



The natural way of Sweden

SISSEL® ACUPRESSUR MAT

- Gebrauchsanweisung
- Mode d'emploi
- Instructions for use
- Gebruiksaanwijzing
- Instrucciones de uso
- Istruzioni per l'uso
- Bruksanvisning
- Instrukcja użytkowania



Allgemeine Hinweise

Lesen Sie nachstehende Gebrauchsanweisung aufmerksam durch und beachten Sie die Sicherheits- und Warnhinweise.

Die SISSEL® Acupressur Mat ist eine Matte mit Kunststoffspitzen zur gezielten Stimulation verschiedener Hautrezeptoren, zur Verbesserung der Durchblutung und zur Entspannung.

Das Produkt ist entsprechend der vorliegenden Gebrauchsanweisung zu verwenden.

Die SISSEL® GmbH übernimmt keine Haftung für den Gebrauch des Produkts außerhalb der in dieser Gebrauchsanweisung beschriebenen Anwendungen.

Die Gebrauchsanweisung ist sorgfältig und griffbereit aufzubewahren sowie bei Weitergabe des Produkts beizulegen.

Sicherheitshinweise

- ! Prüfen Sie vor jeder Anwendung die Unversehrtheit des Produkts. Bei Beschädigungen ist die Funktion des Produkts und die Sicherheit nicht mehr gewährleistet.
- ! Verwenden Sie das Produkt nicht in unmittelbarer Nähe von Wärmequellen (z. B. Heizkörper, Herdplatte, offene Flamme, Funkenflug) und vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.
- ! Halten Sie den Nutzungsbereich frei von scharfen oder spitzen Gegenständen.
- ! Nutzen Sie das Produkt nur auf trockenen, rutschfesten und geraden Flächen.
- ! Beenden Sie die Anwendung, wenn Ihnen die Reize sehr unangenehm sein sollten.
- ! Anwendung bei Kindern und Jugendlichen, während der Schwangerschaft sowie bei vorhandenen gesundheitlichen Beschwerden nur unter Aufsicht und nach ärztlicher Rücksprache.
- ! Das Produkt ist kein Spielzeug und außerhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren. Gestatten Sie Kindern nicht, damit zu spielen.

Produktinformationen

Lieferumfang: 1 x SISSEL® Acupressur Mat (zweiteilig), 1 x Gebrauchsanweisung

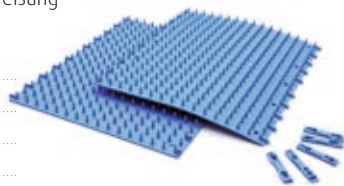
Technische Daten

Maße (L x B x H): 40 cm x 60 cm x 1,5 cm, zweiteilig

Höhe der Akupressur-Spitzen: ca. 1,5 cm

Gewicht: ca. 0,81 kg

Material: TPE (Thermoplastische Elastomere)



Empfehlung: ab einem Körpergewicht von 120 kg wird dringlich empfohlen eine Oberbekleidung (bspw. ein T-Shirt) zu tragen.

Hinweis: Die Acupressur Mat besteht aus zwei Teilmatten mit mittelfesten Akupressur-Spitzen.

Bestimmungsgemäße Anwendung

- Die SISSEL® Acupressur Mat bietet bei regelmäßiger Nutzung eine unkomplizierte, individuelle Behandlung verschiedener Beschwerden oder eine einfache Möglichkeit, das Wohlbefinden und die Entspannung zu fördern.
- Die SISSEL® Acupressur Mat nutzt die Reaktionen der Haut, der Unterhaut, der Muskulatur und des Stoffwechselsystems auf die punktförmigen Reize der Akupressur-Spitzen.

- Insbesondere die durchblutungsfördernde und die entspannende Wirkung können bei verschiedenen Gelegenheiten gezielt eingesetzt werden.

Anwendung

- Prüfen Sie das Produkt vor jeder Verwendung auf Unversehrtheit und Verunreinigungen.
- Fügen Sie die Teilmatten der SISSEL® Acupressur Mat auf einer festen Unterlage zusammen.
- Legen Sie die Matte auf eine ebene, weiche Unterlage, bspw. eine Massagebank, einen Teppichboden oder eine Gymnastikmatte. Sie kann auch auf dem Sofa oder im Bett verwendet werden.
- Verwenden Sie ein Kissen oder ein aufgerolltes Handtuch zum Abstützen des Kopfes.
- Einsteiger beginnen mit einer einfachen Liegeposition auf dem Rücken, um sich mit dem Gefühl auf der Haut vertraut zu machen. In den ersten Minuten kann das Liegegefühl unangenehm sein. Durch das Auflegen eines dünnen Handtuchs oder das Überziehen eines T-Shirts kann der Akupressurdruck reguliert werden.
- Steigern Sie die Liegezeit langsam nach Ihrem eigenen Empfinden, Ihren Bedürfnissen und Ihrer Kondition. Wir empfehlen Ihnen, sich langsam an die optimale Liegedauer heranzutasten.
- Sobald Sie mit der Matte vertraut sind, können Sie zweckgerichtete Effekte erzielen. Eine kurze Anwendungsdauer (bis zu 10 Minuten) wirkt allgemein anregend, eine längere Liegezeit (ab ca. 15 Minuten) fördert die Entspannung.
- Überschreiten Sie nicht die Nutzungsdauer von max. 40 Minuten.
- Fortgeschrittene Nutzer können die SISSEL® Acupressur Mat auch zur Unterstützung von Entspannungsübungen, Meditationsübungen oder gezielt an verschiedenen Körperbereichen wie Armen, Beinen, oder Nacken nutzen.
- Durch die Möglichkeit der Teilung kann die Matte flexibel als Auflage für ein gewöhnliches Kopfkissen zur Nackenbehandlung oder als Sitzauflage genutzt werden.
- Legen Sie sich langsam auf die Matte, um einen anfänglich sehr starken Reiz zu vermeiden.
- Am Anfang können im Zusammenhang mit der Anwendung der SISSEL® Acupressur Mat Rötungen des Rückens und Abdrücke der Stacheln auf der Haut auftreten. Diese Erscheinungen sind harmlos und nur vorübergehend.
- Gelegentlich können nach der Anwendung ein Gefühl leichter Benommenheit oder kurzzeitig Kopfschmerzen oder Schwindelgefühle auftreten. Das ist unbedenklich und stellt eine natürliche Reaktion des Körpers auf die Wirkung der Anwendung der SISSEL® Acupressur Mat dar. Verwenden Sie zur Regulierung des Drucks eine dickere Zwischenlage / Handtuch.
- Bei Personen, die an einem Schleudertrauma leiden, können anfänglich Nackenschmerzen oder Schwindelgefühle auftreten. In diesem Fall sollte die Anwendung auf max. 15 Minuten an jedem zweiten Tag begrenzt werden. Eine schrittweise Intensivierung der Behandlung ist später möglich.
- Verwenden Sie das Produkt immer unter Berücksichtigung der beschriebenen Empfehlungen und Hinweise.

Anwendungsbereiche

Die Acupressur Mat kann angewendet werden: bei Muskelverspannungen im Nacken-, Schulter und Rückenbereich, zur Durchblutungsförderung von Haut und Muskulatur, zur Stoffwechselanregung, zur Reduktion der Muskelspannung, zur Unterstützung der Regeneration nach dem Sport, bei Muskelkater, zur allgemeinen Entspannungsförderung, bei Schlafstörungen und Stress.

- ⚠ Warnhinweis: Schlafen Sie nicht auf der Matte!
- ⚠ Warnhinweis: Personen mit Blutgerinnungsstörungen, Herz-Kreislauf-Problemen, Psoriasis, Fibromyalgie und Schwangerschaft sollten vor der Nutzung der SISSEL® Acupressur Mat ärztlichen Rat einholen.
- ⚠ Warnhinweis: Die SISSEL® Acupressur Mat sollte bei Epilepsie, größeren Hautschäden (bspw. Wunden, Ekzemen, Sonnenbrand), Fieber, akuten Hautentzündungen, Pilzinfektionen, Thrombosen, frischen Frakturen oder Gewebetraumata nicht benutzt werden.
- ⚠ Warnhinweis: Schützen Sie bei Anwendung, Lagerung und Transport der Matte insbesondere die Augen vor unbeabsichtigten Berührungen mit den Spitzen.

Pflege & Hygiene

Zur Reinigung nach dem Gebrauch kann die SISSEL® Acupressur Mat mit heißem Wasser und handelsüblichem Reinigungs- und Desinfektionsmittel abgewischt werden. Benutzen Sie dazu ein weiches Tuch und keine scheuernden Mittel.

