

Nordic Sense

Varenummer: 25993



MASSAGEPUDE – BRUGSANVISNING
MASSAGE PILLOW – USER MANUAL
MASSASJEPUTE – BRUGSANVISNING
MASSAGEKUDDE – ANVÄNDARHANDBOK

Bemærk: Dette apparats specifikationer og/eller dele kan ændres uden forudgående varsel.

LÆS OG GEM DENNE BRUGSANVISNING TIL FREMTIDIG BRUG.

1. ADVARSLER

Vi anbefaler, at du rådfører dig med din læge, før du bruger apparatet, særligt hvis du har helbredsproblemer.

Før du tager apparatet i brug, skal du læse og følge alle advarsler og anvisninger i denne brugsanvisning, også selvom du kender apparatet.

Apparatet er ikke beregnet til brug af personer (herunder børn) med begrænsede fysiske, sansemæssige eller mentale evner eller manglende erfaring og viden, medmindre de er under opsyn og har fået vejledning i brug af apparatet af en person, som har ansvaret for den eller de pågældende personers sikkerhed.

Børn skal være under opsyn for at sikre, at de ikke leger med apparatet.

Apparatets overflade bliver varm under brug. Personer med manglende varmfølsomhed skal udvise forsigtighed ved brug af apparatet.

2. VIGTIGE SIKKERHEDSANVISNINGER

Læs denne brugsanvisning omhyggeligt, inden apparatet bruges første gang. Vi anbefaler, at du gemmer brugsanvisningen til fremtidig reference.

Brug **IKKE** apparatet som erstatning for lægehjælp.

Brug **IKKE** apparatet i mere end 15 minutter ad gangen. Lad apparatet køle af i mindst 30 minutter, før du bruger det igen. Længere tids brug kan medføre, at apparatet overophedes, og at dets levetid forkortes.

Det kan være farligt for børn og personer med fysiske handicap at bruge produkter med varme uden opsyn.



Apparatet må ikke bruges af helt små børn (0-3 år).

Børn under tre år må ikke bruge apparatet, da de ikke har mulighed for at reagere på overophedning.

Apparatet må ikke bruges af personer med manglende varmefølsomhed og andre meget sårbare personer, der ikke er i stand til at reagere på overophedning, når de bruger varmefunktionen.

Apparatet er ikke beregnet til medicinsk brug. Det er kun beregnet til at give en behagelig massage.

Hvis du har bekymringer vedrørende dit helbred, bør du rådføre dig med din læge, før du bruger apparatet.

Personer med pacemaker bør rådføre sig med deres læge, før de bruger produktet.

Hvis du er gravid, har diabetes eller anden sygdom, skal du rådføre dig med din læge, før du bruger apparatet.

Massagen skal være føles rar og behagelig. Hvis der opstår smerter eller ubehag, eller hvis du oplever smerter i en muskel eller et led over længere tid, skal du stoppe med at bruge apparatet og rådføre dig med din læge.

Brug aldrig apparatet på ansigtet, åbne sår, misfarvede områder, områder med dårlig blodcirkulation eller dele af kroppen, der er hævede, forbrændte eller betændte, eller som har hududslæt eller sår.

Brug **IKKE** apparatet, hvis du er påvirket af alkohol, sovemedicin eller beroligende midler.

Det er normalt, at der opstår en kløende eller prikkende fornemmelse i huden eller synlig rødme på det sted, hvor apparatet har været brugt. Symptomerne forsvinder hurtigt. Hvis symptomerne varer ved i længere tid, anbefaler vi, at du kontakter din læge, da det kan være tegn på, at der er et mere alvorligt underliggende problem.

Tryk ikke apparatet for hårdt mod huden, da det kan medføre blå mærker.

Efterlad **IKKE** apparatet uden opsyn, når det er i brug eller tilsluttet stikkontakten.

Sørg for, at børn ikke kan røre apparatet, når det er i brug, og at de ikke kan få fat på ledningen og trække den ud.

For at undgå risikoen for elektrisk stød må apparatet, ledningen eller strømdapteren ikke nedsænkes i vand eller andre væsker.

Brug **IKKE** apparatet i nærheden af håndvaske, badekar eller brusekabiner, der indeholder vand, eller i nærheden af rindende vand.

Brug **IKKE** apparatet i badekarret, under bruseren, i en spa eller pool mv.

Frakobl altid strømadapteren fra stikkontakten, når du er færdig med at bruge apparatet.

Brug **IKKE** apparatet, hvis det har været tabt, eller hvis nogen del af apparatet (herunder ledningen og strømadapteren) er beskadiget.

Anbring **IKKE** apparatet oven på andre apparater, på et ujævnt underlag eller på steder, hvor det kan blive udsat for varmekilder (f.eks. radiatorer eller komfurer), direkte sollys eller store mængder støv.

Apparatet må ikke placeres i nærheden af et varmt gaskomfur eller elektrisk komfur eller i en varm ovn.

Sluk altid for apparatet, før du tager stikket ud af stikkontakten. Træk aldrig i ledningen, når du tager strømadapteren ud af enten apparatet eller stikkontakten. Tag fat om selve stikket/adapteren.

Apparatet indeholder ingen dele, der kan repareres af brugeren.

Hvis apparatet skal bruges af en tredjepart, skal du sørge for, at brugsanvisningen følger med.

Lad aldrig små børn og spædbørn lege med plastposer eller andet emballagemateriale.

Brug **IKKE** apparatet, hvis du har våde hænder eller våde fødder, da det kan medføre elektrisk stød.

Bær **IKKE** apparatet i ledningen.

Brug **IKKE** apparatet, mens du sover, eller hvis du føler dig søvngig.

Brug **IKKE** apparatet lige før sengetid. Apparatet har en stimulerende virkning og kan gøre det sværere at falde i søvn.

Brug **IKKE** apparatet i sengen.

Brug **IKKE** maskiner eller tungt udstyr, samtidig med at du bruger apparatet.

Tildæk **IKKE** apparatet, mens det er i brug. Det vil overophede apparatet og

kan forårsage brand, elektrisk stød, tingsskade eller personskade.

Længere tids brug af apparatet med varme kan medføre hudforbrændinger.

Apparatet er kun beregnet til brug på mennesker. Det er ikke beregnet til brug på kæledyr eller andre dyr.

Lad **IKKE** kæledyr eller andre dyr ligge på eller tygge i apparatet, ledningen mv.

Undlad at række ud efter eller berøre apparatet, hvis det er faldet ned i vand. Tag straks stikket ud af stikkontakten.

Placer strømadapterens ledning på en sådan måde, at den ikke bliver trådt på, udgør en snublerisiko eller bliver klemt af ting, der placeres oven på eller imod den.

Apparatet må **IKKE** opbevares eller bruges i eller i nærheden af områder med høj temperatur.

Hvis strømadapteren eller strømadapterens ledning er beskadiget, må du ikke bruge den. Den skal bortskaffes, så den ikke udgør en risiko.

KUN beregnet til indendørs husholdningsbrug. Industriel eller erhvervsmæssig brug medfører, at garantien bortfalder.

