

B.Well

С заботой о каждом

Руководство по эксплуатации

MED-450

Массажер перкуссионный
электрический

Глубокая проработка
и восстановление мышц



RU

 B.WELL
SWISS
CONTROLLED

 PRO

 MED

 TECHNO

1. НАЗНАЧЕНИЕ

Благодарим вас за покупку электрического перкуSSIONного массажера компании B.Well!

Беспроводной массажер B.Well MED-450 предназначен для глубокой проработки и восстановления больших и малых групп мышц тела. Массажер снимает напряжение мышц и спазмы, улучшает кровоток, помогает после занятий спортом, улучшает иммунитет, оказывает помощь в восстановлении сил дома, на работе или в спортивном зале.

2. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

- Прибор для массажа мышц бедер, голеней, ягодиц, икроножных мышц, шеи, плеч, позвоночника, ладоней, стоп.
- Подходит для индивидуального использования.

3. ВАЖНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА

Панель управления массажера B.Well MED-450 с функциональной кнопкой переключения режимов массажа находится на жидкокристаллическом дислее массажера и отображает уровень заряда аккумулятора и порядковый номер выбранного скоростного режима.

Глубину воздействия массажа вы можете дополнительно регулировать своими усилиями. Чем больший нажим массажером на тело, тем сильнее воздействие насадок на кожу и мышцы. При этом исключено болевое воздействие на массируемую область.

Массажер B.Well MED-450 оснащен 33 скоростными режимами. В зависимости от выбранной скорости активируются различные режимы массажа (см. методические рекомендации).

Мощность мотора 25 Вт. При правильном использовании массажер прослужит вам долго и позволит наслаждаться массажем.

Емкость аккумулятора 1800 мАч, что обеспечивает 4 часа непрерывной работы.

Рекомендованное время для массажа в домашних условиях 15 минут. На это время рассчитана программа профессионального массажа. Следуйте методическим

рекомендациям, разработанным специалистами B.Well. По окончании 15-минутной процедуры массажер B.Well MED-450 выключится сам, чтобы воздействие на организм было полезным и безопасным.

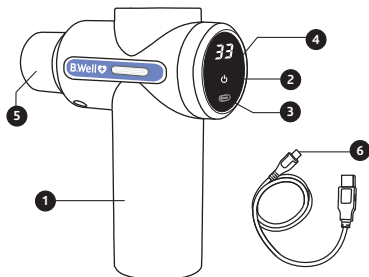
Массажер B.Well MED-450 является беспроводным.

Рекомендуем обратиться к методическим рекомендациям в тексте инструкции.

Схема массажа и время рекомендованы специалистами B.Well.

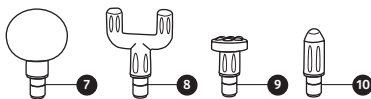
4. ОБЗОР ПРИБОРА, АКСЕССУАРЫ

- 1 Основной корпус прибора
- 2 Кнопка ВКЛ/ВЫКЛ
- 3 Туре С-разъем для провода USB
- 4 Жидкокристаллический дисплей для отображения режима работы и уровня заряда аккумулятора
- 5 Разъем для крепления насадок
- 6 USB Туре С-провод для зарядки



Насадки для массажера:

- 7 Сферическая насадка
- 8 U-образная насадка
- 9 Плоская насадка
- 10 Цилиндрическая насадка

**5. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРИБОРА**

- Вставьте USB Type C-провод для зарядки (6) в Type C-разъем (3) на массажере, другим концом вставьте в адаптер с USB-разъемом (не входит в комплект) и подключите его к розетке или к другому источнику питания через USB-разъем. Зарядите массажер. Перед началом массажной сессии массажер необходимо отсоединить от источника питания. При первой зарядке массажера, пожалуйста, заряжайте массажер 3 часа. Во время зарядки массажера на ЖК-дисплее (4) будет отображаться процент заряда аккумулятора. Полный заряд отображается цифрами 99%.
- Выбранную массажную насадку вставить в разъем для крепления насадок (5). При смене насадки на массажере потянуть за насадку и вытянуть ее из разъема для крепления насадок. Во время массажной сессии держать в руке массажер с насадкой перпендикулярно массируемой поверхности, плавно водить массажером вниз и вверх.
- Нажмите кнопку (⏻) быстрым касанием, чтобы увидеть остаток заряда аккумулятора в процентах.
- Нажмите кнопку (⏻), удерживая ее, чтобы включить массажер на первом режиме. При каждом следующем нажатии кнопки будет происходить переключение на следующий скоростной режим.
- Нажмите кнопку (⏻), удерживая ее, чтобы выключить массажер.