- ⚠ Warnhinweis: Reinigungs- und Desinfektionsmittel, die die Materialien des Produkts schädigen können, sind zu vermeiden.
- ⚠ Warnhinweis: Die Anwendungshinweise des Reinigungs- und Desinfektionsmittelherstellers sind zu beachten.

Bei der Verwendung ungeeigneter Präparate zur Reinigung oder deren falscher Anwendung erlischt der Gewährleistungs- und Garantieanspruch. Das Produkt kann zur Lagerung aufgerollt und platzsparend verstaut werden. Schützen Sie das Produkt zur Aufbewahrung vor direktem Sonnenlicht und lagern Sie es bei Nichtanwendung an einem dunklen, trockenen Platz.

Entsorgung & Umwelt

- Produkt: Das Produkt kann dem Hausmüll zugeführt werden.
- Verpackung: Es werden keine besonderen Verpackungsarten verwendet. Die jeweils gültigen Entsorgungsrichtlinien sind zu beachten.

Gewährleistung

- Die Gewährleistung richtet sich nach den gesetzlichen Vorschriften.
- Jede Gewährleistung ist ausgeschlossen, wenn von der SISSEL® GmbH gelieferte Ware ohne Zustimmung von anderer Seite bearbeitet, behandelt oder verändert wurde oder wenn die Gebrauchsanweisung nicht befolgt wurde.



General information

Read the following user manual carefully and observe the safety instructions and warnings.

SISSEL® Acupressur Mat is a mat with plastic tips for targeted stimulation of various skin receptors, improving blood circulation and relaxation.

The product may only be used in accordance with these instructions for use.

SISSEL® GmbH accepts no liability for the use of the product outside the applications described in these user instructions.

The user manual must be kept carefully and within easy reach, and must be enclosed if the product is passed on.

Safety instructions

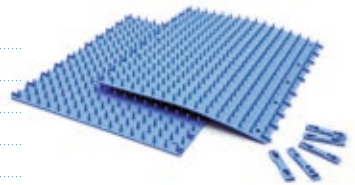
- ! Check the condition of the product before each use. If damaged, the function of the product and safety is no longer guaranteed.
- ! Do not use the product in the immediate area of heat sources (e.g. radiator, hotplate, open flame, flying sparks) and avoid direct sunlight.
- ! Keep the area of use free of sharp or pointed objects.
- ! Use the product only on dry, non-slip and straight surfaces.
- ! Stop using if you find the stimuli very uncomfortable.
- ! Use in children and adolescents, during pregnancy and in case of existing health conditions only under supervision and after medical consultation.
- ! The product is not a toy and should be kept out of the reach of children. Do not allow children to play with it.

Product information

Scope of delivery: 1 x SISSEL® Acupressur Mat (two-piece), 1 x instructions for use

Technical specifications

Dimensions (L x W x H):	40 cm x 60 cm x 1,5 cm, two-piece
Height of Acupressur tips:	approx. 1,5 cm
Weight:	approx. 0,81 kg
Material:	TPE (Thermoplastic Elastomers)



Recommendation: From a body weight of 120 kg, it is strongly recommended to wear an outer garment (e.g. a T-shirt).

Note: The Acupressur Mat consists of two partial mats with medium-firm Acupressur tips.

Intended use

- The SISSEL® Acupressur Mat, when used regularly, offers an uncomplicated, individual treatment of various ailments or a simple way to improve well-being and relaxation.
- The SISSEL® Acupressur Mat uses the reactions of the skin, the subcutaneous tissue, the musculature and the metabolic system to the punctiform stimuli of the Acupressur tips.
- In particular, the circulatory and relaxing effects can be targeted on various occasions.

Usage

- Check the product for damage and contamination before each use.
- Assemble the partial mats of the SISSEL® Acupressur Mat on a firm base.
- Place the mat on a flat, soft surface, such as a massage bench, carpet or gym mat. It can also be used on the sofa or in bed.
- Use a pillow or rolled up towel to support the head.
- Beginners start with a simple lying position on the back to get familiar with the feeling on the skin. In the first few minutes, the lying feeling may be uncomfortable. The Acupressur pressure can be regulated by placing a thin towel or putting a T-shirt over it.
- Slowly extend the lying time according to your own feeling, needs and condition. We recommend that you gradually approach the optimum lying time.
- Once you are familiar with the mat, you can achieve targeted effects. A short application time (up to 10 minutes) has a generally stimulating effect, a longer lying time (from approx. 15 minutes) supports relaxation.
- Do not exceed the usage time of max. 40 minutes.
- Advanced users can also use the SISSEL® Acupressur Mat to support relaxation exercises, meditation exercises or targeted to different areas of the body such as arms, legs, or neck.
- Due to the possibility of parting, the mat can be used flexibly as a support for an ordinary pillow for neck treatment or as a seat support.
- Lay down slowly on the mat to avoid a very strong initial stimulus.
- In the beginning, in connection with the use of the SISSEL® Acupressur Mat, redness of the back and imprints of the spikes on the skin may occur. These phenomena are harmless and only temporary.
- Sometimes, after the application, a feeling of slight drowsiness or brief headache or dizziness may occur. This is harmless and represents a natural reaction of the body to the effect of using the SISSEL® Acupressur Mat. Use a thicker underlayer / towel to regulate the pressure.
- Persons suffering from whiplash may initially experience neck pain or dizziness. In this case, the application should be limited to a maximum of 15 minutes every other day. Gradual intensification of the treatment is possible later.
- Always use the product in compliance with the recommendations and instructions described.

Applications

The Acupressur Mat can be used: for muscle tension in the neck, shoulder and back area, to promote blood circulation in the skin and muscles, to stimulate the metabolism, to reduce muscle tension, to support regeneration after sport, for sore muscles, to promote general relaxation, for sleep disorders and stress.

 Warning: Do not sleep on the mat!

 Warning: People with blood clotting disorders, cardiovascular problems, psoriasis, fibromyalgia and pregnancy should consult a doctor before using SISSEL® Acupressur Mat.

 Warning: SISSEL® Acupressur Mat should not be used in cases of epilepsy, major skin damage (e.g. wounds, eczema, sunburn), fever, acute skin infections, fungal infections, thrombosis, fresh fractures or tissue trauma.

- ⚠ Warning: When using, storing and transporting the mat, protect your eyes in particular from accidental contact with the tips.

Care & Hygiene

To clean after use, the SISSEL® Acupressur Mat can be rinsed with hot water and commercial cleaner. Use a soft cloth and no abrasive agents.

- ⚠ Warning: Detergents and disinfectants that can damage the materials of the product must be avoided.
- ⚠ Warning: The application instructions of the detergent and disinfectant manufacturer must be followed.

The use of unsuitable cleaning agents or their incorrect use, will void the warranty and guarantee. The product can be rolled up for storage and stowed to save space. For storage, protect the product from direct sunlight and store in a dark, dry place when not in use.

Disposal & Environment

- Product: The product can be disposed of with household waste.
- Packaging: No special types of packaging are used. The respective valid disposal guidelines must be observed.

Warranty

- The warranty is governed by the statutory provisions.
- Any warranty is excluded if goods delivered by SISSEL® GmbH have been processed, treated or modified by others without consent or if the instructions for use have not been followed.



Informations générales

Lire attentivement le manuel d'utilisation suivant et respecter les consignes de sécurité et les avertissements.

Le tapis d'acupression SISSEL® est un tapis muni d'embouts en plastique permettant une stimulation ciblée de différents récepteurs cutanés, améliorant la circulation sanguine et la relaxation.

Le produit ne doit être utilisé que conformément à ce mode d'emploi.

SISSEL® GmbH décline toute responsabilité en cas d'utilisation du produit en dehors des applications décrites dans ce mode d'emploi.

Le mode d'emploi doit être conservé soigneusement et à portée de main, et doit être joint en cas de transmission du produit.

Consignes de sécurité

! Vérifier l'état du produit avant chaque utilisation. S'il est endommagé, le fonctionnement du produit et la sécurité ne sont plus garantis.

! Ne pas utiliser le produit à proximité immédiate de sources de chaleur (radiateur, plaque chauffante, flamme nue, étincelles) et éviter la lumière directe du soleil.

! Maintenir la zone d'utilisation exempte d'objets tranchants ou pointus.

! Utiliser le produit uniquement sur des surfaces sèches, antidérapantes et droites.

