

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Masażer do ciała



GE GARETT

Beauty Powerful Mini

O produkcie

Garett Beauty Powerful Mini to bezprzewodowe, nowoczesne urządzenie do masażu wibracyjnego, które rozluźnia obolałe, sztywne mięśnie, poprawia krążenie krwi oraz ogólny stan tkanek miękkich ciała.

Opis produktu



4 wymienne typy głowic masujących:



głowica 'U'
do masażu kręgow



głowica płaska
do masażu stawów/ścięgien



głowica kulowa
do masażu mięśni





głowica precyzyjna
wszystkie partie ciała

Uwagi dla użytkowników

1. Przed użyciem tego produktu prosimy uważnie przeczytać instrukcję i zachować ją na przyszłość.
2. Produkt jest ładowany za pomocą dołączonego zestawu ładującego.
3. Zabrania się używania tego produktu podczas ładowania.
4. Czas ciągłego użytkowania urządzenia nie powinien przekraczać 1 godziny.
5. Produkt nie jest wodoodporny, nie należy zanurzać go w wodzie.
6. Nie należy próbować odłączać urządzenia od gniazda ani używać go mokrymi rękami.
7. Aby uniknąć wypadków, nie należy dotykać metalowej części wtyczki.
8. Nie należy niszczyć, modyfikować, zginać czy skręcać przewodu zasilającego może to skutkować jego uszkodzeniem.
9. Należy unikać zabrudzeń portu ładowania oraz przewodu zasilającego.
10. Należy zaprzestać ładowania w przypadku uszkodzenia wtyczki lub przewodu zasilającego lub nagrzewania się ich podczas ładowania.
11. Należy czyścić urządzenie, aby uniknąć gromadzenia się kurzu i zabrudzeń.
12. Nie należy przechowywać produktu w łazience, wilgotnych miejscach, wysokiej temperaturze, ponieważ może to spowodować porażenie prądem lub pożar.
13. Nie należy niszczyć produktu, rzucać nim czy modyfikować go. W przypadku uszkodzenia należy zaprzestać użytkowania.
14. Nie należy używać urządzenia w okolicach skóry podrażnionej, uczulonej lub w stanie zapalnym. W takim przypadku należy skontaktować się z lekarzem.
15. Nie należy pozwalać używać urządzenia dzieciom.
16. Kobiety w ciąży lub podczas cyklu menstruacyjnego nie powinny używać produktu bez wcześniejszego skontaktowania się z lekarzem.
17. Nie należy użytkować urządzenia pod wpływem alkoholu lub złego samopoczucia.

Instrukcja użytkowania

1. Przed pierwszym użyciem sprawdź, czy urządzenie jest naładowane.
2. W przypadku braku reakcji na przycisk zasilania podłącz urządzenie do ładowania.
3. Gdy urządzenie jest rozładowane, naładowanie baterii do pełna trwa około 3 godzin.
4. Dwie pierwsze liczby na wyświetlaczu wskazują procentowy poziom naładowania baterii oraz informują o aktywnym ładowaniu.
5. Aby włączyć urządzenie, naciśnij . Masażer rozpocznie pracę w trybie domyślnym - poziom 00. Naciśnij ponownie przycisk zasilania, aby wyłączyć urządzenie.

6. Za pomocą przycisków regulacji mocy można dostosować intensywność masażu według indywidualnych potrzeb.
7. Aby zmienić głowicę, złap za wymienną końcówkę i delikatnie ją przekręcając, wyciągnij z otworu.
8. Podczas zmiany głowicy do masażu, aby poprawić jej pracę i nie doprowadzić do zatarć, można użyć specjalnego środka o konsystencji oleju, nacierając delikatnie ścianki otworu, z którego została wyjęta.
9. Instalacja przebiega w podobny sposób: umieść prawidłowo głowicę, a następnie delikatnie wciśnij ją tak, aby była nieruchoma.
10. Aby wyłączyć urządzenie, naciśnij przycisk . Wyłączenie zostanie zasygnalizowane sygnałem dźwiękowym.

Uwaga: Domyślny czas pracy urządzenia to 15 minut. Jeśli chcesz przedłużyć użytkowanie, uruchom je ponownie.

