

biber

3-D-Vibrations- Massagegerät Herakles



Anleitung

Bestimmungsgemäße Verwendung

Das Massagegerät ist ausschließlich zur Anwendung am Körper, d.h. Oberkörper, Nacken, Arme, Hände, Beine und Füße, bestimmt. Andere Verwendungen sind möglicherweise gefährlich. Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch bestimmungswidrigen Gebrauch oder falsche Bedienung verursacht werden.

Zur Beachtung

Das Massagegerät darf nicht am Kopf angewendet werden.

Es darf nicht massiert werden bei fieberhaften Erkältungen, Gelbsucht, Schwangerschaft, Krampfadern, Tuberkulose, gut- und bösartigen Geschwülsten, Blutungen, Entzündungen der Körperoberfläche, Venenentzündungen und Thrombosen, offenen Wunden und frischen Verletzungen.

In Zweifelsfällen und bei allen Erkrankungen ist vor dem Massieren stets der Arzt zu befragen.

Ärztliche Beratung ist in jedem Fall anzuraten, da nur der Arzt Diagnosen stellen kann, auf Gefahren hinweisen muss und in Zweifelsfällen den richtigen Rat erteilen kann.

Wichtige Hinweise

- Kontrollieren Sie das Gerät vor dem Gebrauch auf sichtbare Schäden. Ein beschädigtes Gerät nicht in Betrieb nehmen, sondern einer autorisierten Werkstatt zur Reparatur übergeben!
- Das Gerät nur an Wechselstrom 230 Volt/50 Hz anschließen; andere Spannungen und Frequenzen nur verwenden, wenn dies auf dem Typenschild vermerkt ist!
- Die elektrische Sicherheit dieses Gerätes ist nur dann gewährleistet, wenn es an ein vorschriftsmäßig installiertes Schutzleitersystem angeschlossen wird. Es ist sehr wichtig, dass diese grundlegende Sicherheitsvoraussetzung geprüft und im Zweifelsfall die Hausinstallation durch eine Fachkraft überprüft wird. Der Hersteller kann nicht für Schäden verantwortlich gemacht werden, die durch einen

fehlenden oder unterbrochenen Schutzleiter verursacht werden.

- Das Gerät entspricht den vorgeschriebenen Sicherheitsbestimmungen. Durch unsachgemäße Reparaturen können unvorhergesehene Gefahren für den Benutzer entstehen, für die der Hersteller keine Haftung übernimmt.
- Reparaturen dürfen nur durch autorisierte Fachkräfte durchgeführt werden.
- Das Gerät nicht in der Badewanne, Dusche oder über einem mit Wasser gefüllten Waschbecken oder Ähnlichem benutzen! Das Gerät nicht ins Wasser tauchen!

Wichtige Hinweise

- Nach Gebrauch und beim Wechseln der Ansatzteile stets das Gerät vom Stromnetz trennen! Ein Elektrogerät ist nur dann vom Elektronetz getrennt, wenn:
 - der Netzstecker des Gerätes gezogen ist oder
 - die Sicherung der Hausinstallation ausgeschaltet ist oder
 - die Schraubabsicherung der Hausinstallation ganz herausgeschraubt ist.
- Um eine Überhitzung zu vermeiden, sollte dieses Gerät nicht länger als 30 Minuten ohne Unterbrechung genutzt werden! Danach eine mindestens 10-minütige Pause vor der nächsten Anwendung einhalten, um dem Spezialmotor die Abkühlung zu ermöglichen.

Das Gerät muss dafür von der Netzspannung getrennt werden. Es besitzt einen eingebauten Sicherheitstemperaturschalter mit integrierem Wiederanlaufschutz, der den Motor vor Überhitzung schützt.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren, sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.

Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.

Die dreidimensionale Wirkung

Sie sind nun Besitzer des 3-D-Vibrations-Massagegerätes Herakles. Mit dem Kauf dieses Gerätes haben Sie eine gute Wahl getroffen.

Das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles ist kein medizinisches Gerät, generell dient ein Massagegerät dem allgemeinen Wohlbefinden. Dieses Massagegerät hat zweifellos eine Reihe von bemerkenswerten Eigenschaften, wie z. B. seine Breitflächigkeit, sein niedriges Gewicht, seine leicht mechanisch zu montierenden und auszuwechselnden Ansatzteile sowie seine in harter Praxis erprobte und bewährte Standfestigkeit. Für das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles spricht zudem seine zeitlos elegante und zugleich zweckmäßige Form.