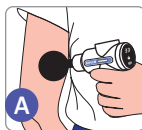
6. СХЕМА УПРАВЛЕНИЯ, РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ЗОНЫ ДЛЯ МАССАЖА

1. Кнопка (⏻) при удержании: массажер включится на первом режиме для новичков или выключится. При включении на дисплее отобразится порядковый номер скоростного режима.
2. Кнопка (⏻) при дальнейших нажатиях будет последовательно менять скоростные режимы массажа.
3. Кнопка (⏻) при быстром касании: на дисплее автоматически отобразится остаток заряда аккумулятора в процентах.

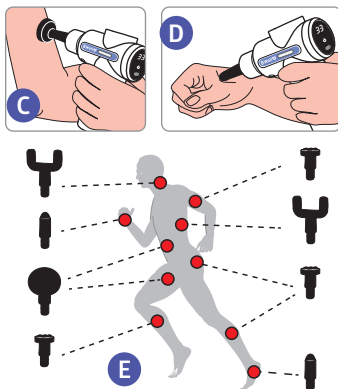


Рекомендуем делать массаж с помощью насадок, ориентируясь на приведенные изображения:

- A** Массаж с использованием **сферической насадки (7)** для больших групп мышц (глубокая проработка)
- B** Массаж с использованием **U-образной насадки (8)** для позвоночника, шеи, шейно-плечевой зоны, икроножных мышц (глубокая проработка)



- C** Массаж с использованием **плоской насадки 9** для всего тела (расслабляющий эффект, разогрев мышц, в т. ч. перед тренировкой)
- D** Массаж с использованием **цилиндрической насадки 10** для малых групп мышц, ладоней, стоп (точный глубокий массаж)
- E** Зоны применения массажных насадок



Зоны для проработки при помощи перкуSSIONного массажера



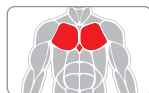
Шея



Верхняя часть спины



Нижняя часть спины



Грудь



Дельтовидные мышцы



Бицепсы и трицепсы



Предплечья



Кисти



Ягодичные мышцы



Задние мышцы бедра



Икроножные мышцы



Мышцы – сгибатели тазобедренных суставов



Четырехглавые мышцы (квадрицепсы)



Приводящие мышцы бедра



Стопы



Голені

ПРИМЕРЫ ПРОГРАММ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПЕРКУССИОННОГО МАССАЖЕРА

ПРОГРАММА проработки нижних конечностей

Исходное положение: лежа на животе

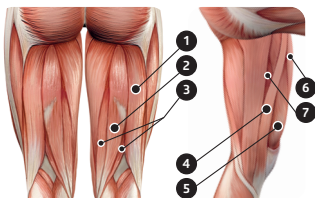


Тип насадки: плоская

(направление вертикально вниз)

Задняя группа мышц бедра

Двуглавая мышца бедра ① 20–30 сек × 3 раза
Полусухожильная мышца ② 20–30 сек × 3 раза
Полуперепончатая мышца ③ 20–30 сек × 3 раза
Направление движения сверху вниз.



Исходное положение: лежа на спине



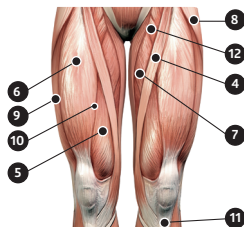
Тип насадки: плоская

(направление вертикально вниз)

Четырехглавая мышца бедра

Прямая мышца бедра ⑥ 30–45 сек × 2 раза
Латеральная широкая мышца бедра ⑨
30–45 сек × 2 раза
Медиальная широкая мышца бедра ⑤
30–45 сек × 2 раза
Промежуточная широкая мышца бедра ⑩
30–45 сек × 2 раза

Направление движения сверху вниз.



Тип насадки: плоская

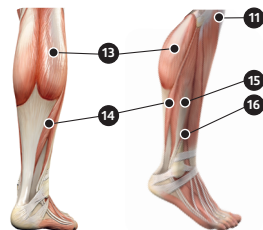
(направление под углом 45 градусов)

Тонкая мышца бедра

Длинная приводящая мышца ⑦ 10–15 сек × 2 раза
Короткая приводящая мышца ⑫ 10–15 сек × 2 раза

Трехглавая мышца голени

Икроножная мышца ⑬ 20–30 сек × 3 раза
Камбаловидная мышца ⑭ 20–30 сек × 3 раза
Направление движения сверху вниз.



