



DE Yoga- & Stretchmatte Gebrauchsanweisung.....2	IT Tappetino da yoga/stretching Istruzioni per l'uso34
EN Yoga & stretching mat Instructions for use..... 10	TR Yoga ve stretching matı Kullanım kılavuzu.....42
FR Tapis de yoga et d'étirements Mode d'emploi 18	RU Мат для йоги и растяжки Инструкция по применению50
ES Esterilla para yoga y estiramientos Instrucciones de uso26	PL Mata do jogi i rozciągania Instrukcja obsługi58



Внимательно прочтите инструкцию по применению, сохраните ее для последующего использования, храните в доступном для других пользователей месте и следуйте ее указаниям.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Прибор предназначен для домашнего/частного использования. Использование прибора в коммерческих целях запрещено.
- Данный прибор может использоваться детьми старше 8 лет, а также лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостаточными знаниями и опытом в том случае, если они находятся под присмотром или проинструктированы о безопасном применении прибора и возможных опасностях.
- Не позволяйте детям играть с прибором.
- Дети не должны выполнять очистку прибора и уход за ним без присмотра взрослых.
- Если провод сетевого питания прибора поврежден, его необходимо утилизировать. Если он несъемный, необходимо утилизировать весь прибор.
- Во время работы поверхность прибора нагревается. Лица, нечувствительные к теплу, должны соблюдать осторожность при использовании прибора.
- Ни в коем случае не открывайте прибор и не ремонтируйте его самостоятельно, поскольку безупречная работа в этом случае не гарантируется. Несоблюдение этих требований ведет к потере гарантии.

Уважаемый покупатель!

Благодарим Вас за выбор продукции нашей компании. Мы производим современные, тщательно протестированные высококачественные изделия для обогрева тела, измерения массы, кровяного давления, температуры тела, пульса, для легкой терапии, массажа, косметических процедур, ухода за детьми и очистки воздуха.

С наилучшими пожеланиями,
Ваша команда Beurer

Информация для ознакомления

В мате для йоги и растяжки расположены 7 воздушных камер. Эти камеры помогут сделать занятия растяжкой приятными и полезными. С помощью электрического мата для йоги и растяжки Вы сможете выполнять эффективную полезную растяжку без посторонней помощи. Растяжка способствует расслаблению и используется при мышечных зажимах или усталости. Прибор позволяет делать основательную, интенсивную растяжку всего тела.

Мат для йоги и растяжки обладает следующими преимуществами:

- благоприятная растяжка за счет 7 воздушных камер;
- простое дистанционное управление;
- 3 уровня интенсивности;
- 4 программы;
- подключаемая функция обогрева;
- подключаемая вибрация;
- удобная транспортировка за счет складывания и застежки-липучки.

Содержание

1. Комплект поставки.....	51	8. Советы для оптимального	
2. Пояснения к символам.....	51	расслабления	56
3. Предупреждения и указания по технике		9. Очистка и уход	56
безопасности	52	10. Что делать при возникновении	
4. Использование по назначению	54	проблем?	57
5. Описание прибора.....	54	11. Утилизация	57
6. Подготовка к работе.....	55	12. Технические данные	57
7. Применение.....	55	13. Гарантия/сервисное обслуживание	57






1. Комплект поставки






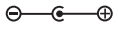




Проверьте комплектность поставки и убедитесь, что на картонной упаковке нет внешних повреждений. Перед использованием убедитесь, что прибор и его принадлежности не имеют видимых повреждений, и удалите все упаковочные материалы. При возникновении сомнений не используйте прибор и обратитесь к продавцу или в сервисную службу по указанному адресу.

- 1 Мат для йоги и растяжки
- 1 Блок питания
- 1 Инструкция по применению

2. Пояснения к символам

В инструкции по применению и на приборе используются следующие символы.

	ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ	Предупреждает об опасности травмирования или нанесения вреда здоровью.
	ВНИМАНИЕ	Указывает на возможные повреждения прибора/принадлежностей к нему.
	Указание	Важная информация.
		Прибор имеет двойную защитную изоляцию и соответствует классу защиты 2.
		Применяйте только в закрытых помещениях.

