



Bedienungsanleitung



Thumper Einkugelmassagegerät VMTX

Art.Nr.: 31402

▶▶▶ [zum Produkt ...](#)

Massagegeräte

▶▶▶ [zur Kategorie...](#)

Einleitung

Wir gratulieren Ihnen zum Erwerb eines Thumper®. Wir wissen, dass Sie an diesem Produkt viel Freude haben werden und das damit verbundene Wohlbefinden genießen werden. Wir haben alle Thumper®-Produkte gemäß dem neusten Stand der Technik und aufgrund jahrelanger Erfahrung entwickelt. Unsere Herstellungsverfahren unterliegen den strengsten Qualitätskontrollen und verwenden nur Materialien und Komponenten von höchster Qualität.

Alle Thumper®-Massagiergeräte zeichnen sich durch unsere patentierte Percussive-Action (Perkussionsaktion) aus: kein anderes Produkt kann sich damit vergleichen. Sie sind ideal für Personen mit einem aktivem Lebensstil, deren Muskeln nach Übungen entspannen sollen, und für Personen, die das belebende Gefühl, das von einer guten Massage ausgeht, wollen.

Lesen Sie als neuer Besitzer eines Thumper® bitte diese Anwenderanleitung durch, da sie Informationen zur Sicherheit, Bedienung, Instandhaltung und Garantie sowie Hinweise, wann der Thumper® nicht verwendet werden sollte, enthält. Diese Anleitung beschreibt auch einige einfache Massage-ertechniken, soll aber weder eine vollständige Übersicht über das Massagieren noch eine Liste von Indikationen darstellen.

Alle Thumper®-Produkte wurden entworfen, um Menschen beim Aktivbleiben zu helfen. Viel Spaß mit Ihrem neuen Thumper®!

Sicherheitsanleitungen

Gefahr: Beim Benutzen eines elektrischen Geräts, wie dem Thumper®, sollten Vorsichtsmaßnahmen immer befolgt werden, wie z.B. die Folgenden:

Alle Anleitungen vor Anwendung des Thumpers® lesen.

Um die Gefahr eines elektrischen Schlags zu verringern:

- Immer den Stecker des Thumpers® nach der Verwendung und vor der Reinigung aus der Steckdose ziehen.
- Nicht beim Baden oder Duschen benutzen.
- Den Thumper® nicht aufbewahren, wo er in eine Badewanne oder ein Waschbecken fallen oder hineingezogen werden kann. Nicht in Wasser oder eine andere Flüssigkeit stellen oder fallen lassen. Nicht nach einem Gerät, das in Wasser gefallen ist, greifen. Sofort den Stecker aus der Steckdose ziehen.

Warnung: Um die Gefahr von Verbrennungen, Feuern, elektrischen Schlägen oder Verletzungen zu vermeiden:

- Der Thumper® sollte nie unbeaufsichtigt gelassen werden, wenn er eingesteckt ist. Den Thumper-Stecker aus der Steckdose ziehen, wenn das Gerät nicht benutzt wird und vor dem Reinigen.
- Nie den Thumper® mit einem beschädigten Kabel oder Stecker betreiben,

wenn er nicht richtig funktioniert, heruntergefallen ist, beschädigt ist oder sich in Wasser befindet. Das Werk zur Untersuchung und Reparatur anrufen.

- Nicht unter einer Decke oder einem Kissen betreiben oder an einem Ort an dem die Lüftung ungenügend ist.
- Vorsichtige Überwachung ist bei Verwendung an, durch und in der Nähe von Kindern, Kranken und Behinderten erforderlich.
- Verwenden Sie den Thumper® nur für seinen wie in dieser Anleitung vorgesehenen Zweck.

Bitte verwenden Sie nicht Zusatzeile, die der Hersteller nicht empfiehlt.

- Nicht den Thumper® am Kabel tragen oder das Kabel ruckartig ziehen.
- Nie einen Gegenstand in die Öffnungen fallen lassen oder hineinstecken.
- Abschalten und den Stecker aus der Steckdose ziehen, um das Gerät vom Strom zu trennen.
- Den Thumper® nur in eine sachgerecht geerdete Steckdose einstecken.
- Nie den Thumper® betreiben, wenn die Lüftungsöffnungen versperrt sind. Die Lüftungsöffnung von Fusseln, Haaren und Ähnlichem freihalten. Nie auf einem weichen Bett oder einem weichen Sofa, wo die Luftöffnungen blockiert werden könnten, betreiben.
- Das Kabel von beheizten Oberflächen weg halten.
- Nicht draußen verwenden.
- Nicht an Orten, an denen Aerosolprodukte verwendet werden oder wo reiner Sauerstoff verwendet wird, betreiben.
- Das Massagergerät nicht in der Nähe von lockerer Kleidung oder losem Schmuck verwenden.
- Langes Haar beim Gebrauch vom Massagergerät weg halten.

Diese Anleitung aufheben.

Wann man den Thumper® nicht verwenden sollte

Die Massage sollte angenehm und gemütlich sein. Wenn Sie Schmerzen empfinden oder sich unbehaglich fühlen, den Gebrauch einstellen und Ihren Arzt befragen.

