

# beurer

## MG 35 Deep Roll



RO Rolă de masaj cu vibrații  
Instrucțiuni de utilizare.....2





**Citiți cu atenție aceste instrucțiuni de utilizare, păstrați-le pentru consultarea ulterioară, puneți-le la dispoziția altor utilizatori și respectați indicațiile.**



## **AVERTIZARE**

- Aparatul este destinat exclusiv utilizării la domiciliu/în mediul privat, nu în domeniul comercial.

- Acest aparat poate fi utilizat de copii peste 8 ani și de persoane cu capacități fizice, senzoriale sau mintale reduse sau fără experiență și cunoștințe necesare numai dacă aceste persoane sunt supravegheate sau dacă au fost informate cu privire la utilizarea în siguranță a aparatului și înțeleg pericolele care rezultă din aceasta.
- Copiilor nu le este permis să se joace cu aparatul.
- Lucrările de curățare și întreținere destinate utilizatorului nu trebuie efectuate de copii nesupravegheați.
- Nu sunteți autorizat în niciun caz să demonstați sau să reparați aparatul, în caz contrar nefiind posibilă garantarea unei funcționări ireproșabile. În cazul nerespectării, pierdeți garanția.

## Cuprins

1. Prezentare .....	5	
2. Pachet de livrare .....	5	
3. Explicația simbolurilor .....	6	
4. Utilizarea conform destinației .....	8	
5. Indicații de avertizare și de siguranță.....	9	
6. Descrierea aparatului.....	14	
7. Punerea în funcțiune .....	15	
8. Utilizare .....	16	
9. Curățarea și întreținerea .....	20	
10. Ce este de făcut în cazul în care apar probleme?		21
11. Eliminarea ca deșeu .....	22	
12. Date tehnice .....	23	
13. Garanție/Service .....	23	

# 1. Prezentare

Cu rola de masaj cu vibrații MG 35 aveți posibilitatea de a efectua un masaj localizat la punctele de tensiune pentru grupele de mușchi tensionate. În plus, poate ajuta la detensionarea țesuturilor fasciilor și la relaxarea conexiunilor fasciilor. Datorită suprafeței moi, rola de masaj este plăcută la utilizare. Rola de masaj este formată din trei componente mobile, care îi permit să se adapteze în mod flexibil la mișcările corpului.

Rola de masaj conține trei trepte de intensitate diferite și un mod de masaj prestabilit, pentru un masaj individual, adaptat preferințelor dumneavoastră personale.

# 2. Pachet de livrare






1 x rolă de masaj cu vibrații








1 x cablu de încărcare USB





1 x exemplar din prezentele instrucțiuni de utilizare

### 3. Explicația simbolurilor

Pe aparat, în instrucțiunile de utilizare, pe ambalaj și pe plăcuța de identificare a aparatului sunt utilizate următoarele simboluri:

	<b>AVERTIZARE</b> Indicație de avertizare privind pericolele de vătămare sau pericolele pentru sănătatea dumneavoastră.
	<b>ATENȚIE</b> Indicație de siguranță privind posibile defecțiuni ale aparatului/accesoriilor.
	<b>Informație privind produsul</b> Indicație privind informații importante.
	Citiți instrucțiunile
	<b>Marcajul CE</b> Acest produs îndeplinește cerințele directivelor europene și naționale în vigoare.

	<p>Eliminare ca deșeu în conformitate cu prevederile Directivei CE privind deșeurile de echipamente electrice și electronice - WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)</p>
	<p>Nu eliminați la gunoiul menajer baterii care conțin substanțe nocive</p>
	<p>Producător</p>
	<p>Separați componentele ambalajului și eliminați-le conform reglementărilor locale.</p>
	<p>Marcaj pentru identificarea materialului de ambalare.  A = Abrevierea pentru material, B = Numărul materialului:  1-7 = Material plastic, 20-22 = Hârtie și carton</p>
	<p>S-a demonstrat că produsele îndeplinesc cerințele reglementărilor tehnice ale Uniunii Economice Eurasiatice (UEE).</p>
	<p>Curent continuu</p>