Techniki masażu

Masaż mięśni kończyn dolnych:

Mięśnie przednie uda:

- * **Typ głowicy:** płaska
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 30 - 45 s
- * **Liczba powtórzeń:** 2

Mięśnie tylne uda:

- * **Typ głowicy:** płaska, precyzyjna
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 20 - 30 s
- * **Liczba powtórzeń:** 3

Mięśnie przyśrodkowe uda:

- * **Typ głowicy:** precyzyjna
- * **Kąt masażu:** 45°
- * **Kierunek masażu:** z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 15 - 25 s
- * **Liczba powtórzeń:** 2

Mięśnie przednie goleni:

- * **Typ głowicy:** precyzyjna
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 25 - 35 s
- * **Liczba powtórzeń:** 2

Mięśnie tylnie goleni:

- * **Typ głowicy:** kulowa
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 15 - 30 s
- * **Liczba powtórzeń:** 3

Mięśnie przednie/tylnie stopy:

- * **Typ głowicy:** płaska, kulowa, 'U', dobór w zależności od potrzeb
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 15 - 30 s
- * **Liczba powtórzeń:** 3

Masaż mięśni pośladkowych:**Mięśnie pośladkowe małe:**

- * **Typ głowicy:** płaska, kulowa
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** od wewnątrz do zewnątrz, z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 30 s - 1 min
- * **Liczba powtórzeń:** 4

Mięśnie pośladkowe średnie:

- * **Typ głowicy:** płaska, kulowa
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** od wewnątrz do zewnątrz, z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 30 s - 1 min
- * **Liczba powtórzeń:** 4

Mięśnie pośladkowe wielkie:

- * **Typ głowicy:** płaska, kulowa
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** od wewnątrz do zewnątrz, z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 30 s - 1 min
- * **Liczba powtórzeń:** 4

Masaż stawu krzyżowo - biodrowego:**Mięśnie pośladkowe małe:**

- * **Typ głowicy:** płaska, kulowa
- * **Kąt masażu:** 90°
- * **Kierunek masażu:** od wewnątrz do zewnątrz, z góry do dołu
- * **Czas masażu:** 1 - 1,5 min
- * **Liczba powtórzeń:** 1

Opisane powyżej wybrane techniki mogą posłużyć jako przykładowe plany zabiegów. Dobór parametrów masażu zależy od indywidualnych potrzeb użytkownika.

Wskazówki zdrowotne

Terapia masażem oraz poprawne użytkowanie urządzenia może w krótkim czasie zmniejszyć ból spowodowany nadwyrężeniem stawów/mięśni, nerwobólami, skurczami mięśni i innymi schorzeniami układu mięśniowo-szkieletowego. Większość urazów tkanek miękkich jest związane właśnie z tymi urazami lub nieprawidłową postawą. Przy użyciu masażera Beauty Powerful Mini można wspomagać leczenie większości problemów. **Podczas zabiegu unikaj nadmiernego stresu, nie stosuj masażera w okolicach wrażliwych obszarów, takich jak głowa, twarz i kręgi szyjne.** Przerwij masaż, jeśli wystąpi stan zapalny, obrzęk lub zwiększony ból. Masaż wibracyjny to technologia, pozwalająca na leczenie schorzeń, problemów mięśniowych, odpoczynek po ciężkim treningu lub relaksowanie się w wolnej chwili.

Wskazania	Przeciwwskazania
Bóle i skurcze spowodowane urazami mięśni, skręceniami, nadwyrężeniami - wspomaganie leczenia i regeneracji tkanek.	Obrzęk, przekrwione lub krwawiące części ciała.
Delikatnie spuchnięte obszary skórne - wspomaganie regeneracji tkanek.	Choroby serca, użytkowanie rozrusznika serca.
Zakwasy - zmniejszenie i redukcja gromadzenia się kwasu mlekowego.	Kobiety w ciąży, dzieci.
Zmęczenie mięśni - zwiększenie ruchomości, redukcja bólu.	Poważne kontuzje - zaleca się wcześniejszą konsultację z lekarzem.
Odczucie zmęczenia, bólu - masaż relaksacyjny.	

Naprawa i konserwacja

1. W przypadku uszkodzenia lub awarii prosimy o zaprzestanie użytkowania tego produktu i kontakt z serwisem firmy Garrett.
2. Podejmowanie prób własnoręcznej naprawy może prowadzić do uszkodzenia urządzenia oraz skutkuje unieważnieniem gwarancji.
3. Urządzenie nie jest wodoodporne. Aby uniknąć uszkodzenia, nie należy myć go wodą.
4. W przypadku dłuższego nieużywania urządzenia zaleca się ładowanie go przynajmniej 1-2 razy w miesiący oraz przechowywanie w suchym i chłodnym miejscu, aby przedłużyć jego żywotność.

Specyfikacja techniczna

Nazwa produktu: Garrett Beauty Powerful Mini

Pojemność baterii: 2000 mAh	Częst. wibracji: 2000 - 3000 obr./min
Czas ładowania: ok. 3 godziny	Moc znamionowa: 25 W
Napięcie wejściowe: 7,4 V/1 A	Napięcie znamionowe: 3,7 V
Waga: 395 g	Wymiary: 17,5 x 14,7 x 5 cm

Więcej informacji na temat tego urządzenia dostępne jest na stronie www.garett.pl. Odwiedź stronę www.garett.pl, aby poznać więcej produktów i akcesoriów.

