

MEDISANA®

FitSein

Gesundheitsprodukte

DE Intensiv-Massage mit Rotlicht ITM

GB Intensive massage plus red light ITM

FR Massage intensif à lumière rouge ITM

IT Massaggio intenso con luce rossa ITM

ES Masaje intenso con luz roja ITM

PT Massagem intensiva com luz vermelha ITM

NL Intensieve massage met rood licht ITM

FI Tehokas hierontalaite punvalolla ITM

SE Intensiv massage med rött ljus ITM

GR Εντατικό μασάζ με κόκκινο φως ITM



Art. 88275



Gebrauchsanweisung
Instruction Manual
Mode d'emploi
Istruzioni per l'uso
Instrucciones de manejo

Bitte sorgfältig lesen!
Please read carefully!
A lire attentivement s.v.p.!
Da leggere con attenzione!
¡Por favor lea con cuidado!

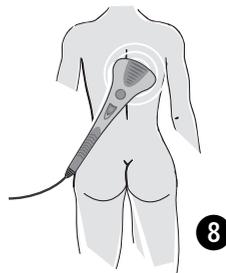
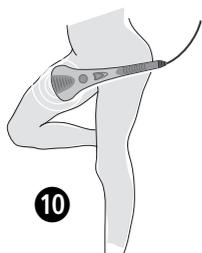
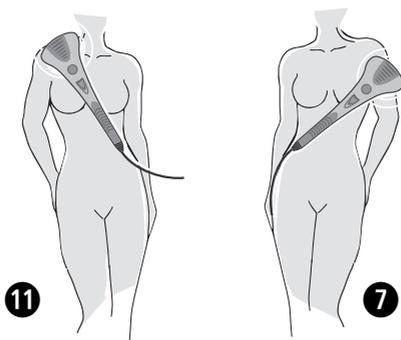
Manual de instruções
Gebruiksaanwijzing
Käyttöohje
Bruksanvisning
Οδηγίες χρήσης

Por favor ler cuidadosamente!
A.u.b. zorgvuldig lezen!
Lue huolellisesti läpi!
Läses noga!
Παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά



DE Gebrauchsanweisung

1	Sicherheitshinweise	6
2	Wissenswertes	8
3	Anwendung	9
4	Verschiedenes	11
5	Garantie	12



DE

- ① Massageköpfe
- ② Massageaufsätze für Akupressur
- ③ Massageaufsätze für Punktmassage
- ④ Netzkabel mit Stecker
- ⑤ Schiebeschalter - *AUS* (0)
- *MASSAGE* (M)
- *MASSAGE + ROTLICHT* (M/H)
- ⑥ Drehknopf für Intensität (MIN. – MAX.)

empfohlene Massagezonen:

- ⑦ Arm
- ⑧ Rücken
- ⑨ Fuß
- ⑩ Schenkel
- ⑪ Schulter

SE

- 1 Massagehuvud
- 2 Massagetillbehör för akupressur
- 3 Massagetillbehör för punktmassage
- 4 Nätkabel med kontakt
- 5 Skjutreglage - *FRÅN* (0)
- *MASSAGE* (M)
- *MASSAGE + RÖTT LJUS* (M/H)
- 6 Vridreglage för intensitet (**MIN.** – **MAX.**)

Rekommenderade massagezoner:

- 7 Arm
- 8 Rygg
- 9 Fot
- 10 Ben
- 11 Axlar



WICHTIGE HINWEISE ! UNBEDINGT AUFBEWAHREN !

Lesen Sie die Gebrauchsanweisung, insbesondere die Sicherheitshinweise, sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät einsetzen und bewahren Sie die Gebrauchsanweisung für die weitere Nutzung auf. Wenn Sie das Gerät an Dritte weitergeben, geben Sie unbedingt diese Gebrauchsanweisung mit.

Zeichenerklärung



Diese Gebrauchsanweisung gehört zu diesem Gerät. Sie enthält wichtige Informationen zur Inbetriebnahme und Handhabung. Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vollständig. Die Nichtbeachtung dieser Anweisung kann zu schweren Verletzungen oder Schäden am Gerät führen.