Producenten påtager sig intet ansvar for skader, der er opstået som følge af, at instruktionerne i denne brugsanvisning ikke er blevet fulgt, eller på grund af forkert brug eller håndtering af apparatet.

VIGTIGT!

Hvis du har bekymringer vedrørende dit helbred, bør du rådføre dig med din læge, før du bruger apparatet. Personer med pacemaker bør ikke bruge dette produkt. Hvis du oplever smerter i en muskel eller et led over længere tid, skal du ophøre med at bruge apparatet og rådføre dig med din læge. Vedvarende smerter kan være et symptom på mere alvorlig sygdom.

Yderligere sikkerhedsanvisninger vedrørende ledningen og stikket

Hvis du bruger en forlængerledning:

Forlængerledningens tekniske specifikationer skal svare til eller være bedre end apparatets tekniske specifikationer.

Lad ikke ledningen hænge ud over bordkanten eller komme i kontakt med komfuret eller andre varme overflader.

Hvis ledningen eller stikket er slidt eller beskadiget, må du ikke bruge dem.

Træk ikke i ledningen, når du frakobler apparatet, men tag fat om selve stikket.

3. INDLEDNING

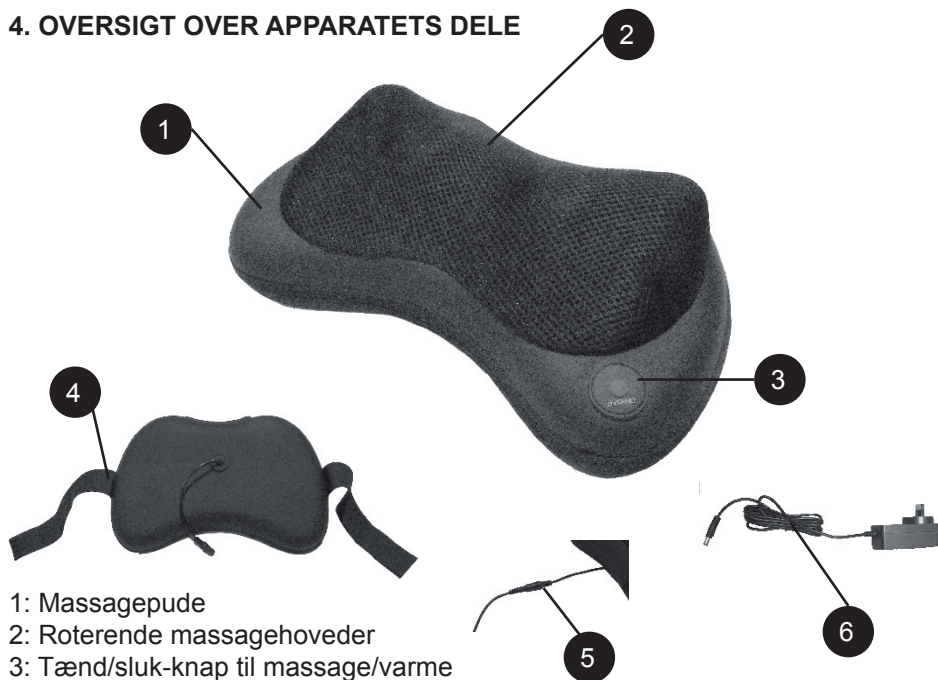
De roterende massagehoveder er designet til at massere nakke, skuldre, ryg, lægmuskler, lår og mave. Du kan nemt bruge apparatet på en stol derhjemme eller på kontoret, når du har brug for hurtig, behagelig og vedvarende lindring, der minder om virkningen af en manuel massage.

Brug af apparatet forbedrer øjeblikkeligt blodcirkulationen i muskelvævet og lindrer trætte muskler.

Varmefunktionen kan desuden øge følelsen af velvære, når den bruges sammen med de roterende massagehoveder. Den kan dog også bruges separat. Apparatet er ideelt til en afslappende behandling.

Det ergonomiske design sikrer nem håndtering og komfort.

4. OVERSIGT OVER APPARATETS DELE



- 1: Massagepude
- 2: Roterende massagehoveder
- 3: Tænd/sluk-knap til massage/varme
- 4: Elastisk rem
- 5: Strømskik
- 6: Strømadapter

5. BETJENING

Brug **ikke** apparatet mere end 2 gange om dagen (i alt 30 minutter pr. dag). Husk altid at slukke for apparatet og tage stikket ud af stikkontakten, når du er færdig med at bruge det.

5.1 Tænd/sluk

- Læs denne brugsanvisning omhyggeligt, inden apparatet bruges første gang.
- Slut strømadapterens stik til massagepuden.



- Slut strømadapteren til en stikkontakt, og tænd på kontakten.
- Apparatet er nu klar til brug.

5.2 Aktivering af massage

- Tryk på tænd/sluk-knappen, som sidder nederst til højre på forsiden af apparatet.



- Du kan bruge apparatet, mens du ligger på gulvet eller sidder på en stol.
- Du kan fastgøre apparatet til en stoleryg ved hjælp af de elastiske remme på dets bagside, hvis du vil have massage på den øverste del af ryggen eller lænden.



- Apparatet kan også bruges til at massere nakke, skuldre, lægmuskler, lår og mave.
- Når du har placeret apparatet på det ønskede sted på kroppen, så det føles behageligt, skal du trykke på tænd/sluk-knappen for at aktivere massagehovederne.
- Efter cirka 1 minut skifter massagehovederne rotationsretning.
- Efter yderligere cirka 1 minut skifter massagehovederne rotationsretning igen, og sådan fortsætter det.
- Brug ikke apparatet i mere end 15 minutter ad gangen, og lad det køle af i 30 minutter, før du bruger det igen.

Bemærk: Hvis du glemmer at slukke for apparatet efter de anbefalede maks. 15 minutters brug, slukker det automatisk efter cirka 20 minutter.

- Når apparatet er i brug, kan du slukke for det ved at holde tænd/sluk-knappen inde i cirka 2 sekunder (langt tryk).

Bemærk: Undgå at bruge apparatet lige før sengetid, eller hvis du føler dig træt og risikerer at falde i søvn, mens du bruger apparatet.

5.3 Varmefunktion

- Aktiver varmfunktionen ved først at trykke på tænd/sluk-knappen, så massagehovederne begynder at rotere.
- Tryk derefter på tænd/sluk-knappen igen. Massagehovederne fortsætter med at rotere, og varmelamperne tænder og lyser synligt rødt gennem apparatets betræk.
- Efter cirka 1 minut skifter massagehovederne rotationsretning.
- Efter yderligere cirka 1 minut skifter massagehovederne rotationsretning igen, og sådan fortsætter det.

6. OPBEVARING EFTER BRUG

- Når du er færdig med at bruge apparatet, skal du tage strømadapteren ud af stikkontakten og frakoble den fra apparatet.
- Opbevar apparatet på et tørt og sikkert sted.
- Rul ikke strømadapterens ledning rundt om apparatet, da det vil beskadige ledningen over tid. Saml blot ledningen i bløde løkker, og læg den ved siden af apparatet.