 <p>PIN1 "+" PIN4 "-"</p>	Polaritate
	Separați produsul și componentele ambalajului și eliminați-le în conformitate cu reglementările locale.
	Simbolul Importator
	marcaj de evaluare a conformității pentru Regatul Unit

## 4. Utilizarea conform destinației

### **AVERTIZARE**

Utilizați aparatul exclusiv pentru terapia prin masaj a coapselor, gambelor, umerilor, brațelor și zonei spatelui (cu excepția coloanei vertebrale). Aparatul nu este un dispozitiv medical, ci un instrument de terapie prin masaj.

Aparatul este destinat exclusiv uzului propriu, nu uzului medical sau comercial. Aparatul trebuie utilizat numai în scopul pentru



care a fost conceput și în modul specificat în instrucțiunile de utilizare. Utilizarea necorespunzătoare poate fi periculoasă. Producătorul nu poate fi tras la răspundere pentru defecțiuni cauzate de utilizarea necorespunzătoare sau neglijentă a aparatului. Nu utilizați aparatul de masaj dacă una sau mai multe indicații de avertizare menționate în cele ce urmează sunt aplicabile în cazul dumneavoastră. În cazul în care nu sunteți sigur(ă) dacă aparatul este potrivit pentru dumneavoastră, vă rugăm să vă consultați medicul.

## 5. Indicații de avertizare și de siguranță



### AVERTIZARE

- NU utilizați aparatul la animale.
- NU utilizați aparatul dacă zona corpului care urmează să fie masată prezintă modificări patologice sau este vătămată (de exemplu, prolapsul nucleului pulpos, rană deschisă).
- NU utilizați aparatul în zona inimii.
- NU utilizați aparatul în zone de piele și de corp umflate, arse, iritate sau rănite.
- NU utilizați aparatul pe răni deschise, capilare, varice, acnee, cuperoză, herpes sau alte afecțiuni dermatologice.
- NU utilizați aparatul în timpul sarcinii.

- NU utilizați aparatul la nivelul capului.
- NU utilizați aparatul pe față (ochi), pe laringe sau alte zone foarte sensibile ale corpului.
- NU utilizați aparatul în zona intimă.
- NU utilizați aparatul în timpul somnului.
- NU utilizați aparatul după consumarea de medicamente sau alcool (capacitate redusă de percepție!).
- NU utilizați aparatul în autovehicul.

**Înainte de a utiliza aparatul, vă recomandăm să vă consultați medicul, în special**

- dacă suferiți de o boală gravă,
- dacă purtați un stimulator cardiac, implanturi sau alte elemente auxiliare,
- dacă suferiți de tromboză,
- dacă suferiți de diabet,
- dacă aveți dureri a căror cauză este necunoscută.



**AVERTIZARE**

- Nu lăsați materialul de ambalare la îndemâna copiilor. Există pericol de asfixiere.

Utilizarea necorespunzătoare sau nerespectarea prezentelor instrucțiuni de utilizare poate duce în anumite condiții la incendii!

### **Prin urmare, aparatul nu trebuie utilizat**

- nesupravegheat, în special atunci când se află copii în apropiere,
- acoperit, de exemplu, cu o pătură, perne ...,
- în apropierea benzinei sau altor substanțe ușor inflamabile.
- în alte spații cu excepția spațiilor interioare uscate (de exemplu, nu îl utilizați niciodată în cadă sau la saună).

Asigurați-vă că aparatul nu intră în contact cu apa sau alte lichide. Nu atingeți niciodată un aparat căzut în apă.




### **ATENȚIE**

- Înainte de utilizare, asigurați-vă că aparatul și accesoriile nu prezintă defecte vizibile. Dacă aveți îndoieli, nu utilizați aparatul și adresați-vă comerciantului dumneavoastră sau serviciului pentru clienți, la adresa menționată.
- Nu deschideți carcasa, indiferent de situație.
- Nu apropiați aparatul de obiecte ascuțite.
- Dacă aparatul a căzut sau a suferit alte daune, acesta nu mai trebuie utilizat.