! Stopper toute utilisation du produit si les stimuli sont très inconfortables.

! L'utilisation chez les enfants et les adolescents, pendant la grossesse et en cas de problèmes de santé n'est possible que sous surveillance et après consultation médicale.

! Le produit n'est pas un jouet et doit être tenu hors de portée des enfants. Ne pas laisser les enfants jouer avec.

Informations sur le produit

Contenu de la livraison : 1 x SISSEL® Acupressur Mat (en deux parties), 1 x mode d'emploi

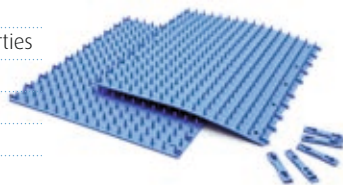
Caractéristiques techniques

Dimensions (L x l x H) : 40 cm x 60 cm x 1,5 cm, en deux parties

Hauteur des pointes d'acupression : env. 1,5 cm

Poids : env. 0,81 kg

Matériau : TPE (élastomères thermoplastiques)



Recommandation : À partir d'un poids corporel de 120 kg, il est fortement recommandé de porter un vêtement (par exemple, un T-shirt).

Remarque : Le tapis d'acupression se compose de deux tapis partiels avec des pointes d'acupression de fermeté moyenne.

Utilisation conforme

- Utilisé régulièrement, le SISSEL® Acupressur Mat offre un traitement simple et individuel de différents maux ou un moyen simple d'améliorer le bien-être et la relaxation.
- Le SISSEL® Acupressur Mat utilise les réactions de la peau, du tissu sous-cutané, de la musculature et du système métabolique aux stimuli punctiformes des pointes d'acupression.
- En particulier, les effets circulatoires et relaxants peuvent être ciblés à diverses occasions.

Utilisation

- Avant chaque utilisation, vérifier que le produit n'est pas endommagé ou contaminé.
- Assembler les parties du SISSEL® Acupressur Mat sur une base solide.
- Placer le tapis sur une surface plane et souple, comme un banc de massage, un tapis ou un tapis de gymnastique. Il peut également être utilisé sur le canapé ou dans le lit.
- Utiliser un oreiller ou une serviette roulée pour soutenir la tête.
- Les débutants commencent par une simple position allongée sur le dos pour se familiariser avec la sensation sur la peau. Au cours des premières minutes, la sensation peut être inconfortable. La pression de l'acupression peut être régulée en plaçant une serviette fine ou en mettant un T-shirt.
- Prolonger lentement le temps de repos en fonction du ressenti, du besoin et de votre état. Nous recommandons de se rapprocher progressivement du temps de repos optimal.
- Une fois familiarisé avec le tapis, il est possible d'obtenir des effets ciblés. Un temps d'application court (jusqu'à 10 minutes) a un effet généralement stimulant, un temps plus long (à partir d'environ 15 minutes) favorise la relaxation.
- Ne pas dépasser la durée max. d'utilisation de 40 minutes.
- Les utilisateurs avancés peuvent également utiliser le SISSEL® Acupressur Mat pour faire des exercices de relaxation, de méditation ou de manière ciblée sur différentes parties du corps comme les bras, les jambes ou la nuque.
- En raison de la possibilité de séparation, le tapis peut être utilisé de manière flexible comme support pour un oreiller ordinaire pour le traitement du cou ou comme support de siège.
- S'allonger lentement sur le tapis pour éviter un stimulus initial très fort.
- Au début, en relation avec l'utilisation du SISSEL® Acupressur Mat, des rougeurs du dos et des empreintes des pointes sur la peau peuvent apparaître. Ces phénomènes sont inoffensifs et seulement temporaires.
- Parfois, après l'application, une sensation de légère somnolence ou un bref mal de tête ou vertige peuvent survenir. Ces phénomènes sont inoffensifs et représentent une réaction naturelle du corps à l'effet de l'utilisation du SISSEL® Acupressur Mat. Utiliser une sous-couche / serviette plus épaisse pour réguler la pression.
- Les personnes souffrant d'un coup du lapin peuvent initialement ressentir des douleurs cervicales ou des vertiges. Dans ce cas, l'application doit être limitée à un maximum de 15 minutes tous les deux jours. Une intensification progressive du traitement est possible par la suite.
- Utiliser toujours le produit en respectant les recommandations et les instructions décrites.

Applications

Le tapis d'acupression peut être utilisé en cas de tensions musculaires dans la nuque, les épaules et le dos, pour favoriser la circulation sanguine dans la peau et les muscles, pour stimuler le métabolisme, pour réduire les tensions musculaires, pour favoriser la régénération après le sport, pour les muscles endoloris, pour favoriser la relaxation générale, pour les troubles du sommeil et le stress.

- ⚠ Avertissement : Ne pas dormir sur le tapis !
- ⚠ Avertissement : Les personnes souffrant de troubles de la coagulation sanguine, de problèmes cardiovasculaires, de psoriasis, de fibromyalgie et les femmes enceintes devraient consulter un médecin avant d'utiliser le SISSEL® Acupressur Mat.
- ⚠ Avertissement : Le SISSEL® Acupressur Mat ne doit pas être utilisé en cas d'épilepsie, de lésions cutanées importantes (par ex. plaies, eczéma, coups de soleil), de fièvre, d'infections cutanées aiguës, de mycoses, de thromboses, de fractures récentes ou de traumatismes tissulaires.
- ⚠ Avertissement : Lors de l'utilisation, du stockage et du transport du tapis, protéger en particulier les yeux d'un contact accidentel avec les pointes.

Entretien

Pour le nettoyage après utilisation, le SISSEL® Acupressur Mat peut être rincé avec de l'eau chaude et un nettoyant commercial. Utiliser un chiffon doux et aucun agent abrasif.

- ⚠ Avertissement : Éviter les détergents et les désinfectants qui peuvent endommager les matériaux du produit.
- ⚠ Avertissement : Les instructions d'application du fabricant de détergents et de désinfectants doivent être respectées.

L'utilisation de produits de nettoyage inadaptés ou leur utilisation incorrecte, annule la garantie. Le produit peut être enroulé pour le stockage et rangé pour gagner de la place. Pour le stockage, protéger le produit de la lumière directe du soleil et le ranger dans un endroit sombre et sec lorsqu'il n'est pas utilisé.

Recyclage

- Produit : Le produit peut être éliminé avec les déchets ménagers.
- Emballage : Aucun type d'emballage particulier n'est utilisé. Les directives d'élimination en vigueur doivent être respectées.

Garantie

- La garantie est régie par les dispositions légales.
- Toute garantie est exclue si les marchandises livrées par SISSEL® GmbH ont été transformées, traitées ou modifiées par des tiers sans leur consentement ou si les instructions d'utilisation n'ont pas été respectées.



Algemene informatie

Lees de volgende gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en neem de veiligheidsvoorschriften en waarschuwingen in acht.

De SISSEL® Acupressur Mat is een mat met kunststof punten voor het gericht stimuleren van verschillende huidreceptoren, ter verbetering van de bloedcirculatie en ter ontspanning. Het product mag uitsluitend worden gebruikt in overeenstemming met deze gebruiksaanwijzing. SISSEL® GmbH aanvaardt geen aansprakelijkheid voor het gebruik van het product buiten de in deze gebruiksaanwijzing beschreven toepassingen.

De gebruiksaanwijzing moet zorgvuldig en binnen handbereik worden bewaard en moet worden ingesloten als het product wordt doorgegeven.

Veiligheidsvoorschriften

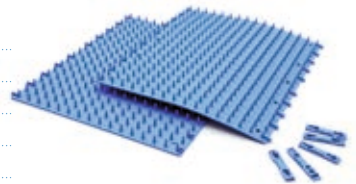
- ! Controleer de staat van het product voor elk gebruik. Indien beschadigd, zijn de werking van het product en de veiligheid niet meer gegarandeerd.
- ! Gebruik het product niet in de onmiddellijke nabijheid van warmtebronnen (b.v. radiatoren, kookplaten, open vuur, rondvliegende vonken) en vermijd direct zonlicht.
- ! Houd de mat vrij van scherpe of puntige voorwerpen.
- ! Gebruik het product alleen op droge, stroeve en vlakke ondergronden.
- ! Stop met het gebruik ervan als u zich erg ongemakkelijk voelt bij de prikkels.
- ! Gebruik bij kinderen en adolescenten, tijdens de zwangerschap en bij bestaande gezondheidsproblemen alleen onder toezicht en na overleg met een arts.
- ! Het product is geen speelgoed en moet buiten het bereik van kinderen worden gehouden. Laat kinderen er niet mee spelen.

