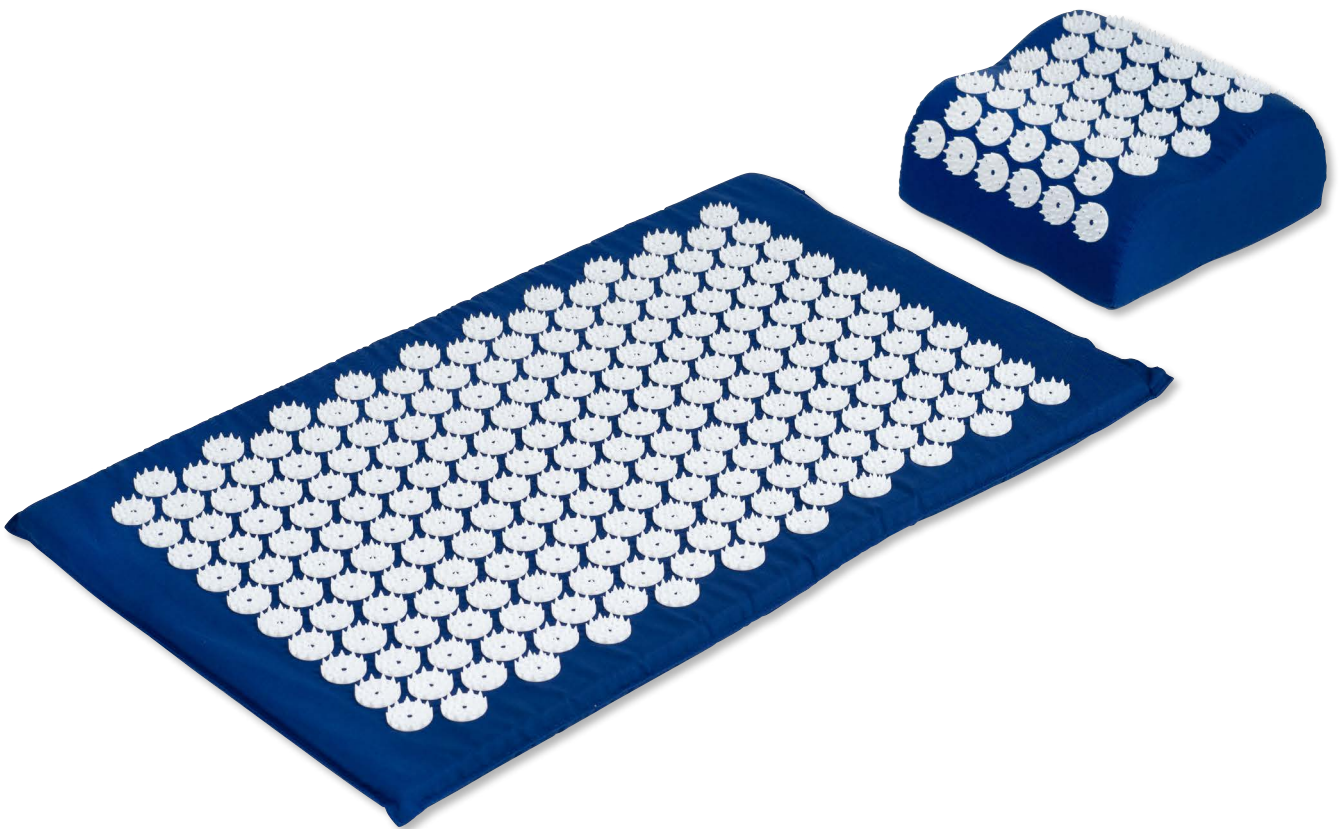


Sport-Thieme Akupressur-Set „Relax“

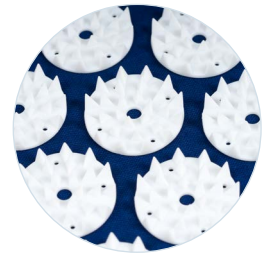
Vielen Dank, dass Sie sich für ein Sport-Thieme Produkt entschieden haben!

Damit Sie viel Freude an diesem Produkt haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Gebrauchsanleitung vor dem Gebrauch zunächst vollständig durchlesen. Bewahren Sie die Anleitung gut auf. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Eigenschaften:

Das Inlay von Sport-Thieme Akupressurmatte und -kissen besteht aus einem weichen Schaumstoffkern. Auf dem Bezug aus Baumwolle befinden sich 210 runde, hautfreundliche Kunststoff-Pads. Die feinen Stacheln können in Verbindung mit dem Körpergewicht Akupunkturpunkte und Reflexzonen stimulieren und können helfen, Stoffwechsel und Durchblutung anzuregen. Die Akupressurmatte kann helfen, die Versorgung von Haut, Bindegewebe und Zellen zu verbessern und verspannte Muskeln zu lockern.



Anwendung:

- Es wird empfohlen anfänglich mit 5 Min. zu starten. Sie können sich dann nach eigenem Wohlbefinden langsam steigern. Die angestrebte tägliche Nutzung beträgt ca. 20 Min. am Tag. Es ist jedoch nicht schädlich, die Matte länger anzuwenden. Wichtiger ist die regelmäßige Nutzung der Matte, um den besten Effekt zu bekommen. Sie können die Matte zuerst auf einem weichen Untergrund wie Bett oder Sofa nutzen und ein T-Shirt während der Anwendung tragen. Somit erhalten Sie ein mildereres Erlebnis.
- Nach einiger Zeit können Sie die Matte dann auf dem Boden und ohne Kleidung verwenden.
- Die Matte ist nicht nur für die liegende Position geeignet. Sie können sich auch auf die Matte setzen z. B. auf einem Stuhl. Zudem empfehlen wir die zusätzliche Nutzung im Stehen, um die Durchblutung der Füße zu fördern. Sie können dabei auch Socken tragen.
- Wir raten zur kombinierten Anwendung von Matte und Kissen für ein umfassenderes Ergebnis.

Reinigung:

Den Bezug können Sie einfach mit Klettverschlüssen lösen und zur Reinigung abnehmen. Einfach per Handwäsche bei 30 °C waschbar. Um die Plastikspitzen nicht zu beschädigen, raten wir von der Reinigung in der Waschmaschine und im Trockner ab.

Lagerung:

Bitte lagern Sie die Akupressurmatte in dem beiliegenden Beutel. Vermeiden Sie die dauerhafte Lagerung anderer Gegenstände auf der Matte. Das Produkt trocken und ohne direkte Sonneneinstrahlung aufbewahren.