Nicht die übliche horizontale Vibration schlechthin prägt seine faszinierende Wirkung, vielmehr ist es die zusätzliche vertikale Stoßrichtung, welche als drittes Wirkungselement mit nachhaltiger Erfassung der tiefer gelegenen Körper- und Gewebeteile hinzutritt.

Es gelingt damit der wesentliche Fortschritt von der Normalvibration (in Länge und Breite) zu der sogenannten „oszillierenden“ Vibration (in Länge, Breite und Tiefe).

Durch diese dreistrahlige orientierte Stoßrichtung wird die wünschenswerte Vervollkommnung der physikalischen Effekt-Massage in höchstmöglichem Umfang erreicht.

Durch diesen außergewöhnlich stark durchdringenden Effekt können Muskeln, Bindegewebe etc. tief im Inneren des Körpers erreicht und beeinflusst werden. Dies hilft wirkungsvoll, ohne großen Aufwand Beschwerden zu erleichtern..

Grundsätzliches zur Massage

Massage ist eine Muskelbewegung, die durch Hand (Handmassage) oder mittels einer technischen Vorrichtung (physikalische Massage) erreicht wird. Der Blutkreislauf soll angeregt und die Muskulatur gelockert werden.

Die physikalische Massage mit dem 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles setzt sich immer mehr durch, was neben der ausgesprochen guten Wirkung auch auf die enorme Zeit- und Kraftersparnis für die berufliche Praxis zurückzuführen ist.

Man unterscheidet zwischen direkter und indirekter Massage. Im ersten Fall werden die gewünschten Partien unmittelbar, im zweiten Fall unter Einsatz der verschiedenen Aufsätze massiert bzw. erreicht. Gerade auch für die indirekte Massage eröffnet der Einsatz des 3-D-Vibrations-Massagegerätes Herakles neue und Erfolg versprechende Wege für das wichtige Gebiet der Körper- und Gesundheitspflege.

Anleitung zum Gebrauch

Den Stecker der Netzanschlussleitung in die Steckdose mit zugelassener Spannung stecken und das Gerät am Handgriff halten. Das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles ist mit einem bequem zu erreichenden Zweistufenschalter ausgestattet, welcher es dem Massierenden erlaubt, die Frequenz während der Anwendung zu ändern.

- *Position 0* Gerät ausgeschaltet
- *Position I* Eine langsame, leichte Massage mit ungefähr 1.500 Umdrehungen/Minute
- *Position II* Eine Massage mit höherer Geschwindigkeit und größerer Tiefenwirkung.

- **Die Belüftungsschlitze dürfen nicht zugehalten oder zugedeckt werden!**
- **Nach Gebrauch Netzstecker ziehen!**
- **Vor dem Aufbewahren im Koffer das Gerät gut abkühlen lassen!**

Bedienung

Das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles beinhaltet eine abgerundete Massage-Grundplatte, auf der verschiedene Ansatzteile befestigt werden können. Das Gerät wird in einem weißen Koffer mit fünf Ansatzteilen, der Nylon-Hyperhämisierungsbürste, dem Moosgummischuh, dem Punkter, der Schwammplatte und der Glocke, geliefert.

Für gewöhnlich wird die Massage mit der Massage-Grundplatte ohne Ansatzteile ausgeführt. Jedoch sind die Ansatzteile für spezielle Anwendungen und Variationen.

Für spezielle, tiefenwirksame Massagetechniken, welche eine größere Durchdringung erfordern, sowie für besonders empfindliche Bereiche ist der Moosgummischuh empfohlen.

Um den Massageeffekt an der Oberfläche zu erhöhen, sollte kein Ansatzteil verwendet werden. Mit dem Moosgummischuh wird eine größere Tiefenwirkung, bei gleichzeitiger Dämpfung der Schwingungen der Grundplatte erzielt.

Die Nylon-Hyperhämisierungsbürste sorgt für eine leichte, stimulierende Wirkung im Bereich der Hautoberfläche und sorgt für eine Erhöhung der Durchblutung und für die Entfernung abgestorbener Hautzellen.

Die „Schwammplatte“ ist ein Universalansatzteil, welches durch eine gleichmäßige Fläche und festes Material eine weniger gedämpfte Massage ergibt und sich überall einsetzen lässt. Der Aufsatz „Punkter“ ergibt durch seine Form eine gezielte Massage mit sehr großer Tiefenwirkung. Die „Glocke“ unterstützt durch eine Saugwirkung die Durchblutung.

Eine Anwendung von zehn bis fünfzehn Minuten ist ausreichend für eine Ganzkörpermassage mit dem 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles. Einzelne Bereiche des Körpers sollten nicht länger als fünf Minuten massiert werden.