WARNUNG

Diese Warnhinweise müssen eingehalten werden, um mögliche Verletzungen des Benutzers zu verhindern.



ACHTUNG

Diese Hinweise müssen eingehalten werden, um mögliche Beschädigungen am Gerät zu verhindern.



HINWEIS

Diese Hinweise geben Ihnen nützliche Zusatzinformationen zur Installation oder zum Betrieb.



Schutzklasse II



LOT-Nummer



Hersteller



Sicherheits- hinweise

zur Stromversorgung

- Benutzen Sie das Gerät nur entsprechend seiner Bestimmung laut Gebrauchsanweisung.
- Bevor Sie das Gerät an Ihre Stromversorgung anschließen, achten Sie darauf, dass es ausgeschaltet ist und dass die auf dem Typenschild angegebene elektrische Spannung mit der Ihres Stromnetzes übereinstimmt.
- Halten Sie das Netzkabel und das Gerät von Hitze, heißen Oberflächen, Feuchtigkeit und Flüssigkeiten fern. Fassen Sie den Netzstecker oder den Netzschalter niemals mit nassen bzw. feuchten Händen an oder wenn Sie im Wasser stehen.
- Elektrische Spannung führende Teile des Gerätes dürfen nicht mit Flüssigkeit in Berührung kommen.
- Greifen Sie nicht nach einem Gerät, das ins Wasser gefallen ist. Ziehen Sie sofort den Netzstecker.
- Das Gerät muss so angeschlossen werden, dass der Netzstecker frei zugänglich ist.
- Ziehen Sie immer sofort nach der Benutzung den Netzstecker aus der Steckdose.
- Um das Gerät vom Stromnetz zu trennen, ziehen Sie niemals am Netzkabel, sondern immer am Netzstecker!
- Tragen, ziehen oder drehen Sie das Gerät nicht am Netzkabel.
- Achten Sie darauf, dass das Netzkabel nicht zur Stolperfalle wird. Es darf weder geknickt, eingeklemmt noch verdreht werden.

für besondere Personen

- Besondere Sorgfalt ist notwendig, wenn das Gerät an, von oder in der Nähe von Kindern, Kranken und hilflosen Personen verwendet wird.
- Das Gerät hat eine heiße Oberfläche. Personen, die gegen Hitze empfindlich sind, müssen beim Gebrauch des Gerätes vorsichtig sein.
- Lassen Sie das Gerät nicht unbeaufsichtigt, wenn es ans Stromnetz angeschlossen ist.
- Dieses Gerät ist nicht dafür bestimmt, durch Personen (einschließlich Kinder) mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und/oder mangelndem Wissen benutzt zu werden, es sei denn, sie werden durch eine für ihre Sicherheit zuständige Person beaufsichtigt oder erhielten von ihr Anweisungen, wie das Gerät zu benutzen ist.
- Kinder müssen beaufsichtigt werden, um sicherzustellen, dass sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Lassen Sie Kinder nie mit den Verpackungsfolien spielen, es besteht Erstickengefahr!
- Behandlungen mit dem **MEDISANA ITM** ersetzen keine ärztlichen Diagnosen oder Therapien.
- Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn Sie schwanger sind.
- Personen mit einem Herzschrittmacher, künstlichen Gelenken oder elektronischen Implantaten sollten auf jeden Fall vor Benutzung des Gerätes einen Arzt zu Rate ziehen.
- Sie dürfen das Gerät nicht verwenden, wenn Sie an einer oder mehreren der folgenden Krankheiten oder Beschwerden leiden: Durchblutungsstörungen, Krampfadern, offene Wunden, Prellungen, Hautrisse, Venenentzündungen oder Thrombose.
- Sollten Sie Schmerzen spüren oder die Massage als unangenehm empfinden, brechen Sie die Behandlung ab und halten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt.