WICHTIG – Der Thumper® sollte nicht an den folgenden Bereichen angewendet werden:

- Dem Bauch und unteren Rücken während einer Schwangerschaft,
- Geschwollenen oder entzündeten Bereichen oder Hautverletzungen (blauen Flecken, Schnitten, Rissen usw.),
- Hoden, Ovarien, Brustgewebe, Augen, Ohren, Kopf, Hals oder Nieren,
- Unmittelbar an Knochen,
- An Krampfadern,
- Nicht für ungeklärte Wadenschmerzen verwenden.

Die Beine streichen: Die Beine immer in Richtung des Herzens stre-

ichen, da dies die normale Fließrichtung des Venenbluts ist.

Einklemmen der Haut: Bei richtiger Anwendung klemmt der Thumper® Haut nicht ein. Wenn das Massagiergerät zu weit geneigt wird, könnte lose Haut in den Spalt zwischen der Massagierkugel und dem Plastikgehäuse gezwängt werden, wodurch die Haut geklemmt werden könnte. Um dies zu vermeiden, die Massagierkugeln und die Thumper-Aktion immer senkrecht zum Körper richten.

Ein Juckreiz kann auftreten, wenn:

- Juckendes Material oder Kleidung zwischen dem Thumper® und der Haut getragen wird (z.B. synthetische Stoffe).
- Zu lange an einem Ort verweilt wird (mehr als 60 Sekunden).
- Die Luftfeuchtigkeit der Umgebung recht niedrig ist, wie z.B. in den Wintermonaten.

Kitzeln: An den Beinen ist Kitzeln eine normale Reaktion. Das Kitzeln vergeht nach ungefähr 5-10 Sekunden, wenn der Thumper® geparkt ist. Der Thumper® ist nicht kitzlig an den Füßen des Benutzers, aber kann es an denen einer anderen Person sein.

Kontrollen

Einstecken: Um die Gefahr eines elektrischen Schlags zu verringern, kann der Thumper® einen polarisierten Stecker haben (eine Steckernadel ist dabei möglicherweise größer als die andere). In dem Fall passt der polarisierte Stecker nur auf eine Weise in die Steckdose. Falls der Stecker nicht ganz in die Steckdose passt, den Stecker umdrehen. Wenn er immer noch nicht passt, einen qualifizierten Elektriker anrufen, damit er eine entsprechende Steckdose installiert. Den Stecker auf keine Weise abändern.

Ihr Massagiergerät betreiben: Um den Thumper® AN zuschalten, einfach den Hauptschalter in die An-Position bringen; die Maschine startet dann. Die gewünschte Geschwindigkeit durch Drehen des Kontrollknopfs von 1 bis 5 einstellen. Die Einheit wurde entwickelt, um bei 20 bis 40 Pulsen pro Sekunde zu arbeiten.

Das Gehäuse des VMTX-Massagiergeräts anfassen und den Riemen so anpassen, dass er sich bequem auf dem Rücken Ihrer Hand anfühlt. Sie sollten das Gehäuse loslassen können, aber das VMTX-Massagiergerät sollte an Ihrer Hand bleiben als wäre es ein Handschuh. Der VMTX kann sowohl an Ihrer rechten als auch an Ihrer linken Hand getragen werden.

Um die Wirkung Ihrer Massage zu optimieren und das Feedback in Ihrer Hand und Ihrem Handgelenk zu minimalisieren, den VMTX entlang dem zu massierenden Muskel gleiten lassen. Tun Sie es genau so mit der Innenseite Ihrer Hand. Lassen Sie den Massagierkopf seine Perkussionswirkung en-

falten. Benutzen Sie Ihre Finger, um das Gerät in die von Ihnen gewünschte Richtung zu bewegen. Wenn Sie bereit sind, mehr Druck auf eine bestimmte Druckstelle oder einen Muskelknoten auszuüben, verlagern oder neigen Sie das Gewicht Ihrer Hand von der Handfläche nach vorne zu den Fingern. Die Druckverlagerung erhöht die Massagierstärke an dieser bestimmten Muskelstelle.

Passen Sie die Stärke Ihrer Massage an, indem Sie die Massagierkugeln auswählen, die Ihren Anforderungen am Besten entsprechen. Für eine tiefere Massage, die harten Massagierkugeln (schwarz), und für eine leichte Massage, die weichen Kugeln verwenden (grau). Für Triggerpunktmas-
sage können Sie den kegelförmigen Massagekopf verwenden (weiß). Zum Auswechseln der Massagierkugeln, diese einfach mit den Fingern aus der Basis der Wipplatte herauschälen. Sie werden gegen der Mitte der Wipplatte eine flache Stelle bemerken, an der Sie die Massagierkugeln anfassen können. Zum Installieren der Massagierkugeln, diese einfach in ihre Stellung drücken.

