



HOT STONE MASSAGE SET

HEATING CASE FOR A RELAXING HOT STONE MASSAGE



MANUAL

EN

DE

FR

ES

IT

CZ

SK

RO

HU

БГ

A HEATING CASE FOR A RELAXING HOT STONE MASSAGE AT HOME

ELECTRICAL EQUIPMENT - Be extra cautious when handling all electrical appliances to avoid electric shock followed by a shock. This device is suitable for indoors only. This device is not a toy. This device is for home use only, it is strictly forbidden to use it commercially. Do not keep the device near the sources of heat. Keep the device clean (dust, hair, sand, etc). Repairs and other intervention with the electrical appliances can only be performed by a qualified electrician, improper repairs can endanger people and property. Avoid contact between the switches of the device and water. Do not use if the device has been damaged (fell down, or other). Do not use the device after problems appeared when switching on. Do not use the device for any purpose other than for which is intended. Do not insert objects into outputs and inputs and do not cover them. Do not touch the device with wet hands and feet.

Instruction manual

In order to avoid injury and maximize the utilization of this device, read carefully the following Manual (before use). Clean the stones and place them in the aluminum case. Close the aluminum case, plug in and heat for about 10-40 min (if the room temperature is low, it will need a longer time to heat). The highest heating temperature generally does not exceed 70°C. After the stones are heated, please take them out with a spoon or a heat insulation glove, and place them on a clean towel or tray. Unplug the case from the socket! Select a warm room and a comfortable bed suitable for massage. Smear the prepared essential oil or lotion on the whole body, and massage the corresponding positions with the hot stones in hand (it is preferable to massage under the assistance of a massager or a relative). Place the hot stones on the specified acupuncture points for about 20min. After the stone massage you can apply skin care products for slimming, moisturizing and increasing the skin elasticity.

Efficacy when using the hot stones to massage the whole body

The main effect of the hot stone massage is relaxation, stress relief and release of mental tension. The hot stone massage with its warmth, stimulates a blood circulation, lymphatic system and speeds up metabolism of the body. Combining massage using the hot stones with different types of essential oils suitable for massage (aromatherapy) significantly helps not only with stress management but also improves the quality of sleeping, increases energy levels and releases physical tension. Using skin care products for slimming and body shaping help not only moisturize and tighten the skin but also open the pores, leaving the skin smoother, softer and more elastic. Through the massage and hot compress on the corresponding acupuncture point, it can accordingly relieve the headache, shoulder ache, neck ache and dysmenorrhea.

Three basic ways of stone massage

1. Put the stones evenly in the center of the palm, then massage with palm and fingers.
2. Hold the stone and do the massage aiming at the partial muscles.
3. When massaging other parts of the body, lay the stones on specific parts of the body.

Hot stone maintenance:

Put the used hot stones in clean warm water, add antiseptic liquid soap to wipe the hot stones clean, and then place them on a clean towel and dry. Smear small amount of essential oil for massage on the dried hot stones, and place them in the aluminum case. Don't plug in. Place them in a dry place where children cannot reach them easily and store for later use.

Attentions

1. When heating the stones, please cover and fasten the aluminum case tightly so that the stones can be heated more quickly.
2. If the temperature of stones is too high, make sure to take them out with a heat insulation glove. It can be used on the body only when the temperature of hot stones is appropriate. Attached stones should not hurt, burn or feel uncomfortable. Hot stones should be easily held in your hand followed by placing them on the body. Make sure that the temperature of the stone is acceptable not only for you but also for the person you massaged.
3. Pay special attention to avoid bone protuberance or sliding, so as to prevent from being injured by the hot stones, thus resulting in bruise.
4. During the massage, monitor the temperature of hot stones at all times to avoid skin scalding due to the too high temperature of hot stones.
5. During the body massage, try to reduce the collision between stones to avoid damaging them.
6. To avoid burning or scalding, make sure that the temperature is acceptable by the user.
7. The user may find it hotter when pressing harder.
8. The susceptibility of middle-degree or bad diabetic patients (to be scalded is higher therefore you should pay more attention) a little low so that you should pay more attention to avoid scalding them.
9. People suffering from skin diseases, wounds or festered flesh should avoid the massage. Do not put the scalding stones on the chest or on the navel.
10. Women during pregnancy, during their period and people suffering from skin diseases, infectious diseases or organ morbidity should not receive the treatment. Do not have a massage if you are suffering from fever, chills or you feel generally unwell. If you have any doubts when using hot stone massage please consult it with your doctor.

WÄRMEBOX FÜR EINE ENTSPANNENDE HOT STONE MASSAGE ZUHAUSE

ELEKTRISCHE ANLAGE - Gleich wie bei allen elektrischen Geräten achten Sie auf erhöhte Vorsichtigkeit, um Unfälle durch den elektrischen Strom zu vermeiden. Dieses Gerät ist nur für Innenräume gedacht. Dieses Gerät ist kein Spielzeug. Dieses Gerät ist für den Heimgebrauch gedacht. Es ist verboten, das Gerät kommerziell zu nutzen. Installieren Sie das Gerät nicht in der Nähe von Wärme-Quellen! Halten Sie es sauber (frei von Staub, Haare, Steinen, etc.). Reparaturen, Elektroarbeiten und andere Eingriffe dürfen nur von Elektrofachkräften durchgeführt werden. Unsachgemäße Reparatur gefährdet Menschen und Sachwerte. Vermeiden Sie jeglicher Kontakt mit Wasser. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn es beschädigt wurde (z. B. durch den Sturz oder auch anders). Verwenden Sie es nicht im Fall, dass es zum Verschlechterung des Funktionierens kam. Verwenden Sie dieses Gerät nicht für andere Zwecke, für die es bestimmt ist. Stecken Sie keine Gegenstände durch die Öffnungen ins Innere des Geräts. Das Gerät darf nicht abgedeckt werden. Das Gerät nicht mit nassen und feuchten Händen oder Füßen anzufassen.

Gebrauchsanleitung

Für eine bessere Anwendung des Produkts und um Verletzungen während der Benutzung zu vermeiden, lesen Sie bitte die folgende Anleitung vor der Verwendung sorgfältig durch. Reinigen Sie die Steine und legen Sie sie in die Aluminiumbox. Schließen Sie die Box, stecken Sie den Stecker in die Steckdose und lassen Sie sich etwa 10 - 40 Minuten erwärmen (wenn die Raumtemperatur niedrig ist, dauert die Erwärmung ein wenig länger). Die höchste Temperatur überschreitet 70°C normalerweise nicht. Nachdem sich die Steine erwärmt haben, nehmen Sie sie mit einem Löffel oder einem hitzefesten Handschuh heraus und legen Sie sie auf ein sauberes Tuch oder in eine Schale. Ziehen Sie den Koffer aus der Steckdose! Wählen Sie einen warmen Raum und ein bequemes Bett, das für die Massage geeignet ist. Tragen Sie das vorbereitete ätherische Öl oder die Lotion auf dem ganzen Körper auf und massieren Sie die entsprechenden Stellen mit dem Hot Stone in der Hand (vorzugsweise mit Hilfe eines Masseurs oder eines Angehörigen). Legen Sie dann die Hot Stones für etwa 20 Minuten auf die vorbestimmten Akupunkturpunkte, danach können Sie hautpflegende oder schlankmachende Emulsionen auf die Haut auftragen, um sie mit Feuchtigkeit zu versorgen und die Elastizität zu verbessern. Damit ist die Prozedur abgeschlossen. (Vorzugsweise sollten Sie vor der Massage mit den Hot Stones duschen, um die Poren am ganzen Körper zu öffnen.)

Wirksamkeit, wenn die hot stones für eine Ganzkörpermassage benutzt werden

Der Haupteffekt dieser Massage beruht auf Relaxation, Stressabbau und Entspannung der Psyche. Durch die Anwendung von Wärme und der Massage selbst, wird der Blutkreislauf und das lymphatische System stimuliert und der Stoffwechsel des Körpers beschleunigt. Die Kombination der Massage mit heißen Steinen unter Anwendung von verschiedensten essenziellen Ölen (Aromatherapie) trägt wesentlich dazu bei, den Stress zu bewältigen. Sie hilft ebenfalls, die Qualität des Schlafes zu verbessern, den Körper zu entspannen, sie energisiert und löst die Anspannung. Zusammen mit hautpflegenden, verschlankenden und formenden Emulsionen wird die Haut mit Feuchtigkeit versorgt, die Poren werden zusammengezogen und die Haut gefestigt, sie wird weicher, glatter und elastischer. Durch die Massage und den Druck mit den Hot Stones auf den entsprechenden Akupunkturpunkten können demzufolge Kopf-, Schulter- und Nackenschmerzen verringert, Menstruationsbeschwerden, Kniegelenkschmerzen und Ödeme der Beine gebessert werden.

Drei grundlegende Wege der Massage mit Steinen

1. Legen Sie die Steine glatt auf die Handfläche und massieren Sie mit der Handfläche und den Fingern.
2. Halten Sie den Stein und setzen Sie die Massage auf den Muskelpartien fort.
3. Wenn Sie andere Teile des Körpers massieren, legen Sie die Steine auf bestimmte Körperstellen, das ergibt eine heilsame Wirkung.

