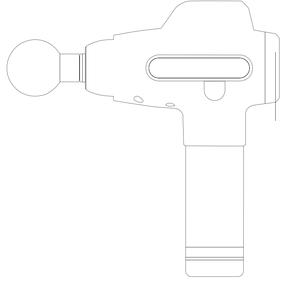
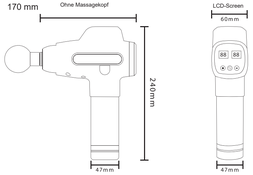
Vibrationsmassage-Pistole VibraGun 70619



arcotec

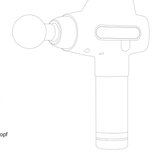
Ansicht



Kurzbeschreibung

Sagen Sie ade zu Muskelverspannungen und Schmerzen. Die Vibrations-Massagepistole überzeugt mit vielfältigen Funktionen, einem drehmoment-starken Motor und einem Akku mit hoher Kapazität für eine lange Behandlungsdauer. Die hohe Frequenz der Massageeinheit ist in der Lage gezielt Muskelgruppen zu entspannen und Schmerzen zu lindern, die nach intensivem Training entstehen können.

20 frei wählbare Vibrationsmodi



Produktspezifikationen

Parameter

Art.-Nr.: 70619
Produktname: Vibrationsmassage-Pistole
Nettogewicht: 950g
Bruttogewicht: 1543g
Netzspannung: DC12V / DC24V
Nennfrequenz: 20-58Hz
Batteriekapazität: 2400 mAh

Eigenschaften

Leise, leistungsstark, geringes Gewicht

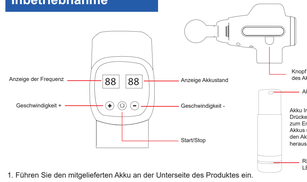
Anwendungsgebiete

- Hilft gegen Muskelprellungen, Verstauchungen, bei Überbelastungen und Schmerzen
- Wirkt sich positiv auf den Muskelwachstum aus
- Löst Verklebungen bei Muskelfasern (Faszien) = Optimierung der Muskelelastizität
- Erhöhen Sie die Beweglichkeit der Gelenke
- Beschleunigt die Regeneration der Muskeln nach dem Training
- Verbesserung der Mobilität und Beweglichkeit (auch bei älteren Menschen)
- Beugen Sie Muskelermüdung vor

Packungsinhalt

1x Massagepistole 4x Massageköpfe 1x Handbuch
1x Aufbewahrungsbox 1x Ladegerät

Inbetriebnahme



1. Führen Sie den mitgelieferten Akku an der Unterseite des Produktes ein.
2. Drücken Sie die "Start"-Taste, um das Gerät einzuschalten.
3. Mit den Tasten "+" "-" kann die Massagestärke in den Stufen von 1 bis 20 eingestellt werden.
4. Wenn der Akkustand weniger als 20% beträgt, leuchtet die ringförmige LED-Akku-Anzeige "Rot".
Bei weniger als 10% Ladung, signalisiert ein „E1" im Display, dass der Akku aufgeladen werden muss.
5. Während des Ladevorgangs wechselt die Anzeige im Display von 01 auf 10. Ist der Akku vollständig aufgeladen, ist eine 10 im Display zu sehen und die Farbe der ringförmigen LED-Akku-Anzeige unten am Gerät wechselt wieder von Rot zu Grün.
6. Nach 15 Minuten Betrieb schaltet sich das Gerät automatisch ab.
7. Bei zu großem Druck auf den Massagekopf wird die automatische Schutzfunktion aktiviert, um das Gerät vor Schäden zu schützen und der Betrieb gestoppt. Nach dem Wiedereinschalten arbeitet das Gerät mit der vorher ausgewählte Frequenz weiter.

Wartung

• Tauchen Sie das Gerät nicht unter Wasser, halten Sie es von Flüssigkeiten oder Wärmequellen fern und lassen Sie kein Wasser in die Lüftungsöffnungen des "Produktes" eindringen. Bitte achten Sie ebenso darauf, dass kein Staub und Schmutz in die Lüftungsöffnungen eindringt.
• Lassen Sie das "Produkt" nicht fallen und verwenden Sie es nur wie zu dem in der Gebrauchsanweisung beschriebenen Zweck. Entfernen Sie nicht die Schrauben und versuchen Sie nicht, das "Produkt" zu zerlegen. Ändern oder modifizieren Sie es auf keine Weise.
• Betreiben Sie das Gerät nicht länger als 1 Stunde ununterbrochen und lassen Sie es 30 Minuten ruhen, bevor Sie es wiederverwenden.
• Laden Sie das Gerät nur mit dem mitgelieferten Ladegerät auf und überprüfen Sie das Gerät und den Akku vor jedem Gebrauch sorgfältig.
• Trennen Sie das Ladegerät vor Inbetriebnahme vom Netzteil.
• Betreiben oder laden Sie das Produkt nicht unbeaufsichtigt.