## Indicații privind manipularea acumulatorilor



### AVERTIZARE

- În cazul în care lichidul din celula acumulatorului intră în contact cu pielea sau ochii, clătiți locurile afectate cu apă și solicitați asistență medicală.
- Protejați acumulatorii de căldura excesivă.
-  **Pericol de explozie!** Nu aruncați acumulatorii în foc.
- Nu dezasamblați, nu deschideți sau nu rupeți acumulatorii.
- Utilizați numai încărcătoarele indicate în instrucțiunile de utilizare.
- Înainte de utilizare, acumulatorii trebuie încărcate corect. Pentru o încărcare corectă, trebuie să respectați întotdeauna indicațiile producătorului, respectiv informațiile din aceste instrucțiuni de utilizare.
- Înainte de prima punere în funcțiune, încărcați complet acumulatorul (consultați capitolul Punerea în funcțiune).
- Pentru a atinge cea mai lungă durată de viață posibilă a acumulatorului, încărcați acumulatorul complet de cel puțin 2 ori pe an.
- Încărcați aparatul numai cu cablul de rețea livrat.
- Opriti întotdeauna aparatul în prealabil.

## Reparații



### **AVERTIZARE**

- Efectuarea lucrărilor de reparații la echipamentele electrice este permisă numai persoanelor de specialitate. Reparațiile efectuate în mod necorespunzător pot reprezenta pericole majore pentru utilizator. Pentru efectuarea reparațiilor, contactați serviciul pentru clienți sau un comerciant autorizat.

## 6. Descrierea aparatului



### 1 Tasta PORNIRE/OPRIRE

### 2 Afișaj cu LED (3 LED-uri)

LED-ul din stânga luminează = Treaptă de intensitate joasă

LED-ul din centru luminează = Treaptă de intensitate medie

LED-ul din dreapta luminează = Treaptă de intensitate ridicată

Toate LED-urile luminează = Modul de masaj presetat

### 3 Racord pentru cablul de încărcare USB

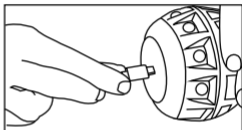
## 7. Punerea în funcțiune



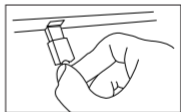
### Indicație

Înainte de a pune pentru prima dată în funcțiune rola de masaj, trebuie să o țineți la încărcat cel puțin 2,5 ore. Procedați după cum urmează:

1. Conectați cablul de încărcare USB inclus în pachetul de livrare cu rola de masaj. Racordul pentru cablul de încărcare USB se află în partea laterală a rolei de masaj.



2. Apoi introduceți cablul de încărcare USB într-un PC sau într-o priză adecvată, cu un adaptor USB.



În timpul procesului de încărcare, LED-urile luminează intermitent, de la stânga la dreapta. Imediat ce rola de masaj este încărcată complet, toate cele trei LED-uri luminează continuu. Cu acumulatorul complet încărcat, aparatul poate funcționa aproximativ două ore la treapta de intensitate joasă sau o oră la

treapta de intensitate ridicată. Nu puteți utiliza rola de masaj în timpul procesului de încărcare. Dacă acumulatorul este descărcat, LED-urile aferente treptei de intensitate setate luminează intermitent.

## **8. Utilizare**

### **8.1 Indicații privind utilizarea**



#### **Indicație**

Masajul trebuie resimțit întotdeauna ca plăcut și relaxant. În cazul în care vă provoacă dureri sau o senzație de disconfort, întrerupeți masajul sau schimbați poziția ori presiunea de presare. Apariția hematoamelor ușoare este un efect pozitiv al terapiei și există o foarte mare posibilitate de stimulare specifică a circulației sanguine prin utilizarea rolei de masaj. De asemenea, pot apărea înroșiri izolate ale pielii. Dacă apar iritații excesive ale pielii, întrerupeți utilizarea aparatului și consultați medicul.