Anbringen und Wechseln der Ansatzteile

Vor dem Anbringen/Wechseln der Ansatzteile immer das Gerät von der Netzspannung trennen!

Nylon-Hyperhämisierungsbürste

Diese sollte mit dem hinteren, geraden Ende an der entsprechenden Seite der Grundplatte angebracht und mit leichtem, nach vorne gerichtetem Druck auf die Grundplatte gedrückt werden, sodass der Rand der Bürste die Grundplatte umfasst.

Moosgummischuh

Das gerade Ende der Grundplatte wird in das gerade Ende des Moosgummischuhes eingeschoben und der vordere Bereich des Moosgummischuhes über den abgerundeten Teil der Grundplatte gestülpt.

Schwammplatte, Punkter und Glocke

Diese drei kleinen Aufsätze können ganz einfach in das auf der Grundplatte vorgesehene Loch am vorderen Ende der Grundplatte eingedrückt werden.

Zum Lösen der Nylon-Hyperhämisierungsbürste mit dem Daumen kräftig auf den hinteren Rand der Bürste drücken, bis das Ansatzteil hinten frei wird, dann vorne lösen.

Nach Gebrauch die Ansatzteile mit leichter Seifenlauge reinigen, mit klarem Wasser spülen und gründlich trocknen.

Das Gerät mit einem leicht feuchten Tuch abwischen und ebenfalls gut trocknen.

Massage

Die beste Zeit für eine Massage ist morgens, am besten im Bett. Selbstverständlich sind auch andere Tageszeiten geeignet, es besteht jedoch die Möglichkeit, dass eine Massage am späten Abend wegen der anregenden Wirkung bei besonders empfindlichen Menschen gelegentlich zu Einschlafstörungen führt.

Bei der Ganzkörpermassage gehen Sie bitte in folgender Reihenfolge vor:

Beine, Gesäß, Arme, Brust, Leib, Nacken und letztlich Rücken.

Massieren Sie immer mit leichten, kreisenden Bewegungen in Richtung des Herzens.

Füße (Abb. 1)

Platzieren Sie das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles auf einer weichen Unterlage mit der Grundplatte nach oben zeigend. Ansatzteile sind bei der Fußmassage nicht notwendig, können jedoch nach Belieben eingesetzt werden. Der Fuß wird leicht auf die Grundplatte aufgesetzt. Hierbei ist darauf zu achten, dass ohne Druck und ohne Verkantung der Grundplatte gearbeitet wird. Dies führt ansonsten zu erhöhtem Verschleiß der Schwingpuffer.

Eine Massage des Fußrückens bis unter Verwendung des Moosgummischuhes des Fußrückens bis zu den Zehen und eine zusätzliche Massage der Achillessehne bis in Höhe des Wadenansatzes mit dem Moosgummischuh ist zu empfehlen.

Beine (Abb. 1)

Ansatzteil: Hyperhämisierungsbürste
Massagedauer: jeweils ca. zwei Minuten

Die Massage ist eine Wohltat für Ihre Beine; gespannte Muskeln werden gelöst, Wadenkrämpfe werden gelöst, das Bindegewebe wird gestrafft.

Es darf nicht bei Krampfadern, Thrombosen oder Venenentzündungen massiert werden; vor der Anwendung bitten wir Sie, Ihren Arzt zu fragen.

Die Beine werden in Richtung des Herzens mit streichenden Zügen zwischen Wadenmitte, Kniekehle und Oberschenkelansatz massiert.