7. RENGØRING AF APPARATET

FORSIGTIG: NEDSÆNK IKKE APPARATET I VAND ELLER ANDEN VÆSKE.

- Sluk for apparatet og tag det ud af stikkontakten, før du rengør det.
- Nedsænk ikke apparatet i vand eller anden væske.
- Rengør blot apparatet med en blød, let fugtig svamp.
- Lad **ALDRIG** vand eller anden væske komme i kontakt med apparatet, herunder særligt strømskikket og strømadapteren.
- Brug aldrig slibende rengøringsmidler, opløsningsmidler, ståluld, skuresvampe, børster eller stærke kemikalier, der kan være brandfarlige og/eller potentielt kan beskadige produktet, til at rengøre det med.



Elektrisk og elektronisk udstyr (EEE) indeholder materialer, komponenter og stoffer, der kan være farlige og skadelige for menneskers sundhed og miljøet, hvis affald af elektrisk og elektronisk udstyr (WEEE) ikke bortskaffes korrekt. Produkter, der er markeret med symbolet "overstreget affaldsspand på hjul", er elektrisk og elektronisk udstyr. Den overstregede affaldsspand betyder, at affald af elektrisk og elektronisk udstyr ikke må bortskaffes med almindeligt husholdningsaffald, men skal afleveres separat. Alle kommuner har derfor oprettet affaldsordninger, hvor affald kan afleveres gratis på genbrugsstationer eller andre steder eller bliver afhentet direkte. Kontakt kommunens tekniske forvaltning for at få yderligere oplysninger.

Kontaktoplysninger:

F&H of Scandinavia A/S

Gl. Skivevej 70

8800 Viborg

Danmark

Tlf.: +45 8928 1300

www.fh-as.dk



Note: The specifications and/or components of this appliance are subject to change without prior notice

READ AND SAVE THESE INSTRUCTIONS FOR FUTURE REFERENCE

1. WARNINGS

We recommend checking with your doctor before using the massager, especially if you have health problems.

Before using this appliance, read and follow all warnings and instructions in this manual, even if you are familiar with this product.

This appliance is not intended for use by persons (including children) with reduced physical, sensory or mental capabilities, or lack of experience and knowledge, unless they have been given supervision or instruction concerning use of the appliance by a person responsible for their safety.

Children should be supervised to ensure that they do not play with the appliance.

The appliance has a heated surface. Persons insensitive to heat must be careful when using the appliance.

2. IMPORTANT SAFEGUARDS

Please read this instruction manual carefully before first use. It is advisable to keep this instruction manual for future reference.

DO NOT use this product as a substitute for medical attention.

DO NOT use this product for more than 15 minutes at a time. Allow at least 30 minutes cool down period in between uses. Extensive use could lead to the appliance overheating and reduce the life of the product.



The unattended use of heat by children or incapacitated persons may be dangerous.

This product is not to be used by very young children (0-3 years)

Children under the age of three are not to use this appliance due to their inability to react to overheating.

This appliance must not be used by persons insensitive to heat and other very

vulnerable persons who are unable to react to overheating if using the Heat Function.

This product is not intended for medical use. It is intended only to provide a comfortable massage.

If you have any concerns regarding your health, consult your doctor before using this appliance.

Individuals with pacemakers should consult a physician before using this product.

In case of pregnancy, diabetes or illness, consult your doctor before using this product.

Massage should be pleasant and comfortable. Should pain or discomfort result, or if you experience pain in a muscle or joint for a prolonged period of time, stop use and consult your doctor.

Never use any massager on the face, open wounds, discoloured areas, areas of poor circulation or any areas of the body that are swollen, burned, inflamed or where skin eruptions or sores are present.

DO NOT use the appliance while under the influence of alcohol, sleeping pills or sedatives.

It is normal to feel itching, tingling or see redness on area of the skin where the massager was used after use. These symptoms will soon disappear. However, if these symptoms remain for an extended period, we suggest you consult your doctor as there may be a more serious underlying issue.

To prevent bruising, do not press too hard on the device.

DO NOT leave the appliance unattended when in use or plugged in.

Take care that children cannot touch the appliance when in use, and make sure they cannot reach and pull the power cord.

To protect against the risk of electric shock, do not immerse the appliance, cord or power adaptor in water or other liquids.

DO NOT use or store the product near sinks, baths or showers containing water or near running water.

DO NOT use in the bath, shower, spa, pool etc.

Always disconnect the power adaptor from the power point after use.

DO NOT use this appliance if it has been dropped or any part of the appliance (including cord or power adaptor) has been damaged.

DO NOT place this unit on other appliances, on uneven surfaces or where it could be subject to heat sources (e.g. radiators or stoves), direct sunlight, excessive dust

This appliance should not be placed near a hot gas or electrical burner or placed in a heated oven.

The appliance should always be switched off before disconnecting from the power supply. Never pull the cord to disconnect the power adaptor from either the appliance or the power point. Grasp the plug / adaptor body.

There are no user serviceable parts in this appliance.

If this appliance is to be used by a third party, please supply the instruction manual with it.

Ensure children and babies do not play with plastic bags or any of the packaging material.

DO NOT operate the appliance with wet hands or wet feet to reduce the risk of electric shock.

DO NOT carry the appliance by the power cord.

DO NOT use the appliance while sleeping or if feeling sleepy.

DO NOT use this product before bed. The massager has a stimulating effect and may delay sleep.

DO NOT use this product while in bed.

DO NOT use machinery or heavy equipment while using this appliance.

DO NOT cover the appliance while in use. The product will overheat and may cause fire, electrocution, damage to property or injury to persons.

Prolonged Heat application can result in skin burns.

This appliance is intended for human use only. Not for animals and pets.

DO NOT Allow Pets or Animals to Lie or Chew on this appliance or on the electrical cord etc.

Never reach or touch an appliance which has fallen into water. Unplug from the mains power point immediately.

Position the power adaptor cord properly so that it will not be walked on, tripped over or pinched by items placed on or against it.

DO NOT store or use the appliance near or in high temperature areas.

If the power adaptor or power adaptor supply cord is damaged, do not use. It must be disposed in order to avoid a hazard.

ONLY for indoor domestic use. Industrial or commercial use invalidates the warranty.

No liability can be accepted for any damage caused by non-compliance with these instructions or any other improper use or mishandling of appliance.

IMPORTANT

If you have any concerns regarding your health, consult your doctor before using this appliance. Individuals with pacemakers should not use this product. If you experience pain in a muscle or joint for a prolonged period of time, discontinue use and consult your doctor. Persistent pain could be a symptom of a more serious condition.

Additional Safety Instructions Relating to the Plug and Power Cord

If using an extension cord:

The technical specifications of the extension cord must match or exceed the technical specifications of this appliance.

Do not allow the cord to hang over the edge of the work surface or to come into contact with stoves or other hot surfaces.

If the cord or plug are worn or damaged, do not use.

Unplug from the power point by grasping the adaptor body - do not pull on the cord.

