - 30 sek. × 3
- **Posteriorně-mediální stehno** – plochá hlavice kolmo k povrchu stehna. Masáž 20 - 30 sek. × 3
- **Boční a zadní strana stehna** – plochá hlavice směřující kolmo k povrchu stehna. Masírujte 20 - 30 sek. × 3
- **Zadní část lýtky** – hlava "vidlice" směřuje přímo k lýtku. Masírujte 15 - 30 sek, když je koleno pokrčené, a pak znovu 15 - 30 s, když je koleno narovnané. Obě polohy zopakujte × 3.
- **Hýžďový sval vně křížové kosti** – plochá hlavice směřuje kolmo k hýžďovému povrchu. Masáž 30 - 60 sek. × 4 šikmými pohyby od vnitřní k vnější části hýždě, pod ní.
- **Holenní kost (kromě kosti)** - plochá hlavice směřující přímo dolů. Masírujte svaly na obou stranách holenní kosti 15 - 20 sek. × 2

ZMÍRNĚNÍ ARTROPATIE

POLOHA VLEŽE – POKUD VÁM NĚKDO POMÁHÁ S MASÁŽÍ / POLOHA VSEDĚ PRO AUTOMASÁŽ;

- **Přední strana stehna** – plochá hlavice směřuje kolmo k povrchu stehna. Masírujte 30 - 45 sek. × 2
- **Okraj kyčelní kosti** – přední kyčelní kost - "kulová" hlavice směřující svisle dolů. Masáž 30 - 60 sek. × 4
- **Boční strana stehna až po koleno** – plochá hlavice směřující přímo dolů. Masírujte 30 - 45 sek. × 2

- **Boční strana hýždě** – plochá hlavice směřující kolmo k povrchu hýždě. Masírujte 30 - 45 sek. × 2
- **Holenní kost (kromě kosti)** - plochá hlavice směřující přímo dolů. Masírujte svaly na obou stranách holenní kosti 15 - 20 sek. × 2

TECHNICKÉ ÚDAJE

MODEL	JMK-COOPER
Motor	Bezkartáčový motor
Hmotnost netto	288 g
Baterie	Lithium-iontová pro mnohonásobné dobíjení
Velikost výrobku	150×115×43 mm
Nabíjecí rozhraní	USB-C 5V, 2 A
Provozní napětí	7,4 V
Kapacita baterie	2000 mAh
Životnost baterie	3 ~ 5 hodin
Doba nabíjení	přibližně 3 hodiny
Pracovní prostředí	0 ~ 40°C, nevodotěsné
Příslušný věk	Dospělí starší 18 let
Počet masážních hlavíc	5
Rychlost	1600 ~ 2500 otáček za minutu

ZÁRUKA

ZAŘÍZENÍ: VITAMMY BODY 1 (model JMK-COOPER)

RUČITEL: Novamed.pl S.A.
ul.Traktorowa 143, 91 - 203 Łódź

TECHNICKÁ PODPORA: INFOLINKA - TEL. 887 11 00 66 E-MAIL: POMOC@NOVAMED.PL

ZÁRUKA: Odpovědnost ručitele v rámci záruky se vztahuje pouze na vady způsobené příčinami, které jsou vlastní prodávané věci. V případě závad, poškození a poruch zjištěných během období, na které se vztahuje tato záruka, ručitel bezplatně opraví nebo vymění zařízení do 14 dnů. V případě nesouladu prodávané věci s kupní smlouvou má kupující právo na právní prostředky nápravy podle zákona na straně a náklady prodávajícího.

Tato opatření nejsou zárukou dotčena.

TYP záruky: Záruka předpokládá, že reklamované zařízení bude dodáno do Technického servisu, ul. Traktorowa 196, 91-218 Łódź, a poté opraveno nebo vyměněno a bezplatně doručeno kupujícím.

ZÁRUČNÍ DOBA: Na díly a příslušenství, které se opotřebují běžným používáním, se záruka nevztahuje.

ZÁRUČNÍ DOBA: Záruka platí od data nákupu potvrzeného dokladem o koupi, který musí být přiložen k záručnímu listu.

OBLAST ZÁRUKY: Tyto obchodní podmínky platí na území České republiky.

POSTUP V PŘÍPADĚ VADY: Chcete-li využít záruky, kontaktujte do 14 dnů od zjištění vady horkou linku pomoci a podpory, kde vám pomohou a případně zahájí reklamační řízení. V rámci reklamačního řízení je třeba zaslat reklamované zařízení na adresu servisu a přiložit tento záruční list a doklad o koupi.

PODMÍNKY PRO PLATNOST ZÁRUKY: Pro zachování platnosti záruky je nutné spolu s reklamovaným zařízením předložit tento záruční list (řádně vyplněný a podepsaný) a doklad o koupi včetně data nákupu a názvu zakoupeného zařízení.

OMEZENÍ A VYLOUČENÍ ZÁRUKY:

- Záruka neposkytuje žádnou náhradu za přímé nebo nepřímé škody způsobené osobám nebo zařízením v době, kdy bylo zařízení mimo provoz nebo v provozu.
- Záruka se nevztahuje na mechanické poškození zařízení a na závady a škody vzniklé v důsledku:
 - nevhodného použití (pro které není určeno) nebo takého, které není v souladu s návodem k použití
 - nesprávného nebo nedůsledného skladování a údržby (např. používání nevhodných čisticích prostředků) a používání nevhodného spotřebního materiálu
 - zásahu neoprávněného servisního personálu, neoprávněné opravy, úpravy a stavební změny
 - vnější příčiny (atmosférické jevy, přepětí, nedostatečné napájení atd.).

- Záruka se nevztahuje na poruchy výrobku způsobené změnou vlastností (snížením kvality) součástí, které podléhají přirozenému opotřebením.
- Na údržbu a čištění popsané v návodu k použití se záruka nevztahuje.

Razítko a podpis prodejce

Datum

Podpis zákazníka

**LIKVIDACE NEPOTŘEBNÝCH ZAŘÍZENÍ DOMÁCI MI
UŽIVATELI V EVROPSKÉ UNII**

Přítomnost tohoto symbolu na výrobku nebo jeho obalu znamená, že výrobek nelze likvidovat stejným způsobem jako domovní odpad. Za likvidaci použitého zařízení jste proto zodpovědní vy a jste povinni jej odevzdat do autorizovaného recyklačního střediska pro nepotřebná elektrická a elektronická zařízení. Třídění, likvidace a recyklace odpadních zařízení přispěje k ochraně přírodních zdrojů a zajistí, že recyklace bude probíhat způsobem, který respektuje lidské zdraví a životní prostředí. Další informace o sběrných místech pro použitá zařízení získáte na místních úřadech nebo na místním místě pro likvidaci domovního odpadu.

Výrobek je certifikován CE



KONTAKTNÍ INFORMACE**🏢 Shenzhen Huizhizhen Smart Technology Co., Ltd.**

Shenzhou building, Bantian Bell Road, Longgang District, Shenzhen, 518116 China

NOVAMEDPL**🌐 Novamed.pl S.A.**

ul. Traktorowa 143; 91-203 Łódź, Polsko

Infolinka pomoci a technické podpory: 887 11 00 66

Fakturační adresa: MLongauer, s.r.o., Farská 12, 949 01 Nitra
SLOVENSKO

Provoz: MLongauer, s.r.o., Hlavná 43, 951 53 Babindol

Linka podpory a technická podpora: +421 940 404 831

reklamacie@mlongauer.sk

www.mlongauer.sk

Vyrobeno v Čínské lidové republice / Made in People's Republic of China