Тип насадки: плоская

(направление вертикально вниз)

Портяжная мышца ④ 30–45 сек
Напрягатель широкой фасции ⑧ 15–20 сек × 2 раза
Передняя большеберцовая мышца ⑪ 15–20 сек × 2 раза
Длинная малоберцовая мышца ⑮ 15–20 сек × 2 раза
Короткая малоберцовая мышца ⑯ 15–20 сек × 2 раза
Направление движения сверху вниз.



Тип насадки: цилиндрическая
(направление вертикально вниз)

Подколенная мышца 20

Положение с выпрямленными коленями 15–30 сек

Положение с согнутыми коленями 15–30 сек

ПРОГРАММА проработки подошвенного фасциита

Исходное положение: лежа на животе



Тип насадки: плоская

Задняя группа мышц бедра

Двуглавая мышца бедра 1 20–30 сек × 3 раза

Полусухожильная мышца 2 20–30 сек × 3 раза

Полуперепончатая мышца 3 20–30 сек × 3 раза

Направление движения сверху вниз.

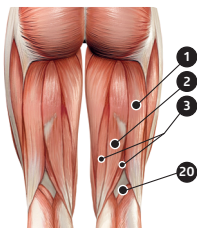
Исходное положение: лежа на спине

Передняя большеберцовая мышца 11 15–20 сек × 2 раза

Длинная малоберцовая мышца 15 15–20 сек × 2 раза

Короткая малоберцовая мышца 16 15–20 сек × 2 раза

Направление движения сверху вниз.



Тип насадки: U-образная

(направление вертикально вниз)

Подколенная мышца 20

Позиция с выпрямленными коленями 15–30 сек

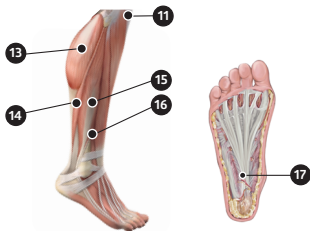
Позиция с согнутыми коленями 15–30 сек

Трехглавая мышца голени

Икроножная мышца 13 — 20–30 сек × 3 раза

Камбаловидная мышца 14 — 20–30 сек × 3 раза

Подошва передней ноги касается пола



Тип насадки: цилиндрическая
(вертикально к подошве ноги)

Подошвенная фасция 17

ПРОГРАММА проработки крестцово-подвздошного отдела

Исходное положение: лежа на боку



Тип насадки: плоская

(направление вертикально вниз)

Средняя ягодичная мышца 18 30 сек — 1 мин × 4 раза

Большая ягодичная мышца 19 30 сек — 1 мин × 4 раза

Грушевидная мышца **21** 1–1,5 мин

Крестцово-подвздошное сочленение **22** 1–1,5 мин

*Направление вверх — по внутренней стороне
мышцы, вниз — по внешней стороне мышцы.*

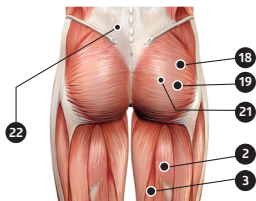
Задняя группа мышц бедра

Двуглавая мышца бедра

Полусухожильная мышца **2** 20–30 сек × 3 раза

Полуперепончатая мышца **3** 20–30 сек × 3 раза

Направление движения сверху вниз.



Методические рекомендации для проведения эффективного массажа

Действие массажа на организм представляет собой сложный физиологический процесс, в котором задействованы механические, гуморальные и нервно-рефлекторные факторы. В результате происходит не только механическое разминание мышц, но и улучшается циркуляция лимфы, крови, усиливается отток избыточной межклеточной жидкости, уменьшается отечность. В кровь поступают биологически активные вещества (гистамин, ацетилхолин), что в свою очередь приводит к снятию мышечных зажимов и расслаблению мышц. Массажер V.Well гарантирует глубокий разминающий эффект, который снимает напряжение мышц, улучшает кровоток, уменьшает тяжесть и отечность, разгоняет накопленную молочную кислоту в мышцах после тренировок. При использовании массажера с эфирными маслами ускоряется проникновение эфирных масел в подкожные слои.

MED-450 рекомендован для тех, кто испытывает боль и судороги при растяжении, перенапряжении и травмах мышц, при отеках, утолщении соединительных тканей и фасций, при накоплении молочной кислоты в мышцах после тренировок, при снижении подвижности суставов, а также при мышечной усталости.

Данные методические рекомендации разработаны специалистами V.Well, чтобы достичь максимальной эффективности массажа. Предлагаем использовать функции MED-450 следующим образом:

1–5 скорости:

режимы для новичков

Сеансы массажа, рекомендованные для тех, кто впервые использует перкуссионный массажер; мягкая проработка, разогрев и расслабление мышц.