3. INTRODUCTION

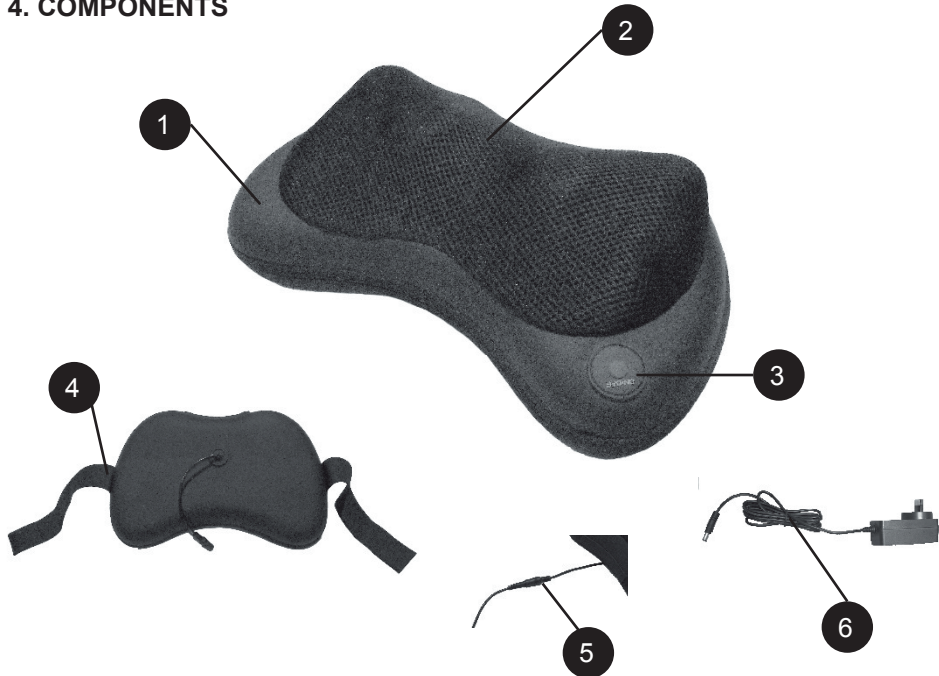
The effect of the rotating fingers are designed to massage your neck, shoulder, back, calf, thigh and abdomen. You can easily attach it to your seat at home or office to get continuous relief on the go in a comfortable way, similar to that of a manual massage.

The use of the massager can immediately improve the blood circulation in muscle tissue and give relief from fatigue.

The heating function can also increase the sense of well-being when used in conjunction with the rotating heads. However, it can also be used separately. It is ideal for a relaxing treatment.

The ergonomic design allows easy handling and comfort.

4. COMPONENTS



- 1: Massage Pillow Body
- 2: Rotating Massage Fingers
- 3: Massager / Heat On / Off Button
- 4: Elastic Strap
- 5: Power Jack Socket
- 6: Power Adaptor

5. OPERATION PROCEDURE

Do Not use more than 2 times a day. (total of 30 minutes per day).

Always remember to turn off and unplug when not in use.

5.1 Power

- Before first use, please read the Instruction Manual carefully.
- Connect the power adaptor cable jack to the massage appliance.



- Insert the Power Adaptor into the power point and switch on.
- The appliance is now ready for use.

5.2 Massage Control Operation

- Press the On /Off switch, which is located on the side at the bottom right corner.



- This massager can be used while you are lying on the floor or sitting in a chair.
- You can use the elastic straps on the back of the massager to attach to a chair back for upper or lower back massage.



- The massager can also be used to massage your neck, shoulder, calf, thigh and abdomen.

- Once you have found your most comfortable position for the massager on your body, press the On / Off Button and the massager fingers will start to rotate.
- After approximately 1 minute, the massager fingers will rotate the opposite way.
- After approximately another 1 minute, the massager fingers will rotate the opposite way, and so on.
- Do Not use for more than 15 minutes at a time without a 30 minute cool down period in between uses.
- **Note:** If you forget to turn the massager off after the recommended maximum 15 minutes of use, the unit will automatically turn off after approximately 20 minutes.
- When the product is in use, pressing the On / Off button for approximately 2 seconds (long press) will turn the unit off.
- **Note:** Avoid using the massager before going to sleep or in conditions where you may fall asleep when using the massager.

5.3 Heat Function

- To use the Heat Function, press the On / Off button to start the fingers rotating.
- Press the On / Off button again and the massage fingers will continue to rotate and the heat lamps will turn on glowing Red through the massager surface.
- After approximately 1 minute, the massager fingers will rotate the opposite way.
- After approximately another 1 minute, the massager fingers will rotate the opposite way, and so on.

6. COMPLETION AND STORAGE

- After you have finished using the appliance, unplug the power adaptor and disconnect from the appliance.
- Store the appliance safely in a dry place.
- Do Not wind the power adaptor cord around the appliance body as this will damage the cord over time. Simply loop the cable and place next to the appliance.

7. CLEANING THE APPLIANCE

CAUTION: DO NOT IMMERSE IN WATER OR LIQUID.

- Turn off and unplug appliance prior to cleaning.
- Do Not immerse the appliance in water, or any other liquid.
- Clean only with a soft, very slight damp sponge.

- **NEVER** allow water or any other liquids to come into contact with the appliance especially the power socket or power adaptor.
- Never use abrasive cleaners, solvents, steel wool, scouring pads, brushes, or strong chemicals that might or might not be flammable and/or damaging to the product to clean.



Electrical and electronic equipment (EEE) contains materials, components and substances that can be dangerous and harmful to human health and the environment when the waste of electrical and electronic equipment (WEEE) is not disposed of correctly. Products marked with the “crossed-out wheelie bin” below are electrical and electronic equipment. The crossed-out wheelie bin symbolizes that waste of electrical and electronic equipment cannot be disposed of with unsorted household waste but must be collected separately. All municipalities have therefore established collection schemes where waste of electrical and electronic equipment can be handed in free of charge by citizens at recycling centers, other collection points, or collected directly from households. Further information should be obtained from the municipality’s technical administration.

Contact information:

F&H of Scandinavia A/S

Gl. Skivevej 70

8800 Viborg

Denmark

Tlf.: +45 8928 1300

www.fh-as.dk



NO

Merk: Produktets spesifikasjoner og/eller komponenter kan endres uten ytterligere forvarsel.

LES OG TA VARE PÅ BRUKSANVISNINGEN FOR FREMTIDIG BRUK.

1. ADVARSLER

Vi anbefaler at du kontakter lege før du bruker massasjeapparatet, spesielt hvis du har helseproblemer.

Før du bruker produktet, må du lese alle advarslene og all informasjon i bruksanvisningen, selv om du er kjent med produktet.

Apparatet skal ikke brukes av personer (inkludert barn) med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner eller mangel på erfaring og kunnskap, med mindre de er under tilsyn eller har fått veiledning i bruk av apparatet av en person som er ansvarlig for deres sikkerhet.

Barn skal holdes under tilsyn for å sikre at de ikke leker med apparatet.

Apparatet har oppvarmet overflate. Personer som ikke merker varme, må være forsiktige når de bruker produktet.