Gwarancja/Reklamacja

Produkt jest objęty 24-miesięczną gwarancją producenta. Gwarancja nie obejmuje: wad i uszkodzeń powstałych z winy użytkownika bądź wskutek niewłaściwego użytkowania (niezgodnego z przeznaczeniem), uszkodzeń mechanicznych oraz powstałych wskutek stosowania akcesoriów innych niż dołączone w zestawie, materiałów eksploatacyjnych. Reklamując produkt, należy wypełnić kartę gwarancyjną dołączoną do urządzenia oraz wysłać je wraz z dowodem zakupu na adres serwisu podany na karcie gwarancyjnej.

Dane kontaktowe dostępne na stronie:

www.garett.pl

Producent:

GARETT sp. z o.o.
ul. Targowa 18/1413
25-520 Kielce
www.garett.pl



Prawidłowe usuwanie produktu
(zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny)

Oznaczenie umieszczone na produkcie lub w odnoszących się do niego tekstach wskazuje, że po upływie okresu użytkowania nie należy usuwać go z innymi odpadami pochodzącymi z gospodarstw domowych. Aby uniknąć szkodliwego wpływu na środowisko naturalne i zdrowie ludzi wskutek niekontrolowanego usuwania odpadów, prosimy o oddzielenie produktu od innego typu odpadów oraz odpowiedzialny recykling w celu promowania ponownego użycia zasobów materialnych jako stałej praktyki. Informacje na temat miejsca i sposobu bezpiecznego dla środowiska recyklingu tego produktu użytkownicy w gospodarstwach domowych mogą uzyskać w punkcie sprzedaży detalicznej, w którym dokonali zakupu produktu, lub u organów władz lokalnych. Użytkownicy w firmach powinni skontaktować się ze swoim dostawcą i sprawdzić warunki umowy zakupu. Produktu nie należy usuwać razem z innymi odpadami komercyjnymi.



RoHS



Wyprodukowano w P.R.C.

USER MANUAL

Body massager



GE GARETT

Beauty Powerful Mini

About product

Garett Beauty Powerful Mini is a wireless modern vibration massage device that relaxes sore, stiff muscles, improves blood circulation and the general condition of the soft tissues of the body.

Product description



4 replaceable types of massaging heads:



'U' head
for vertebral massage



flat head
for joint/tendon massage



ball head
for muscle massage





precision head
for all parts of the body

Notes for users

1. Before using this product, please read this manual carefully and keep it for future reference.
2. The product is charged with the charging kit provided.
3. It is forbidden to use this product while charging.
4. The time of continuous use of the device should not exceed 1 hour.
5. The product is not waterproof, do not submerge it in water.
6. Do not attempt to disconnect the device from the outlet or use it with wet hands.
7. To avoid accidents, do not touch the metal part of the plug.
8. Do not damage, modify, bend or twist the power supply cord. This may damage it.
9. Avoid getting the charging port and power supply cord dirty.
10. You should stop the charging if the power plug or cord is damaged or it becomes hot during charging.
11. Clean the device to avoid dust and dirt build-up.
12. Do not store the product in the bathroom, humid places, at high temperature, as this may cause electric shock or fire.
13. Do not destroy the product, throw it or modify it. In the event of damage, please stop using it.
14. Do not use the device around irritated, allergic or inflamed skin. In such case, please contact your doctor.
15. Children should not be allowed to use the device.
16. Pregnant women or women during the menstrual cycle should not use the product without consulting a doctor first.
17. Do not use the device under the influence of alcohol or if you feel unwell.

Instructions for use

1. Make sure the device is charged before using it for the first time.
2. If there is no response to the power button, connect the device for charging.
3. When the device is discharged, it takes about 3 hours to fully charge the battery.
4. The first two numbers on the display indicate the battery charge level and inform about active charging.
5. To turn on the device press . The massager will start the operation in the default mode - level 00. Press the power button again to turn off the device.

6. Using the power control buttons, you can adjust the intensity of the massage according to your individual needs.
7. To change the head, grasp the replaceable end and while gently twisting it, pull it out of the opening.
8. When changing the massage head, in order to improve its operation and prevent seizures, you can use a special agent with the consistency of oil, gently rubbing the walls of the hole from which it was taken.
9. Installation is similar: position the head correctly, and then gently push it until it is motionless.
10. To turn off the device, press the button . The switch-off will be signalled by an acoustic signal.

Note: The default device runtime is 15 minutes. If you want to extend the use, you should restart it.