vor dem Betrieb des Gerätes

- Überprüfen Sie das Gerät und das Netzkabel vor jeder Anwendung sorgfältig auf Schäden. Ein defektes Gerät darf nicht in Betrieb genommen werden.
- Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn Beschädigungen am Gerät oder Kabelteilen sichtbar sind, wenn das Gerät nicht einwandfrei funktioniert und wenn es herunter- oder ins Wasser gefallen war. Um Gefährdungen zu vermeiden, senden Sie das Gerät zur Reparatur an die Servicestelle.

für den Betrieb des Gerätes

- Das Gerät ist nur für den privaten Gebrauch und nicht für gewerbliche Zwecke bestimmt.
- Benutzen Sie das Massagegerät nur entsprechend seiner Bestimmung laut Gebrauchsanweisung.
- Bei Zweckentfremdung erlischt der Garantieanspruch.
- Verwenden Sie keinesfalls Zubehör, das nicht ausdrücklich vom Hersteller empfohlen wird.
- Das Massagegerät darf während der Benutzung der Rotlichtfunktion nicht zu lange (max. 1 Min.) auf der selben Körperstelle gehalten werden, andernfalls könnten Hautrötungen oder Verbrennungen auftreten.
- Halten Sie das Gerät von Regen und Nässe fern. Es darf nicht im Freien betrieben werden.
- Stellen, benutzen oder bewahren Sie das Gerät keinesfalls über Behältnissen auf, die mit Wasser gefüllt sind, besonders nicht an Stellen, an denen es in eine Wanne oder ein Duschbecken fallen oder gestoßen werden kann.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei Sprühnebel aus Spraydosen oder dem gleichzeitigen Einsatz von Sauerstoff.
- Schlafen Sie während der Anwendung des Massagegerätes an sich selbst nicht ein. Eine zu lange Anwendung an der selben Stelle kann zu Beschwerden und Verbrennungen führen.
- Benutzen Sie das Gerät nicht unter Decken oder Kissen. Decken Sie es während des Betriebes auf keinen Fall ab.
- Begrenzen Sie den Einsatz des Gerätes auf eine Dauer von 20 Minuten und lassen Sie es vor einer erneuten Verwendung ca. 30 Minuten abkühlen.
- Wenden Sie das Gerät nicht direkt am Kopf, auf Knochen oder Gelenken, auf der Vorderseite des Halses, im Genital- oder Nierenbereich an.
- Verwenden Sie das Gerät nicht vor dem Schlafengehen. Die Massage hat eine anregende Wirkung und kann das Einschlafen hinauszögern.
- Aus verständlichen Gründen kann der Hersteller nicht für Schäden aufkommen, die infolge von Nichtbeachtung der Gebrauchsanweisung verursacht werden.

für Wartung und Reinigung

- Sie selbst dürfen an dem Gerät nur Reinigungsarbeiten ausführen. Um Gefährdungen zu vermeiden, reparieren Sie niemals selbständig. Wenden Sie sich an die Servicestelle.
- Bevor Sie das Gerät reinigen, schalten Sie es aus, ziehen Sie immer den Netzstecker und lassen Sie es abkühlen. Tauchen Sie das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten.
- Beachten Sie das Kapitel "Verschiedenes, 4.1 Reinigung und Pflege" auf S. 7.
- Im Fall von Störungen reparieren Sie das Gerät nicht selbst, da dadurch jeglicher Garantieanspruch erlischt. Lassen Sie Reparaturen nur von der Servicestelle durchführen.

Herzlichen Dank

Vielen Dank für Ihr Vertrauen und herzlichen Glückwunsch!

Mit dem Intensiv-Massagegerät mit Rotlicht **ITM** haben Sie ein Qualitätsprodukt von **MEDISANA** erworben, das bei richtiger Anwendung und Pflege lange zu Ihrem Wohlbefinden beitragen wird. Damit Sie mit Ihrem Massagegerät die gewünschte Wirkung erzielen und lange Freude daran haben, empfehlen wir Ihnen die nachstehenden Hinweise zum Gebrauch und für die Pflege sorgfältig zu lesen.