Gefahrenhinweise

Um das Risiko von Verletzungen zu verringern, sollte das Produkt wie folgt verwendet werden:

1. Das Produkt ist nur von Erwachsenen zu verwenden. Es soll nur auf trockener und sauberer Haut angewendet werden. Verwenden Sie das „Produkt" nicht auf Kleidungsstücken.
2. Verwenden Sie das "Produkt" nur an weichen Körperteilen. Schmerzen oder Beschwerden dürfen bei der Verwendung keinesfalls entstehen. Das „Produkt darf nicht an Körperteilen wie zum Beispiel direkt auf Knochen oder am Kopf verwendet werden.
3. Verwenden Sie nur die mitgelieferten Massageköpfe.
4. Je nach eingestellter Funktion und Intensität, kann durch die Anwendung des „Produktes" ein Hämatom (Bluterguss) entstehen; Überprüfen Sie daher während der Massage so häufig wie möglich den Massagebereich. Bei Schmerzen oder Anzeichen von Beschwerden beenden Sie die Anwendung sofort.
5. Berühren Sie den Massagekopf nicht mit den Fingern, Haaren oder anderen Körperteilen.
6. Bei folgenden medizinischen Indikationen ist die Verwendung des Produktes verboten:

1) Blutlase / Blutstaunug
2) Auf wunder und verletzter Haut, bei Hautirritationen
3) Bei Herzkrankheit, wenn Sie einen Herzschrittmacher und/oder Defibrillator implantiert haben.
4) Wenn Sie innerhalb der letzten 90 Tagen eine Gelenkoperation hatten, sollte das Produkt nicht mehr als ca. 10 cm entfernt von der Operationsstelle angewendet werden.
5) Auf empfindlichen Bereichen: Kopf, Gesicht, Halswirbel, Wirbelsäule
6) An Stellen in Knochennähe mit geringerer Muskeldeckung wie z.B. Humerus, Fußrücken, Handrücken

Vielen Dank, dass Sie sich für ein arcotec-Produkt entschieden haben.

Die CE – Dokumentation kann unter www.arcotec.de eingesehen werden.

Um dieses Produkt sicher zu verwenden, lesen Sie sich bitte VOR dem Gebrauch die Anweisungen und Gefahrenhinweise sorgfältig durch.

Anwendungszeit Lokale Muskelentspannung

Brustmuskel	30s
Deltamuskel	30s
Schulter-Armel-Muskel	25s
Bizeps	30s
Membran	30s
Membran	30s
Bauchmuskel	45s
Tellermuskel	25s
Quadrizeps	60s
Hüft Abductor	60s
vorderer Patella Muskel	45s
Langer Humerus	30s
Kurzer Humerus	30s
Schulterheber	60s-90s
Trapezius	60s-90s
Rhomboid	60s
Schulter-Armel-Muskel	25s
Trizeps	25s
Erektangial	45s
Hengzhong Muskel	35s
Großer Gesäßmuskel	60s-90s
Piriformis	60s-90s
Ende	60s-90s
Bizeps	25s
Großer Muskel	60s
Semitendinosus & Semimembranosus	25s
Plattfisch Muskel	40s
Wadenmuskel	20s
Verse	40s
	20s

Massagekopf "Rund" senkrecht nach unten

Diaphragma	10s-15s	3x
Handgelenkbeugemuskel	10s-15s	3x
Handballenmuskel	12s-15s	3x
Handgelenkbeugemuskel	10s-15s	3x
Extensor Muskel	5s-10s	2x
Temporal extensor	5s-10s	2x
Fingerstrecker	5s-10s	2x
Streckmuskel Handgelenk	5s-10s	2x
Ellenbogenmuskel	10s-15s	2x
Bizeps	15s-20s	3x
Diaphragm	15s-20s	3x
Triceps	15s-20s	3x
Deltamuskel	10s-20s	3x
Vorderes Bündel	10s-20s	3x
Mittleres Bündel	10s-20s	3x
Hinteres Bündel	10s-20s	3x

Anwendungszeit Obere Gliedmaßen

Massagekopf "Flach" vertikal

Hamstring Biceps	20s - 30s	3x
Semitendinosus	20s - 30s	3x
Semimembranosus	20s - 30s	3x