2. VIKTIG SIKKERHETSINFORMASJON

Les bruksanvisningen nøye før første bruk. Du bør ta vare på bruksanvisningen for fremtidig bruk.

IKKE bruk produktet istedenfor legehjelp.

IKKE bruk produktet i mer enn 15 minutter sammenhengende. La produktet avkjøles i minst 30 minutter etter bruk. Langvarig bruk kan føre til at produktet blir overopphetet, og det kan også påvirke levetiden.

Hvis barn eller uføre bruker varmefunksjonen uten tilsyn, kan det oppstå farlige situasjoner.



Produktet skal ikke brukes av svært små barn (0–3 år)

Barn under tre år skal ikke bruke produktet, siden de ikke reagerer på overoppheting.

Produktet må ikke brukes av personer som ikke merker varme, eller av andre

sårbare personer som ikke kan reagere på overoppheting hvis varmfunksjonen brukes.

Produktet er ikke ment for medisinsk bruk. Det skal bare brukes til komfortable massasjer.

Hvis du er bekymret for helsen, må du kontakte lege før du bruker produktet.

Personer med pacemaker må kontakte lege før de bruker produktet.

Hvis du er gravid, har diabetes eller er syk, må du kontakte lege før du bruker produktet.

Massasjen skal være komfortabel. Hvis det oppstår smerter eller ubehag, eller hvis du får langvarig smerte i en muskel eller et ledd, må du avslutte bruken og kontakte lege.

Massasjeapparatet skal ikke brukes på ansiktet, på åpne sår, på misfargede områder, på steder med dårlig sirkulasjon eller på kroppsdeler som er hovne, betente eller har hudtbrudd eller sår.

IKKE bruk produktet når du er påvirket av alkohol, sovopiller eller beroligende midler.

Det er normalt med kløe, prikking eller rødhet på huden der massasjeapparatet har blitt brukt. Disse symptomene forsvinner raskt. Hvis symptomene vedvarer, anbefaler vi at du kontakter lege, siden de kan skyldes underliggende problemer.

For å unngå blåmerker bør du ikke trykke for hardt på apparatet.

IKKE la apparatet ligge uten tilsyn når det er i bruk eller koblet til strøm.

Sørg for at barn ikke kan ta på apparatet når det er i bruk, og at de ikke kan dra i strømledningen.

For å unngå elektrisk støt må ikke apparatet, ledningen eller strømadapteren senkes ned i vann eller annen væske.

IKKE bruk eller oppbevar produktet i nærheten av vasken, badekaret eller dusjen eller i nærheten av rennende vann.

IKKE bruk produktet i badekaret, dusjen, boblebadet, svømmebassenget og lignende.

Trekk alltid ut strømadapteren fra stikkkontakten etter bruk.

IKKE bruk produktet hvis du har mistet det i gulvet eller hvis det har blitt skadet (inkludert skader på ledningen eller strømadapteren).

IKKE plasser produktet på andre produkter, på ujevnt underlag eller på steder der det kan bli utsatt for varmekilder (for eksempel radiatorer eller stekeovn), direkte sollys eller mye støv

Produktet må ikke legges i nærheten av varm ovn eller i en oppvarmet stekeovn.

Produktet skal alltid slås av før strømforsyningen kobles fra. Ikke dra i ledningen for å koble strømadapteren fra produktet eller stikkkontakten. Ta tak i støpselet/adapteren.

Produktet inneholder ingen deler som brukeren kan reparere selv.

Hvis produktet skal brukes av noen andre, må bruksanvisningen også leveres.

Sørg for at barn ikke leker med plastposer eller annen emballasje.

IKKE bruk produktet hvis du er våt på hendene eller føttene, siden det kan føre til elektrisk støt.

IKKE bær produktet etter strømledningen.

IKKE bruk produktet når du sover eller hvis du føler deg søvnnig.

IKKE bruk produktet før du skal legge deg. Massasjeapparatet har en stimulerende effekt og kan forsinke søvnen.

IKKE bruk produktet i sengen.

IKKE bruk maskiner eller tungt utstyr mens du bruker produktet.

IKKE tildekk produktet under bruk. Produktet overopphetes og kan forårsake brann, elektrisk støt, materielle skader og personskader.

Langvarig bruk av varme kan føre til brannskader.

Produktet skal bare brukes av mennesker. Ikke av dyr.

IKKE la dyr ligge eller tygge på produktet, strømledningen eller lignende.

Hvis produktet faller i vann, må du ikke ta på det. Trekk ut støpselet umiddelbart.

Plasser strømledningen slik at ingen kan gå på den eller snuble i den, og slik at den ikke kan komme i klem.

IKKE oppbevar eller bruk produktet i nærheten av eller på steder med høy temperatur.

Hvis strømadapteren eller strømkabelen blir skadet, må ikke produktet brukes. Kast produktet på riktig måte for å unngå farlige situasjoner.

Skal **KUN** brukes innendørs og i private hjem. Kommersiell bruk fører til at garantien blir ugyldig.

Vi tar ikke ansvar for skader som skyldes brudd på instruksjonene i bruksanvisningen eller annen feil bruk eller misbruk av produktet.

VIKTIG

Hvis du er bekymret for helsen, må du kontakte lege før du bruker produktet. Personer med pacemaker bør ikke bruke dette produktet. Hvis du merker smerter i en muskel eller et ledd over tid, må du avslutte bruken og kontakte lege. Vedvarende smerte kan være et symptom på en underliggende tilstand.

Ytterligere sikkerhetsinformasjon om støpselet og strømledningen

Hvis du bruker skjøteledning:

Skjøteledningens tekniske spesifikasjoner må tilsvare eller overgå produktets tekniske spesifikasjoner.

Ikke heng ledningen over kanten på arbeidsbordet eller komme i kontakt med ovner eller andre varme overflater.

Hvis ledningen eller støpselet blir slitt eller skadet, må de ikke brukes.

Ta tak i adapteren når du skal trekke den ut av stikkkontakten. Ikke dra i ledningen.

