

## Fußmassagematte

Sehr geehrte Kundin,  
Sehr geehrter Kunde,

wir danken Ihnen für den Kauf dieses Produktes. Sie haben ein Produkt erworben, das entwickelt wurde, um den höchsten Ansprüchen gerecht zu werden, sowohl technisch als auch im Hinblick auf Zuverlässigkeit, Ausstattung und Bedienkomfort.

Damit Sie lange Freude an Ihrer neuen Fußmassagematte haben, lesen Sie bitte diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch und befolgen Sie die nun folgenden Hinweise und Tipps.

### Funktionsweise

Schon die alten Ägypter und Chinesen erkannten die gesundheitsfördernde Wirkung der Reflexzonen...

Der menschliche Körper besteht aus verschiedenen Systemen, zum Beispiel Knochen, Muskeln, Organen, Blutkreislauf. Diese Systeme müssen optimal aufeinander abgestimmt sein, ja perfekt harmonisieren, damit wir uns wohl fühlen und gesund und fit bleiben.

An unseren Füßen befinden sich ausgeprägte Reflexzonen. Reize, die auf sie ausgeübt werden, regen das entsprechende System an. Wenn Sie sich auf die Fußmassagematte stellen bzw. darüber laufen, können die Plastiksteine die abgebildeten Akupressurpunkte stimulieren. Auf diese Weise können Sie den Stoffwechsel und die Durchblutung fördern. Auch Ermüdungssymptome und neuralgische Schmerzen können gegebenenfalls gelindert werden. Folgende Reflexzonen können so stimuliert werden:



## **Anwendung**

1. Die Plastiksteine sind allesamt vorab an der Matte befestigt worden. Sie können Sie nach Belieben umsetzen oder entfernen, um die Fußmassagematte so Ihren individuellen Bedürfnissen anzupassen.  
So entfernen Sie einen Plastikstein: Drücken Sie einen Plastikstein mit den Fingern zusammen, und ziehen Sie ihn ab, indem Sie ihn drehen.
2. Rollen Sie die Fußmassagematte auf dem Boden aus. Sie können sie sowohl in Räumen als auch im Freien verwenden.
3. Am Anfang empfiehlt es sich, eine dünne Decke über die Fußmassagematte zu legen oder die Matte mit dicken Socken zu betreten, um Ihre Füße erst einmal an die Oberfläche zu gewöhnen.
4. Bevor Sie die Massagematte betreten, nehmen Sie 0,2 bis 0,5 l warmes Wasser oder warmen Tee zu sich. Sie regen so die Blutzirkulation an und erzielen eine bessere Wirkung.
5. Ziehen Sie die Schuhe aus.
6. Laufen Sie langsam über die Fußmassagematte – so oft und so lange, wie Sie möchten. Wenn Sie die Fußmassagematte über einen längeren Zeitraum hinweg anwenden, erzielen Sie eine bessere Wirkung.

## **Hinweise**

- Menschen, die unter Blutungen leiden, sollten die Fußmassagematte nicht verwenden.
- Frauen sollten die Massagematte ebenso während der Periode und in der Schwangerschaft nicht benutzen.
- Nicht verwenden sollten die Matte zudem: Schwindsüchtige, Patienten mit Herzinfarkt, gravierenden Herz-, Leber- oder Nierenleiden oder anderweitigen ernsten Erkrankungen.

## **Sicherheit & Gewährleistung**

- Diese Bedienungsanleitung dient dazu, Sie mit den Funktionen dieses Gerätes vertraut zu machen. Bewahren Sie diese Anleitung daher stets gut auf, damit Sie jederzeit darauf zugreifen können.
- Sie erhalten bei Kauf dieses Gerätes zwei Jahre Gewährleistung auf Defekt bei sachgemäßem Gebrauch. Bitte beachten Sie auch die allgemeinen Geschäftsbedingungen!
- Bitte verwenden Sie das Gerät nur für die in dieser Anleitung beschriebenen Funktionen. Eine anderweitige Verwendung führt eventuell zu Beschädigungen am Produkt oder in der Umgebung des Produktes.
- Ein Umbauen oder Verändern des Produktes beeinträchtigt die Produktsicherheit. Achtung Verletzungsgefahr!
- Öffnen Sie das Produkt niemals eigenmächtig.
- Führen Sie Reparaturen nie selber aus!
- Behandeln Sie das Produkt sorgfältig. Es kann durch Stöße, Schläge oder den Fall aus bereits geringer Höhe beschädigt werden.
- Halten Sie das Produkt fern von Feuchtigkeit und extremer Hitze.

## **ACHTUNG**

Bei Schäden, die durch unsachgemäße Bedienung entstehen, erlischt gegebenenfalls der Garantieanspruch gegen den Hersteller.

Es wird keine Haftung für Folgeschäden übernommen.  
Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten!