Productinformatie

Omvang van de levering: 1 x SISSEL® Acupressur Mat (tweedelig), 1 x gebruiksaanwijzing

Technische gegevens

Afmeting (L x B x H):	40 cm x 60 cm x 1,5 cm, tweedelig
Hoogte van de acupressuurpunten:	ong. 1,5 cm
Gewicht:	ca. 0,81 kg
Materiaal:	TPE (thermoplastische elastomeren)



Aanbeveling: Vanaf een lichaamsgewicht van 120 kg wordt het dragen van bovenkleding (bijvoorbeeld een T-shirt) sterk aanbevolen.

Informatie: De acupressuurmat bestaat uit twee deelmatten met middelsterke acupressuurpunten.

Beoogd gebruik

- Bij regelmatig gebruik biedt de SISSEL® Acupressur Mat een ongecompliceerde, individuele behandeling van verschillende klachten of een eenvoudige manier om welzijn en ontspanning te bevorderen.
- De SISSEL® Acupressuurmat maakt gebruik van de reacties van de huid, het onderhuidse weefsel, de spieren en het stofwisselingssysteem op de acupressuurpunten.

- Met name de doorbloedingsbevorderende en ontspannende effecten kunnen bij verschillende gelegenheden gericht worden ingezet.

Ingebruikname

- Controleer het product voor elk gebruik op beschadigingen en vervuiling.
- Leg de onderdelen van de SISSEL® Acupressur Mat op een stevige ondergrond.
- Plaats de mat op een vlakke, zachte ondergrond, bijvoorbeeld een massagebank, een tapijt of een oefenmat. Het kan ook op de bank of in bed worden gebruikt.
- Gebruik een kussen of opgerolde handdoek om je hoofd te ondersteunen.
- Beginners beginnen met een eenvoudige liggende positie op je rug om vertrouwd te raken met het gevoel op de huid. In de eerste paar minuten kan het gevoel van liggen onaangenaam zijn. De acupressuurdruk kan worden geregeld door een dunne handdoek om te doen of een T-shirt aan te trekken.
- Verhoog de ligtijd langzaam naar uw eigen gevoelens, uw behoeften en uw toestand. We raden u aan langzaam de optimale verblijfsduur te naderen.
- Als je eenmaal vertrouwd bent met de mat, kun je doelgerichte effecten creëren. Een korte gebruikspriode (tot 10 minuten) heeft over het algemeen een stimulerend effect, terwijl een langere periode (vanaf ca. 15 minuten) de ontspanning bevordert.
- Overschrijd de maximale gebruikstijd van 40 minuten niet.
- Gevorderde gebruikers kunnen de SISSEL® Acupressur Mat ook gebruiken ter ondersteuning van ontspanningsoefeningen, meditatieoefeningen of specifiek op verschillende lichaamsdelen zoals armen, benen of nek.
- Door de mogelijkheid om de mat te delen, kan deze flexibel worden gebruikt als ondersteuning voor een gewoon kussen voor nekbehandeling of als stoelondersteuning.
- Ga langzaam op de mat liggen om een zeer sterke initiële stimulus te vermijden.
- In het begin kunnen roodheid van de rug en afdrukken van de stekels op de huid optreden door het gebruik van de SISSEL® Acupressur Mat. Deze verschijnselen zijn ongevaarlijk en slechts tijdelijk.
- Af en toe, na gebruik, kan een gevoel van duizeligheid of korte hoofdpijn of duizeligheid optreden. Dit is ongevaarlijk en is een natuurlijke reactie van het lichaam op het effect van het gebruik van de SISSEL® Acupressur Mat. Gebruik een dikke laag / handdoek om de druk te regelen.
- Mensen die last hebben van een whiplash kunnen in eerste instantie nekpijn of duizeligheid ervaren. In dit geval moet de toepassing worden beperkt tot maximaal 15 minuten om de andere dag. Een stapsgewijze intensivering van de behandeling is later mogelijk.
- Gebruik het product altijd in overeenstemming met de beschreven aanbevelingen en instructies.

Toepassingsgebieden

De Acupressur Mat kan worden gebruikt: bij spierspanning in de nek, schouder en rug, ter bevordering van de bloedcirculatie in huid en spieren, ter stimulering van de stofwisseling, ter vermindering van spierspanning, ter ondersteuning van regeneratie na inspanning, bij spierpijn, bij bevordering van algemene ontspanning, voor slaapstoornissen en stress.

- ⚠ Waarschuwing: Slaap niet op de mat!
- ⚠ Waarschuwing: Mensen met bloedingsstoornissen, cardiovasculaire problemen, psoriasis, fibromyalgie en zwangerschap dienen medisch advies in te winnen voordat ze de SISSEL® Acupressur Mat gebruiken.
- ⚠ Waarschuwing: De SISSEL® Acupressur Mat mag niet worden gebruikt bij epilepsie, ernstige huidbeschadiging (bijv. wonden, eczeem, zonnebrand), koorts, acute huidontsteking, schimmelinfecties, trombose, verse fractures of weefseltrauma.
- ⚠ Waarschuwing: Bescherm bij gebruik, opslag en transport van de mat vooral uw ogen tegen onbedoeld contact met de punten.

Verzorging & Hygiëne

Voor reiniging na gebruik kan de SISSEL® Acupressur Mat worden afgeveegd met heet water en in de handel verkrijgbare reinigings- en desinfectiemiddelen. Gebruik een zachte doek en geen schuurmiddelen.

- ⚠ Waarschuwing: Reinigingsmiddelen en desinfectiemiddelen, die de materialen van het product kunnen beschadigen, moeten worden vermeden.
- ⚠ Waarschuwing: De gebruiksaanwijzing van de fabrikant van het reinigings- en desinfectiemiddel moet in acht worden genomen.

Indien voor de reiniging ongeschikte preparaten worden gebruikt of indien deze verkeerd worden gebruikt, vervalt de garantie en garantie. Het product kan worden opgerold voor opslag en ruimtebesparend worden opgeborgen. Bescherm het product bij opslag tegen direct zonlicht en bewaar het op een donkere, droge plaats wanneer het niet in gebruik is.

Verwijdering & Milieu

- Product: Het product kan met het huisvuil worden weggegooid.
- Verpakking: Er worden geen speciale soorten verpakkingen gebruikt.
De geldende afvalverwijderingsrichtlijnen moeten in acht worden genomen.

Garantie

- De garantie is gebaseerd op de wettelijke bepalingen.
- De garantie vervalt als de door SISSEL® GmbH geleverde goederen zonder toestemming werden bewerkt, behandeld of gewijzigd of als de gebruiksaanwijzing niet werd opgevolgd.



Información general

Lea atentamente el siguiente manual de usuario y observe las instrucciones y advertencias de seguridad. SISSEL® Acupressur Mat es una esterilla con puntas de plástico para la estimulación selectiva de varios receptores de la piel, mejorando la circulación sanguínea y la relajación.

El producto sólo puede utilizarse de acuerdo con estas instrucciones de uso.

SISSEL® GmbH no asume ninguna responsabilidad por el uso del producto fuera de las aplicaciones descritas en estas instrucciones de uso.

El manual de uso debe guardarse con cuidado y al alcance de la mano, y debe adjuntarse en caso de transmisión del producto.

Instrucciones de seguridad

- ! Compruebe el estado del producto antes de cada uso. Si está dañado, el funcionamiento del producto y la seguridad ya no están garantizados.
- ! No utilice el producto en áreas inmediatas a fuentes de calor (por ejemplo, radiadores, placas caliente, llamas abiertas, chisporroteos) y evite la luz solar directa.
- ! Mantenga el área de uso libre de objetos afilados o puntiagudos.
- ! Utilice el producto sólo en superficies secas, antideslizantes y rectas.
- ! Deje de utilizarlo si los estímulos le resultan muy incómodos.
- ! La utilización con niños y adolescentes, durante el embarazo y en caso de problemas de salud es posible solamente bajo supervisión y tras consulta médica.
- ! El producto no es un juguete y debe mantenerse fuera del alcance de los niños. No permita que los niños jueguen con él.