3. INNLEDNING

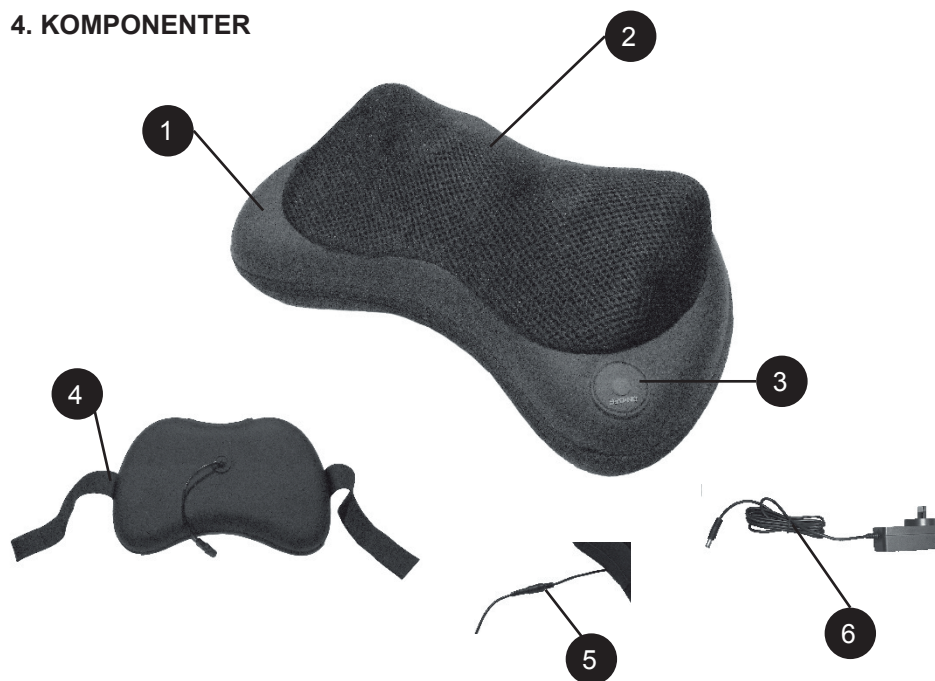
De roterende fingrene skal brukes til å massere nakke, skuldre, rygg, lekker, lår og mage. Du kan enkelt feste produktet til stolen hjemme eller på kontoret for kontinuerlig lindring som ligner på manuell massasje.

Massasjeapparatet kan forbedre blodsirkulasjonen i muskler og lindre tretthet.

Varmefunksjonen kan også føre til velvære når den brukes sammen med de roterende hodene. Men den kan også brukes separat. Det er perfekt for avslapning.

En ergonomiske designen sikrer enkel håndtering og komfort.

4. KOMPONENTER



- 1: Massasjepute
- 2: Roterende massasjefingre
- 3: Knapp for massasje / varme på/av
- 4: Elastisk stropp
- 5: Strømkontakt
- 6: Strømadapter

5. BRUK

Må **IKKE** brukes mer enn to ganger om dagen (totalt 30 minutter per dag). Slå av produktet og trekk ut støpselet etter bruk.

5.1 Effekt

- Les bruksanvisningen grundig før første bruk.
- Koble strømadapteren til inngangen på massasjeapparatet.



- Koble strømadapteren til stikkontakten, og slå den på.
- Nå er produktet klart til bruk.

5.2 Betjene massasjeapparatet

- Trykk på av/på-bryteren som er plassert nede til høyre på produktet.



- Du kan bruke massasjeapparatet når du ligger på gulvet eller sitter i en stol.
- Du kan bruke de elastiske reimene på baksiden av produktet til å feste det til en stolrygg for massasje av rygg eller korsrygg.



- Du kan også bruke massasjeapparatet til å massere nakke, skuldre, legger, lår og mage.

- Når du har funnet den mest komfortable plasseringen av massasjeapparatet, trykker du på av/på-knappen. Massasjefingrene begynner å rotere.
- Etter cirka ett minutt begynner massasjefingrene å rotere motsatt vei.
- Etter cirka ett minutt til begynner massasjefingrene å rotere i motsatt vei igjen, og så videre.
- Må ikke brukes i mer enn 15 minutter om gangen uten 30 minutter med avkjøling.

Merk: Hvis du glemmer å slå av massasjeapparatet etter 15 minutter, vil det slås av automatisk etter cirka 20 minutter.

- Når produktet er i bruk, kan det slås av ved å holde inne av/på-knappen i cirka to sekunder.

Merk: Ikke bruk massasjeapparatet før du legger deg eller hvis du kan sovne mens du bruker det.

5.3 Varmefunksjon

- For å bruke varmfunksjonen trykker du på av/på-knappen for å starte massasjefingrene.
- Trykk på av/på-knappen igjen. Massasjefingrene fortsetter å rotere, og varmelampene lyser rødt.
- Etter cirka ett minutt begynner massasjefingrene å rotere motsatt vei.
- Etter cirka ett minutt til begynner massasjefingrene å rotere i motsatt vei igjen, og så videre.

6. FULLFØRING OG OPPBEVARING

- Når du har brukt produktet, må du trekke strømadapteren ut av stikkontakten og produktet.
- Oppbevar produktet trygt på et tørt sted.
- Ikke snurr strømledningen rundt produktet. Da vil ledningen bli skadet over tid. Snurr sammen kablet og legg den ved siden av produktet.

7. RENGJØRE PRODUKTET

OBS: MÅ IKKE SENKES NED I VANN ELLER VÆSKE.

- Slå av produktet og trekk ut støpselet før rengjøring.
- Produktet må ikke senkes ned i vann eller annen væske.
- Produktet rengjøres med en myk og lett fuktet svamp.
- **IKKE** la vann eller annen væske trenge inn i produktet, spesielt ikke i strømkontakten eller strømadapteren.
- Ikke bruk slipemidler, løsemidler, stålull, skuresvamp, børster eller sterke kjemikalier. Det kan skade produktet.



Elektrisk og elektronisk utstyr (EEE) inneholder materialer, komponenter og stoffer som kan være farlige og skadelige for helse og miljø når brukt elektrisk og elektronisk utstyr (WEEE) ikke avhendes på riktig måte. Produkter merket med "avfallsbeholder på hjul med kryss" nedenfor er elektrisk og elektronisk utstyr. Avfallsbeholderen på hjul med kryss over symboliserer at brukt elektrisk og elektronisk utstyr ikke skal avhendes sammen med usortert husholdningsavfall, men behandles separat. Alle kommuner har derfor etablert innsamlingsordninger der brukt elektrisk og elektronisk utstyr kan leveres gratis til gjenvinningscentre, andre innsamlingssteder eller hentes direkte fra husholdningen. Ytterligere informasjon kan innhentes fra kommunens tekniske administrasjon.

Kontaktinformasjon:

F&H of Scandinavia A/S

Gl. Skivevej 70

8800 Viborg

Danmark

Tlf.: +45 8928 1300

www.fh-as.dk



OBS! Specifikationerna för och/eller komponenterna i denna apparat kan komma att ändras utan föregående meddelande

LÄS OCH SPARA BRUKSANVISNINGEN FÖR FRAMTIDA BRUK.

1. VARNINGAR

Vi rekommenderar att du rådgör med din läkare innan du använder massageapparaten, speciellt om du har problem med hälsan.

Innan du använder denna apparat bör du läsa och följa alla varningar och instruktioner i denna bruksanvisning, även om du är bekant med produkten sedan tidigare.

Apparaten får inte användas av personer (inklusive barn) med sensoriska, fysiska eller psykiska funktionsnedsättningar eller bristande erfarenhet och kunskap. Undantag kan göras om användningen sker under uppsikt eller med instruktioner av någon som ansvarar för personens säkerhet.

Barn bör hållas under uppsikt så att de inte leker med produkten.

Apparatens yta värms upp vid användning. Personer med nedsatt värmekänsla måste vara försiktiga vid användning av apparaten.

2. VIKTIGA SÄKERHETSANVISNINGAR

Läs denna bruksanvisning noggrant innan du använder produkten. Vi rekommenderar att du spara den här bruksanvisningen för framtida referens.