Pflege der Hot Stones

Legen Sie die benutzten Hot Stones in sauberes warmes Wasser, geben Sie eine antiseptische Flüssigseife hinzu, säubern und trocknen Sie die Steine. Verreiben Sie eine kleine Menge ätherischen Öls auf den trockenen Hot Stones und legen Sie sie in die Aluminium-Box. Nicht sofort anschließend Case an einem trockenen Ort, ausser Reichweite von Kindern und Tieren und vom elektrischen Netz abgeschaltet lagern.

Achtung!

1. Wenn Sie die Steine erhitzen, schließen Sie die Box bitte fest, damit sich die Steine schneller erwärmen können.
2. Wenn die Temperatur der Steine zu hoch ist, müssen Sie sie mit einem wärmeisolierten Handschuh herausnehmen. Sie dürfen nur auf dem Körper angewendet werden, wenn die Temperatur geeignet ist. Die aufgelegten Steinen dürfen Sie auf der Haut in keinem Fall brennen oder gar Schmerz verursachen!
3. Während der Benutzung achten Sie besonders darauf, vorstehende Knochen oder Verrutschen zu vermeiden, um Verletzungen durch die heißen Steine oder Blutergüsse zu verhindern.
4. Während der Massage müssen Sie die Temperatur der Steine jederzeit beobachten, um Hautverbrennungen aufgrund von zu hoher Temperatur der Hot Stones zu vermeiden. Diese heißen Steine sollten problemlos in der Hand gehalten werden können, und erst dann dürfen diese auf den Körper aufgelegt werden. Beachten Sie, dass die Temperatur der Steine für Sie oder für die Person, die sich der Massage unterzieht, akzeptabel ist!
5. Während der Körpermassage sollten Sie Berührungen der Steine untereinander vermeiden, da sie dadurch beschädigt werden könnten.
6. Um Verbrennungen und Verbrühungen zu vermeiden, vergewissern Sie sich, dass die Temperatur für den Verbraucher angenehm ist.
7. Die Person kann die Temperatur als höher empfinden, wenn Sie stärker aufdrücken.
8. Die Temperaturempfindlichkeit ist bei mittelschweren und schweren Diabetikern heruntergesetzt, so dass Sie sehr aufmerksam sein muss, um eine Verbrennung oder Verbrühung zu vermeiden.
9. Personen mit Hautkrankheiten, Wunden oder Schwären sollten diese Massage meiden. Legen Sie keine heißen Steine auf die Brust oder den Nabel.
10. Frauen während der Menstruation oder einer Schwangerschaft und Personen mit Hautkrankheiten, infektiösen oder organischen Erkrankungen sollten nicht mit heißen Steinen behandelt werden. Massage darf nicht durchgeführt werden, wenn Sie an erhöhte Temperatur, Fieber oder Schüttelfrost leiden, oder sich überhaupt anders unwohl fühlen. Wenn Sie irgendwelche Zweifel haben, konsultieren Sie einen Arzt.

SET DE PIERRES DE LAVE DANS UN COFFRET CHAUFFANT POUR UN MASSAGE RELAXANT

EQUIPEMENT ELECTRIQUE - Comme en cas de tout appareil électrique, il faut être très prudent lors de l'utilisation pour éviter tout risque de décharge électrique et de blessure. Cet équipement est conçu uniquement pour les espaces intérieurs. Cet équipement n'est pas un jouet. Il est destiné uniquement à un usage domestique. Il est interdit d'utiliser des fins commerciales. Ne pas placer l'équipement en proximité de sources de chaleur ! Il faut maintenir l'équipement propre (pas de poussière, de cheveux, de cailloux, etc.). Les réparations et interventions sur les appareils électriques ne peuvent être effectuées que par un électricien qualifié, les réparations inappropriées peuvent mettre en danger les personnes et les biens. Il faut éviter le contact de l'équipement et des interrupteurs avec l'eau. Ne pas utiliser l'équipement s'il a été endommagé (par ex. chute ou autre). Ne pas utiliser l'équipement s'il ne semble pas fonctionner correctement. Ne pas utiliser cet équipement à des fins autres que celles pour lesquelles il est conçu. Ne pas insérer d'objets dans les sorties ou les entrées de l'équipement, ni les obstruer par ceux-ci. Ne pas toucher l'équipement en ayant les mains ou les pieds mouillés.

Mode d'emploi

Pour utiliser le produit correctement et éviter les blessures lors de l'utilisation du produit, veuillez si vous le souhaitez lire attentivement ce mode d'emploi avant l'utilisation et conservez-le pour toute consultation ultérieure. Lavez les pierres avec de l'eau tiède et mettez-les dans le coffret en aluminium. Placez le coffret en aluminium sur un endroit plat, stable et non combustible. Le câble doit toujours être libre afin d'éviter la déchirure. Fermez le coffret, branchez-le et laissez chauffer pendant environ 10-40 minutes (selon les préférences individuelles, si la température dans la pièce est basse, il faut plus de temps pour chauffer les pierres). D'habitude, la température de chauffage maximale ne dépasse pas 70°C.

Quand les pierres sont chaudes, retirez-les à l'aide d'une cuillère ou d'un gant de cuisine isolant et placez-les sur une serviette propre et sèche ou sur un plateau. Débranchez le coffret au moment où les pierres sont chaudes. Choisissez une pièce chaude, calme et un lit confortable qui convient bien au massage. Appliquez une huile essentielle ou un lait de corps sur la partie du corps que vous voulez masser. Prenez les pierres chaudes dans les mains et frottez l'aide de celles-ci les parties du corps choisies. Vous pouvez masser certaines parties du corps vous-même ou l'aide d'une autre personne. Ensuite, placez les pierres chaudes pendant environ 20 minutes sur les points d'acupuncture spécifiques (voir images) ou sur les parties du corps où c'est agréable pour vous. À cette phase du massage, essayez de respirer librement et régulièrement et de vous détendre au maximum. Après le massage, il est recommandé d'appliquer une lotion de soin ou amincissante sur la peau pour la rendre plus douce et plus souple. La procédure est ainsi terminée. (Il est conseillé de prendre une douche avant le massage aux pierres chaudes pour desserrer les pores sur tout le corps).

Effets du massage aux pierres chaudes

Relaxation, soulagement du stress et relâchement des tensions émotionnelles sont les effets principaux de ce massage. Grâce au massage et à la chaleur, on stimule la circulation sanguine et le système lymphatique ce qui accélère le métabolisme du corps. La combinaison du massage aux pierres chaudes avec différentes huiles essentielles qui conviennent bien pour le massage (aromathérapie) contribue de manière significative à gérer le stress. Elle contribue également à améliorer la qualité du sommeil, à détendre le corps, à augmenter l'énergie et à relâcher les tensions physiques. En combinaison avec des lotions qui prennent soin de la peau et offrent un effet amincissant et de modelage du corps, ce massage contribue également à resserrer les pores et à hydrater et redresser la peau. Le massage et la chaleur appliqués aux points d'acupuncture correspondants peuvent soulager les maux de tête, les maux de dos, des épaules et du cou, les douleurs musculaires et menstruelles.

Trois méthodes principales du massage aux pierres

1. Placez les pierres uniformément au centre de la paume, puis massez l'aide des paumes, des doigts et des pierres.
2. Prenez la pierre dans la main et effectuez le massage en vous concentrant sur les muscles concrets.
3. Posez les pierres sur différentes parties du corps pendant que vous effectuez le massage d'une autre partie du corps.

Entretien des pierres chaudes

Mettez les pierres de lave que vous avez utilisées dans de l'eau chaude propre, ajoutez du savon liquide antiseptique et lavez les pierres doucement. Ensuite posez-les sur une serviette propre et sèche et laissez-les sécher. Appliquez une petite quantité d'huile essentielle sur les pierres sèches et mettez-les dans le coffret aluminium. Le coffret est à conserver dans un endroit sec, hors de portée des enfants et des animaux, en état débranché.

Attention

1. Il faut bien fermer le coffret au cours du chauffage pour que les pierres chauffent plus vite.
2. Si la température des pierres est trop élevée, retirez-les à l'aide d'un gant de cuisine. Vous ne pouvez les poser sur le corps que lorsque leur température est agréable pour vous. Les pierres posées ne doivent pas vous brûler désagréablement ou vous faire mal!
3. En utilisant les pierres, il faut surtout éviter de les poser sur les os et les saillies osseuses. Il faut manipuler les pierres avec précaution pour éviter les blessures et les bleus sur la peau.
4. Pendant le massage, il faut surveiller en permanence la température des pierres chaudes pour éviter les brûlures de la peau en raison d'une température trop élevée des pierres chaudes. Vous devriez pouvoir garder les pierres chaudes dans la main sans problème et après ce test, vous pouvez les poser sur le corps. Assurez-vous toujours que la température des pierres est acceptable pour vous ou pour la personne massée!
5. Si vous appuyez sur la pierre avec plus de force, elle vous semblera plus chaude.
6. Il faut faire attention pendant le massage et pendant la manipulation avec les pierres, ce qu'elles ne s'entrechoquent pas pour éviter leur endommagement.
7. Les personnes atteintes de diabète sont plus sensibles, il est nécessaire de faire très attention à ce que les pierres chaudes ne les brûlent pas.
8. Les personnes atteintes de maladies de la peau, ayant des blessures ou des plaies purulentes ne doivent pas subir le massage. Il ne faut pas poser les pierres chaudes sur la poitrine et le nombril.
9. Le massage n'est pas destiné aux femmes pendant la menstruation, ni aux femmes enceintes, aux personnes atteintes de maladies de la peau ou de maladies infectieuses. Il ne faut pas se faire masser si on a une température élevée ou de la fièvre, des frissons ou si on ne se sent pas bien. Si vous avez des doutes, consultez un médecin au sujet du massage aux pierres chaudes.