2.1 Lieferumfang und Verpackung

Bitte prüfen Sie zunächst, ob das Gerät vollständig ist und keinerlei Beschädigung aufweist. Im Zweifelsfall nehmen Sie das Gerät nicht in Betrieb und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an Ihre Servicestelle.

Zum Lieferumfang gehören:

- 1 Intensiv-Massagegerät **ITM** mit Rotlicht
- Aufsätze für Punktmassage und Akupressur
- 1 Gebrauchsanweisung

Verpackungen sind wiederverwendbar oder können dem Rohstoffkreislauf zurückgeführt werden. Bitte entsorgen Sie nicht mehr benötigtes Verpackungsmaterial ordnungsgemäß. Sollten Sie beim Auspacken einen Transportschaden bemerken, setzen Sie sich bitte sofort mit Ihrem Händler in Verbindung.



WARNUNG

Achten Sie darauf, dass die Verpackungsfolien nicht in die Hände von Kindern gelangen. Es besteht Erstickengefahr!

2.2 Was ist Massage?

Die Massage ist eine der ältesten Behandlungsmethoden überhaupt und wichtiger Bestandteil der physikalischen Therapie. Durch mechanische Behandlung der äußeren Gewebeschichten des Körpers werden verspannte Muskeln gelockert, die Durchblutung verbessert und die Gewebegeneration gefördert. Dadurch wirkt Massage anregend oder entspannend und kann auch Nerven- und Muskelschmerzen beseitigen. Ein weiterer Effekt sind die positiven Wirkungen auf das Gefäßsystem, die inneren Organe und den Stoffwechsel. Man unterscheidet 5 klassische Massagemethoden: Streichmassage, Knet-, Klopf- und Vibrationsmassage sowie Reibung/Klatschungen. Darüber hinaus gibt es wichtige Massagetechniken wie die manuelle Lymphdrainage, Reflexzonenmassage, Unterwasser-Druckstrahlmassage, Bürstenmassage und Fingerdruckmassage (Shiatsu, Akupressur).

2.3 Wie funktioniert das Massagegerät ITM?

Dieses spezielle Massagegerät funktioniert auf Basis der Klopfmassage. Dabei werden die beiden Massageköpfe im Wechsel mit einer Frequenz von 2000 $\frac{1}{\text{min}}$ bis 3000 $\frac{1}{\text{min}}$ bewegt, so dass eine Klopfbewegung entsteht, die auf die zu massierenden Körperstellen übertragen wird.

Wahlweise kann Rotlicht zugeschaltet werden, das über die beiden großen Massageköpfe ausgestrahlt wird. Diese besonders angenehme Art der Wärmeanwendung beschleunigt die positive Massagewirkung. Das **ITM** strahlt das

Rotlicht über die Haut in das tieferliegende Körpergewebe ab. Die beiden Massageköpfe werden dabei lediglich leicht erwärmt, aber nicht heiß. Das Rotlicht des **MEDISANA** Intensivmassagegerätes **ITM** ist also besonders wohltuend. Diese einzigartige Kombination aus Intensivmassage und Wärmestrahlung macht das **ITM** zu einem besonders wirkungsvollen Massagegerät.

3 Anwendung

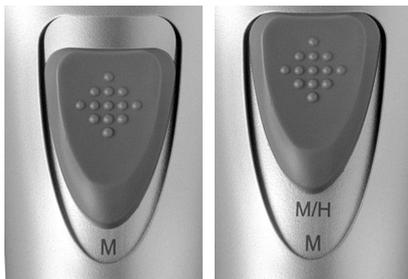
3.1 Inbetriebnahme

Bevor Sie den Netzstecker einstecken, achten Sie darauf, dass das Gerät ausgeschaltet ist (über dem grauen Schalter auf der Oberseite des Gerätes ist eine „0“ zu sehen). Stecken Sie anschließend den Netzstecker in eine dafür vorgesehene Steckdose (230 V).

3.2 Einschalten des Gerätes

Schieben Sie den Schalter **5** direkt oberhalb des Griffes mit dem Daumen eine Stufe nach vorne. Das Gerät schaltet sich ein, und Sie spüren die Vibration der Klopfmassage. Es wird der Buchstabe „M“ (Massage) sichtbar.