Bewichtung: Der Thumper® wurde entworfen, um am Besten unter Ausnutzung seines eigenen Gewichts zu arbeiten. Wenn zu viel Druck auf das Massagiergerät ausgeübt wird, ist die Perkussionswirkung (Thumping) als Folge schwach. Das ist so, weil der Thumper® die Kugeln gegen den Muskel auf ähnliche Weise wie beim Trommelschlagen pulsieren muss. Wenn zu viel Kraft oder zusätzliches Gewicht angesetzt wird, wird die Wirkung erdrückt oder eingehemmt und kann daher weniger eindringen. Alle Thumper®-Produkte wurden mit einem Überlastungssicherheitssystem entworfen, um Schaden am Gerät und Verletzung des Anwenders zu verhindern. An manchen Geräten wird die Stromzufuhr verringert bis die Belastung auf ein normals Niveau zurrückkehrt, bei anderen Produkten schaltet das Gerät sich ab und muss zurückgestellt werden.

Zum Zurückstellen müssen Sie:

- [1] Den Schalter auf AUS stellen.
- [2] Die Maschine etwa 20 Minuten lang abkühlen lassen.
- [3] Den Schalter auf AN stellen.

Temperatur: Die interne Gerätetemperatur hängt von mehreren Faktoren ab: der Umgebungstemperatur, der Laufzeit und der Belastung. Zu viel Hitze durch zu große Belastung des Systems lässt die Motortemperatur schnell ansteigen. Dauernde Bedienung bei hohen Temperaturen nutzt die arbeitenden Teile vorzeitig ab und kann zu Schäden am Motor führen. Alle Thumper®-Produkte haben Lüftungsöffnungen, um Luftzirkulierung im Gerät zu ermöglichen. Manche Modelle sind auch mit Lüftern ausgestattet. Alle Thumper®-Produkte haben ein Überhitzungssicherheitssystem, um Verletzungen am Anwender zu verhindern. Wenn die Temperatur zu hoch ansteigt, schaltet sich das Gerät ab und muss abkühlen; dann muss es zurückgestellt werden.

Instandhaltung

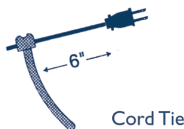
Reinigungstips: Wenn die Aussenflächen schmutzig sind, mit einem Lappen und ein wenig Seife abwischen. Verdünnungsmittel, Benzol und andere Lösungsmittel nicht verwenden. Der Thumper® ist wartungsfrei, da er dauergeschmierte, versiegelte Lager hat. Keine zusätzliche Schmierung ist erforderlich. Der Thumper® hat keine wartungsbedürftigen Innenteile.

Elektrische Isolierung: Der Thumper® ist ein doppelt-isoliertes Produkt. Ein doppelt-isoliertes Produkt besitzt zwei Isolierungssysteme anstatt der Erdung. Ein doppelt-isoliertes Produkt hat keine Erdung und es darf kein Erdungsmittel hinzugefügt werden. Die Wartung eines doppelt-isolierten Produkts bedarf äußerster Vorsicht sowie Systemkenntnisse und sollte nur von qualifiziertem Wartungspersonal durchgeführt werden. Ersatzteile für ein doppelt-isoliertes Produkt müssen mit den zu ersetzenden Originalteilen identisch sein. Ein doppelt-isoliertes Produkt ist mit den Worten "Double Insulation" (Doppelisolierung) oder dem entsprechenden Symbol (Quadrat innerhalb eines Quadrats) gekennzeichnet.

Produktlebens verlängern: Um den Gebrauch Ihres Thumpers® zu optimieren und ihn möglichst lange zu benutzen, sollten Sie drei Faktoren, die sich auf vorzeitige Abnutzung auswirken, beachten: schwere Belastung, hohe Temperaturen und lange, ununterbrochene Laufzeiten.

Laufzeit: Der Thumper® ist geprüft und zertifiziert worden, damit er den elektrischen Sicherheitsstandarden von UL (Underwriters Laboratories), CSA (Canadian Standards Association) und EN (European Standards) für elektrische Haushalts- und Massagergeräte entspricht. Diese Produkte sind für unterbrochenem Gebrauch vorgesehen, was als „20 Minuten AN / 20 Minuten AUS“ definiert wird (d.h. wenn Sie das Gerät 20 Minuten laufen lassen, sollte es 20 Minuten lang abkühlen).

Stromkabelaufbewahrung: Ihr Thumper®-Massagergerät ist mit einer Kabelbinde versehen, damit Sie das vier Meter lange Kabel besser aufbewahren können. Die Binde sollte auch während des Gebrauchs am Kabel bleiben. Zur Aufbewahrung sollten Sie das Kabel ungefähr 2 Meter vom Griff entfernt anfassen und in mehreren Schlaufen von 30 Zentimeter Durchmesser aufwickeln. Die Kabelbinde sollte am Schluss fest um das aufgewickelte Kabel gebunden werden. Das Kabel nicht um den Griff oder Körper des Massagergeräts wickeln, da das zu vorzeitigem Brechen des Entlastungsmittels an der Stelle, wo das Kabel in das Gehäuse eintritt, führt.





Sport-Tec
Physio & Fitness

Lemberger Straße 255
D-66955 Pirmasens

Tel.: 06331/1480-0
Fax: 06331/1480-220

info@sport-tec.de
www.sport-tec.de