MALETÍN TÉRMICO CON JUEGO DE PIEDRAS DE LAVA PARA MASAJE DE RELAJACIÓN

EQUIPO ELÉCTRICO – Tome las mismas precauciones de uso que con todos los electrodomésticos para evitar descargas eléctricas y accidentes. Este equipo está diseñado solamente para interiores. Este equipo no es un juego. Este equipo está diseñado solamente para uso doméstico. Prohibido su uso comercial. No coloque el equipo cerca de fuentes de calor! Mantenga limpio el equipo (polvo, pelos, piedras, etc.) Las reparaciones e intervenciones en los equipos eléctricos solo las podrá realizar un electricista cualificado. Una reparación incorrecta puede poner en peligro la vida de las personas y causar daños materiales. Evite el contacto del equipo y los interruptores con el agua. No utilice el equipo si está diseñado (p.ej., caída, etc.). No utilice el equipo si ha empezado a funcionar mal. No utilice el equipo para otros fines que no sean para los que está diseñado. No obstaculice la entrada o la salida del equipo ni coloque objetos en ellas. No toque el equipo con las manos o los pies mojados.

Instrucciones de uso

Para poder utilizar correctamente el producto y evitar lesiones, lea cuidadosamente las siguientes instrucciones antes de usarlo por primera vez y guárdelas para su uso futuro. Lave las piedras con agua tibia y póngalas en el maletín de aluminio. Coloque el maletín de aluminio en un lugar nivelado, estable y no inflamable. El cable debe estar siempre suelto para evitar que se rompa. Cierre el maletín, conéctelo en la corriente eléctrica y deje que se caliente de 10 a 40 minutos (dependiendo de las preferencias individuales; si la temperatura ambiente es baja, se necesitará más tiempo para el calentamiento). La temperatura máxima de calentamiento normalmente no excede los 70 °C.

Cuando las piedras estén calientes, tómelas con una cuchara o una manopla con aislante térmico y colóquelas sobre una toalla o bandeja seca y limpia. Desconecte el maletín de la corriente cuando no haga falta calentar las piedras. Elija una habitación tranquila, cálida y adecuada para masajes. Aplique aceite esencial o leche para el cuerpo en el lugar en el que se realizará el masaje. Tome las piedras con las manos y masajee las partes correspondientes del cuerpo. Puede masajear algunas partes de su cuerpo usted mismo o con la ayuda de una segunda persona. A continuación, coloque las piedras calientes en puntos de acupuntura específicos (ver imágenes) o donde prefiera durante aproximadamente 20 minutos. En esta fase del masaje, intente respirar libre y regularmente, y relajarse al máximo. Al terminar el masaje, es recomendable aplicar una emulsión adelgazante para hidratar más la piel y aumentar su elasticidad. Con esto se termina todo el procedimiento. (Antes de un masaje con piedras calientes es aconsejable tomar una ducha para abrir los poros de todo el cuerpo).

Efectos del masaje con piedras calientes

El efecto principal de este masaje es la relajación, el alivio del estrés y la liberación de la tensión psicológica. Tanto el masaje como la acción del calor estimulan la circulación sanguínea, el sistema linfático y aceleran el metabolismo del cuerpo. La combinación de masaje con piedras calientes y diferentes aceites esenciales, adecuados para el masaje (aromaterapia), ayudan en gran medida a controlar el estrés. Asimismo, ayudan a mejorar la calidad del sueño, relajar el cuerpo, aumentar la energía y liberar la tensión del cuerpo. Combinado con algunas emulsiones de cuidado de la piel que tienen un efecto adelgazante, modelador del cuerpo, este masaje hace que los poros se abran e hidrata y relaja la piel. El masaje y el calor que actúan en los puntos correspondientes de acupuntura pueden aliviar dolores de cabeza, dolor de espalda, hombros y dolor de cuello, dolor muscular y dolor menstrual.

Tres formas básicas de masaje con piedras

1. Coloque las piedras de manera uniforme en el centro de la palma de la mano y luego masajee con las piedras, los dedos y las palmas de las manos.
2. Tome una piedra y realice el masaje concentrándose en músculos específicos.
3. Coloque las piedras en diferentes partes del cuerpo mientras masajee otras partes del cuerpo.

Mantenimiento de las piedras calientes

Coloque las piedras de lava usadas en agua caliente limpia, aada jabón antiséptico líquido y lávelas suavemente. Colóquelas sobre una toalla seca y limpia, y déjelas secar. Aplique una pequeña cantidad de aceite esencial a las piedras secas y déjelas en el maletín de aluminio. Guarde el maletín en un lugar seco y limpio, fuera del alcance de los niños y animales, desconectado de la corriente eléctrica.

Advertencia

1. Al calentar las piedras, cierre bien el maletín de aluminio para que las piedras se calienten más rápido.
2. Si las piedras tienen una temperatura demasiado alta, retírelas con una manopla. Se podrán colocar en el cuerpo solamente cuando la temperatura disminuya al valor que le sea agradable. Las piedras colocadas sobre el cuerpo no pueden quemar ni doler de forma desagradable.
3. Al usarlas, tenga especial cuidado de no poner sobre huesos y sus protuberancias. Manipule con precaución las piedras para evitar lesiones y hematomas.
4. Durante el masaje, observe constantemente la temperatura de las piedras calientes para evitar quemaduras en la piel, por la alta temperatura de las mismas. Debería poder sostener sin problemas las piedras calientes en la palma de la mano y luego colocarlas sobre el cuerpo. Asegúrese siempre de que la temperatura de las piedras sea agradable para usted o para la persona a la que se le realiza el masaje!
5. Mientras más presione la piedra, más caliente le parecerá.
6. Durante el masaje y la manipulación de las piedras, tome precauciones para que estas que no choquen entre sí y se dañen.
7. Los pacientes diabéticos tienen menos sensibilidad, por tanto tenga cuidado de no quemarlos con las piedras.
8. Las personas con enfermedades de la piel, heridas o heridas infectadas no deberían someterse al masaje. No coloque piedras calientes sobre el tórax y el ombligo.
9. El masaje no está concebido para mujeres en período de menstruación o embarazo, ni personas que sufren enfermedades de la piel e infecciosas. No se someta al masaje si tiene temperatura elevada o fiebre, escalofríos, o no se siente bien. Si tiene cualquier duda, consulte a su médico sobre el uso de masaje con piedras calientes.

SADA LÁVOVÝCH KAMENŮ V KUFRU S VYHŘÍVÁNÍM PRO RELAXAČNÍ MASÁŽ

ELEKTRICKÉ ZAŘÍZENÍ – Stejně jako u všech elektrických spotřebičů dbejte zvýšené opatrnosti při používání, aby se zabránilo zasažení a úrazu elektrickým proudem. Toto zařízení je určeno pouze pro vnitřní prostory. Toto zařízení není hračka. Toto zařízení je určeno pouze pro domácí použití. Je zakázáno používat jej komerčně. Zařízení nedávejte do blízkosti zdrojů tepla! Udržujte přístroj v čistotě (od prachu, vlasů, kamínků apod.). Opravy a zásahy do elektrických spotřebičů může provádět pouze kvalifikovaný elektrikář, nesprávné opravy mohou ohrozit osoby a majetek. Vyhnete se kontaktu přístroje a spínačů s vodou. Nepoužívejte jej pokud byl poškozen (např. pádem i jinak). Nepoužívejte přístroj poté, co začal špatně fungovat. Nepoužívejte tento přístroj pro jiný účel než pro který je určen. Nevkládejte předměty do výstupů a vstupů přístroje ani je jimi nezakrývejte. Nedotýkejte se přístroje mokřýma rukama či nohama.

Návod k použití

Abyste výrobek používali správně a zamezili zranění při jeho používání, přečtěte si prosím před prvním použitím pečlivě tento návod a uschovejte jej pro další potřebu. Kameny omyjte vlažnou vodou a vložte do hliníkového kufříku. Hliníkový kufřík umístěte na rovné, stabilní a nehořlavé místo. Kabel musí být vždy volný, aby se předešlo jeho vytržení. Kufřík uzavřete, zapojte do el. sítě a nechte ohřívat přibližně 10-40 min (dle individuálních preferencí, je-li teplota v pokoji nízká, bude k zahřátí zapotřebí delší doba). Nejvyšší teplota ohřevu obvykle nepřesáhne 70°C.