Gerät eingeschaltet



Rotlicht zugeschaltet

3.3 Zuschalten des Rotlichtes

Das Rotlicht lässt sich wahlweise zuschalten. Für diese Funktion schieben Sie bitte den grauen Schalter **5** eine weitere Stufe nach vorne. Das Rotlicht schaltet sich ein, am Schalter werden zusätzlich die Buchstaben „M/H“ (Massage/Heat = Rotlicht) sichtbar.

3.4 Regelung der Massageintensität

Je nach Empfinden kann die Massageintensität geändert werden. Dazu betätigen Sie den Drehknopf **6** oberhalb des Einschalters. Sie haben die Möglichkeit der stufenlosen Regelung der Massageintensität von Minimum (2000 1/min) bis Maximum (3000 1/min).

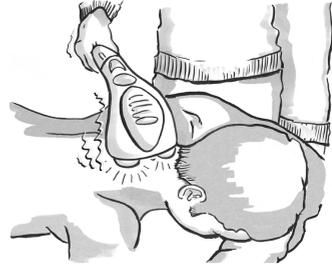


Drehknopf zur Regelung der Massageintensität

3.5 Anwendung



Die Massage mit ITM



Die Massage mit ITM, Rotlicht zugeschaltet

3.6 Die richtige Massage

- Sie können die Massage an sich selbst oder an einem Partner durchführen. Schalten Sie das Gerät wie o.a. ein und führen Sie es auf die zu massierende Körperzone. Üben Sie dabei keinen Druck aus, sondern legen Sie es nur leicht auf den Körper auf. Die Massage wird allein durch das Gerät hervorgerufen. Konzentrieren Sie sich bei der Massage nicht zu lange auf die selbe Körperstelle (max. 1 Minute), sondern wechseln Sie den Massagebereich häufiger während der Anwendung.
- Sie können durch die Massagerichtung entscheiden, welchen Effekt Sie erreichen wollen: Eine Massage in Richtung Herz entspannt, die Massage vom Herzen weg regt an.
- Bei der Durchführung von Ganzkörpermassagen beachten Sie die "Sicherheitshinweise".
- Eine Anwendung sollte nicht länger als 20 Minuten dauern. Wenden Sie das Gerät regelmäßig an, damit sich die positive Wirkung einstellen kann.
- Prinzipiell sollte die Anwendung immer angenehm sein. Wenn Sie Schmerzen spüren oder die Massage als unangenehm empfinden, brechen Sie die Behandlung ab und halten Sie Rücksprache mit Ihrem Hausarzt.
- Schalten Sie nach der Behandlung das Massagegerät aus, ziehen Sie den Netzstecker und lassen Sie das Gerät abkühlen.

3.7 Verwendung der Massage- aufsätze

Mit den Aufsätzen für die Punktmassage **3** bzw. den Aufsätzen für die Akupressur **2** kann der Druck des Gerätes ähnlich einer Fingermassage bzw. einer Akupressur auf die zu massierenden Stellen des Körpers abgegeben werden. Schalten Sie das Gerät aus. Setzen Sie die gewünschten Massageaufsätze auf die Massageköpfe **1** und starten Sie das Gerät neu. Führen Sie die Massage wie unter Punkt 3.6 beschrieben durch.



Achtung!

Bei Benutzung der Aufsätze darf das Rotlicht nicht zugeschaltet werden.

3.8 Abschalten des Gerätes

Schalten Sie das Gerät ab, indem Sie den grauen Schalter **5** zurückschieben, bis die „0“ wieder erscheint. Wenn die Anwendung abgeschlossen ist, ziehen Sie den Netzstecker.