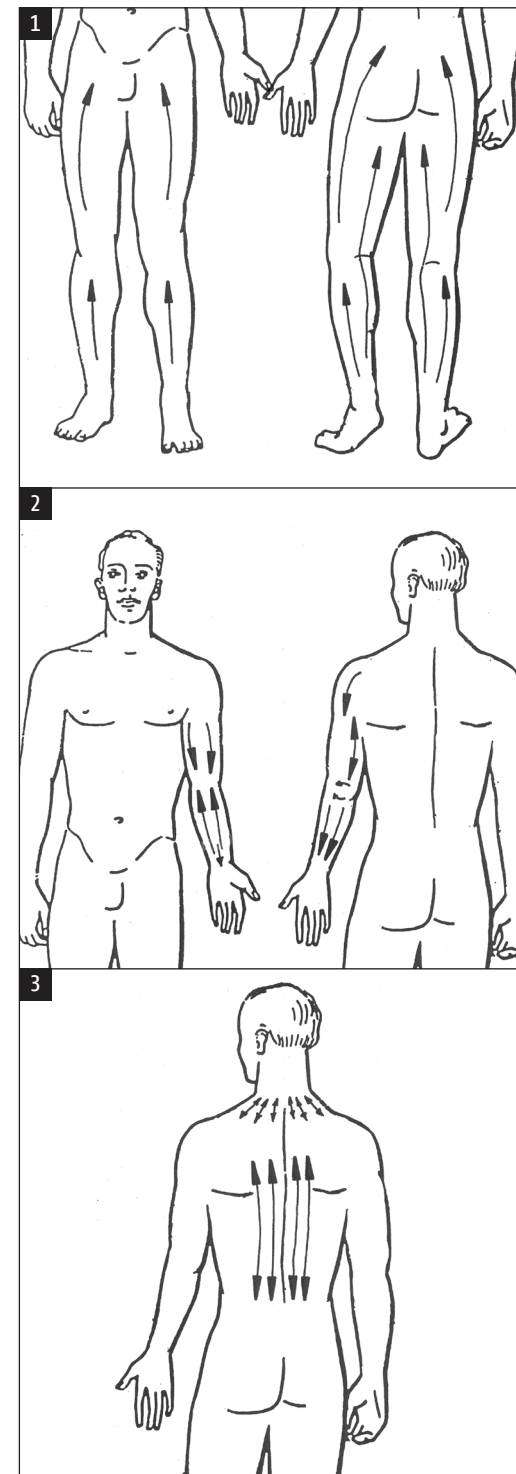
Arme (Abb. 2)

Anwendung analog zu Beinen.

Bei organischen Herzerkrankungen sollte Rücksprache mit dem Arzt gehalten werden.

Rückenmassage (Abb. 3)

Ansatzteil: Moosgummischuh
Massagedauer: ca. vier bis fünf Minuten

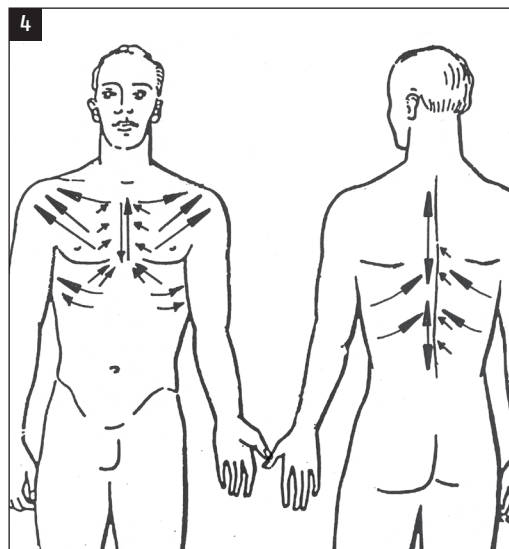


Ausgestattet mit dem Moosgummischuh hat sich das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles als außerordentlich nützlich erwiesen, Verspannungen der langen Rückenmuskulatur zu lösen. Massieren Sie zuerst die vertikalen Muskeln rechts und links der Wirbelsäule vom Nacken abwärts. Wiederholen Sie die langen, leichten Züge dreimal.

Danach werden der Schulterbereich und die horizontalen Muskeln massiert. Führen Sie das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles an der Schulter von der Wirbelsäule mit Druck in Richtung Armbeuge; arbeiten Sie sich auf jeder Seite mit horizontalen Zügen nach unten. Später massieren Sie unterhalb des Beckens von Seite zu Seite mit leichten, kreisenden Bewegungen. Diese Sequenz wird mit den langen, leichten Zügen vom Beginn.

Atemwege (Abb. 4)

Für an Asthma bronchiale und Bronchiektasen Leidende ist es möglich, durch das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles spürbare Erleichterung, unter anderem beim Abhusten des Schleims zu finden. Die Massage des Bereiches sollte sehr langsam und leicht durchgeführt werden, das Eigengewicht des Gerätes reicht. Zu der Anwendung befragen Sie bitte Ihren Arzt.