Massage techniques

Massage of the lower extremities muscles:

Anterior muscles of thigh:

- *Type of head: flat
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from top to bottom
- *Time of massage: 30 - 45 s
- *Number of repetitions: 2

Posterior muscles of thigh:

- *Type of head: flat, precision
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from top to bottom
- *Time of massage: 20 - 30 s
- *Number of repetitions: 3

Medial muscles of thigh:

- *Type of head: precision
- *Massage angle: 45°
- *Massage direction: from top to bottom
- *Time of massage: 15 - 25 s
- *Number of repetitions: 2

Anterior muscles of tibia:

- *Type of head: precision
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from top to bottom
- *Time of massage: 25 - 35 s
- *Number of repetitions: 2

Posterior muscles of tibia:

- *Type of head: ball
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from top to bottom
- *Time of massage: 15 - 30 s
- *Number of repetitions: 3

Anterior/posterior muscles of foot:

- *Type of head: flat, ball, 'U', choice depending on the needs
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from top to bottom
- *Time of massage: 15 - 30 s
- *Number of repetitions: 3

Massage of the buttock muscles:**Gluteus minimus muscles:**

- *Type of head: flat, ball
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from inside to outside, from top to bottom
- *Time of massage: 30 s - 1 min
- *Number of repetitions: 4

Gluteus medius muscles:

- *Type of head: flat, ball
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from inside to outside, from top to bottom
- *Time of massage: 30 s - 1 min
- *Number of repetitions: 4

Gluteus maximus muscles:

- *Type of head: flat, ball
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from inside to outside, from top to bottom
- *Time of massage: 30 s - 1 min
- *Number of repetitions: 4

Massage of the sacroiliac joint:**Gluteus minimus muscles:**

- *Type of head: flat, ball
- *Massage angle: 90°
- *Massage direction: from inside to outside, from top to bottom
- *Time of massage: 1 - 1,5 min
- *Number of repetitions: 1

The selected techniques described above can be used as exemplary treatment plans. The choice of massage parameters depends on the individual needs of the user.

Health tips

The massage therapy and the correct use of the device can quickly reduce pain caused by joint/muscle strain, neuralgia, muscle spasms and other musculoskeletal disorders. Most soft tissue injuries are related to these injuries or to incorrect posture. Most problems can be treated with the Beauty Powerful Mini massager. **Avoid excessive stress during the treatment, do not use the massager around sensitive areas such as the head, face and cervical vertebrae.** Stop the massage if inflammation, swelling, or increased pain occurs. The vibration massage is a technology that allows you to heal ailments, muscular problems, rest after a hard workout or relax in your free time.

Indications	Contraindications
Pain and spasms caused by muscle injuries, sprains, strains - supporting the treatment and regeneration of tissues.	Swelling, bloodshot or bleeding parts of the body.
Slightly swollen skin areas - supporting the regeneration of tissues.	Heart diseases, use of heart pacemaker.
Sore muscles - decreasing and reducing the build-up of lactic acid.	Pregnant women, children.
Muscle tiredness - increasing the mobility, reduction of pain.	Serious injuries - it is recommended to consult a doctor first.
A feeling of tiredness, pain - relaxing massage.	

Repair and maintenance

1. In the event of damage or failure, please stop using this product and contact the Garrett service.
2. Any attempts to do the repair on your own may damage the device and invalidate the warranty.
3. The device is not waterproof. To avoid its damage please do not wash it with water.
4. If the device is not used for a long time, it is recommended to charge it at least 1-2 times a month and store it in a dry and cool place to extend its life.

Technical specification

Product name: Garrett Beauty Powerful Mini

Battery capacity: 2000 mAh	Vibration freq.: 2000 - 3000 rpm
Charging time: about 3 hours	Rated power: 25 W
Input voltage: 7,4 V/1 A	Rated voltage: 3,7 V
Weight: 395 g	Dimensions: 17,5 x 14,7 x 5 cm

More information on this device is available on the website www.garett.eu. Visit the website www.garett.eu for learning about more products and accessories.

Warranty/Complaint

The product is covered by 24-month manufacturer's warranty. The warranty does not cover: defects and damage caused by the user's fault or as a result of improper use (not in accordance with the intended use), mechanical damage and resulting from the use of accessories other than those included in the set. When complaining about the product, please complete the warranty card attached to the device and send it together with the proof of purchase to the service address provided in the warranty card.

Contact details available on the website:

www.garett.eu

Producer:

GARETT sp. z o.o.
ul. Targowa 18/1413
25-520 Kielce
www.garett.eu



Correct Disposal of this Product
(Waste Electrical & Electronic Equipment)

The marking on the product or in related texts indicates that it should not be disposed of with other household wastes at the end of its working life. To avoid harmful effects on the environment and human health due to uncontrolled waste disposal, please separate the product from other types of waste and recycle responsibly to promote the reuse of material resources as permanent practice. Household users may obtain information on where and how to recycle this product for the environment in a safe way from the retailer where they purchased the product or from local authorities. Business users should contact their supplier and check the terms of the purchase contract. The product should not be disposed of with other commercial waste.



RoHS



Produced in P.R.C.