## Tapis de massage plantaire

Chère cliente,  
Cher Client,

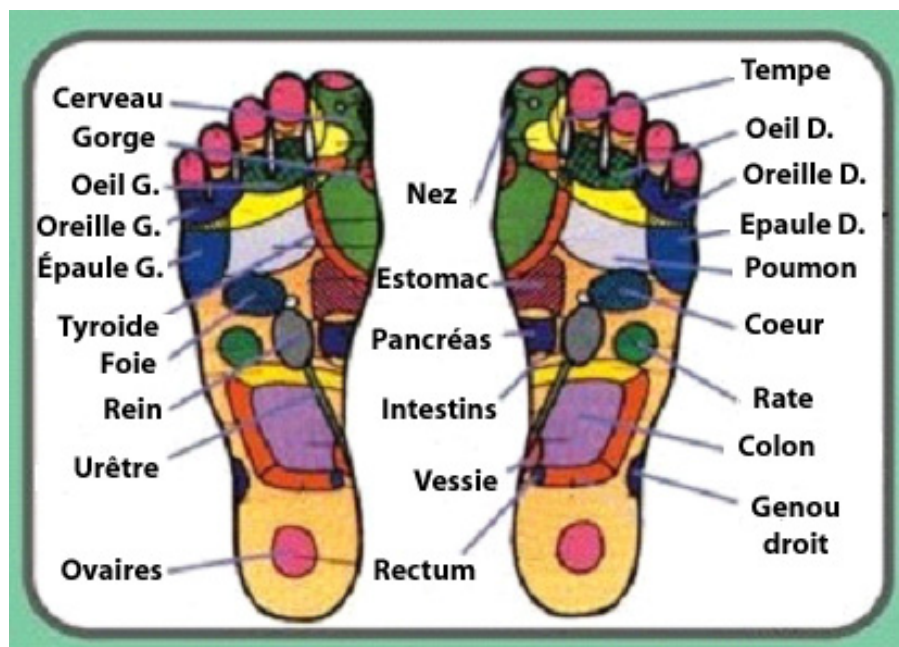
Vous venez d'acheter un produit qui a été conçu pour répondre à vos attentes en matière de technologie, de fiabilité et de confort d'utilisation.

Afin de profiter le plus longtemps possible de votre nouvel appareil, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi.

Cet entraîneur vous faire perdre vos poignets d'amour tout en stimulant des points réflexes sur vos pieds. Très facile d'utilisation, vous ne le quitterez bientôt plus.

### Fonctionnement

Depuis la nuit des temps les zones réflexes sont utilisées pour harmoniser les membres et ainsi vous amener tranquillité et santé.



## **Utilisation**

1. Les pierres en plastique sont intégrées au tapis. Vous pouvez les enlever et les replacer à souhait. Vous pouvez ainsi créer un tapis individualisé.  
Comment retirer une pierre ? Pincez-la et retirez-la en tournant.
2. Dépliez le tapis. Vous pouvez l'utiliser à la maison comme à l'extérieur.
3. Nous vous conseillons lors des premières utilisations de mettre une couverture sur le tapis. Vous pouvez aussi prendre de grosses chaussettes.
4. Buvez 0,2 à 0,5 litre d'eau chaude ou de thé chaud avant d'utiliser l'appareil. Vous stimulez ainsi votre circulation sanguine et obtiendrez ainsi de meilleurs résultats d'entraînement.
5. Enlevez vos chaussures.
6. Marchez doucement sur le tapis. Plus vous poursuivez votre effort, plus effets se font ressentir.

## **Remarques**

L'utilisation est déconseillée:

- Chez les personnes souffrant de saignements.
- Chez les femmes en période de menstruation ou pendant la grossesse.
- Chez les personnes: ayant des troubles de l'équilibre, ayant subi une crise cardiaque, ayant de graves problèmes de santé (cœur, foie, reins...)

## **Conseils de sécurité**

- Ce mode d'emploi vous sert à vous servir correctement du produit. Gardez le précieusement afin de pouvoir le consulter à tout moment.
- N'utilisez l'appareil que comme indiqué dans la notice. Aucune garantie ne pourra être appliquée en cas de mauvaise utilisation du produit.
- N'ouvrez pas l'appareil, sous peine de perdre toute garantie.
- N'essayez pas de réparer l'appareil vous même.
- Faites attention lorsque vous manipulez votre produit. Une chute ou un coup peuvent l'abîmer.
- Ne l'exposez pas à l'humidité et à la chaleur.

### **ATTENTION:**

N'utilisez l'appareil que comme indiqué dans la notice. Aucune garantie ne pourra être appliquée en cas de mauvaise utilisation du produit

Nous ne sommes pas responsable des conséquences inhérentes à un dommage.

Le fabricant se réserve le droit de modifier les caractéristiques techniques entraînant ainsi des erreurs dans ce manuel.

