



Před použitím

Před prvním použitím výrobku si pozorně přečtěte návod k použití a uložte jej pro vyhledání informací v budoucnosti.

Bodcová podložka OBH Nordica má 250 akupresurních zón s celkem 7250 efektivními akupresurními body. Tyto body stimulují akupresurní body, což zvyšuje krevní oběh a uvolňuje endorfiny (hormony známé pro snížení účinku bolesti), získávají také během cvičení a při lidském doteku. Časté použití této podložky může zmírnit bolest, usnadnit potíže při usínání, zmírnit bolesti svalů, uvolnit ztuhlost a pomůže Vám relaxovat. Modrá barva masážní podložky symbolizuje duši, pravdu a vnitřní klid.

Historie masážní bodcové podložky

Tato podložka původně pochází z Indie a podle indické tradice je již více jak 1000 let používána během meditací a jógy pro nalezení rovnováhy a harmonie vnitřní duše.

Použití

Podložku položte na podlahu, gauč, postel, křeslo apod. Lehnete nebo sednete si na ní tak, aby body stimulovaly Vámi zvolenou část těla, například záda, sedací část, stehna, krk nebo hlavu. Pro lepší stimulaci určité oblasti ji také můžete složit nebo srolovat.

Jestliže chcete podložku použít pod krk či hlavu, můžete pod ní položit srolovaný ručník nebo polštář. Podložku můžete, například při přenášení v průběhu cestování, rovněž použít bez molitanu. Při použití musí být umístěna na postel nebo jiný měkký povrch.

Prvních minuty používání mohou být mírně bolestivé, ale po chvíli se bolest zmenší. Pro zmírnění bolesti použijte podložku oblečení do tenkého oblečení. Lehnete/sednete si na podložku a rozložte Vaši váhu po celé ploše. Hluboce a pravidelně dýchejte.

Doporučení

Vzhledem k tomu, že zkušenosti s používáním masážní podložky se mohou lišit osobu od osoby, doporučujeme dodržet následující program, abyste se naučili, jak působí podložka na Vás.

Den 1-6

Prvních 6 dnů se doporučuje používat podložku maximálně 10 minut za den, abyste zjistili, jaký na Vás má efekt. Někteří uživatelé mají uvolňující pocit, zatímco jiní si zvýší svou energii. Neexistuje žádné vážné riziko v případě, že usnete, ale jestliže budete na podložce ležet delší čas, může to mít za následek lehkou, povrchovou a dočasnou infekci.

Den 7-14

Pokud se Vám zdá použití podložky příjemné, můžete zvýšit dobu ležení na podložce přibližně na 20 minut. Po 14 dnech jste již jistě vyzorovali, jak na Vás masážní podložka působí a můžete tedy čas přizpůsobit Vaší potřebě.

Pro získání co nejlepšího efektu z použití podložky doporučujeme používat podložku 20-40 minut denně.

Čištění a hygiena

Vyjměte molitan z pokrývky a pravidelně myjte v ruce (při teplotě 30°C). Pokrývku nesmíte prát v pračce ani sušit v sušičce prádla, aby nedošlo k poškození masážních bodců. Před dalším použitím nechte podložku vysušit.

Bezpečnostní instrukce

1. Před použitím si pečlivě přečtěte návod na použití a uchovejte jej pro případnou budoucí potřebu.
2. **Poznámka!** Akupresurní body jsou velmi ostré a jejich přílišný tlak na kůži může být následkem infekce. Proto doporučujeme rovnoměrně rozložené tělesné váhy po podložce, aby bylo zasaženo tolik akupresurních bodů, co nejvíce to jde.
3. Podložku používejte pouze když jste čistí a nejste zpotení
4. Výrobek nepoužívejte na nečistou pleť (akné apod.)

5. Příklad by neměly používat osoby (včetně dětí) se sníženou fyzickou, smyslovou a mentální schopností nebo lidé bez zkušeností a znalostí o tomto výrobku. Tito lidé smějí přístroj použít pouze pod dozorem nebo v případě, že jim budou dány instrukce k používání tohoto přístroje lidmi odpovídajícími za jejich bezpečí.
6. Osoby s citlivou kůží by měly používat podložku s velkou opatrností a vždy by měly použít mezi kůží a podložku ručník nebo tenké oblečení.
7. Osoby s koagulační poruchou (hemofilik) nebo osoby, které jsou léčeny léky tlumící sraženiny (antikoagulant), by neměly používat podložku bez předchozí konzultace s lékařem.
8. Osoby s lupénkou nebo těžkým ekzémem by měly být extra opatrné a vždy mezi kůží a podložku použít ručník nebo tenký oděv. Pokud je to nutné, kontaktujte před použitím podložky lékaře.
9. Osoby s poraněním kůže, které by mohlo ovlivnit použití podložky, by neměly výrobek použít bez předchozí konzultace s lékařem.
10. Diabetici by se měly před použitím poradit s lékařem.
11. Podložka nesmí být používána během řízení motorových vozidel.
12. Během používání podložky nekuřte.
13. Po použití vstávejte z podložky pomalu.
14. Jestliže používáte antikoagulační léky a pravidelně používáte podložku, měli byste si kontrolovat krevní tlak a po dohodě s lékařem snížit dávku.
15. Vždy se poradte s lékařem, jestliže máte jakékoliv dotazy týkající se použití masážní podložky.
16. Podložka není určena k profesionálnímu používání.
17. Jestliže se zařízení používá pro jiné účely, než pro jaké bylo vyrobeno, jestliže se používá v rozporu s tímto návodem k použití nebo jestliže došlo k pokusu o neodbornou opravu, výrobce nenese žádnou odpovědnost za způsobené škody. Na takové případy se nevztahuje záruka.

Záruka

Právo na reklamaci dle platného zákona. V případě reklamace je nutno přiložit pokladní doklad. Při reklamaci přístroj odnese do prodejny, v níž jsme ho zakoupili.



OBH Nordica Czech Republic, s.r.o.
Obchodní 110
251 01 Praha Východ - Čestlice
www.obhnordica.cz
<http://shop.obhnordica.cz/>

Technická data

OBH Nordica 6037
Rozměry: 47x74 cm
Akupresurní bodce jsou vyrobeny ze 100% ABS-plastu
Pratelný (ruční praní co 30°C) potah, vyroben ze 100% bavlny



Právo na změny vyhrazeny.