Información sobre el producto

Alcance de la entrega: 1 x SISSEL® Acupressur Mat (en dos partes), 1 x instrucciones de uso

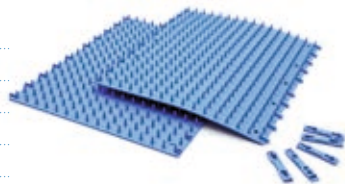
Datos técnicos

Dimensiones (L x A x A): 40 x 60 x 1,5 cm, de dos partes

Altura de las puntas de acupresión: aprox. 1,5 cm

Peso: ca. 0,81 kg

Material: TPE (elastómeros termoplásticos)



Recomendación: A partir de un peso corporal de 120 kg, se recomienda encarecidamente llevar una prenda exterior (por ejemplo, una camiseta).

Nota: La esterilla Acupressur se compone de dos esterillas parciales con puntas Acupressur de firmeza media.

Uso previsto

- La esterilla SISSEL® Acupressur Mat, si se utiliza con regularidad, ofrece un tratamiento individual y sin complicaciones de diversas dolencias o una forma sencilla de mejorar el bienestar y la relajación.
- La esterilla SISSEL® Acupressur utiliza las reacciones de la piel, el tejido subcutáneo, la musculatura y el sistema metabólico a los estímulos puntiformes de las puntas de acupresión.
- En particular los efectos circulatorios y de relajación pueden ser utilizados en zonas específicas en varias ocasiones.

Uso

- Compruebe que el producto no esté dañado ni contaminado antes de cada uso.
- Monte las esterillas parciales de la esterilla SISSEL® Acupressur Mat sobre una base firme.
- Coloque la esterilla sobre una superficie plana y suave, como en un banco de masaje, una alfombra o una esterilla de gimnasio. También puede utilizarse en el sofá o en la cama.
- Utilice una almohada o una toalla enrollada para apoyar la cabeza.
- Los principiantes empiezan con una simple posición tumbada sobre la espalda para familiarizarse con la sensación en la piel. En los primeros minutos, la sensación de estar tumbado puede resultar incómoda. La presión de acupresión puede regularse colocando una toalla fina o poniendo una camiseta encima.
- Amplíe poco a poco el tiempo de estar tumbado según su propia sensación, necesidades y estado. Le recomendamos que se acerque gradualmente al tiempo óptimo de uso tumbado.
- Una vez que se haya familiarizado con la esterilla, podrá conseguir efectos específicos. Un tiempo de aplicación corto (hasta 10 minutos) tiene un efecto generalmente estimulante, un tiempo más largo (a partir de unos 15 minutos) favorece la relajación.
- No exceda el tiempo de uso de máx. 40 minutos.
- Los usuarios avanzados también pueden utilizar la esterilla SISSEL® Acupressur Mat para apoyar ejercicios de relajación, ejercicios de meditación o dirigidos a diferentes zonas del cuerpo como brazos, piernas o cuello.
- Gracias a la posibilidad de separar la esterilla, ésta puede utilizarse de forma flexible, ya sea como soporte de una almohada normal para el tratamiento del cuello o como un asiento.
- Acuéstese lentamente sobre la esterilla para evitar un estímulo inicial muy fuerte.
- Al principio, en relación con el uso de la SISSEL® Acupressur Mat, puede producirse un enrojecimiento de la espalda y marcas de las púas en la piel. Estos fenómenos son inofensivos y sólo temporales.
- A veces, tras la aplicación, puede producirse una sensación de ligera somnolencia o un breve dolor de cabeza o mareo. Esto es inofensivo y representa una reacción natural del cuerpo al efecto del uso de la SISSEL® Acupressur Mat. Utilice una capa inferior/toalla más gruesa para regular la presión.
- Las personas que sufren del latigazo cervical pueden experimentar inicialmente dolor de cuello o mareos. En este caso, la aplicación debe limitarse a un máximo de 15 minutos cada dos días. Posteriormente es posible intensificar gradualmente el tratamiento.
- Utilice siempre el producto siguiendo las recomendaciones e instrucciones descritas.

Aplicaciones

La esterilla de acupresión se puede utilizar: para la tensión muscular en la zona del cuello, los hombros y la espalda, para promover la circulación sanguínea en la piel y los músculos, para estimular el metabolismo, para reducir la tensión muscular, para favorecer la regeneración después del deporte, para los músculos doloridos, para promover la relajación general, para los trastornos del sueño y el estrés.

- ⚠ Advertencia : No duerma en la esterilla.
- ⚠ Advertencia : Las personas con trastornos de la coagulación de la sangre, problemas cardiovasculares, psoriasis, fibromialgia y embarazo deben consultar a un médico antes de utilizar SISSEL® Acupressur Mat.
- ⚠ Advertencia : La esterilla SISSEL® Acupressur Mat no debe utilizarse en caso de epilepsia, daños importantes en la piel (por ejemplo, heridas, eczemas, quemaduras solares), fiebre, infecciones agudas de la piel, infecciones por hongos, trombosis, fracturas recientes o traumatismos en los tejidos.
- ⚠ Advertencia : Proteja especialmente sus ojos del contacto accidental con las puntas al utilizar, almacenar y transportar la esterilla.

Cuidado & higiene

Para limpiarla después de su uso, la esterilla SISSEL® Acupressur Mat puede enjuagarse con agua caliente y un limpiador comercial. Utilice un paño suave y sin agentes abrasivos.

- ⚠ Advertencia : Deben evitarse los detergentes y desinfectantes que puedan dañar los materiales del producto.
- ⚠ Advertencia : Deben seguirse las instrucciones de aplicación del fabricante del detergente y desinfectante.

El uso de agentes de limpieza inadecuados o su uso incorrecto, anularán la garantía. El producto puede enrollarse para su almacenamiento y guardarse para ahorrar espacio. Para su almacenamiento, proteja el producto de la luz solar directa y guárdelo en un lugar oscuro y seco cuando no lo utilice.

Eliminación & medio ambiente

- Producto: El producto puede eliminarse con la basura doméstica.
- Embalaje: No se utiliza ningún tipo de embalaje especial. Deben observarse las respectivas directrices válidas de eliminación.

Garantía

- La garantía se rige por las disposiciones legales.
- Queda excluida toda garantía si la mercancía suministrada por SISSEL® GmbH ha sido procesada, tratada o modificada por terceros sin consentimiento o si no se han seguido las instrucciones de uso.



Informazioni generali

Leggere attentamente il seguente manuale d'uso e rispettare le istruzioni di sicurezza e le avvertenze. SISSEL® Acupressur Mat è un tappetino con punte in plastica per la stimolazione mirata di diversi recettori della pelle per migliorare la circolazione del sangue e il rilassamento.

Il prodotto può essere utilizzato solo in conformità alle presenti istruzioni per l'uso.

SISSEL® GmbH non si assume alcuna responsabilità per l'uso del prodotto per scopi diversi da quelli descritti nelle presenti istruzioni per l'uso.

Le istruzioni per l'uso devono essere conservate con cura e a portata di mano e devono essere allegate al prodotto in caso di cessione di quest'ultimo.

Istruzioni di sicurezza

! con i bambini e gli adolescenti, durante la gravidanza e in presenza di problemi di salute utilizzare solo sotto supervisione e dopo consultazione medica.

! Non utilizzare il prodotto in prossimità di fonti di calore (es. radiatore, piastra, fiamme libere, scintille) ed evitare la luce solare diretta.

! Mantenere l'area di utilizzo libera da oggetti taglienti o appuntiti.

! Usare il prodotto solo su superfici asciutte, non scivolose e piane.

! Interrompere l'uso se gli stimoli risultano particolarmente fastidiosi.

! Con i bambini e gli adolescenti, durante la gravidanza e in presenza di problemi di salute utilizzare solo sotto supervisione e dopo consultazione medica.

! Il prodotto non è un giocattolo e deve essere tenuto fuori dalla portata dei bambini. Non permettere ai bambini di giocarci.

Informazioni sul prodotto

Ambito di consegna: 1 x SISSEL® Acupressur Mat (due componenti), 1 x istruzioni per l'uso

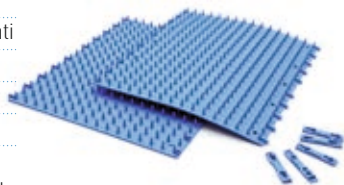
Dati tecnici

.....
Dimensioni (L x l x H): 40 cm x 60 cm x 1,5 cm, due componenti

.....
Altezza delle punte Acupressur: circa 1,5 cm

.....
Peso: circa 0,81 kg

.....
Materiale: TPE (elastomeri termoplastici)
.....



Raccomandazione: A partire da un peso corporeo di 120 kg, si raccomanda vivamente di indossare una T-shirt.

Nota: Acupressur Mat è composto da due tappetini con punte Acupressur di media durezza.