4.1 Reinigung und Pflege

- Bevor Sie das Gerät reinigen, ziehen Sie den Netzstecker und lassen Sie es abkühlen.
- Das Gerät sollte mit einem weichen, leicht angefeuchteten Tuch, evtl. mit einer milden Seifenlauge, gereinigt werden.
- Verwenden Sie nie aggressive Reinigungsmittel oder starke Bürsten.
- Benutzen Sie das Gerät erst wieder, wenn es völlig getrocknet ist.
- Entwinden Sie das Kabel, falls es verdreht ist.
- Verstauen Sie das Gerät am besten in der Originalverpackung, und bewahren Sie es an einem sauberen und trockenen Platz auf.

4.2 Hinweis zur Entsorgung



Dieses Gerät darf nicht zusammen mit dem Hausmüll entsorgt werden. Jeder Verbraucher ist verpflichtet, alle elektrischen oder elektronischen Geräte, egal, ob sie Schadstoffe enthalten oder nicht, bei einer Sammelstelle seiner Stadt oder im Handel abzugeben, damit sie einer umweltschonenden Entsorgung zugeführt werden können. Wenden Sie sich hinsichtlich der Entsorgung an Ihre Kommunalbehörde oder Ihren Händler.

4.3 Technische Daten

Name und Modell	: MEDISANA Intensivmassagegerät mit Rotlicht ITM
Spannungsversorgung	: 220-240V~ 50 Hz
Leistungsaufnahme	: ca. 35 W
Kurzbetrieb	: 20 Minuten
Intensität	: Regelbar von 2000 ¹ / _{min} bis 3000 ¹ / _{min}
Abmessungen (L x B x H)	: ca. 44 x 14 x 13 cm
Gewicht	: ca. 1,7 kg
Artikel-Nummer	: 88275
EAN-Nummer	: 40 15588 88275 3



Im Zuge ständiger Produktverbesserungen behalten wir uns technische und gestalterische Änderungen vor.

Garantie- und Reparaturbedingungen

Bitte wenden Sie sich im Garantiefall an Ihr Fachgeschäft oder direkt an die Servicestelle. Sollten Sie das Gerät einschicken müssen, geben Sie bitte den Defekt an und legen eine Kopie der Kaufquittung bei.

Es gelten dabei die folgenden Garantiebedingungen:

1. Auf **MEDISANA** Produkte wird ab Verkaufsdatum eine Garantie für drei Jahre gewährt. Das Verkaufsdatum ist im Garantiefall durch die Kaufquittung oder Rechnung nachzuweisen.
2. Mängel infolge von Material- oder Fertigungsfehlern werden innerhalb der Garantiezeit kostenlos beseitigt.
3. Durch eine Garantieleistung tritt keine Verlängerung der Garantiezeit, weder für das Gerät noch für ausgewechselte Bauteile, ein.
4. Von der Garantie ausgeschlossen sind:
 - a. alle Schäden, die durch unsachgemäße Behandlung, z.B. durch Nichtbeachtung der Gebrauchsanleitung, entstanden sind.
 - b. Schäden, die auf Instandsetzung oder Eingriffe durch den Käufer oder unbefugte Dritte zurückzuführen sind.
 - c. Transportschäden, die auf dem Weg vom Hersteller zum Verbraucher oder bei der Einsendung an den Kundendienst entstanden sind.
 - d. Zubehörteile, die einer normalen Abnutzung unterliegen.
5. Eine Haftung für mittelbare oder unmittelbare Folgeschäden, die durch das Gerät verursacht werden, ist auch dann ausgeschlossen, wenn der Schaden an dem Gerät als ein Garantiefall anerkannt wird.



Jagenbergstraße 19
41468 NEUSS
DEUTSCHLAND
E-Mail: info@medisana.de
Internet: www.medisana.de

FitSein
Gesundheitsprodukte
Freisinger Str. 93 D-85445 Schwaig
Tel 08122 - 9587 302 Fax 9587303
ePost info@fitsein.de
www.fitsein.de

Die Service-Adresse finden Sie auf dem separaten Beilageblatt.

Beratung - Service - Vertrieb

Fit **Sein**
Gesundheitsprodukte

Freisinger Str. 93 D-85445 Schwaig
Tel 08122 - 9587 302 Fax 9587303
ePost info@fitsein.de
www.fitsein.de