Když se kameny zahřejí, vyjměte je lžící nebo chňapkou izolující teplo a položte je na suchý čistý ručník nebo táč. Odpojte kufřík z el. sítě, jakmile nebude potřeba kameny ohřívat! Vyberte si klidný teplý pokoj a pohodlné lůžko vhodné k provádění masáže. Natřete masírovanou část těla esenciálním olejem nebo tělovým mlékem. Uchopte horké kameny do rukou a masírujte jimi příslušná místa na těle. Masáž některých částí těla můžete provádět sami nebo s pomocí druhé osoby. Pak umístěte horké kameny asi na 20 minut na konkrétní akupunkturní body (viz. obrázky) nebo na místa, kde je vám to příjemné. V této fázi masáže se snažte volně a pravidelně dýchat a maximálně relaxovat. Po skončení masáže doporučujeme na pokožku nanést pečující nebo zvlhčující emulzi, abyste pokožku ještě více zvlhčili a zvýšili její pružnost. Tím je celá procedura dokončena. (Před masáží horkými kameny je vhodné se osprchovat, aby se uvolnily póry na celém těle).

Účinky masáže s použitím horkých kamenů

Hlavním účinkem této masáže je relaxace, odbourání stresu a uvolnění psychického napětí. Prostřednictvím masáže a působením tepla se stimuluje krevní oběh, lymfatický systém a urychluje se tělesný metabolismus. Kombinace masáže pomocí horkých kamenů s různými esenciálními oleji vhodnými k masáži (aromaterapie) výrazně napomáhá k zvládnutí stresu. Také pomáhá zlepšit kvalitu spánku, uvolnit tělo, zvýšit energii a uvolnit tělesné napětí. Společně s některými emulzemi, které pečují o pokožku a mají zvlhčovací a tvarovací účinek na tělo, pomůže tato masáž stáhnout póry, zvlhčit a vypnout pokožku. Masáž a teplo působící na odpovídající akupunkturní body může zmírnit bolesti hlavy, bolesti zad, ramen a šíje, bolesti svalů a menstruační bolesti.

Tři základní způsoby masáže kameny

1. Vložte kameny rovnoměrně do středu dlaně a poté masírujte pomocí dlaní, prstů a kamenů.
2. Uchopte kámen a provádějte masáž, při níž se zaměříte na konkrétní svaly.
3. Pokládejte kameny na různé části těla, zatímco masírujete jiné části těla.

Údržba horkých kamenů

Použité lávové kameny vložte do čisté teplé vody, přidejte antiseptické tekuté mýdlo a kameny jemně omyjte. Poté je rozložte na čistý suchý ručník a nechte uschnout. Natřete suché kameny malým množstvím esenciálního masážního oleje a dejte je do hliníkového kufříku. Kufřík uschovejte na suchém čistém místě mimo dosah dětí a zvířat, vypojený z el. sítě.

Upozornění

1. Při zahřívání kamenů hliníkový kufřík pevně uzavřete, aby se kameny rychleji zahřály.
2. Mají-li kameny příliš vysokou teplotu, vyndávejte je za pomoci chňapky. Na tělo je můžete pokládat pouze tehdy, až teplota poklesne na vám příjemnou teplotu. Přiložené kameny vás nesmí nepříjemně pálit ani bolet!
3. Při používání si dejte obzvlášť pozor, abyste se vyhnuli přikládání kamenů na kosti a kostní výčnělky. S kameny manipulujte opatrně, abyste předešli zraněním a vzniku modřin.
4. Během masáže neustále sledujte teplotu horkých kamenů, abyste zabránili popálení kůže v důsledku vysoké teploty horkých kamenů. Horké kameny byste měli bez problémů udržet v dlaní, pak je teprve přikládat na tělo. Vždy se ujistěte, že je teplota kamenů pro vás či vámi masírovaného člověka přijatelná!
5. Pokud na kámen více přitlačíte, bude vám připadat více horký.
6. Během masáže a manipulace s kameny dbejte na to, aby do sebe kameny nenarážely a nedošlo tak k jejich poškození.
7. Pacienti s diabetem mají nižší citlivost, je třeba dávat velký pozor, aby je kameny nepopálily.
8. Lidé s kožním onemocněním, ranami, či zhnisanými ranami by neměli masáž podstupovat. Nepokládejte horké kameny na hrudník a pupík.
9. Masáž není určena pro ženy během menstruace a těhotenství, lidi trpící kožním a infekčním onemocněním. Masáž nepodstupuje při zvýšené teplotě či horečce, zimnici nebo se necítíte dobře. Máte-li jakékoliv pochybnosti, poraďte se o používání masáže horkými kameny s lékařem.

KIT PIETRE LAVICHE IN VALIGETTA CON RISCALDAMENTO PER MASSAGGIO RILASSANTE

Apparato elettrico – Come nel caso di tutti gli altri apparati elettrici, si raccomanda la massima prudenza durante l'uso per evitare i rischi di scossa elettrica. Questo apparecchio è destinato solo all'uso in interni. Questo apparecchio non è un giocattolo. Questo apparecchio è destinato solo all'uso domestico. Vietato usarlo per fini commerciali. Non collocare l'apparecchio vicino a fonti di calore! Mantenere l'apparecchio pulito (polvere, capelli, sabbia, ecc.). Qualsiasi riparazione di apparecchi elettrici può essere effettuata esclusivamente da un elettricista qualificato, le riparazioni scorrette possono mettere in pericolo persone e beni. Evitare il contatto dell'apparecchio e degli interruttori con l'acqua. Non utilizzarlo se risulta danneggiato (p.es. per una caduta ecc.). Non usare l'apparecchio se non funziona correttamente. Usare l'apparecchio solo per lo scopo al quale è stato destinato. Non inserire oggetti nelle uscite ed entrate dell'apparecchio e non coprirle. Non toccare mai l'apparecchio con le mani o i piedi bagnati.

Istruzioni per l'uso

Per usare il prodotto in modo corretto ed evitare incidenti durante l'uso, si prega di leggere attentamente il presente manuale prima del primo utilizzo e di conservarlo come riferimento per il futuro. Lavare le pietre con acqua tiepida e metterle nella valigetta in alluminio. Collocare la valigetta in alluminio su una superficie piana, stabile e resistente al fuoco; il cavo deve essere sempre libero per evitare che venga stappato. Chiudere la valigetta, collegarla alla rete elettrica e lasciarla riscaldare per circa 10-40 min. (secondo le preferenze individuali, se la stanza è fredda è necessario pi tempo). La temperatura di riscaldamento di solito non supera i 70°C.

Quando le pietre sono calde, toglietele con un cucchiaio o un guanto da forno e posatele su un asciugamano asciutto pulito o su un vassoio. Staccate la valigetta dalla rete elettrica quando non c'è bisogno di scaldare le pietre! Scegliete una camera tranquilla e calda e un letto comodo adatto per fare massaggi. Spalmate dell'olio essenziale o del latte corpo sulla parte del corpo massaggiata. Prendete le pietre calde in mano e massaggiate le relative parti del corpo. Il massaggio di alcune parti potete farlo da soli o con l'aiuto di un'altra persona. Disponete poi le pietre calde per circa 20 minuti su singoli punti di agopuntura (vedi disegni) o sui punti che preferite. In questa fase del massaggio cercate di respirare in modo tranquillo e libero e di rilassarvi al massimo. Dopo aver finito il massaggio si consiglia di spalmare sulla pelle un'emulsione nutriente o dimagrante per idratare ancora di più la pelle e aumentarne l'elasticità. Con ci l'intera procedura è terminata. (Prima del massaggio con le pietre calde è opportuno fare una doccia per aprire i pori su tutto il corpo).

Effetti del massaggio con le pietre laviche

Gli effetti principali sono rilassamento, eliminazione dello stress e calo della tensione nervosa. Tramite il massaggio in combinazione con il caldo si stimola la circolazione del sangue, il sistema linfatico e si accelera il metabolismo. La combinazione del massaggio tramite le pietre laviche con vari oli essenziali adatti per il massaggio (aroma-terapia) aiuta a combattere lo stress. Contribuisce anche al miglioramento della qualità del sonno, al rilassamento del corpo, all'aumento dell'energia e all'eliminazione della tensione corporea. Insieme ad alcune emulsioni che si prendono cura della pelle e hanno un effetto dimagrante e modellante per il corpo, questo massaggio aiuta a restringere i pori, idratare e distendere la pelle. Il massaggio e il caldo sui punti di agopuntura adatti possono alleviare mal di testa, mal di schiena, mal di spalle e nuca, dolori muscolari e mestruali.

I tre tipi base del massaggio con le pietre

1. Posate le pietre uniformemente al centro del palmo e massaggiate tramite palmi, dita e pietre.
2. Prendete le pietre ed eseguite il massaggio, concentrandovi sui singoli muscoli.
3. Mettete le pietre su varie parti del corpo massaggiando altre parti.