Vă recomandăm să tratați fiecare zonă (partea inferioară a corpului, partea de mijloc a corpului și partea superioară a corpului) de trei ori pe săptămână timp de 15 minute. Vă recomandăm să antrenați toate cele trei zone în cadrul unui exercițiu, fiind posibilă în mod suplimentar și concentrarea personală a atenției asupra



uneia din zonele superioare. În timpul utilizării, folosiți mișcări controlate și lente.

## 8.2 Pornirea/selectarea treptei de intensitate

### **Indicație**

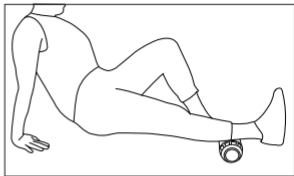
Rola de masaj dispune de o funcție de oprire automată. Asta înseamnă că rola de masaj se oprește automat după utilizarea timp de 15 minute.

1. Pentru a porni rola de masaj, apăsați scurt tasta **PORNIRE/OPRIRE**. Afișajul cu LED începe să lumineze, iar rola de masaj începe să vibreze la treapta de intensitate minimă.
2. În total, rola de masaj conține trei trepte de intensitate (scăzută, medie, ridicată) și un mod de masaj (intermitent). Pentru a comuta între cele patru setări, apăsați scurt tasta **PORNIRE/OPRIRE**. Selectați una din cele patru setări în funcție de preferințele personale. Dacă, în a patra setare, apăsați iar tasta **PORNIRE/OPRIRE**, rola de masaj se oprește din nou. Puteți opri rola de masaj direct, chiar în timpul utilizării, ținând apăsată tasta **PORNIRE/OPRIRE** timp de 2 secunde. Afișajul cu LED se stinge, iar vibrațiile se opresc.

## 8.3 Exemple de utilizare:

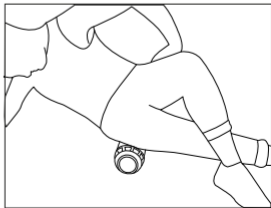
### **Gambă**

Așezați-vă pe podea și puneți un picior pe rola de masaj, astfel încât aceasta să se aplece la nivelul jumătății inferioare a gambei. Întindeți mâinile în spate, sprijiniți-vă de acestea și ridicați bazinul. Tensionați musculatura abdomenului și a șezutului și împingeți jumătatea inferioară a corpului înainte și înapoi. Este stimulată musculatura gambelor.



### **Coapsă/șezut**

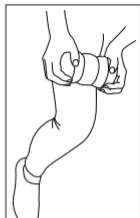
Așezați-vă pe podea, în poziție laterală, și întindeți complet ambele picioare. Îndoți un braț și sprijiniți-vă cu cotul de podea, în timp ce țineți cealaltă mână relaxată, în lateral. Așezați rola de masaj sub șolduri. Apoi, faceți mișcări circulare lente. Pentru a varia antrenamentul...



mentul, țineți ambele brațe în spate pentru a vă sprijini și faceți mișcări circulare pe rola de masaj, apăsând ușor cu șezutul.

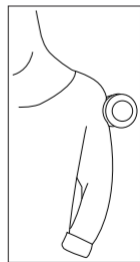
### **Coapsă**

Așezați-vă în poziție dreaptă pe podea sau pe un scaun. Ținând rola de masaj de cele două componente externe, rulați-o lent, aplicând presiune ușoară deasupra coapsei. Elementul central, flexibil, al rolei trebuie să maseze mușchiul coapsei.