ANVÄND INTE den här produkten istället för att söka läkarvård för besvär du kan ha.

ANVÄND INTE den här produkten i mer än 15 minuter i taget. Vänta minst 30 minuter mellan användningstillfällena så att apparaten hinner svalna tillräckligt mycket. Överdriven användning kan leda till att apparaten blir överhettad, vilket i sin tur gör att produktens livslängd förkortas.

Att låta barn eller personer med nedsatt förmåga använda apparaten kan vara farligt.



Denna produkt får inte användas av mycket små barn (0-3 år gamla).

Barn under tre år får inte använda denna apparat på grund av deras oförmåga att reagera på överhettning.

Denna apparat får inte användas av personer som är okänsliga för värme och av andra mycket sårbara personer som inte kan reagera på överhettning om värmefunktionen används.

Denna produkt är inte avsedd att användas i medicinskt syfte. Den är endast avsedd att ge bekväm massage.

Om du har några farhågor kring din hälsa, rekommenderar vi att du rådgör med din läkare innan du använder denna apparat.

Personer med pacemaker bör rådfråga läkare innan de använder denna produkt.

Om du är gravid, har diabetes eller någon annan sjukdom, bör du rådfråga läkare innan du använder denna produkt.

Massage ska vara trevligt och behagligt. Vid smärta eller obehag till följd av användning av massageapparaten, eller om du känner smärta i en muskel eller led under en längre tid, sluta använda apparaten och kontakta din läkare.

Använd aldrig massageapparater i ansikten, på öppna sår, missfärgade områden, områden med dålig cirkulation eller andra områden på kroppen som är svullna, brända, inflammerade eller där det finns hudutslag eller sår.

ANVÄND INTE apparaten om du har förtärt alkohol, tagit sömntabletter eller lugnande medel.

Det är normalt att känna lätt klåda, stickningar eller att man kan se rodnader på områden på huden där massageapparaten har använts efter användningen. Dessa symtom försvinner efter en kort tid. Om symtomen emellertid kvarstår under en längre period, föreslår vi att du rådgör med din läkare, eftersom det kan finnas en allvarligare underliggande orsak till besvären.

Tryck inte för hårt på enheten för att undvika att få blåmärken.

LÄMNA ALDRIG apparaten utan uppsikt när den är ansluten till ett eluttag eller är påslagen.

Se till att barn inte kommer i kontakt med apparaten när den används, och se till att de inte kan nå och dra i strömsladden.

För att skydda mot elektriska stötar får apparaten, kontakten eller nätsladden inte sänkas ner i vatten eller andra vätskor.

ANVÄND INTE eller förvara produkten nära handfat, badkar fyllda med vatten, nära duschar eller rinnande vatten.

ANVÄND INTE i badkaret, duschen, bubbelpoolen, poolen osv.

Dra alltid ut sladden till adaptern efter användning.

ANVÄND INTE denna apparat eller någon av dess delar har tappats i marken eller om den/de har skadats (inklusive sladden eller adaptern).

Använd **INTE** den här enheten på andra apparater, på ojämnt underlag eller där den kan utsättas för värmekällor (t.ex. element eller spisar), direkt solljus, mycket dammiga miljöer

Denna apparat bör aldrig placeras nära en varm gas- eller elektrisk brännare eller ställas in i en uppvärmd ugn.

Apparaten ska alltid stängas av innan kontakten dras ut ur eluttaget. Dra aldrig i sladden för att koppla från adaptern, vare sig kontakten till apparaten eller eluttaget. Håll i stickkontakten/adaptern.

Det finns inga delar som går att serva i denna apparat.

Om denna apparat ska användas av tredje part, kom ihåg att skicka med denna bruksanvisning.

Se till att barn och spädbarn inte lekar med plastpåsar eller annat förpackningsmaterial som apparaten levereras i.

ANVÄND INTE apparaten om du har blöta händer eller fötter för att förhindra risken för en elektrisk stöt.

Bär **INTE** apparaten i strömsladden.

Använd **INTE** apparaten när du sover eller om du känner dig sömning.

Använd **INTE** den här produkten precis innan du går och lägger dig. Massageapparaten har en stimulerande effekt, vilket kan göra att du får svårt att somna efteråt.

Använd **INTE** den här produkten när du ligger i sängen.

Använd **INTE** maskiner eller tung utrustning samtidigt som du använder denna apparat.

TÄCK INTE ÖVER apparaten när den är påslagen. Produkten kommer att bli överhettad, vilket kan resultera i brand, elektriska stötar, materiella skador eller personskador.

Långvarig användning av värmefunktionen kan resultera i brännskador på huden.

Apparaten är endast avsedd att användas på människor. Använd den aldrig på djur/husdjur.

LÅT INTE husdjur eller andra djur ligga och tugga på denna apparat eller på strömsladden osv.

Försök inte att plocka upp och undvik att ta i apparaten om den har fallit ner i vatten. Dra ut kontakten till apparaten direkt.

Placera adaptern och strömsladden så att ingen går på den, snubblar över den eller så att den kläms fast av föremål som den placeras ovanpå eller mot.

ANVÄND INTE apparaten eller förvara den nära eller i områden med höga temperaturer.

Om adaptern eller strömsladden är skadad, ska du inte använda apparaten. Se till att kassera apparaten på rätt sätt när den är uttjänt för att undvika fara.

ENDAST avsedd för inomhusbruk. Om apparaten används i industriellt eller kommersiellt syfte, upphör garantin att gälla.

Inget ansvar tas för skador som orsakats av att dessa instruktioner inte har följts eller annan felanvändning av apparaten.

VIKTIGT

Om du har några farhågor kring din hälsa, rekommenderar vi att du rådgör med din läkare innan du använder denna apparat. Personer med pacemaker bör inte använda denna produkt. Om du känner smärta i en muskel eller led under en längre tid, sluta använda apparaten och kontakta din läkare. Långvarig smärta kan vara ett symtom på ett allvarligare tillstånd.

Ytterligare säkerhetsanvisningar för kontakten och strömsladden

Vid användning av förlängningssladdar:

De tekniska specifikationerna för förlängningssladden måste överensstämma eller överskrida de tekniska specifikationerna för denna apparat.

Undvik att låta sladden hänga över en kant på en arbetsbänk och liknande eller att den kommer i kontakt med spisar eller andra värmekällor.

Om sladden eller stickkontakten är nött eller skadad, använd inte produkten.

Dra alltid ut kontakten genom att hålla i stickkontakten – dra aldrig i sladden.