Manutenzione delle pietre calde

Dopo l'uso mettete le pietre laviche in acqua pulita e tiepida, aggiungete sapone liquido antisettico e lavate accuratamente le pietre. Quindi distendetele su un asciugamano pulito e asciutto e lasciatele asciugare. Spalmate sulle pietre asciutte una piccola quantità di olio essenziale da massaggio e riponetele nella valigetta in alluminio. Conservate la valigetta in un luogo pulito e asciutto fuori dalla portata dei bambini e degli animali, staccata dalla rete elettrica.

Avvertenza

1. Durante il riscaldamento delle pietre chiudete bene la valigetta in alluminio per un riscaldamento più veloce delle pietre.
2. Se le pietre sono troppo calde, estrarle con un guanto da forno. Si possono appoggiare sul corpo solo quando la temperatura si abbassa ad una temperatura per voi piacevole. Le pietre appoggiate non vi devono scottare o provocare dolore!
3. Durante il loro utilizzo dovete stare attenti soprattutto ad evitare appoggiare le pietre su ossa e sporgenze ossee. Manipolare le pietre con cautela per evitare lesioni e la comparsa dei lividi.
4. Durante il massaggio verificare sempre la temperatura delle pietre calde per impedire ustioni a causa della temperatura troppo alta delle pietre. Dovreste poter tenere senza problemi le pietre in mano, e solo dopo appoggiarle sul corpo. Controllate sempre che la temperatura delle pietre per voi o per la persona da voi massaggiata sia piacevole!
5. Premendola la pietra sembra più calda.
6. Durante il massaggio e maneggiando le pietre fate attenzione a non farle cadere per non danneggiarle.
7. I malati di diabete hanno una sensibilità più bassa, bisogna stare molto attenti a non scottarli con le pietre.
8. Le persone con malattie della cute, ferite o ulcere cutanee non dovrebbero essere sottoposte al massaggio. Non appoggiare le pietre calde sul torace o l'ombelico.
9. Il massaggio non è adatto per le donne durante la mestruazione e la gravidanza, le persone che soffrono di malattie della cute e malattie infettive. Non sottoporsi al massaggio con febbre, brividi di freddo o quando non vi sentite bene. In caso di qualsiasi dubbio circa il corretto funzionamento delle pietre laviche consultate il vostro medico.

VÝHREVNÝ KUFRÍK NA UVOĽNÚJÚCU DOMÁCU MASÁŽ HORÚCIMI KAMEŇMI

ELEKTRICKÉ ZARIADENIE – Rovnako ako aj u všetkých elektrických spotrebičov dbajte o zvýšenú opatrnosť pri používaní, aby sa zabránilo zasiahnutiu a úrazu elektrickým prúdom. Toto zariadenie je určené len pre vnútorné priestory. Toto zariadenie nie je hračka. Toto zariadenie je určené len pre domáce použitie. Je zakázané používať ho komerčne. Uistite sa, že zariadenie nie je v blízkosti kúrenia či iných zdrojov tepla. Opravy a zásahy do elektrických spotrebičov môže vykonávať len kvalifikovaný elektrikár/ka. Nesprávne opravy môžu ohroziť osoby a majetok. Vyhnite sa kontaktu prístroja a spínača s vodou. Nepoužívajte ho pokiaľ bol poškodený (napr. pádom a inak). Nepoužívajte prístroj potom, čo začal zle fungovať. Nepoužívajte tento prístroj pre iný účel než pre ktorý je určený. Nevkladajte predmety do výstupu a vstupu prístroja ani ich nimi nezakrývajte. Nedotýkajte sa prístroja mokrymi rukami či nohami.

Návod na použitie

Pred použitím si pozorne prečítajte tento návod, v ktorom sa dozviete, ako správne používať tento produkt a ako sa počas jeho používania vyhnúť zraneniu.

Umyte kamene a vložte ich do hliníkového kufríka. Hliníkový kufrík umiestnite na rovné, stabilné a nehorľavé miesto. Kábel musí byť vždy voľný, aby sa predišlo jeho vytrhnutiu. Zatvorte kufrík, zapojte ho do elektrickej zásuvky a nechajte ohrievať približne 10–40 minút (podľa individuálnych preferencií, ak je teplota v miestnosti nízka, bude sa ohrievať dlhšie). Najvyššia teplota vyhrievania zvyčajne neprekročí 70 °C.

Keď sa kamene ohrejú, lyžičkou alebo rukavicou izolovanou voči teplu ich vyberte a položte na čistý uterák alebo podložku. Odpojte kufrík z el. siete akonáhle nebude potrebné kamene ohrievať! Zvoľte teplú miestnosť a pohodlnú posteľ vhodnú na masáž. Rozotrite pripravený esenciálny olej alebo pleťové mlieko po celom tele a masírujte príslušné miesta s horúcimi kameňmi v ruke (odporúča sa masírovať v prítomnosti maséra alebo príbuzného). Potom na približne 20 minút položte horúce kamene na určené akupunktúrne body (viď. obrázky). Celý postup môžete dokončiť tak, že na kožu naniesiete emulzie určené na starostlivosť o kožu alebo zoštíhľovanie, aby sa koža zvlhčila a aby sa zvýšila jej pružnosť. (Pred masážou s horúcimi kameňmi je vhodné osprchovať sa, aby sa odľokovali póry na celom tele.)

Účinky horúcich kameňov pri masáži celého tela

Hlavným účinkom tejto masáže je relaxácia, odbúranie stresu a uvoľnenie psychického napätia. Prostredníctvom masáže a pôsobením tepla sa stimuluje krvný obeh, lymfatický systém a urýchľuje sa telesný metabolizmus. Kombinácia masáže horúcimi kameňmi s rôznymi esenciálnymi olejmi vhodnými na masáži (aromaterapia) výrazne napomáha k zvládaniu stresu. Tiež pomáha zlepšiť kvalitu spánku, uvoľniť telo, zvýšiť energiu a uvoľniť telesné napätie. Spolu s niektorými emulziami určenými na starostlivosť o kožu, zoštíhľovanie alebo tvarovanie tela zvlhčujú kožu, sťahujú póry a napínajú kožu, ktorá je potom hladšia, jemnejšia a pružnejšia. Prostredníctvom masáže a horúceho tlaku na príslušné akupunktúrne miesta zmierňujú bolesť hlavy, ramien, krku a dysmenoreu.

Tri základné metódy masáže kameňmi

1. Uchopte kameň presne do stredu dlane a masírujte pomocou dlane a prstov.
2. Držte kameň a vykonajte masáž zameranú na určité časti svalov
3. Počas masírovania iných častí tela položte kamene na špecifické miesta na tele.

Údržba horúcich kameňov

Použitie horúce kamene vložte do čistej teplej vody, vyčistite ich pomocou antiseptického tekutého mydla a potom ich uložte na čistý uterák a nechajte oschnúť. Naneste na suché kamene malé množstvo esenciálneho masážneho oleja a vložte ich do hliníkového kufríka. Kufrík už nezapájajte do elektrickej zásuvky. Uložte ho na suché miesto, kde naň deti ľahko nedosiahnu, aby bol pripravený na neskoršie použitie.

Upozornenia

1. Keď ohrievate kamene, zatvorte a pevne uzamknite hliníkový kufrík, aby sa kamene rýchlejšie ohriali.
2. Ak je teplota kameňov príliš vysoká, vyberajte ich pomocou rukavíc izolujúcich teplo. Na telo ich možno položiť až vtedy, keď majú primeranú teplotu. Priložené kamene vás nesmie neprijemne páliť ani bolieť! Horúce kamene by ste mali bez problémov udržať v dlani. Vždy sa uistite, že je teplota kameňov pre vás či vami masírovaného človeka prijateľná!
3. Počas používania dávajte pozor, aby ste sa vyhlí výstupkom kostí a aby sa vám horúce kamene nevyšmykli, pretože by to mohlo spôsobiť poranenie a modriny.
4. Počas masáže neustále sledujte teplotu horúcich kameňov, aby ste pri vysokej teplote kameňov kožu nepopáliť.
5. Počas masáže sa snažte kameňmi do seba nenarážať, aby sa nepoškodili.
6. Pri silnejšom tlaku sa vám môže zdať, že teplota je vyššia.
7. Citlivosť pacientov so stredne ťažkou až ťažkou cukrovkou je o niečo nižšia, takže je potrebné dávať väčší pozor, aby sa nepopáliť.
8. Masáž by nemali absolvovať ľudia, ktorí majú kožné choroby, rany alebo hnisajúce rany. Horúce kamene nekladajte na hrudník ani na pupok.
9. Procedúru by nemali absolvovať ženy počas menštruácie alebo tehotenstva ani ľudia trpiaci kožnými chorobami, infekčnými chorobami alebo ochoreniami orgánov. Masáž nepodstupujte, ak máte zvýšenú teplotu alebo horúčku, zimnicu alebo sa inak necítite dobre. Ak máte akékoľvek pochybnosti, poraďte sa o používaní masáže horúcimi kameňmi s lekárom.

