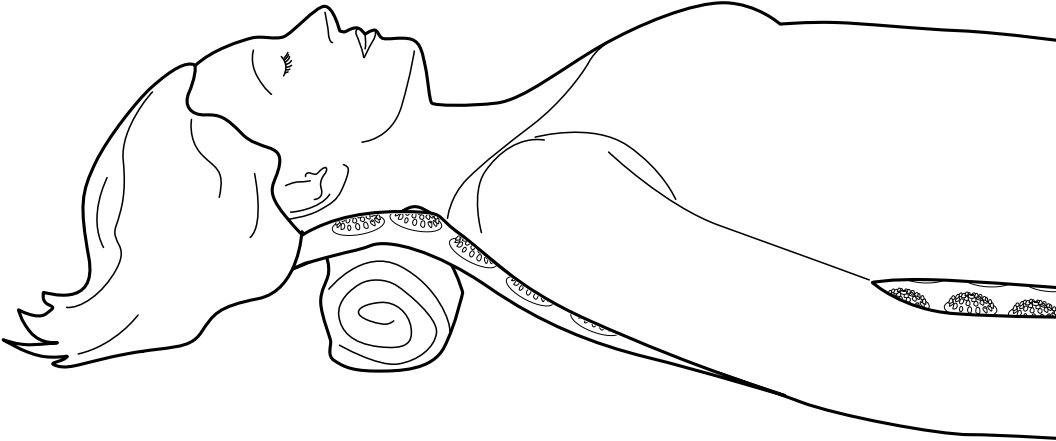


Masaj minderi



Değerli Müşterimiz!

Yorucu bir günden sonra yeni masaj minderiniz dengelenmenize ve örneğin meditasyonunuzda size yardımcı olur.

Masaj minderi düzenli kullanıldığında kasların rahatlamasına, stresin azalmasına ve dolaşımın düzenlenmesine katkıda bulunur.

Masaj minderi tüm vücutta kullanılabilir ve hem yatarken hem de koltukta otururken kullanılabilir.

Size rahatlatıcı bir gevşeme dileriz.

Tchibo Ekibiniz



www.tchibo.com.tr/kilavuzlar

Güvenlik uyarıları



Güvenlik uyarılarını dikkatle okuyun. Kaza sonucu ortaya çıkabilecek yaralanmaları ve hasarları önlemek için ürünü yalnızca bu kullanım kılavuzunda belirtildiği şekilde kullanın.

Gerektiğinde tekrar okumak üzere bu kılavuzu saklayın.

Bu ürün başkasına devredildiğinde, bu kılavuz da beraberinde verilmelidir.

Kullanım amacı

- Masaj minderi kişisel kullanım için tasarlanmış olup ticari ya da terapi amaçlı kullanımlar için uygun değildir. Masaj minderi sadece iyi hissetmeye yarar ve tıbbi bir ürün değildir.

Bu durumlarda masaj minderini kullanmayın ...

- ... ciltte kabarma veya tahriş olan bölgeler varsa yanıklarda, açık yara veya diğer cilt enfeksiyonlarında, aşırı hassas ciltlerde.
 - ... eğer kan pıhtılaşması hastalığınız (Hemofili) varsa veya kan sulandırıcı ilaçlar alıyorsanız.
 - ... hamilelik esnasında.
- Emin olmadığınız durumlarda, kullanmadan önce doktorunuza danışın.

**Bu türde ürünlerin kullanımı,
kabiliyeti kısıtlı olan yetişkinler ve
çocuklar için TEHLİKE**

- Çocuklar, bakıma muhtaç, engelli veya zayıf kişiler masaj minderini sadece bir yetişkin gözetiminde kullanmalıdır.
- Ürün oyuncak değildir. Minder ile oynamadıklarından emin olmak için çocukları gözetim altında tutun.
- Çocukları ambalaj malzemesinden uzak tutun. Aksi takdirde boğulma tehlikesi vardır!