Bewegungsrichtung von oben nach unten

Massagekopf "Flach" 45° nach Außen

Dünne Muskeln	10s-15s	2x
Langer Muskel	10s-15s	2x
Kurzer Muskel	10s-15s	2x
Kalb Trizeps Gastrocnemius	20s-30s	3x
Plattfisch Muskel	20s-30s	3x

Bewegungsrichtung von oben nach unten

Massagekopf "Rund" vertikal nach unten

Gerader Kniemuskel	10s-15s
Kniebeugung	15s-30s

Massagekopf "Flach" vertikal

Quadriceps Rectus femoris	30s-45s	2x
Lateral femoral Muskel	30s-45s	2x
Medial femoral Muskel	30s-45s	2x
Medial lateral Muskel	30s-45s	2x

Bewegungsrichtung von oben nach unten

Massagekopf "Flach" vertikal

Sartorius Muskel	30s - 45s	
Tensor fascia lata	15s - 20s	2x
Vorderer Patellar Muskel	15s - 20s	2x
Langer humerus	15s - 20s	2x
Kurzer humerus	15s - 20s	2x

Bewegungsrichtung von oben nach unten

Anwendungszeit für Ellenbogen, Gelenke, Schultern und Nacken

Massagekopf "Flach" senkrecht vertikal

Vorderer Deltamuskel Bereich	10s	3x
Mittlerer Bereich	10s	3x
Hinterer Bereich	10s	3x
Bizeps	15s-20s	3x
Diaphragm	15s-20s	3x

Massagekopf "Rund" vertikal abwärts

Falls Sie während der Massage die Knochenober-fläche berühren, heben Sie die Muskeln darüber kurz mit ihren Fingern an und lassen diese wieder los

Beugung des Handgelenkbeugemuskels	10s -15s	3x
Handballenmuskel	12s -15s	3x
Handgelenkbeugemuskel	10s -15s	3x
Extensor	5s -10s	2x
Kurzer Handgelenkbeugemuskel	5s -10s	2x
Langer Distaler Handgelenkbeugemuskel	5s -10s	2x

Massagekopf "Flach" senkrecht vertikal

Tricaps	15s-20s	3x
Diaphragm	10s-20s	3x
Trapezmuskeln	15s-20s	3x
Mittleres Bündel	15s-20s	3x
Unteres Bündel	15s-20s	3x
Latissimus dorsi	30s-60s	2x

Die Bewegung sollte von der Mitte zu den Seiten und von oben nach unten erfolgen

Massagekopf "Schmal" vertikal nach unten

Oberer Sakralmuskel	10s-15s	3x
Schulterheber	10s-12s	2x
Großer runder Muskel	10s-12s	2x
Kleiner runder Muskel	10s-12s	2x
Untere-Ganglienmuskulatur	10s-12s	2x

Die Bewegung sollte von der Mitte zu den Seiten erfolgen

Kniegelenk

Massagekopf "Flach" vertikal

Quadriceps Rectus femoris	30s - 45s	2x
Lateral femoral Muskel	30s - 45s	2x
Medial femoral Muskel	30s - 45s	2x
Median Muskel	30s - 45s	2x

Bewegungsrichtung von oben nach unten.
Dabei wird das Kniegelenk leicht gebeugt

Massagekopf "Rund" vertikal nach unten

Die vordere Seite des Humerus	30s - 60s	
Rectus femoris, Lasteragegend	60s	
Broad fascia lata Muskel	15s - 20s	2x
Patellarbandzone	20s	3x

Massagekopf "Rund" vertikal nach unten

Ring Muskel	30s - 45s	
Gerade Kniepositon	15s - 30s	
Kniebeugung	15s - 30s	
Calf triceps Gastrocnemius	20s - 30s	3x
Soleus Muskel	20s - 30s	3x

Füsse

Massagekopf "Flach" vertikal

Hamstring Biceps	20s - 30s	3x
Semitendinosus	20s - 30s	3x
Semimembranosus	20s - 30s	3x

Bewegungsrichtung von oben nach unten

Massagekopf "U-Förmig" vertikal nach unten

Ring Muskel gerade Kniepositon	15s - 30s	
Kniebeugung	15s - 30s	
Calf triceps Gastrocnemius	20s - 30s	3x
Soleus Muskel	20s - 30s	3x

Bewegungsrichtung 120°. Der Fuss steht dazu auf dem Boden

Massagekopf "Rund" aufrecht zur Fusssohle

Plantar fascia	20s - 30s	3x
Vorderer Tibiamuskel	15s - 20s	2x
Langer Knochen des humerus	15s - 20s	2x
Kurzer humerus	15s - 20s	2x

Bewegungsrichtung von oben nach unten