### **Braț/umăr**

În timp ce stați în picioare, sprijiniți-vă în lateral de un perete. Țineți rola de masaj între braț și perete. Aplicați o presiune ușoară asupra rolei de masaj și mișcați-vă picioarele în sus și în jos, astfel încât rola de masaj să fie rulată ușor de-a lungul brațului. Pentru a crește presiunea aplicată asupra rolei de masaj, măriți distanța dintre picior și perete. Apoi, rotiți ușor spatele spre perete, astfel încât rola de masaj să se deplaseze de-a lungul zonei umerilor, stimulând astfel mușchii umerilor.



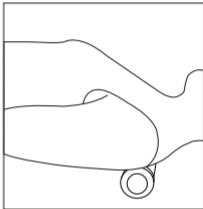
## Spate



### AVERTIZARE

Nu utilizați rola de masaj direct la nivelul oaselor.

Întindeți-vă pe spate. Așezați rola de masaj lângă coloana vertebrală, pe partea dreaptă sau stângă, între spate și podea. Îndoiiți picioarele. Acum, mișcați-vă ușor în sus și în jos, deplasând rola de masaj de-a lungul spatelui.



## 9. Curățarea și întreținerea

### Curățarea



### AVERTIZARE

- Lucrările de curățare NU trebuie efectuate de copii fără a fi supravegheați.
- Scoateți aparatul din priză înainte de orice operațiune de curățare.
- Curățați aparatul numai cu o cârpă ușor umezită.

- Curățați aparatul numai conform instrucțiunilor. Pătrunderea de lichide în aparat nu este permisă sub nicio formă.
- Utilizați din nou aparatul doar atunci când acesta este complet uscat.
- Nu spălați niciodată aparatul în mașina de spălat vase.
- Nu folosiți agenți de curățare agresivi sau perii dure!

## Îngrijirea

Dacă nu utilizați aparatul pe o perioadă îndelungată de timp, vă recomandăm să îl păstrați în ambalajul original într-un mediu uscat și fără să fie exercitată presiune asupra acestuia.

## 10. Ce este de făcut în cazul în care apar probleme?

Problemă	Remediere
Rola de masaj nu se deplasează uniform în timpul utilizării.	Încercați să evitați solicitarea unilaterală și, pe cât posibil, să solicitați rola de masaj în mod uniform.
LED-urile nu luminează intermitent în timpul procesului de încărcare.	Verificați dacă rola de masaj și cablul de încărcare USB sunt conectate în mod corespunzător.

# 11. Eliminarea ca deșeu

## ATENȚIE



- Acumulatorii nu trebuie aruncați în gunoiera menajeră. Aceștia pot conține metale grele toxice și trebuie eliminați ca deșeu special.
- Acumulatorii care conțin substanțe toxice prezintă aceste simboluri:

Pb = bateria conține plumb,

Cd = bateria conține cadmiu,

Hg = bateria conține mercur



În vederea protejării mediului înconjurător, aparatul nu trebuie eliminat cu reziduurile menajere la finalul duratei de viață. Eliminarea ca deșeu se poate realiza prin intermediul centrelor de colectare corespunzătoare din țara dumneavoastră. Eliminați aparatul ca deșeu conform prevederilor Directivei CE privind deșeurile de echipamente electrice și electronice – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).



Pentru întrebări suplimentare, adresați-vă autorității locale responsabile pentru eliminarea deșeurilor.

## 12. Date tehnice

Dimensiuni	15,6 x 8,7 x 8,7 cm
Greutate	aprox. 746 g
<u>Acumulator:</u>	
Capacitate	1800 mAh
Tensiune nominală	3,7 V
Denumirea tipului	Litiu-ion

## 13. Garanție/Service

Pentru informații suplimentare privind garanția și condițiile de garanție, consultați broșura de garanție inclusă în pachetul de livrare.



---

Beurer GmbH • Söflinger Straße 218 • 89077 Ulm, Germany  
[www.beurer.com](http://www.beurer.com) • [www.beurer-healthguide.com](http://www.beurer-healthguide.com)



Ne rezervăm dreptul asupra erorilor și modificărilor  
645.50\_MG35\_2023-03-20\_02\_IM2\_BEU\_RO