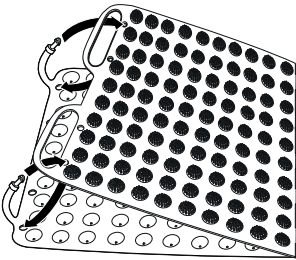
**Yaralanma ve sağlığı tehdit edici
risklere karşı UYARI**

- Masaj minderi üzerinde sadece hoşunuza gittiği ve rahatlattığı sürece kalın. Kullanımı rahatsız bulmanız halinde derhal durun ve doktorunuza danışın.
- Masaj minderini boynun ön kısmında kullanmayın.

DİKKAT - Maddi hasar tehlikesi var

- Ürünü hassas mobilya veya zeminin üzerinde bırakmayın. Bazı boyalar, plastikler veya mobilya/zemin bakım ürünleri ürünün yüzeyine etki edebilir ve yumuşatabilir. İstenmeyen izlerden kaçınmak için ürünü örn. uygun bir kutuda saklayın.
- Masaj minderini kullanırken hassas bir giysi giymeyin. Masaj minderine her zaman dikkatlice oturun veya uzanın ve ani hareketlerden kaçının. Aksi takdirde kıyafetiniz zarar görebilir.

Taşıma, temizleme ve saklama



- ▷ Taşımak için veya minderi yer tasarrufu ile saklamak için minderi katlayabilirsiniz.

- ▷ Gerektiğinde masaj minderini nemli bir bezle silin. Aynı zamanda ılık su ve hafif bir bulaşık deterjanı ile yıkayabilirsiniz. Sonrasında minderi açık havada kurumaya bırakın.
- ▷ Masaj minderini kuru, sıcaklık ve güneş ışığından korunan bir yerde saklayın.

Kullanım

Başlarda plastik uçların batması rahatsız edici gelebilir ve uygulandığı vücut bölgeleri çok sıcak hissedebilir. Kısa bir süre içinde gerilmeleri gevşetebilirsiniz. İlk başta plastik uçların etkisiyle ortaya çıkan acı hissi yumuşayarak gevşemiş, dinlenmiş bir hisse dönüşür.



- Minderi kıyafetli veya kıyafetsiz olarak kullanabilirsiniz. Yine de minder ve cildiniz arasında ne kadar az kumaş olursa etkisinin o kadar güçlü olduğunu göz önünde bulundurun.
- Acıya karşı duyarlıysanız, alışılmamış olan hisse alışana kadar minderini önce kıyafetli olarak kullanın ve uçları ile deri arasında ince bir el havlusu yerleştirin.

1. Masaj minderini mümkün olduğunda sert bir yüzeye (örn. yer zemini) veya dik duran bir sandalyenin üzerine yerleştirin.



Masaja alışmak için minderini önce yumuşak bir zeminde de (örn. yatak) kullanabilirsiniz.

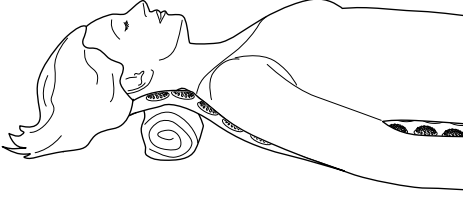
Ürün numarası: 382 309

Tchibo için özel olarak üretilmiştir:

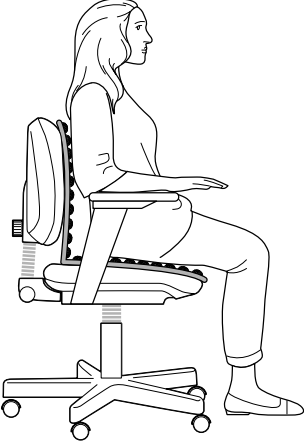
Tchibo GmbH, Überseering 18,
22297 Hamburg, Germany,
www.tchibo.com.tr

Ürün geliştirmeleri çerçevesinde üründe teknik değişiklik ve dizayn değişikliği yapma hakkımız saklıdır.