	Утилизация упаковки в соответствии с предписаниями по охране окружающей среды.
	Утилизация прибора в соответствии с директивой ЕС по отходам электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).
	Изготовитель
	Это изделие соответствует требованиям действующих европейских и национальных директив.
	Продукция прошла подтверждение соответствия требованиям технических регламентов ЕАЭС.
IP20	Защита от проникновения твердых тел диаметром 12,5 мм и более
	Полярность
	Класс энергоэффективности 6
	Постоянный ток
	Устойчивый к короткому замыканию защитный трансформатор
	Импульсный блок питания

3. Предупреждения и указания по технике безопасности

Внимательно прочтите данную инструкцию по применению! Несоблюдение следующих указаний может привести к травмам или материальному ущербу. Сохраните эту инструкцию по применению и держите ее в месте, доступном для других пользователей. Передавайте прибор другим пользователям вместе с инструкцией по применению.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Не используйте прибор:

- для массажа животных;
- для массажа участков тела с болезненными изменениями или повреждениями (например, грыжа межпозвоночного диска, открытая рана);
- для массажа в области сердца, при наличии электрокардиостимулятора; перед использованием на других частях тела также проконсультируйтесь с врачом;
- на опухших, обожженных, воспаленных или травмированных участках кожи и частях тела;
- на участках кожи со рваными ранами, акне или другими кожными заболеваниями;
- во время беременности;
- для массажа лица (глаз), гортани или других особо чувствительных частей тела;
- для массажа ног;
- во время сна;
- после приема медикаментов или алкоголя (чувствительность снижена!);
- при нахождении в транспортном средстве.

Перед использованием прибора проконсультируйтесь с врачом, в особенности в следующих случаях:

- при тяжелых заболеваниях или перенесенной операции на верхней части тела;
- при наличии электрокардиостимулятора, имплантатов или других вспомогательных медицинских устройств;
- при тромбозах;
- при диабете;
- при болях неизвестного происхождения.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Не давайте упаковочный материал детям. Существует опасность удушья.

Удар электрическим током



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Во избежание поражения электрическим током используйте данный прибор осторожно и аккуратно, как и любой другой электрический прибор.

Поэтому:

- используйте прибор только с входящим в комплект поставки блоком питания и с соблюдением указанного на блоке питания сетевого напряжения;
- никогда не используйте прибор, если на нем или на его принадлежностях имеются видимые повреждения;
- не используйте прибор во время грозы.

В случае появления дефектов и неполадок в работе немедленно отключите прибор и отсоедините его от сети. Никогда не тяните за сетевой кабель или за прибор, чтобы извлечь блок питания из розетки. Никогда не перемещайте прибор, держа его за сетевой кабель. Кабели должны быть удалены от горячих поверхностей. Не зажимайте, не перегибайте и не перекручивайте кабель. Не вставляйте в него иголки или другие острые предметы.

Убедитесь, что прибор, пульт дистанционного управления, блок питания и кабель не контактируют с водой, другими жидкостями или паром. Используйте устройство только в сухих помещениях (например, никогда не используйте его в ванной или сауне).

Ни в коем случае не пытайтесь взять прибор в руки, если он упал в воду. Немедленно вытяните вилку из розетки.

Не используйте прибор или его принадлежности при наличии видимых повреждений.

Берегите прибор от ударов и падений.

Ремонт прибора



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Ремонт электрических приборов должен производиться только специалистами. Неквалифицированное выполнение ремонта влечет за собой серьезную опасность для пользователя. Обратитесь в сервисную службу или к официальному дистрибьютору.
- Запрещается открывать застежку-молнию на мате для йоги и растяжки. Она используется только для технических целей.

Опасность пожара



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Использование прибора не по назначению или несоблюдение правил, указанных в данной инструкции по применению, при определенных обстоятельствах может привести к пожару!

Поэтому:

- не накрывайте работающий прибор одеялом, подушкой и т. п.,
- никогда не используйте прибор вблизи от емкостей с бензином или другими легковоспламеняющимися веществами.

Обслуживание прибора



ВНИМАНИЕ

После каждого применения и перед очисткой прибор необходимо выключать и отсоединять от сети.

- Защищайте прибор от воздействия высоких температур.

4. Использование по назначению

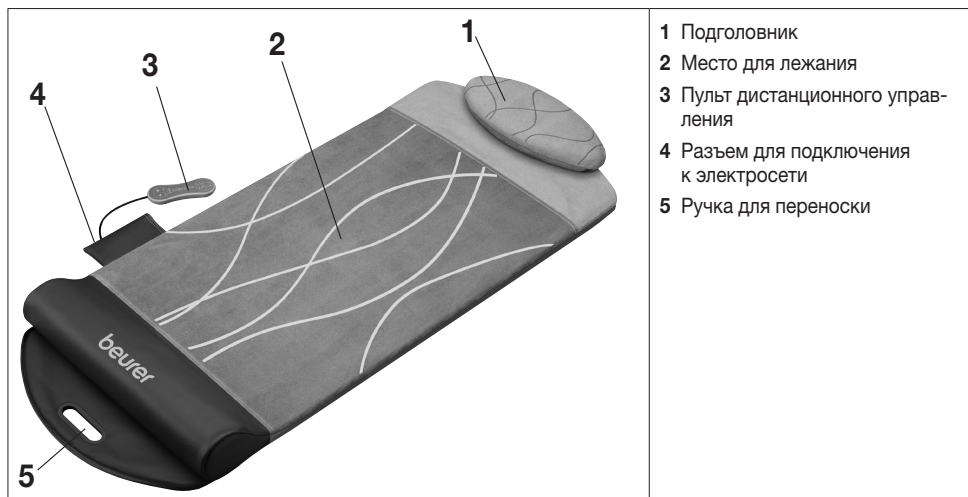
Этот прибор предназначен для растяжки тела человека.