Uso previsto

- Se usato regolarmente, SISSEL® Acupressur Mat consente di trattare in modo facile e personalizzato diversi disturbi o semplicemente di favorire il benessere e il relax.
- SISSEL® Acupressur Mat sfrutta le reazioni della pelle, del tessuto sottocutaneo, della muscolatura e del sistema metabolico agli stimoli puntiformi delle punte Acupressur.
- Gli effetti benefici per la circolazione e il relax, in particolare, possono essere sfruttati in modo mirato in diverse occasioni.

Uso

- Prima di ogni utilizzo controllare che il prodotto non sia danneggiato o imbrattato.
- Assemblare i tappetini che compongono SISSEL® Acupressur Mat su una base solida.
- Posizionare il tappetino su una superficie piana e morbida, per esempio una panca da massaggio, una moquette o un tappetino da palestra. Può essere usato anche sul divano o a letto.
- Usare un cuscino o un asciugamano arrotolato per sostenere la testa.
- I principianti iniziano con una posizione semplice, ovvero sdraiandosi sulla schiena per familiarizzare con la sensazione sulla pelle. Nei primi minuti la posizione sdraiata può risultare scomoda. Stendendo sul tappetino un asciugamano sottile o indossando una T-shirt è possibile regolare la pressione di Acupressur.
- Prolungare lentamente la durata della posizione sdraiata in base alla propria sensibilità, alle proprie necessità e al proprio stato di salute. Si consiglia di avvicinarsi gradualmente alla durata ottimale.
- Una volta acquisita familiarità con il tappetino, è possibile ottenere effetti mirati. Una durata di utilizzo breve (fino a 10 minuti) ha un effetto generalmente stimolante, una durata maggiore (da circa 15 minuti) favorisce il rilassamento.
- Non superare il tempo di utilizzo massimo di 40 minuti.
- Gli utenti esperti possono utilizzare SISSEL® Acupressur Mat anche per supportare esercizi di rilassamento, esercizi di meditazione o mirati a diverse aree del corpo come braccia, gambe o collo.
- Grazie alla possibilità di dividersi in due parti, il tappetino può essere utilizzato in modo flessibile, come supporto per un normale cuscino per il trattamento del collo o come seduta.
- Sdraiarsi sul tappetino lentamente, per evitare uno stimolo iniziale particolarmente forte.
- Utilizzando SISSEL® Acupressur Mat possono inizialmente comparire arrossamenti sulla schiena e impronte delle punte sulla pelle. Questi fenomeni sono innocui e solo temporanei.
- A volte, dopo l'utilizzo, è possibile avvertire una sensazione di leggera sonnolenza o un breve mal di testa o vertigini. Non ci si deve preoccupare poiché si tratta di una reazione naturale del corpo all'effetto dell'uso di SISSEL® Acupressur Mat. Utilizzare uno strato intermedio/asciugamano di maggiore spessore per regolare la pressione.
- Le persone che soffrono di colpo di frusta possono inizialmente provare dolore al collo o vertigini. In questo caso, l'utilizzo dovrebbe essere limitato a un massimo di 15 minuti ogni due giorni. In un secondo momento sarà possibile intensificare gradualmente il trattamento.
- Utilizzare sempre il prodotto in conformità con le raccomandazioni e le istruzioni descritte.

Ambiti di applicazione

Il tappetino Acupressur può essere utilizzato: in caso di tensione muscolare nella zona del collo, delle spalle e della schiena, per favorire la circolazione del sangue nella pelle e nei muscoli, per stimolare il metabolismo, per ridurre la tensione muscolare, per favorire il recupero dopo lo sport, in caso di dolori muscolari, per favorire il rilassamento generale, per i disturbi del sonno e lo stress.

- ⚠️ Avviso: Non dormire sul tappetino!
- ⚠️ Avviso: Le persone con disturbi della coagulazione del sangue, problemi cardiovascolari, psoriasi, fibromialgia e in gravidanza dovrebbero consultare un medico prima di utilizzare SISSEL® Acupressur Mat.
- ⚠️ Avviso: SISSEL® Acupressur Mat non deve essere usato in caso di epilessia, danni importanti alla pelle (ad esempio ferite, eczemi, scottature), febbre, infezioni cutanee acute, micosi, trombosi, fratture recenti o traumi ai tessuti.
- ⚠️ Avviso: Controllare che il prodotto non sia danneggiato o contaminato prima di ogni utilizzo.

Cura & igiene

Per pulire SISSEL® Acupressur Mat dopo l'utilizzo, è possibile sciacquarlo con acqua calda e un detergente disponibile in commercio. Utilizzare un panno morbido e non abrasivo.

- ⚠️ Avviso: Evitare i detergenti e i disinfettanti che possono danneggiare i materiali del prodotto.
- ⚠️ Avviso: Rispettare le istruzioni di applicazione del produttore del detergente e del disinfettante.

L'uso di detergenti non idonei, o un uso non corretto di prodotti per la pulizia, annulla la garanzia e l'assicurazione. Quando non viene utilizzato, è possibile arrotolare il prodotto e riporlo risparmiando spazio. Quando non viene utilizzato, conservare il prodotto proteggendolo dalla luce diretta del sole, in un luogo buio e asciutto.

Smaltimento & Ambiente

- Prodotto: Il prodotto può essere smaltito insieme ai rifiuti domestici.
- Imballaggio: Non vengono utilizzati particolari tipi di imballaggio. Attenersi alle rispettive direttive di smaltimento valide.

Garanzia

- La garanzia è regolata dalle disposizioni di legge.
- Si esclude qualsiasi garanzia se la merce fornita da SISSEL® GmbH viene manipolata, trattata o alterata da altri senza consenso o se non vengono rispettate le istruzioni per l'uso.



Allmän information

Läs följande bruksanvisning noggrant och iaktta säkerhets- och varningsanvisningar.

SISSEL® Acupressure Mat är en matta med plastspetsar för riktad stimulering av olika hudreceptorer, för att förbättra blodcirkulationen och för avslappning.

Produkten ska användas i enlighet med denna bruksanvisning.

SISSEL® GmbH tar inget ansvar om produkten används på andra sätt än de användningsområden som beskrivs i denna bruksanvisning.

Bruksanvisningen ska förvaras omsorgsfullt och inom räckhåll. Den ska bifogas om produkten överlämnas till en annan användare.

Säkerhetsanvisningar

! Kontrollera att produkten är hel före varje användning. Om produkten är skadad garanteras dess funktion och säkerhet inte längre.

! Använd inte produkten i omedelbar närhet av värmekällor (t.ex. radiatorer, kokplattor, öppna lågor, gnistor) och undvik direkt solljus.

! Håll användningsområdet fritt från vassa eller spetsiga föremål.

! Använd endast produkten på torra, halkfria och plana ytor.

! Avbryt användningen av produkten om du upplever stimuleringen som mycket obehaglig.

! I följande fall får produkten endast användas under uppsikt av och efter samråd med läkare: om den används av barn och ungdomar, under graviditet och vid hälsoproblem.

! Produkten är inte en leksak och ska hållas utom räckhåll för barn. Låt inte barn leka med den.

Produktinformation

Leveransens omfattning: 1 x SISSEL® Acupressur Mat (tvådelad), 1 x bruksanvisning

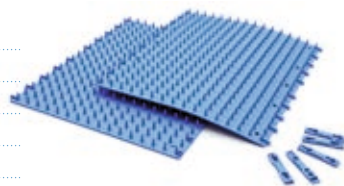
Tekniska data

Mått (L x B x H): 40 cm x 60 cm x 1,5 cm, i två delar

Höjd på akupressurspetsarna: ca. 1,5 cm

Vikt: ca. 0,81 kg

Material: TPE (termoplastiska elastomerer)



Rekommendation: om du väger 120 kg eller mer rekommenderar vi starkt att du bär ett plagg på övre delen av kroppen (t.ex. en T-shirt) när du använder produkten.

Observera: Akupressurmattan består av två delmattor med medelfasta akupressurspetsar.

Avsedd användning

- Vid regelbunden användning erbjuder SISSEL® Acupressurmattan en okomplicerad, individuell behandling av olika besvär eller ett enkelt sätt att främja välbefinnande och avslappning.
- SISSEL® Acupressur Mat utnyttjar hudens, underhudens, muskulaturens och ämnesomsättningens reaktioner på den punktvisa stimuleringen från akupressurspetsarna.
- De cirkulationsfrämjande och avslappnande effekterna kan användas målinriktat vid olika tillfällen.