SET DE PIETRE VULCANICE ÎNTR-O LĂDIȚĂ CU ÎNCĂLZITOR PENTRU MASAJ DE RELAXARE

DISPOZITIVUL ELECTRIC – la fel ca în cazul tuturor aparatelor electrice fiți în mod special precauți să nu vă accidentați prin electrocutare în cursul utilizării. Acest dispozitiv este destinat pentru utilizare numai în spații interioare. Acest dispozitiv nu este o jucărie. Acest dispozitiv este un produs numai pentru uz casnic. Este interzis a se folosi în scopuri comerciale. Nu așezați dispozitivul în apropierea unei surse de căldură! Păstrați dispozitivul curat (fără praf, fire de păr, pietricele, ș.a.). Reparațiile aparatelor electrice și intervențiile de orice fel se pot efectua numai de către un electrician calificat, reparațiile făcute în mod necorespunzător pot pune în primejdie persoanele și bunurile acestora. Evitați contactul aparatului și a comutatoarelor cu apa. Nu îl folosiți dacă este defect (de exemplu, în cazul în care a căzut sau din alte pricini). Nu mai folosiți aparatul după ce ați constatat că a început să funcționeze prost. Nu folosiți acest aparat în alte scopuri decât în acelea pentru care a fost produs. Nu introduceți obiecte în orificiile de intrare și ieșire ale dispozitivului și nici nu le acoperiți cu acestea. Nu atingeți aparatul cu mâinile sau picioarele ude.

Instrucțiuni de folosire

Pentru a folosi produsul în mod corect și pentru a reduce riscul de rănire în cursul utilizării acestuia, vă rugăm ca, înainte de a-l utiliza pentru prima oară, să citiți cu atenție aceste instrucțiuni și să le păstrați pentru utilizare în viitor. Spălați pietrele cu apă caldută și introduceți-le în lădița de aluminiu. Așezați lădița de aluminiu pe o suprafață dreaptă, stabilă și neinflamabilă. Cablul trebuie să fie întotdeauna lejer, pentru a se evita smulgerea acestuia. Închideți lădița, conectați-o la rețeaua electrică și lăsați-o să se încălzească în jur de 10-40 de minute (după preferință, în cazul în care temperatura în cameră este mai scăzută, va fi nevoie de un timp mai îndelungat pentru încălzire). De obicei, cea mai înaltă temperatură nu depășește 70°C.

Când pietrele s-au încălzit, scoateți-le cu lingura sau cu o mânășă termoizolatoare și așezați-le pe un prosop curat și uscat sau pe o tavă. Deconectați lădița de la rețeaua electrică imediat ce nu veți mai avea nevoie să încălziți pietrele! Alegeți-vă o încăpere caldă, liniștită și un pat confortabil, potrivit pentru efectuarea masajului. Pe partea corpului care va fi masată aplicați ulei esențial sau o loțiune de corp. Prindeți pietrele calde în mâini și masați cu acestea părțile relevante ale corpului. Masajul unor părți ale corpului îl puteți efectua singuri sau cu ajutorul unei alte persoane. Apoi, pe o durată de aproximativ 20 de minute, așezați pietrele calde pe anumite puncte de acupunctură (a se vedea imaginile) sau pe locurile unde vă face bine. În această fază a masajului încercați să respirați liber și regulat și să vă destindeți cât puteți de mult. După terminarea masajului vă recomandăm să aplicați pe piele o emulsie de îngrijire sau de slăbire pentru ca pielea să fie încă și mai umedă și, de asemenea, mai elastică. În acest fel se încheie întreaga procedură. (Înainte de masajul cu pietre calde se recomandă să vă faceți un duș pentru a se deschide porii pielii pe întregul corp.)

Efectele masajului prin utilizarea pietrelor calde

Efectul principal al acestui tip de masaj este relaxarea, eliminarea stresului și eliberarea de tensiuni psihice. Prin intermediul masajului și datorită căldurii se stimulează circulația sângelui, sistemul limfatic și se accelerează metabolismul corpului. Combinația masajului cu pietre calde și a diferitelor uleiuri esențiale potrivite pentru masaj (aromaterapie) ajută în mare măsură la controlul stresului. De asemenea, ajută și la îmbunătățirea calității somnului, la destinderea corpului, creșterea energiei și eliberarea tensiunii fizice. Împreună cu anumite emulsii de îngrijire a pielii, care au și efect de slăbire sau modelator asupra corpului, acest masaj ajută să strângă porii, să hidrateze și să întindă pielea. Masajul efectuat cu regularitate și căldura care acționează asupra punctelor de acupunctură corespunzătoare pot, în timp, calma durerile de cap, durerile de spate, de umeri și ceafă, durerile musculare și durerile menstruale.

Trei modalități de bază de efectuare a masajului cu pietre

1. Așezați pietrele în linie dreaptă în căușul palmei și apoi masați cu ajutorul palmei, al degetelor și al pietrelor.
2. Prindeți piatra și efectuați masajul, concentrându-vă pe anumiți mușchi.
3. Așezați pietrele pe diferite părți ale corpului în timp ce masați alte părți ale corpului.

Întreținerea pietrelor calde

După folosire, introduceți pietrele vulcanice în apă caldă curată, adăugând săpun lichid antiseptic și spălați ușor pietrele. Apoi așezați-le pe un prosop curat și uscat, depărtate una de alta, și lăsați-le să se usuce. Pe pietrele uscate aplicați puțin ulei esențial de masaj și așezați-le în lădița de aluminiu. Păstrați lădița la loc uscat și curat, deconectată de la rețeaua electrică, nu o lăsați la îndemâna copiilor și a animalelor.

Atenție!

1. Pentru încălzirea cât mai rapidă a pietrelor, închideți bine lădița de aluminiu.
2. În cazul în care pietrele sunt prea fierbinți, scoateți-le cu ajutorul unei mânășe termoizolatoare. Pe corp le puteți pune abia atunci când temperatura acestora va scădea la o temperatură care vă va fi plăcută. Nu puneți pietrele pe corp atât timp cât veți simți că acestea vă ard în mod neplăcut sau dacă simțiți durere!
3. În timpul utilizării, fiți în special atenți să nu așezați pietrele pe oase sau pe proeminențe ale oaselor. Pietrele trebuie manipulate cu grijă, pentru a evita rănirea sau apariția vânătăilor.
4. În timpul masajului urmăriți mereu temperatura pietrelor calde, pentru a evita arderea pielii pricinuite de temperatura ridicată a pietrelor calde. Mai întâi trebuie să încercați dacă puteți ține pietrele calde în palmă fără probleme și abia apoi să le așezați pe corp. Trebuie să vă asigurați întotdeauna că temperatura pietrelor este acceptabilă pentru dumneavoastră sau pentru persoana pe care o masați!
5. Dacă veți apăsa pe piatră, vi se va părea mai caldă.
6. În timpul masajului și a manipulării pietrelor, trebuie să fiți atenți ca pietrele să nu se lovească între ele și, astfel, să nu se deterioreze.
7. Pacienților care au diabet au un grad mai scăzut de sensibilitate, deci este nevoie să fiți foarte atenți ca pietrele să nu îi ardă.
8. Persoanelor cu boli de piele, cu rani sau cu răni cu putrefacție nu ar trebui să li se efectueze masaj. Să nu așezați pietrele pe torace sau pe buric.
9. Masajul nu este destinat femeilor în perioada menstruației sau gravide și nici persoanelor care suferă de boli de piele sau de boli infecțioase. Nu trebuie să fie masate persoane care au temperatură ridicată sau febră, care au frisoane sau nu se simt bine. În cazul în care aveți indoieli de orice fel, consultați medicul cu privire la efectuarea masajului cu pietre calde.

LÁVAKŐ SZETT FŰTÖTT BŐRÖNDBEN RELAXÁLÓ MASSZÁZSHOZ

ELEKTROMOS BERENDEZÉS - Mint minden elektromos készülék használata közben, legyen óvatos, hogy elkerülje az esetleges áramütést és az azzal járó sérülést. Kizárólag beltéri használatra szánt berendezés. A berendezés nem játék. Kizárólag otthoni használatra szánt berendezés. Kereskedelmi célú használata tilos. A berendezést ne helyezze hőforrások közelébe! Tartsa a készüléket tisztán (óvja a portól, hajszálaktól, kavicsotl stb.). Az elektromos készülékek javítását és módosítását kizárólag szakképzett villanyszerelő végezheti, a szakszerűlten javítások veszélyesek lehetnek mind az emberre, mind a tulajdonra. Kerülje a készülék és a kapcsolók vízzel való érintkezését. Károsodás (pl. esés után vagy más sérülés) esetén ne használja. A készüléket meghibásodás után ne használja. A készüléket kizárólag rendeltetésszerűen használja. Ne helyezzen tárgyakat a készülék ki- és bemeneti nyílásaiba, és ne is takarja le azokat. Ne nyúljon a készülékhez nedves kézzel vagy lábbal.