Прибор **не** предназначен для животных.

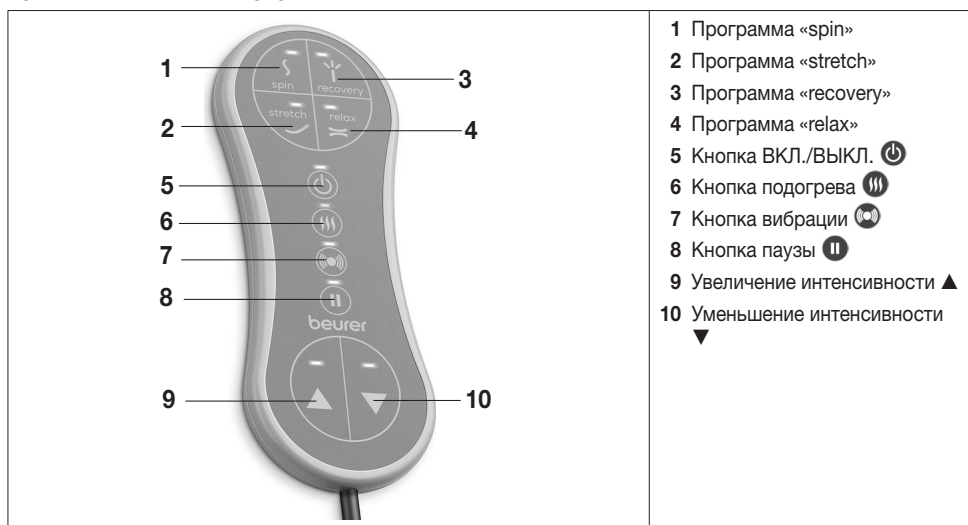
Прибор предназначен исключительно для **частного пользования**, запрещается его использование в медицинских и коммерческих целях. Прибор не может заменить медицинское лечение. Не пользуйтесь прибором в случаях, соответствующих одному или нескольким из следующих предупреждающих указаний. Если Вы не уверены в правильности выбора прибора, проконсультируйтесь с врачом. Допускается использование прибора только в целях, описываемых в данной инструкции по применению. Изготовитель не несет ответственности за ущерб, причиненный в результате ненадлежащего использования прибора или халатного обращения с ним.

5. Описание прибора

Мат для йоги и растяжки

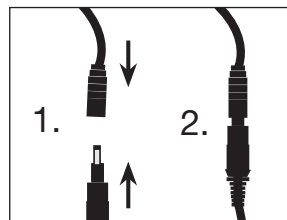


Пульт дистанционного управления



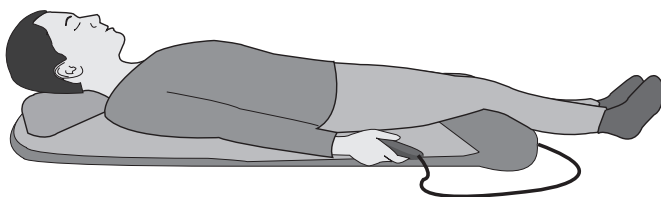
6. Подготовка к работе

1. Распакуйте прибор.
2. Откройте застежку-липучку на мате для йоги и растяжки.
3. Положите мат на ровную поверхность и ложитесь на него, вытянувшись. Убедитесь, что вокруг мата достаточно места, чтобы принять удобное положение.
4. Убедитесь в том, что прибор, штекер и кабель не повреждены.
5. Подключите поставляемый вместе с матом блок питания к разъему для подключения к электросети на мате.
6. Вставьте блок питания в подходящую розетку. Располагайте сетевой кабель так, чтобы об него нельзя было споткнуться! Мат для йоги и растяжки готов к использованию.









7. Применение

1. Снимите обувь. Снимите все украшения. Наденьте удобную одежду.
2. Ложитесь на спину на мат для йоги и растяжки. Убедитесь, что Ваша голова удобно располагается на подголовнике, а ягодичы максимально близко прилегают к нижнему серому валику. Если в этом положении Вам неудобно, измените его.