2. Ense bölgesinde gerektiği durumda bir ense yastığı kullanın veya rulo halinde bir el havlusunu masaj minderinin altına yerleştirin.



3. Masaj minderinin üzerine rahatça oturun veya uzanın.
Ağırlığınızı minderin üzerine dengeli verin.
Derin nefes alıp vererek rahatlayın.



Kullanım süresi

Genel olarak şu geçerlidir: Masaj minderi üzerinde sadece hoşunuza gittiği ve rahatlattığı sürece kalın. Kullanımı rahatsız bulmanız halinde derhal durun ve doktorunuza danışın.

Rahatlamayı en iyi şekilde elde etmek için masaj minderini düzenli olarak tercihen günlük olarak yaklaşık 30 dakika kullanılması tavsiye edilir.

Uzun süre masaj minderi üzerinde kalmak veya üzerinde uyumak tehlikeli değildir.

Kullanımdan sonra

Kullanımdan sonra çok sıvı tüketilmesi önerilir.

Daha fazla gevşeme ve hafif etkinlikler bu hoş hissi korumaya yardımcı olur.

Diğer vücut bölgelerinde kullanım



Yaralanma **UYARISI**

Masaj minderini boynun ön kısmında kullanmayın.

Omurgadan başlayarak sinir yolları tüm vücut bölgelerine erişir. Bu yüzden sırt bölgesinde kullanmak tüm vücudu iyi hissettirir.

Masaj minderi ancak neredeyse tüm vücut bölgelerinde kullanılabilir.

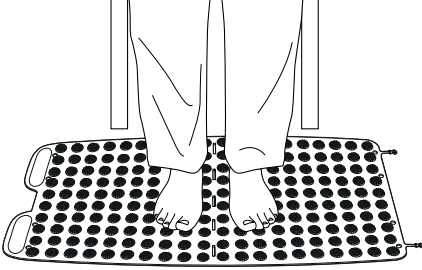
Size neyin iyi geldiğini deneyerek bulun. Başlangıçtaki alışık olmayan batmaları aşan ağırlar hissederseniz pozisyonunuzu değiştirin veya kullanımı bırakın.



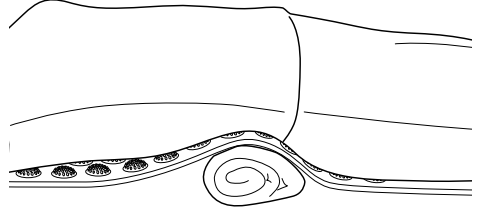
- Masaj minderini **ayak topuklarında** kullanırken bir sandalyeye oturun.
- Masaj minderini **ense veya bel omuru bölgesinde** kullanırken, minderini her yere erişmesi için rulo halinde bir el havlusu kullanın.
- Kulağınızın altına bir bez koyduğunuzda **çene kemiğinde** kullanım daha rahat olur.

Örnekler

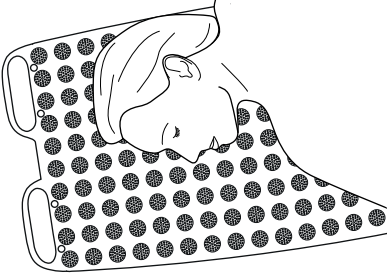
Ayak topuğu



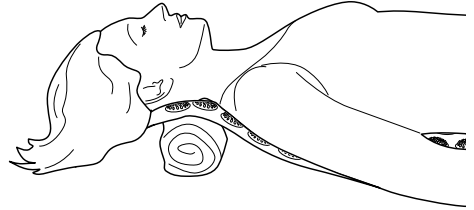
Bel omuru bölgesi



Çene



Ense



İmha etme

Ambalajı malzeme türüne göre imha edin. Bunun için bölgenizdeki kağıt, mukavva ve hafif ambalaj toplama merkezlerinin sunduğu imkanlardan faydalanabilirsiniz.

Ürünü geçerli kurallara göre imha edin. Buna dair bilgiyi bağlı bulunduğunuz belediyeden edinebilirsiniz.