Användning

- Kontrollera att produkten är hel och inte kontaminerad före varje användning.
- Sammanfoga SISSEL® Acupressur Mats två delmattor på ett fast underlag.
- Placera mattan på ett plant och mjukt underlag, t.ex. en massagebänk, en matta eller en träningsmatta. Den kan också användas i soffan eller i sängen.
- Använd en kudde eller en ihoprullad handduk för att stödja huvudet.
- Nybörjare börjar med en enkel liggande position på rygg för att bekanta sig med känslan på huden. Under de första minuterna kan det kännas obehagligt att ligga på mattan. Acupressurtrycket kan regleras genom att man lägger en tunn handduk över mattan eller bär en T-shirt.
- Öka långsamt liggtiden utifrån din egen känsla, dina behov och din kondition. Vi rekommenderar att du långsamt närmar dig den optimala liggtiden.
- När du har vant dig vid mattan kan du uppnå målinriktade effekter. En kort användningstid (upp till 10 minuter) har en allmänt stimulerande effekt, en längre liggtid (från ca 15 minuter) främjar avslappning.
- Ligg inte längre på mattan än 40 minuter åt gången.
- Avancerade användare kan även använda SISSEL® Acupressur Mat som stöd vid avslappningsövningar, meditationsövningar eller specifikt på olika delar av kroppen, t.ex. armar, ben eller nacke.
- Tack vare att mattan är delbar kan den användas flexibelt som stöd för en vanlig kudde när du vill behandla nacken eller som sittstöd.
- Lägg dig långsamt på mattan för att undvika en mycket stark stimulering i början.
- När du börjar använda SISSEL® Acupressur Mat kan rodnad uppstå på ryggen och märken efter spikarna kan framträda. Dessa fenomen är ofarliga och endast temporära.
- Ibland kan en känsla av lätt dåsighet, kortvarig huvudvärk eller yrsel uppstå efter användning. Detta är en ofarlig, naturlig reaktion från kroppen på effekten av att använda SISSEL® Acupressur Mat. Använd ett tjockare mellanskikt/handduk för att reglera trycket.
- Personer som drabbas av whiplash kan till en början uppleva nacksmärta eller yrsel. I detta fall bör användningen begränsas till högst 15 minuter varannan dag. Det är möjligt att gradvis intensifiera behandlingen senare.
- Använd alltid produkten i enlighet med de rekommendationer och anvisningar som beskrivs.

Tillämpningsområden

Akupressurmattan kan användas vid muskelspänningar i nacke, axlar och rygg, för att främja blodcirkulationen i huden och musklerna, stimulera ämnesomsättningen, minska muskelspänningar, stödja regenerationen efter sport, vid ömma muskler, främja allmän avslappning, vid sömnstörningar och stress.

- ⚠ Varning: Sov inte på mattan!
- ⚠ Varning: Personer med blodkoagulationsstörningar, hjärt- och kärlproblem, psoriasis, fibromyalgi och gravida personer bör rådfråga läkare innan de använder SISSEL® Acupressur Mat.
- ⚠ Varning: SISSEL® Acupressur Mat får inte användas vid epilepsi, större hudskador (t.ex. sår, eksem, solbränna), feber, akuta hudinfektioner, svampinfektioner, trombosor, färska frakturer eller vävnadstrauma.
- ⚠ Varning: När du använder, förvarar och transporterar mattan ska du särskilt skydda ögonen från oavsiktlig kontakt med spetsarna.

Skötsel & hygien

Efter användning kan SISSEL® Acupressur Mat rengöras med varmt vatten och kommersiellt tillgängliga rengörings- och desinfektionsmedel. Använd en mjuk trasa vid rengöringen. Använd inte produkter med slipande effekt.

- ⚠ Varning: Rengörings- och desinfektionsmedel som kan skada produktens material bör undvikas.
- ⚠ Varning: Rengörings- och desinfektionsmedelstillverkarens bruksanvisningar måste följas.

Om olämpliga rengöringsmedel används eller rengöringsmedel används på felaktigt sätt upphör garantin att gälla. Produkten kan rullas ihop för förvaring och stuvas undan för att spara utrymme. Skydda produkten från direkt solljus och förvara den på ett mörkt och torrt ställe när den inte används.

Bortskaffande & miljö

- Produkt: Produkten kan slängas med hushållsavfallet.
- Förpackning: Inga särskilda förpackningstyper används. Följ gällande riktlinjer för bortskaffande.

Garanti

- Garantin följer lagstadgade bestämmelser.
- Garantin gäller inte om varan som levererats av SISSEL® GmbH utan samtycke har bearbetats, behandlats eller manipulerats av andra eller om bruksanvisningen inte har följts.



Informacje ogólne

Przeczytaj uważnie poniższą instrukcję obsługi i przestrzegaj wskazówek dotyczących bezpieczeństwa oraz ostrzeżeń.

SISSEL® Acupressur Mat to mata z plastikowymi końcówkami do ukierunkowanej stymulacji różnych receptorów skóry, poprawiająca krążenie krwi i relaksująca.

Produkt może być używany jedynie zgodnie z niniejszą instrukcją obsługi.

Firma SISSEL® GmbH nie ponosi odpowiedzialności za użycie produktu poza zastosowaniami opisanymi w niniejszej instrukcji obsługi.

Instrukcję obsługi należy przechowywać starannie i w łatwo dostępnym miejscu, a w przypadku przekazania produktu należy ją załączyć.

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa

! Przed każdym użyciem należy sprawdzić stan produktu. W przypadku uszkodzenia nie można zagwarantować funkcjonalności produktu i bezpieczeństwa.

! Nie używać produktu w bezpośrednim sąsiedztwie źródeł ciepła (np. kaloryfera, płyty grzewczej, otwartego płomienia, iskier) i unikać bezpośredniego nasłonecznienia.

! W miejscu użytkowania nie powinny znajdować się ostre lub spiczaste przedmioty.

! Używaj produktu tylko na suchych, antypoślizgowych i prostych powierzchniach.

! Przerwij stosowanie w przypadku odczuwania bodźców jako bardzo niekomfortowych.

! Stosowanie u dzieci i młodzieży, w czasie ciąży i w przypadku istniejących schorzeń tylko pod nadzorem i po konsultacji lekarskiej.

! Produkt nie jest zabawką i powinien być przechowywany w miejscu niedostępnym dla dzieci. Nie pozwalaj dzieciom bawić się nim.

Informacje o produkcie

składający się z: 1 x mata do akupresury SISSEL® (dwuczęściowa), 1 x instrukcja obsługi

Dane techniczne:

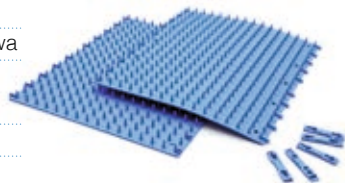
Wymiary (L x W x H): 40 cm x 60 cm x 1,5 cm, dwuczęściowa

Wysokość wypustek

akupresurowych: ok. 1,5 cm

Waga: 0,81 kg

Materiał: TPE (elastomery termoplastyczne)

**Zalecenie:**

W przypadku wagi ciała powyżej 120 kg zdecydowanie zaleca się noszenie odzieży wierzchniej (np. koszulki).

Wskazówka: Mata do akupresury składa się z dwóch części ze średnio twardymi wypustkami akupresurowymi.

Przeznaczenie

- Mata do akupresury SISSEL®, przy regularnym stosowaniu, oferuje nieskomplikowane, indywidualne leczenie różnych dolegliwości lub prosty sposób na poprawę samopoczucia i relaks.

- Mata SISSEL® Acupressur Mat wykorzystuje reakcje skóry, tkanki podskórnej, mięśni i systemu metabolicznego na punktowe bodźce końcówek akupresurowych.
- W zależności od potrzeb może być zastosowana funkcja poprawiająca krążenie bądź relaksująca.