3. Для включения мата для йоги и растяжки нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. на пульте дистанционного управления.
4. Выберите желаемую программу на пульте управления. На выбор предлагается четыре различные программы. Длительность каждой программы 15 минут. По истечении 15 минут мат автоматически выключается.

 spin	<p>Эта программа отлично подходит для бедер, поясницы и плеч. Легкие вращательные движения мягко расслабляют возможные мышечные зажимы в области бедер, поясницы и плеч.</p>
 recovery	<p>Эта программа поможет Вам расслабиться и получить новый заряд энергии.</p>
stretch 	<p>Эта программа мягко растягивает Ваш позвоночник по всей длине. Благодаря этому Вы будете чувствовать себя более гибким и уравновешенным, как после занятий йогой.</p>
relax 	<p>Эта программа придает Вашему телу максимально расслабленное положение и помогает избавиться от повседневного стресса.</p>

- С помощью кнопок ▲ и ▼ выберите необходимую интенсивность. Прибор имеет три уровня интенсивности. Мы рекомендуем начинать с самого низкого уровня интенсивности. Прибор автоматически запускается на среднем уровне интенсивности. Проверьте, является ли такое воздействие комфортным для Вас. Воздействие всегда должно быть расслабляющим и приятным. Если воздействие вызывает неприятные ощущения или боль, прервите использование или измените положение тела.
- Дополнительно к программам на мате можно включить подогрев и вибрацию, чтобы сделать использование еще приятнее. Для включения подогрева, нажмите кнопку подогрева  на пульте управления. Для включения вибрации нажмите кнопку вибрации  на пульте управления. Чтобы снова выключить подогрев/вибрацию, нажмите соответствующую кнопку еще раз.

Указание

Вы всегда можете приостановить использование, нажав на кнопку паузы . Для продолжения использования нажмите кнопку паузы  еще раз.

- Если Вы хотите закончить 15-минутную программу раньше, нажмите кнопку ВКЛ./ВЫКЛ. . Прибор выключен.
- После каждого использования отключайте блок питания от розетки.

8. Советы для оптимального расслабления

- Чтобы в полной мере ощутить эффект от воздействия без напряжения, во время растяжки постарайтесь расслабиться.
- Дышите носом медленно и глубоко, старайтесь дышать ровно и ритмично.
- При использовании программ с вращательными движениями Вы можете осторожно повторять движение головой или телом.
- Осторожно приучайте тело к движениям для растяжки. Если Вы знакомы с воздействием и хорошо чувствуете себя после него, Вы можете повторять программы так часто, как захотите.

9. Очистка и уход

Очистка





ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

- Перед каждой очисткой извлекайте блок питания из розетки и отсоединяйте его от прибора.
- Очищайте прибор только указанным способом. Не допускайте попадания жидкости внутрь прибора и его принадлежностей.
- Небольшие пятна можно удалить салфеткой или влажной губкой, при необходимости с небольшим количеством нейтрального жидкого моющего средства. Не используйте чистящие средства, содержащие растворители.
- Используйте прибор снова только после полного высыхания.

Хранение

Если прибор не используется длительное время, мы рекомендуем хранить его в сухом месте в оригинальной упаковке. При этом не следует класть на прибор какие-либо предметы.

10. Что делать при возникновении проблем?

Проблема	Причина	Меры по устранению
Семь воздушных камер прибора не надуваются.	Блок питания не подключен к прибору	Подключите блок питания к прибору и включите прибор кнопкой ВКЛ./ВЫКЛ. 
	Прибор автоматически выключается после 15-минутной программы (автоматическая система отключения)	Снова включите прибор кнопкой ВКЛ./ВЫКЛ. 

11. Утилизация

В интересах охраны окружающей среды по завершении срока службы прибора запрещается утилизировать его вместе с бытовыми отходами. Утилизация производится через соответствующие пункты сбора в Вашей стране. Утилизируйте прибор в соответствии с директивой ЕС по отходам электрического и электронного оборудования — WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). При возникновении вопросов обращайтесь в местную коммунальную службу, ответственную за утилизацию отходов.



12. Технические данные

Работа от сети: вход выход	100–240 В~, 50/60 Гц, 0,8 А 12,0 В === 3,0 А, 36,0 W
Средняя эффективность на предприятии:	≥ 87,85 %
Эффективность при низкой нагрузке (10 %):	≥ 83,45 %
Потребляемая мощность при нулевой нагрузке:	≤ 0,08 W
Размеры	127 x 55 x 10 см
Масса	около 5,5 g

13. Гарантия/сервисное обслуживание

Более подробная информация по гарантии/сервису находится в гарантийном/сервисном талоне, который входит в комплект поставки.