3. INLEDNING

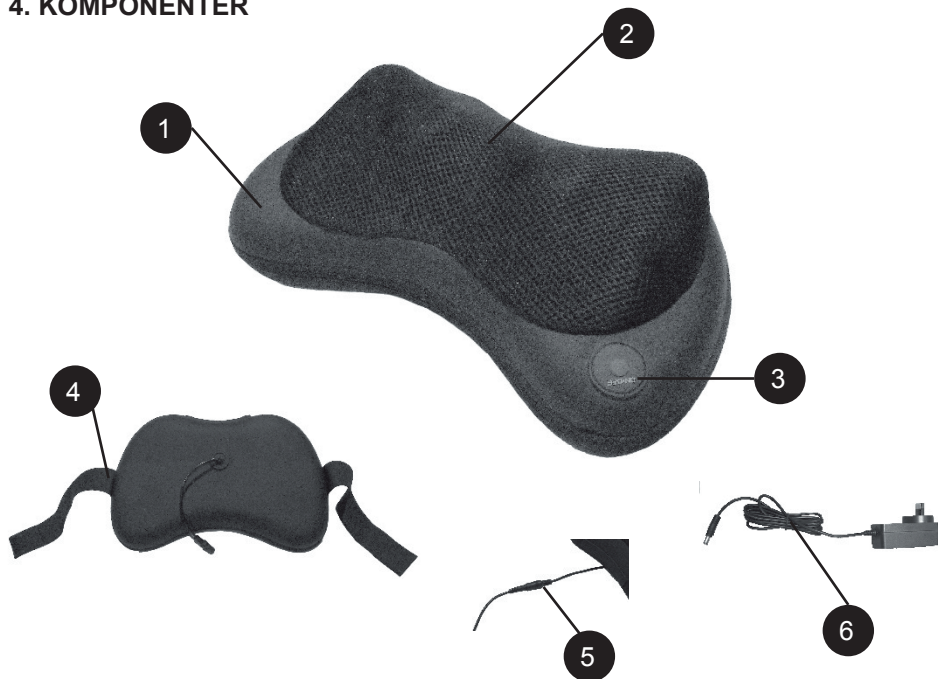
Effekten av de roterande fingrarna är utformad för att massera din nacke, axlarna, ryggen, vaderna och buken. Du fäster den enkelt på stolen hemma eller på kontoret för att få kontinuerlig och bekväm avlastning när du är på språng, liknande den vid massage som ges av en människa.

Användning av massageapparaten kan leda till omedelbart förbättrad blodcirkulation i muskelvävnad och minska känslan av trötthet.

Värmefunktionen kan också öka känslan av välbefinnande i kombination med de roterande huvudena. Funktionerna kan dock användas separat. Den är perfekt för avslappnande behandling.

Den ergonomiska designen gör att den är bekväm och enkel att använda.

4. KOMPONENTER



- 1: Massagekudde kropp
- 2: Roterande massagefingrar
- 3: Massagefunktion/Värme på/avstängningsknapp
- 4: Elastiskt band
- 5: Strömuttag
- 6: Strömadapter

5. ANVÄNDNING

Använd **inte mer** än två gånger om dagen, totalt max. 30 minuter om dagen)
Kom ihåg att alltid stänga av och dra ut kontakten till apparaten när den inte används.

5.1 Ström

- Läs denna bruksanvisning noggrant innan du använder produkten.
- Anslut kontakten från adaptern till massageapparaten.



- Anslut adaptern till ett eluttag och slå på apparaten (ON).
- Apparaten är nu klar att använda.

5.2 Styrning av massagefunktionerna

- Tryck på strömbrytaren – du hittar den längst ner till höger på ena sidan.



- Denna massageapparat kan användas när du ligger på golvet eller sitter i en stol.
- Du kan använda de elastiska banden på baksidan av massageapparaten för att fästa denna över en stolsrygg för massage av den övre delen av ryggen eller ländryggen.



- Massageapparaten kan även användas för att massera nacken, axlarna, vaderna, låren och buken.
- När du har hittat en bekväm position för massageapparaten på din kropp, trycker du på PÅ/AV-knappen – massageapparaten fingrar börjar rotera.
- Efter cirka en 1 minut kommer massagefingrarna att börja rotera åt andra hållet.
- Efter ytterligare cirka en 1 minut kommer massagefingrarna att börja rotera åt andra hållet osv.
- Använd inte mer än 15 minuter i taget, med en avsvlningsperiod på 30 minuter mellan sessionerna.

OBS! Om du har glömmat att stänga av massageapparaten efter den rekommenderade maximala användningstiden på 15 minuter, stängs enheten av automatiskt efter ytterligare cirka 20 minuter.

- Om du trycker på PÅ/AV-knappen och håller in den i cirka 2 sekunder (lång knapptryckning) när apparaten är påslagen, stängs den av.

OBS! Undvik att använda massageapparaten innan du går och lägger dig eller om det finns risk att du somnar medan du använder massageapparaten.

5.3 Värmefunktion

- För att använda värmefunktionen trycker du på PÅ/AV-knappen för att starta massagefingrarnas rotation.
- Tryck på PÅ/AV-knappen igen – massagefingrarna kommer att börja rotera och värmelampan tänds och lyser med rött sken under massageapparatens yta.
- Efter cirka en 1 minut kommer massagefingrarna att börja rotera åt andra hållet.
- Efter ytterligare cirka en 1 minut kommer massagefingrarna att börja rotera åt andra hållet osv.

6. EFTER ANVÄNDNING OCH FÖRVARING

- När du är klar med att använda apparaten drar du ut sladden till adaptern och kopplar från apparaten.
- Förvara apparaten säkert på en torr plats.
- Vira inte strömsladden runt massageapparaten eftersom detta med tiden kommer att göra att sladden går sönder. Rulla bara ihop sladden och lägg den intill apparaten.

7. RENGÖRING AV APPARATEN

FÖRSIKTIGHET: SÄNK INTE NED APPARATEN I VATTEN ELLER ANDRA VÄTSKOR.

- Stäng av apparaten och dra ut kontakten före rengöring.
- Sänk aldrig ner apparaten i vatten eller andra vätskor.
- Rengör endast med en mjuk, lätt fuktad svamp.
- Låt **ALDRIG** vatten eller andra vätskor komma i kontakt med apparaten. Detta gäller i synnerhet strömuttaget och adaptern.
- Använd aldrig rengöringsmedel som innehåller slipmedel, lösningsmedel, stålull, skursvampar, borstar eller starka kemikalier som kan vara brandfarliga och/eller kan skada produkten för att rengöra denna.



Elektrisk och elektronisk utrustning (EEE) innehåller material, komponenter och ämnen som kan vara farliga och skadliga för människors hälsa och miljön om elektriskt och elektroniskt avfall (WEEE) inte bortskaffas på rätt sätt. Produkter märkta med den "överkorsade soptunnan" nedan är klassade som elektrisk och elektronisk utrustning. Den överkorsade soptunnan symboliserar att avfall från elektrisk och elektronisk utrustning inte får slängas i hushållsavfallet utan måste lämnas in på en miljöstation. Alla kommuner har därför infört insamlings-system där avfall från elektrisk och elektronisk utrustning kan hanteras utan kostnad för medborgarna vid återvinningscentraler, via andra insamlingssystem eller genom hämtning av grovsopor direkt från hushållen. Se tekniska förvaltningen i din kommun för mer information.

Kontaktinformation:

F&H of Scandinavia A/S

Gl. Skivevej 70

8800 Viborg

Danmark

Tel: +45 8928 1300

www.fh-as.dk