Használati útmutató

A termék helyes használata, illetve a használat közbeni sérülések elkerülése érdekében kérjük, az első használat előtt figyelmesen olvassa el ezt az útmutatót, és őrizze meg azt, mert a későbbiekben szüksége lehet rá. A köveket mossa meg langyos vízzel, és helyezze őket az alumínium bőröndbe. Az alumínium bőröndöt helyezze sík, stabil és tűzálló felületre. Ügyeljen arra, hogy a vezeték mindig szabad legyen, nehogy kiszakadjon. A bőröndöt zárja le, csatlakoztassa az elektromos hálózathoz, és hagyja 10-40 percig melegedni (igény szerint; ha a helyiségben alacsony a hőmérséklet, a felmelegedés tovább tart). A legmagasabb fűtési hőmérséklet általában nem haladja meg a 70 °C-t.

Miután a kövek felmelegedtek, kanálal vagy hőálló edényfogóval vegye ki őket, és helyezze száraz, tiszta törülközőre vagy tálcára. Amennyiben a kövek további melegítése már nem szükséges, a bőröndöt húzza ki az elektromos hálózatról! Válasszon egy csendes, meleg szobát, kényelmes és masszázásra alkalmas ágygal. A masszírozandó testrészt kenje be masszázsolajjal vagy testápoló tejjel. Vegye kézbe a forró köveket, és masszírozza velük a kívánt testrészt. Egyes testrészek masszírozásához igénybe veheti egy másik személy segítségét. Ezután helyezze a forró köveket úgy 20 percre a konkrét akupunktúras pontokra (ld. képek), vagy azokra a helyekre, ahol az kellemes Önnek. A masszázs e szakaszában igyekezzen egyenletesen lélegezni, és teljes mértékben ellazulni. Ajánljuk, hogy a masszázs befejezése után használjon bőrápoló szert, hogy bőre még hidratáltabb és rugalmasabb legyen. Ezzel be is fejezte a masszázsfolyamatot. (A forró kövekkel történő masszázs előtt ajánlatos lezuhanyozni, hogy a pórusok az egész testen táguljanak ki).

A forró köves masszázs hatásai

A masszázs legfőbb hatása az ellazulás, a stresszoldás és a pszichikai feszültség feloldása. A masszázs és a hő hatása serkenti a vérkeringést, a nyirokrendszer működését, és felgyorsítja a test anyagcseréjét. A forró köves masszázs különböző masszázásra alkalmas illóolajokkal (aromaterápia) kombinálva jelentősen segíti a stresszkezelést. Emellett javítja az alvás minőségét, a test ellazulását, növeli az energiaszintet, és oldja a testi feszültséget. Bizonyos bőrápoló, karcsúsító és alakformáló emulziókkal együtt a masszázs segít a pórusok összehúzásában, valamint a bőr hidratálásában és feszesítésében. A megfelelő akupunktúras pontokon alkalmazott masszázs és hő enyhítheti a fej-, hát-, váll- és nyakfájást, illetve az izom- és menstruációs fájdalmakat.

A kőmasszázs három alapszere

1. Helyezze a köveket egyenletesen a tenyere középebe, majd kezdjen el masszírozni a tenyere, ujjai és a kövek segítségével.
2. Fogja meg a követ és masszírozzon vele, miközben konkrét izmokra összpontosít.
3. Fektesse a köveket a test különböző részeire, közben pedig masszírozza a test más részeit.

A forró kövek karbantartása

A lávaköveket használat után tegye tiszta meleg vízbe, adjon hozzá fertőtlenítő hatású folyékony szappant, és a köveket óvatosan mossa meg. Ezután terítse szét őket egy tiszta, száraz törülközőre, és hagyja megszáradni. A száraz köveket kenje be kis mennyiségű masszázsolajjal, és helyezze őket az alumínium bőröndbe. A bőröndöt tartsa száraz, tiszta helyen, gyermekektől és állatoktól távol, kihúzza az elektromos hálózatról.

Figyelmeztetés

1. A kövek melegítése közben az alumínium bőröndöt zárja le, hogy a kövek gyorsabban melegedjenek fel.
2. Amennyiben a kövek túlságosan forróak, kivételülkora használjon edényfogót. Testre tenni csak akkor szabad őket, ha a hőmérsékletük kellemes szintre csökken. A köveknek nem szabad kellemtlenül égetniük, és nem okozhatnak fájdalmat!
3. Használat közben különösen ügyeljen arra, hogy a köveket ne tegye csontokra vagy csontkiemelkedésekre. Bánjon óvatosan a kövekkel, hogy elkerülje a sérüléseket és vérárfutásokat.
4. Masszírozás közben folyamatosan figyelje a forró kövek hőmérsékletét, hogy elkerülje a bőr megégését. A forró kövek akkor alkalmasak a használatra, ha gond nélkül meg tudja tartani azokat a tenyerében – csak ezután tegye rá őket a testre. Mindig győződjön meg arról, hogy a kövek hőmérséklete elviselhető legyen az Ön vagy az Ön által masszírozott személy számára!
5. Ha a követ erősebben nyomja, forróbbnak fog tűnni.
6. A masszázs során és a kövek kezelésre közben ügyeljen arra, hogy a kövek ne ütközzenek egymáshoz, és ne rongálódjanak meg.
7. A cukorbetegék érzékenysége kisebb, ezért nagyon kell ügyelni arra, nehogy a kövek megégessék őket.
8. Bőrbetegségekben szenvedők, sérültek, vagy gennyes sebekkel küszködők inkább kerüljék a masszázst. A forró köveket ne tegye a mellkasra vagy a köldökre.
9. A masszázs nem alkalmas éppen menstruáló vagy terhes nőknél, illetve bőr- vagy fertőző betegségben szenvedőknél. Hőemelkedés vagy láz, hidegrázás vagy rosszullét esetén ne vesse magát alá masszázsnak. Amennyiben bármilyen kétélyei vannak a forró köves masszázst illetően, forduljon tanácsért orvoshoz.

Комплект вулканични камъни в подгриващ куфар за релаксиращ масаж

Електрическо устройство - Също както при всички електрически уреди имайте предвид, че с уреда трябва да се борави внимателно, за да се предотврати токов удар и да се избегне нараняване от електрически ток. Това устройство е предназначено само за закрити пространства. Това устройство не е играчка. Това устройство е предназначено само за домашна употреба. Забранена е употребата с търговски цели. Не поставяйте устройството в близост до източници на топлина. Поддържайте устройството чисто (от прах, коса, камъчета и т.н.). Ремонт на електрически устройства може да се извършва само от квалифициран електротехник, неправилни ремонти могат да застрашат хора и имущество. Избягвайте контакт с уреди и устройства, съдържащи вода. Не го използвайте, ако е повредено (например, ако е падало или е било повредено по друг начин). Не ползвайте устройството, след като е започнало да работи неправилно. Не ползвайте това устройство за цели, различни от предназначението му. Не поставяйте предмети в отворите на устройството, също не ги покривайте. Не докосвайте устройството с мокри ръце и крака.

Указания за ползване

За да може да използвате изделието правилно и да предотвратите наранявания при неговото ползване, моля, преди първото използване прочетете грижливо тези указания и ги запазете за бъдещи справки. Измийте камъните с вода и ги сложете в алуминиевия куфар на равно, стабилно и негоримо място. Кабелът трябва винаги да е свободен, за да се предотврати неговото скъсване. Затворете куфара, включете го в електрическата мрежа и оставете да се затопля приблизително 10-40 мин. (според индивидуалните изисквания; ако температурата в стаята е ниска, ще е необходимо по-дълго време за затоплянето му). Най-високата температура обикновено не превишава 70°C.

След като камъните се загреят, извадете ги с лъжица или топлоустойчива ръкавица и ги сложете върху чиста суха кърпа или поднос. Изключете куфара от електрическата мрежа, ако вече няма нужда от затопляне на камъните. Изберете си спокойна топла стая и удобно легло, подходящо за извършване на масаж. Намажете мястото на тялото, което ще се масажира, с есенциално масло и мляко за тяло. Ханетете топли камъни с ръката си и масажирайте съответните части на тялото. Масажът на някои части на тялото може да извършвате сами или с помощта на друг човек. След това разположете горещите камъни за 20 минути върху определени акупунктурни точки (виж снимката) или на места, на които Ви е приятно. В тази фаза на масажа се опитайте да дишате свободно и равномерно и да релаксирате максимално. След приключване на масажа препоръчваме нанасяне върху кожата на емулсия за грижа за кожата или за отслабване, за да може кожата да се овлажни още повече и да се повиши нейната еластичност. С това цялата процедура приключва. (Преди масажа с горещите камъни е добре да вземете душ, за да се отворят порите в цялото тяло).

Въздействие на масажа с горещи камъни

Основният ефект от този масаж е релаксация, освобождаване от стреса и успокояване на психическото напрежение. Средством на масажа и въздействието на топлината се стимулира кръвообращението, лимфната система и се подобрява обмяната на веществата. Комбинацията от масаж с помощта на горещи камъни с различни есенциални масла, подходящи за масаж (ароматерапия), особено много допринася за освобождаване от стреса. Това също помага и за по-добър сън, успокояване на тялото, повишаване на енергията и освобождаване на физическото напрежение. Заедно с някои емулсии, които се грижат за кожата и имат отслабващ и оформящ ефект върху тялото, този масаж спомага за затваряне на порите, овлажняване и изтъвяне на кожата. Масажът и топлината въздействат върху съответните акупунктурни точки, могат да облекчат главоболието, болките в гърба, раменете и врата, мускулни болки и менструални болки.