Instrukcja użytkowania

- Przed każdym użyciem należy sprawdzić, czy produkt nie jest uszkodzony lub zanieczyszczony.
- Złożyć części maty SISSEL® Acupressur Mat na stabilnym podłożu.
- Umieścić matę na płaskiej, miękkiej powierzchni, takiej jak stół do masażu, dywan lub mata gimnastyczna. Może być również używana na kanapie lub w łóżku.
- Do podparcia głowy należy użyć poduszki lub zwiniętego ręcznika.
- Początkujący zaczynają od prostej pozycji leżącej na plecach, aby zapoznać się z odczuciami na skórze. W ciągu pierwszych kilku minut, uczucie leżenia może być niekomfortowe. Ucisk akupresurowy można regulować, podkładając cienki ręcznik lub zakładając koszulkę.
- Powoli wydłużamy czas leżenia w zależności od własnych odczuć, potrzeb i kondycji. Zalecamy, by stopniowo zbliżać się do optymalnego czasu leżenia.
- Po zapoznaniu się z działaniem maty można osiągać zamierzone efekty. Krótki czas stosowania (do 10 minut) działa głównie stymulująco, dłuższy czas leżenia (od ok. 15 minut) wspomaga relaks.
- Nie należy przekraczać maksymalnego czasu użytkowania wynoszącego 40 minut.
- Zaawansowani użytkownicy mogą również wykorzystać matę SISSEL® Acupressur Mat do wspomagania ćwiczeń relaksujących, medytacyjnych lub ukierunkowanych na różne obszary ciała, takie jak ręce, nogi czy szyja.
- Ze względu na możliwość rozkładania, mata może być elastycznie używana jako podkładka pod zwykłą poduszkę do terapii szyi lub jako podpórka do siedzenia.
- Na macie należy kłaść się powoli, aby uniknąć bardzo silnego bodźca początkowego.
- Na początku używania maty do akupresury SISSEL® może wystąpić zaczerwienienie pleców i odciski kolców na skórze. Zjawiska te są nieszkodliwe i tymczasowe.
- Czasami po zastosowaniu może wystąpić uczucie lekkiej senności, krótkotrwały ból lub zawroty głowy. Jest to nieszkodliwe i stanowi naturalną reakcję organizmu na działanie maty SISSEL® Acupressur Mat. Należy użyć grubszej podkładki / ręcznika w celu regulacji nacisku.
- U osób po urazie kręgosłupa szyjnego mogą początkowo wystąpić bóle lub zawroty głowy. W takim przypadku należy ograniczyć stosowanie maty do maksymalnie 15 minut co drugi dzień. W późniejszym okresie możliwe jest stopniowe zwiększanie intensywności leczenia.
- Produkt należy zawsze stosować zgodnie z opisanymi zaleceniami i instrukcjami.

Zastosowanie

Mata do akupresury może być stosowana: przy napięciu mięśni w okolicy karku, ramion i pleców, w celu pobudzenia krążenia krwi w skórze i mięśniach, w celu pobudzenia przemiany materii, w celu zmniejszenia napięcia mięśni, w celu ułatwienia regeneracji po treningu, w przypadku bólu mięśni, w celu promowania ogólnego relaksu, w przypadku zaburzeń snu i stresu.

 Uwaga: Nie należy spać na macie!

- ⚠ Uwaga: Osoby z zaburzeniami krzepnięcia krwi, problemami sercowo-naczyniowymi, łuszczycą, fibromialgią i w trakcie ciąży powinny skonsultować się z lekarzem przed użyciem SISSEL® Acupressur Mat.
- ⚠ Uwaga: Mata SISSEL® Acupressur Mat nie powinna być stosowana w przypadku epilepsji, dużych uszkodzeń skóry (np. rany, egzema, oparzenia słoneczne), gorączki, ostrych infekcji skórnych, infekcji grzybiczych, zakrzepicy, świeżych złamań lub urazów tkanek.
- ⚠ Uwaga: Podczas użytkowania, przechowywania i transportu maty należy chronić oczy, w szczególności przed przypadkowym kontaktem z końcówkami.

Pielęgnacja i higiena

Aby wyczyścić matę SISSEL® Acupressur Mat po użyciu, można ją przepłukać ciepłą wodą z dodatkiem środka czyszczącego. Używać miękkiej szmatki, bez środków ściernych.

- ⚠ Uwaga: Należy unikać detergentów i środków dezynfekujących, które mogą uszkodzić materiały, z których wykonany jest produkt.
- ⚠ Uwaga: W przypadku użycia środka czyszczącego i dezynfekującego należy przestrzegać instrukcji stosowania producenta.

Użycie nieodpowiednich środków czyszczących lub ich nieprawidłowe użycie spowoduje utratę gwarancji i rękojmi. Produkt może być zwinięty w trakcie przechowywania i schowany w celu zaoszczędzenia miejsca. Przy przechowywaniu należy chronić produkt przed bezpośrednim działaniem promieni słonecznych i przechowywać w ciemnym i suchym miejscu.

Utylizacja i ochrona środowiska

- Produkt: Produkt może być usuwany z odpadami domowymi.
- Opakowanie: Specjalne rodzaje opakowań nie są stosowane. Należy przestrzegać obowiązujących wytycznych dotyczących utylizacji.

Gwarancja

- Gwarancja jest regulowana przepisami ustawowymi.
- Wszelkie gwarancje są wykluczone, jeśli towary dostarczone przez SISSEL® GmbH zostały przetworzone, poddane obróbce lub zmienione przez osoby trzecie bez zgody lub jeśli instrukcja obsługi nie była przestrzegana.

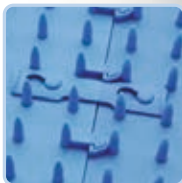
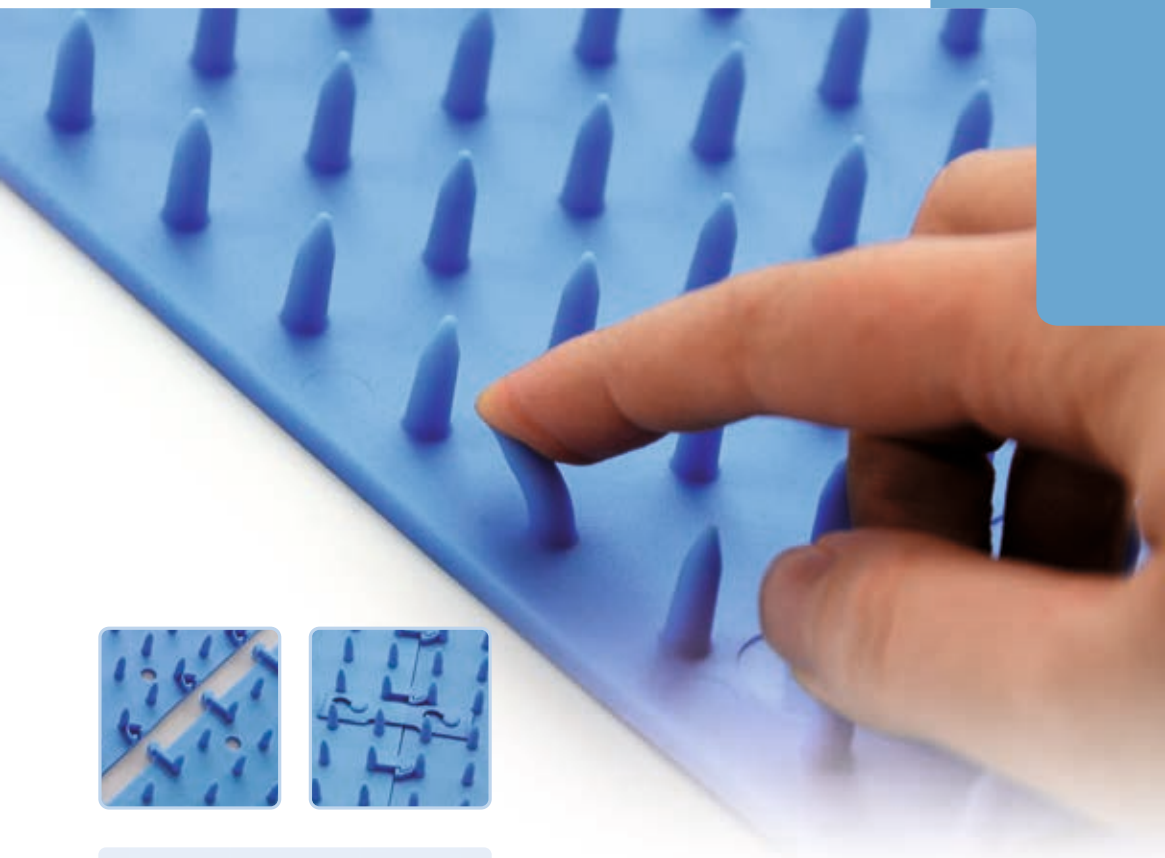




The natural way of Sweden



The natural way of Sweden



SISSEL® GmbH

Bruchstrasse 48
67098 Bad Dürkheim
Germany



Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Farb-,
Material- und Konstruktionsänderungen möglich.

Typesetting and printing errors excepted.
Changes in color, material and construction
possible.