6–11 скорости:

режимы средней интенсивности для любителей комфорта

Рекомендованы для тщательной проработки и приведения мышц в комфортный тонус; для использования в домашних условиях.

12–18 скорости:

режимы для любителей спорта

Рекомендуется проводить сеанс массажа после физической нагрузки, чтобы разогнать молочную кислоту и расслабить мышцы.

19–24 скорости:

режимы красоты

Рекомендованы для проработки целлюлита, для повышения упругости и эластичности кожи.

25–33 скорости:

режимы для профи

Рекомендуется проводить массаж в массажных салонах для профессиональной и глубокой проработки мышц; для решения проблем с зажимами мышц точноно.

7. ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ И МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ



ВНИМАНИЕ!

Перед использованием массажера проконсультируйтесь со специалистом в следующих случаях:

беременности или недавних родов, физической травмы, заболеваний сердца, диабета или нарушений чувствительности, флебита и/или тромбоза, дисфункции суставов, остеопороза, высокой температуры, аномалий развития позвоночника или искривления позвоночника, повышенного риска образования тромбов, наличия кардиостимулятора, штифтов/винтов/искусственных суставов или других медицинских устройств, имплантированных в тело, в течение 90 дней после внутрисуставной фиксации, при переломах, аневризме, кровотечении, использовании кроверазжижающих препаратов, злокачественных опухолях.

При массаже необходимо избегать зон воспалений, чувствительных зон на голове, лице, шее, на тыльных сторонах ладоней.

Меры предосторожности

1. Использовать прибор только по прямому назначению, указанному в данном руководстве.
2. Прибор не предназначен для использования детьми.
3. Прибор необходимо использовать на сухой и чистой коже и не массировать тело через плотную одежду. При использовании бережно надавливать и плавно передвигать массажер по коже. Время проработки одной зоны около 60 секунд.
4. Тщательно осматривать участки тела, на которых производится сеанс массажа. Снятая может появиться при частом воздействии или чрезмерном надавливании.
5. В целях безопасности не воздействовать прибором на голову, лицо, переднюю часть шеи и область сердца.
6. Немедленно прекратите использование, если появятся признаки боли или дискомфорта.
7. Использовать только ту массажную насадку, которая предназначена для массируемой части тела.
8. Не помещать какие-либо предметы в отверстия прибора.
9. Не держать волосы рядом с разъемом для крепления насадок во время работы прибора, не подносить пальцы слишком близко во избежание защемления.
10. Не оставлять прибор на зарядке без присмотра.
11. Не ронять.
12. Тщательно проверять прибор и аккумулятор перед каждым использованием.
13. Заряжать прибор только от источника питания с постоянным напряжением 5 V.
14. Избегать попадания воды на прибор.
15. Не открывать корпус и не заменять внутренние детали прибора.
16. Не размещать вблизи огня и горячих материалов.
17. Хранить в местах, недоступных для детей.

8. ЧИСТКА И ХРАНЕНИЕ



ВНИМАНИЕ! Перед началом чистки необходимо отключить прибор от сети и дождаться полного остывания.

- Если изделие загрязнено, протрите его мягкой, чуть влажной тканью с внешней стороны или используйте сухую тряпку.
- Храните массажер в сухом, прохладном месте, не подвергайте непосредственному воздействию солнечных лучей.
- Не используйте спреи, бензин, растворители для очистки массажера.

9. ВОЗМОЖНЫЕ НЕПОЛАДКИ И ИХ СПОСОБЫ УСТРАНЕНИЯ



ВНИМАНИЕ!

При возникновении неисправности необходимо отключить массажер от электричества и дать остыть в течение 60 минут.

Возможные неполадки	Причина, устранение неполадок
Не включается	Убедитесь, что массажер включен в сеть
	Подключите прибор к другой розетке
	Отключите прибор, повторите процедуру через 10 минут
Внезапная остановка во время сеанса массажа	Случайно отключилось питание
	Прибор имеет 15-минутный автоматический таймер, лимит времени достигнут

10. ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Наименование	Массажер перкуссионный электрический
Модель	MED-450
Мощность (Вт)	25 W
Напряжение (USB Type C-провод для зарядки, В)	5 V
Номинальное напряжение (В)	DC 7,4 V
Аккумулятор (мАч)	Встроенный перезаряжаемый литий-ионный аккумулятор емкостью 1800 mAh
Продолжительность непрерывной работы	4 часа
Вид мотора	Щеточный мотор
Материал	АБС-пластик
Скорость (ударов в минуту)	1800–3200 rpm
Амплитуда воздействия	6 мм
Уровень шума (дБ)	45 dB
Тип дисплея	Жидкокристаллический
Количество массажных насадок	4
Количество скоростных режимов	33
Автовыключение	Есть, через 15 минут после включения прибора
Размер прибора	13,2 × 14 × 4,7 см
Вес без упаковки	0,5 кг
Вес в упаковке	0,86 кг
Водонепроницаемость	Нет

Защита от поражения электрическим током (массажер)	Класс III
Защита от поражения электрическим током (USB Type C-провод)	Класс II

Комплектация

- Массажер — 1 шт.
- Массажная насадка — 4 шт.
- USB Type C провод — 1 шт.
- Руководство по эксплуатации с гарантийным талоном — 1 шт.

