

# Lavas masāžas akmeņu komplekts

## Lietošanas instrukcija

Paldies, ka iegādājāties šo produktu.

Pirms produkta lietošanas, lūdzu, rūpīgi izlasiet šo lietošanas instrukciju.

Ja Jūs šo produktu nododat citam lietotājam – lūdzu, dodiet viņam līdzī arī šo instrukciju.



Lai izvairītos no traumām, izmantojot šo produktu un nodrošināt pareizu lietošanu - uzmanīgi izlasiet šo instrukciju, pirms sākat izmantot produktu.



### Kā lietot

Notīriet akmeņus un ielieciet tos alumīnija

čemodānā. Aizveriet čemodānu, pieslēdziet to pie elektriskā tīkla un sildiet apmēram 30 līdz 40 minūtes (ja telpas temperatūra ir zema – akmeņu sildīšana var aizņemt vairāk laika). Maksimālā sildīšanas temperatūra nedrīkst pārsniegt 70°C.

Kad akmeņi ir uzsiluši, izņemiet tos no čemodāna ar karotes vai karstumu izolējoša cimda palīdzību un nolieciet uz tīra dviļa.

Istabai kurā tiek veikta masāža ir jābūt siltai un gultai ērtai. Pirms procedūras sākšanas ieteicams ieiet dušā vai vannā, lai atbrīvotu ādas poras un atslābinātu ķermeni. Ieziediet visu ķermeni ar aromātisku eļļu vai losjonu un masējiet ķermeni turot karstos akmeņus rokā (ieteicams, ka masāžu veic otrs cilvēks - profesionāls masieris vai Jūsu ģimenes loceklis). Tad uzlieciet karstos akmeņus uz akupunktūras punktiem uz apmēram 20 minūtēm un pēc tam ieziediet ķermeni ar ādu mitrinošu, ādas elastību veicinošu vai tievēšanu veicinošu emulsiju vai krēmu. Līdz ar to arī procedūra ir pabeigta.

### Produkta apraksts

Komplektā ir iekļauti 14 dabīgās lavas akmeņi, ar gludu apstrādi un labām siltumu izolējošām īpašībām – ideāli piemēroti masāžai. Akmeņi ir dažāda izmēra un formas – tāpēc Jūs varat izvēlēties konkrētās ķermeņa vietas masāžai vis piemērotākos.

#### **Apaļš un plakans akmens**



Izmērs: 80x19mm.

Pielietošana: Var izmantot gan uz, gan zem ķermeņa atkarībā no masāžas vietas un ķermeņa uzbūves.

#### **Ovāls un plakans akmens**



Izmērs: 80x60x19mm.

izmantot gan uz, gan zem ķermeņa atkarībā no masāžas uzbūves.

Pielietošana: Var vietas un ķermeņa

## Ovāls un ieapaļš akmens



Izmērs: 70x60x28mm.

Svars: 205g.

Pielietošana: paredzēts ķermeņa masāžai masējot 8 vai S veida kustībām. Izmanto arī akupunktūras punktu stimulēšanai.

## Mazs, ovāls un plakans akmens



Izmērs: 40x30x8,5mm.

Pielietošana: paredzēts sejas un pirkstu starpu masēšanai.

## Masāžas ar lavas akmeņiem iedarbība

Masāža mīkstina ādu un noņem mentālo stresu. Masāžas un karsto komprešu laikā aktivizējas „slinkās” šūnas, uzlabojas asins cirkulācija un paātrinās vielmaiņa. Kombinācijā ar enerģijas terapiju ko veic ar karstajiem akmeņiem un aromātiskajām eļļām – tiek nomierināta nervu sistēma, uzlabojas miega kvalitāte un ir jūtams enerģijas pieaugums.

Masāžas laikā lietojot atbilstošas eļļas, emulsijas vai krēmus, Jūs arī papildus varat mitrināt un mīkstināt ādu, attīrīt ādas poras, rezultātā iegūstot maigu un elastīgu ādu.

Iedarbojoties ar akmeņiem uz akupunktūras punktiem Jūs varat mazināt galvas sāpes, plecu un kakla sāpes, locītavu sāpes utt.