Три основни начина за масажирание с камъни

1. Поставете камъни равномерно в средата на дланта и след това масажирайте с помощта на дланта, пръстите и камъните.
2. Ханетете камъка и извършвайте масаж, като се съсредоточите върху определени мускули.
3. Поставете камъни на различни места по тялото, докато масажирате други места на Вашето тяло.

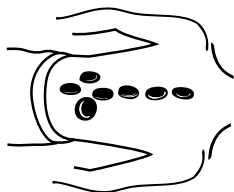
Поддръжка на горещите камъни

Поставете използваните вулканични камъни в чиста вода, добавете антисептичен течен сапун и внимателно измийте камъните. След това ги разположете върху чиста суха кърпа и оставете да изсъхнат. Намажете сухите камъни с малко количество есенциални масажни масла и ги поставете в алуминиевия куфар. Приберете куфара на чисто и сухо място извън обсега на деца и животни, изключено от електрическата мрежа.

Предупреждения

1. При загреването на камъните затворете добре алуминиевия куфар, за да могат камъните да се загреят по-бързо.
2. Ако камъните са с прекалено висока температура, извадете ги с помощта на ръкавица. Върху тялото на човек могат да се слагат само тогава, когато температурата спадне до подходяща за това температура. Поставените камъни не бива да Ви изгарят или причиняват болка при ползването върху Вашето тяло.
3. При използването обърнете специално внимание на това, да не се поставят камъни върху кости и костни изпъкналости. С камъните манипулирайте внимателно, за да избегнете наранявания и образуването на синини.
4. По време на масажа непрекъснато следете температурата на горещите камъни, за да предотвратите изгаряния на кожата в резултат от високата температура на горещите камъни. Трябва да можете без проблем да държите горещите камъни в дланта си, преди да ги слагате върху тялото. Винаги се уверявайте, че температурата на камъните е приемлива за Вас или за масажирания от Вас човек.
5. Ако натискате камъка повече, ще го чувствате по-горещ.
6. По време на масажа и манипулацията с камъните внимавайте за това, камъните да не се удрят един в друг и така да се повредят.
7. Пациенти с диабет имат понижена чувствителност, затова трябва да се внимава, да не ги изгорят камъните.
8. Хора с кожни болести, рани или гноини рани не трябва да се масажират. Не слагайте горещи камъни на гърдите и на пъла.
9. Масажът не е подходящ за жени в менструация и бременни жени, хора с кожни болести и инфекции. Масаж също не се извършва, ако имате повишена или висока температура, втрисане или не се чувствате добре. Ако имате каквито и да е съмнения, консултирайте се с лекар преди употребата на камъните за масаж.

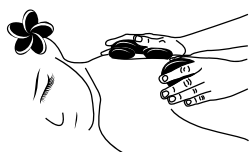
Recommended use / Empfohlene Anwendung / Doporučené použití / Odporúčané použitie
Utilisation recommandée / Recomandări de folosire / Javasolt felhasználás
Uso recomendado/ Uso raccomandato / Препоръчителна употреба



80 x 80 x 19 mm

ROUND AND FLAT / RUND UND FLACH / KULATÉ A PLOCHÉ / OKRŮHLY A PLOCHÝ / RONDÉS ET PLATES / ROTUNDE ȘI PLATE / KERÉK ÉS LAPOS / REDONDAS Y PLANAS / ROTONDE E PIATTE / КРЪГЛИ И ПЛОСКИ

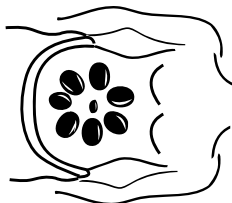
To put on or under parts of the body depending on the position and morphology of the body. / Zum Auflegen auf oder unter Teile des Körpers, abhängig von der Position und Morphologie des Körpers. / Libovolně položit v závislosti na pozícia tvaru těla. / Lubovolne ukladať v závislosti na pozícia tvaru tela. / Poser arbitrairement en fonction de la position et de la forme du corps. / A se așeza după bunul plac în funcție de poziția și de forma corpului. / Testhelyezettől és testalkattól függően bármilyen módon testre helyezhetők. / Colocar libremente dependiendo de la posición y forma del cuerpo. / Appoggiare a piacimento compatibilmente con la posizione e le forme del corpo. / Свободно поставяне в зависимост от позицията и формата на тялото.



80 x 60 x 19 mm

OVAL AND FLAT / OVAL UND FLACH / OVÁLNÉ A PLOCHÉ / OVÁLNÝ A PLOCHÝ / OVALES ET PLATES / OVALE ȘI PLATE / OVÁLIS ÉS LAPOS / OVALADAS Y PLANAS OVALI E PIATTE
ОВАЛНИ И ПЛОСКИ

To put on or under parts of the body depending on the position and morphology of the body. / Zum Auflegen auf oder unter Teile des Körpers, abhängig von der Position und Morphologie des Körpers. / Libovolně položit v závislosti na pozícia tvaru těla. / Lubovolne ukladať v závislosti na pozícia tvaru tela. / Poser arbitrairement en fonction de la position et de la forme du corps. / A se așeza după bunul plac în funcție de poziția și de forma corpului. / Testhelyezettől és testalkattól függően bármilyen módon testre helyezhetők. / Colocar libremente dependiendo de la posición y forma del cuerpo. / Appoggiare a piacimento compatibilmente con la posizione e le forme del corpo. / Свободно поставяне в зависимост от позицията и формата на тялото.



70 x 60 x 28 mm

OVAL AND RAISED / OVAL UND VERDICKT / OVÁLNÉ A VYPOUKLÉ / OVÁLNÝ A KLENUTÝ
OVALES ET BOMBÉES / OVALE ȘI BOMBATE / OVÁLIS ÉS DOMBORÚ / OVALADAS Y AOMBADAS / OVALI E ARCUATE / ОВАЛНИ И ИЗПЪКНАЛИ

Use to massage and touch the skin (round, shape of 8 or S, symmetrical). / Zum die Haut zu berühren und zu massieren (kreisförmig, als 8 oder S, symmetrisch). / K masáži a pokládání na pokožku (krouživým pohybem, pohybem ve tvaru 8 nebo písmene S, symetricky). / Na masáž a obklady kože (krúživým pohybom, pohybom v tvare 8 alebo písmena S, symetricky). / Destinées au massage et la pose sur la peau (avec un mouvement circulaire, avec un mouvement en forme de chiffre 8 ou de lettre S, de mani re symétrique). / Pentru masaj și pentru a se așeza pe piele (prin mișcări în cerc, în forma cifrei 8 sau a literei S, simetric). / Massázshoz és bőrön való alkalmazáshoz (körkörös mozdulatokkal, 8-as vagy S alakú mozdulatokkal, szimmetrikusan). / Para masaj e colocación en la piel (movimiento circular, movimiento en 8 o S, simétrico). / Per il massaggio e per essere posate sulla pelle (con movimento circolare, movimento a forma di 8 o di lettera S, in modo simmetrico). / За масажиране и поставяне върху кожата (с кръгови движения, движения под формата на 8 или буквата S, симетрично).



40 x 30 x 8,5 mm

OVAL AND FLAT, SMALL MODEL / OVAL UND FLACH, KLEIN / OVÁLNÉ A PLOCHÉ, MALÁ VELIKOST
OVÁLNÝ A PLOCHÝ, MALÝ MODEL / OVALES ET PLATES, DE PETITE TAILLE / OVALE ȘI PLATE,
MĂRIMI MICI / OVÁLIS ÉS LAPOS, KISMÉRETŰ / OVALADAS Y PLANAS, TAMA O PEQUE O / OVALI E
PIATTE, PICCOLE DIMENSIONI / ОВАЛНИ И ПЛОСКИ, МАЛЪК РАЗМЕР

Placed between the toes or to massage the face. / Zum Platzieren zwischen den Zehen oder für die Gesichtsmassage. / Umístít mezi prsty na nohou nebo použít k masáži obličeje. / Umieștiintz medzi prsty na nohách alebo použiť na masáž tváre. / A placer entre les orteils ou utiliser pour masser le visage. / A se așeza între degetele de la picioare sau a se folosi pentru masajul feței. / Lábjujak közé helyezhető vagy arcmassázshoz használható. / Colocar entre los dedos de los pies o usar para masajear la cara. / Inserire tra le dita dei piedi o usare per il massaggio del viso. / За поставяне между пръстите на краката или за масажиране на лицето.



IMPORTER / DER IMPORTER / IMPORTATEUR / IMPORTADOR / IMPORTATORE
IMPORTATOR / DOVOZCE / DOVOZCA / IMPORTŐR / ВНОСИТЕЛ

VISO TRADE s.r.o.
 Pravdova 837, 377 01 Jindřichův Hradec II, CZECH REPUBLIC
 IČO: 26108321

Country of origin: China / Hergestellt in China / Pays d'origine: Chine / País de origen: China / Paese di origine: Cina / Țara de origine: China / Země původu: Čína / Krajina původu: Čína / Származási ország: Kína / Производ: Китай