11. ПРИМЕЧАНИЯ

- Если во время использования вы почувствовали боль или какой-либо дискомфорт, пожалуйста, немедленно прекратите использование массажера. Проконсультируйтесь с врачом.
- Рекомендуем выпить 500 мл воды или горячего чая после массажа, чтобы ускорить обмен веществ в организме.

12. СООТВЕТСТВИЕ СТАНДАРТАМ

Высокое качество массажера подтверждено документально:

- Сертификатом соответствия техническим регламентам Таможенного союза ТР ТС 004/2011 «О безопасности низковольтного оборудования» и ТР ТС 020/2011 «Электромагнитная совместимость технических средств»;
- Декларацией соответствия.



13. УТИЛИЗАЦИЯ

Массажер следует утилизировать в соответствии с принятыми нормами и не выбрасывать вместе с бытовыми отходами.

Для утилизации продукции необходимо обращаться в специализированные организации, имеющие разрешение на проведение утилизации, выданное в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Дата производства зашифрована на коробке в номере партии (LOT) и на приборе в серийном номере (SN). Первая и вторая цифры — номер недели, третья и четвертая — год производства.

14. РАСШИФРОВКА СИМВОЛОВ, ПРИМЕНЯЕМЫХ НА УПАКОВКЕ

	Знак обращения продукции на рынке Таможенного союза		Ограничение по температуре применения от 0 до 40 °С		Производитель
	Знак соответствия Директиве ЕС		Ограничение по температуре хранения от -20 до 50 °С		Модель

	Знак соответствия стандартам Федеральной комиссии по связи США		Изделие класса II (USB Type C-провод). Защита от поражения электрическим током		Серийный номер
	Обратитесь к руководству по эксплуатации		Изделие класса III (массажер). Защита от поражения электрическим током		Номер партии
	Не выбрасывать вместе с бытовыми отходами		Подлежит переработке (коробка)		Беречь от влаги

15. ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

Гарантийный срок на массажер — 2 года и бесплатное сервисное обслуживание — 5 лет. Информацию по техническому обслуживанию, как в рамках настоящей гарантии, так и платному, можно получить в авторизованном сервисно-консультационном пункте, по телефону бесплатной горячей линии по России **8-800-200-33-22**, на сайте **www.bwell-swiss.ru**

Политика компании B.Well предусматривает постоянное совершенствование продукции. В связи с этим компания оставляет за собой право вносить полные или частичные изменения в продукцию без предварительного уведомления и в соответствии с производственными требованиями.

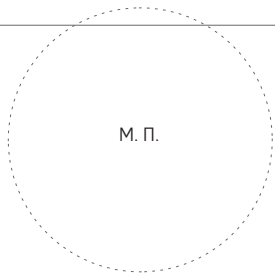
ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

Серийный номер (SN): _____

Дата продажи: _____

Подпись продавца: _____

Печать фирмы продавца:





С заботой о каждом

Массажер перкуSSIONный электрический B.Well MED-450

ПРИБОР НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

B.Well Swiss AG

Bahnhofstrasse 24, 9443 Widnau, Switzerland

Би.Велл Свисс АГ, Банхофштрассе 24, 9443 Виднау, Швейцария

Место производства:

PYNGYANG HUANGTAI ELECTRONIC TECHNOLOGY CO., Ltd.

ПИНДЖИАНГ ХУАНГТАЙ ЭЛЕКТРОНИК ТЕХНОЛОДЖИ КО., ЛТД.

№2, Fengyuan Road, Zhenglou Standard Workshop, Wanquan Pingyang County, Wenzhou City, Zhejiang Province, China

№2, Фенгюан Род, Женглоу, Стэндард Воркшоп, Вангуан Пингюанг Каунти, Венжоу Сити, Жэйианг Провинс, Китай. Сделано в Китае.

Официальный импортер, уполномоченная производителем организация, принимающая претензии:

АО «Альфа-Медика», 125493, г. Москва, улица Авангардная, 3, пом. 1, эт. 4,
офис 2402.

www.bwell-swiss.ru