## Masāžas veidi

- 1) Uzlieciet akmeni plaukstu centrā un masējiet gan ar plaukstu (akmeni), gan ar pirkstiem.
- 2) Turiet akmeni nekustīgi un ar otru roku masējiet konkrētus muskuļus vai muskuļu grupas.
- 3) Masējot citas ķermeņa daļas atstājiet akmeņus uz akupunktūras punktiem – tādējādi panākot papildus dziedniecisku efektu.

## Masāžas akmeņu kopšana

- 1) Pēc lietošanas ielieciet akmeņus tīrā un siltā ūdenī, pievienojiet antiseptiskas šķidrās ziepes, nomazgājiet tos un uzlieciet uz sausa, tīra dvieļa nožūt.
- 2) Kad akmeņi ir nožuvuši – ieziediet to ar nelielu daudzumu aromātiskas masāžas eļļas un ielieciet glabāties alumīnija koferī. Koferi uzglabājiet sausā un vēsā vietā, kur tam nevar piekļūt bērni.

## Daži ieteikumi

- 1) Akmeņi uzsils ātrāk, ja akmeņu sildīšanas laikā alumīnija koferis būs cieši noslēgts.
- 2) Akmeņi ķermeņa masāžai var tikt izmantoti tikai tad, kad to temperatūra ir katra konkrētā cilvēka komforta zonas ietvaros. Neizmantojiet pārāk karstus akmeņus.
- 3) Masāžas laika pievērsiet uzmanību akmeņu virzībai lai izvairītos no traumām (piem.: mugurkaula saspiešanas/sasišanas).
- 4) Lai izvairītos no akmeņu bojājumiem - masāžas laikā centieties nesusist akmeņu vienu ar otru.

## Drošības pasākumi

- 1) Lai izvairītos no nepatīkamām sajūtām vai pat apdegumiem - vienmēr pārbaudiet masāžas akmeņu temperatūru.
- 2) Cilvēkam, kurš tiek masēts, akmeņu temperatūra var likties augstāka nekā tā ir patiesībā, ja tie tiek cieši piespiesti pie ķermeņa.
- 3) Pacienti, kas slimo ar diabētu ir mazāk jūtīgi – tāpēc masieriem ir jābūt īpaši uzmanīgiem un jāseko akmeņu temperatūrai.
- 4) Masāžu ar karstiem akmeņiem nedrīkst veikt cilvēkiem ar ādas slimībām, ādas ievainojumiem vai sastrutojumiem.
- 5) Masāžu ar karstiem akmeņiem nedrīkst veikt grūtniecēm, sievietēm mēnešreižu laikā un cilvēkiem, kas slimo ar infekcijas slimībām.

## Tehniskie parametri

Modelis: C45\_SS002.

Sildierīces voltāža: 230V / 50Hz.

Sildierīces jauda: 41W.

Maksimālā temperatūra: ~70°C

### **Ierīces garantija neattiecas:**

- Uz ierīces daļu dabisko nolietojumu, kas radies ierīces ilgstošas lietošanas rezultātā.
- Uz bojājumiem, kas radušies ārēju faktoru ietekmē (Kā nepareiza izmantošana utt.).
- Uz bojājumiem, kas radušies ierīces nepareizas lietošanas vai glabāšanas rezultātā.
- Uz mehāniskiem ierīces bojājumiem, kas radušies tās krišanas vai cita līdzīga iemesla rezultātā.
- Uz bojājumiem, kas radušies nekvalificēta remonta, neatbilstošu detaļu lietošanas vai ierīces pārslogošanas rezultātā.

### **Apkārtējās vides aizsardzība**



Šis simbols uz ierīces vai uz tās iepakojuma norāda uz to, ka šo ierīci nedrīkst nodot parastos sadzīves atkritumos, bet tā nododama atsevišķi īpašā elektrisko un elektronisko iekārtu savākšanas vietā.

Pareizi utilizējot šo ierīci Jūs dosiet savu ieguldījumu apkārtējās vides un savu līdzcilvēku veselības aizsardzībā. Nepareizas utilizācijas rezultātā tiek apdraudēta apkārtējā vide un cilvēku veselība.

Plašāku informāciju par šīs ierīces atreizējo pārstrādi varat saņemt savā pašvaldībā, no sava atkritumu apsaimniekotāja vai veikalā, kur šo ierīci iegādājāties.

Importēts no Čehijas Republikas