Bindegewebemassage (Abb. 5)

Ansatzteil: nach Belieben
Massagedauer: zwischen 2 und 5 Minuten, je nach Größe des Bereiches

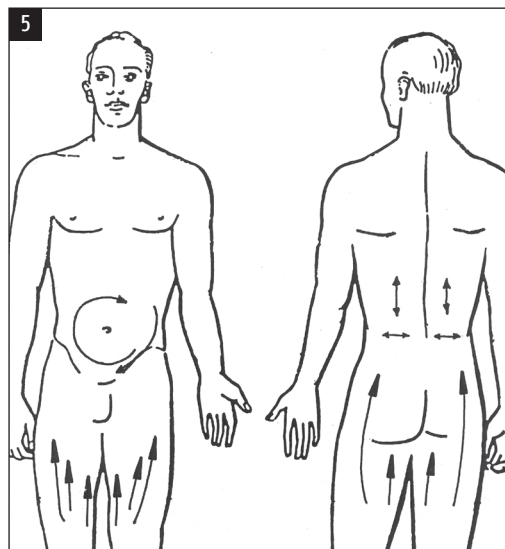
Massage erhöht die Elastizität des Gewebes, die Reduktion von Wassereinlagerungen wird unterstützt.

Regelmäßige Anwendung hilft, das Allgemeinbefinden zu verbessern.

Sportmassage

Ansatzteil: nach Belieben
Massagedauer: zwischen 1 und 4 Minuten, je nach Größe des Bereiches

Für die Sportmassage ist das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles wegen seiner kurzen Behandlungszeit besonders geeignet. Es lässt sich mit gutem Erfolg dort einsetzen, wo nur kurzfristige Behandlungsmöglichkeiten, z.B. bei Wettkämpfen und Hochleistungstraining, gegeben sind. Durch die dreifache Massagewirkung des 3-D-Vibrations-Massagegerätes Herakles ist die Intensität so groß, dass Trainingsanzüge anbehalten werden können; dies sorgt für eine große Zeitersparnis.



Ansonsten erstreckt sich die Sportmassage mit dem 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles auf die Muskelpartien, die durch die jeweilige Sportart vorwiegend belastet werden.

Steigerung der Wirkung

Auf die Haut aufgetragene Stoffe dringen durch Massage leichter und tiefer ein, daher ist die Verwendung von homöopathischen Ölen, Salben oder Lösungen von besonders guter Wirkung. *Abstand sollte von der Verwendung von stark reizenden Substanzen genommen werden, da dies zu Entzündungen der Haut führen kann.* Um den Effekt zu verstärken, sollte nach der Massage geruht werden.

Hinweis: Die Anwendung von ätherischen Ölen, Substanzen auf Erdölbasis oder alkoholischen Substanzen kann zudem das Material der Moosgummi-Ansatzteile angreifen; Moosgummi ist ein Naturprodukt.

Schlussbemerkung

Die Behandlung ernstlicher Erkrankungen sollte indessen in jedem Fall dem Arzt überlassen werden.

Die Anwendungsgebiete für das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles können im Rahmen dieser Anleitung keineswegs erschöpfend dargestellt werden. Augenmerk ist in erster Linie auf die Hauptaufgabe des 3-D-Vibrations-Massagegerätes Herakles zu richten, die Muskulatur aufzulockern und somit einen wohlthuenden, harmonisierenden Einfluss auf den Gesamtkörper und seine Funktionen auszuüben.

Entsorgung des Altgerätes

Elektrische und elektronische Altgeräte enthalten vielfach noch wertvolle Materialien. Sie enthalten aber auch schädliche Stoffe, die für ihre Funktion und Sicherheit notwendig sind. Im Restmüll oder bei falscher Behandlung können diese der menschlichen Gesundheit und der Umwelt schaden.

Geben Sie Ihr Altgerät deshalb auf keinen Fall in den Restmüll.

Vor der Entsorgung des Altgerätes ziehen Sie den Netzstecker aus der Steckdose. Machen Sie die Netzanschlussleitung sowie den Netzstecker unbrauchbar.

Sie verhindern damit, dass Missbrauch mit dem Altgerät betrieben wird.

Technische Daten

- 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles
- Wartungsfreier Spezialmotor
130 W – 230 Volt – 50 Hz
- Funkentstört, vollschutzisoliert
- Zwei-Stufen-Schaltung für starke und schwächere Vibration, 1.500/3.000 UpM
- Zuleitung in CEE-Norm
- Gehäuse und Grundplatte aus stoß- und bruchfestem Kunststoff

Garantie

Die Garantie für das 3-D-Vibrations-Massagegerät Herakles erstreckt sich auf den Zeitraum von zwei Jahren und umfasst nur Ansprüche aufgrund von Arbeits- und/oder Materialfehlern.

Kunststoffteile, Zuleitungen und Etuis scheiden aus der Garantie aus.

Im Garantie-/Reparaturfall soll das Gerät an uns gesandt werden.

Das Gerät darf in keinem Fall von Laien geöffnet werden.

Die Versandkosten hin und zurück gehen zulasten des Absenders.