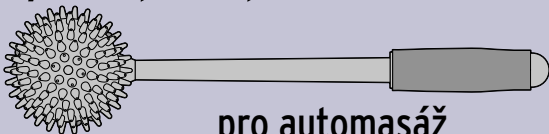




Tyč na poklepovou masáž



**pro automasáž
a partnerskou masáž**

Vážení zákazníci,

namožené svaly zad, paží a nohou lze často odstranit masáží.

Pomocí Vaší nové tyče na poklepovou masáž můžete cíleně aktivovat spouštěvé body Vašich svalů a dosáhnout i na jinak těžko přístupná místa.

Lehké, odpružené údery mohou přispívat k uvolnění svalů.

Dva různé povrchy umožňují rozdílné působení masáže.

Přejeme Vám, abyste se cítili co nejlépe!

Váš tým Tchibo

www.tchibo.cz/navody



Číslo výrobku: 715 094

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg · 149380FV05X07XVI · 2025-07

Pro Vaši bezpečnost

Přečtěte si pozorně bezpečnostní pokyny a používejte tento výrobek pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu, aby nedopatřením nedošlo k poranění nebo škodám.

Uschovejte si tento návod pro pozdější potřebu.

Při předávání výrobku s ním současně předejte i tento návod.

Účel použití

Tyč na poklepovou masáž je určena k automasáži a partnerské masáži, která vede ke zvýšení pocitu pohody v každodenním životě.

Medicínské léčivé účinky nejsou dokázané.

Tyč na poklepovou masáž neslouží k tlumení bolestí.

V případě zdravotních potíží bezpodmínečně vyhledejte radu lékaře!

V případě pochybností nebo nejistoty se před použitím poraďte se svým lékařem.

Tyč na poklepovou masáž je koncipována k používání v domácím prostředí. Není vhodný pro komerční použití ve sportovních a terapeutických zařízeních.

Důležité pokyny

Zeptejte se svého lékaře!

- **Pokud již máte bolesti nebo potíže, zeptejte se svého lékaře, zda je pro Vás vhodné s masáží začít. Zeptejte se ho, zda a kde jsou pro Vás masáže vhodné.**
- Pokud pocítíte bolest nebo zdravotní obtíže, masáž ihned ukončete.
- U zvláštních omezení, jako jsou např. nošení kardiostimulátoru, srdeční slabost, zánětlivá onemocnění kloubů nebo vazů, hromadění vody v pažích nebo nohách, ortopedické nebo pooperační obtíže, je nutno masáž konzultovat s lékařem.
- Pokud by se objevil některý z následujících příznaků, ihned ukončete masáž a vyhledejte lékaře: nevolnost, závratě, nadměrná dušnost nebo bolesti na prsou. Masáž okamžitě ukončete také při bolestech kloubů a svalů.
- Nevhodné pro terapeutické masáže / terapeutický trénink!

- V případě ochablosti žil / pojivové tkáně nebo u metličkovitých a křečových žil byste měli provádět masáže nohou jen s minimální intenzitou a ne přes celou délku svalu, ale vždy po menších úsecích. Typ a rozsah masáže projednejte se svým lékařem.

Tyč na poklepovou masáž nepoužívejte ...

- ... na hlavě, na přední straně krku, **na kostech nebo kloubech**, v oblasti genitálií nebo ledvin.
Obzvláště opatrní buďte v oblasti šíje. Pokud jste již měli zdravotní problémy v této oblasti, vyhněte se šíji. V případě potřeby se obraťte na lékaře.
- ... v oblasti trombóz, pohmožděnin, bolesti kloubů, otoků nebo podráždění kůže či jiných kožních onemocnění, popálenin, křečových žil, otevřených ran, implantátů (např. kardiostimulátorů).
- ... pokud trpíte poruchami srážlivosti krve nebo užíváte inhibitory srážlivosti krve (např. Marcumar). Zeptejte se nejdříve svého lékaře.
- ... během těhotenství.
- ... u kojenců a batolat! Děti, osoby vyžadující péči, zdravotně postižené nebo nemohoucí osoby mohou výrobek používat pouze pod dohledem dospělé osoby.
Pokud dovolíte, aby tyč na poklepovou masáž používaly děti, upozorněte je na správné používání a dohlížejte na průběh používání. Tyč na poklepovou masáž není hračka.
Při nesprávném používání nelze vyloučit poškození zdraví.

Pokud máte jakékoli pochybnosti, zeptejte se před použitím nejprve svého lékaře.

Co je třeba mít na paměti

- V žádném případě nebijte tímto výrobkem osoby nebo zvířata!
- Výrobek není dětská hračka. Zabraňte dětem v přístupu.
Uchovávejte mimo dosah dětí.
- Před každým použitím tyč na poklepovou masáž zkontrolujte.
Pokud vykazuje poškození, přestaňte ji používat.
- Nepoužívejte s tyčí na poklepovou masáž žádný masážní olej, protože by mohlo dojít k jejímu poškození.
- Na méně citlivých místech, například na stehnech nebo hýždích, můžete tlačit jednou více, jednou méně, a tím obměňovat intenzitu masáže.
Vyvarujte se ale příliš silného klepání na bolestivých místech, protože

příliš silná stimulace může přispívat ke zhoršení napětí ve svaích. Svě svaly proklepávejte tak, aby měla masáž příjemný a blahodárný účinek. Šetřete v každém případě své kosti a klouby!

- Nepoklepávejte na jednu oblast příliš dlouho, protože to může naopak vést k napětí. Stačí několik minut.
 - Oblečte si pohodlné oblečení. Vytvořte příjemné prostředí a uvolněnou atmosféru.
 - Konstrukce tyče na poklepovou masáž se nesmí měnit.
 - Tyč na poklepovou masáž se nesmí v žádném případě používat ke zpracování potravin, protože materiál není vhodný pro potraviny. Nesmí se také používat k proklepávání jiných materiálů nebo k jiným účelům.
-

Ošetřování

- ▷ Výrobek dle potřeby otřete hadříkem navlhčeným ve vodě.
 - ▷ V případě potřeby vydezinfikujte tyč na poklepovou masáž hadříkem navlhčeným etylalkoholem. Etylalkohol můžete zakoupit v lékárně.
 - ▷ Tyč na poklepovou masáž uchovávejte na chladném a suchém místě. Chraňte jej před slunečním světlem, špičatými, ostrými nebo drsnými předměty a povrchy.
 - ▷ Výrobek nenechte ležet na citlivém nábytku nebo podlaze. Nelze zcela vyloučit, že některé laky, plasty nebo prostředky na ošetřování nábytku / podlahové krytiny nepoškodí nebo nezměkčí materiál výrobku.
Abyste zabránili nežádoucím stopám, skladujte výrobek ve vhodném obalu, např. ve vhodném boxu.
-

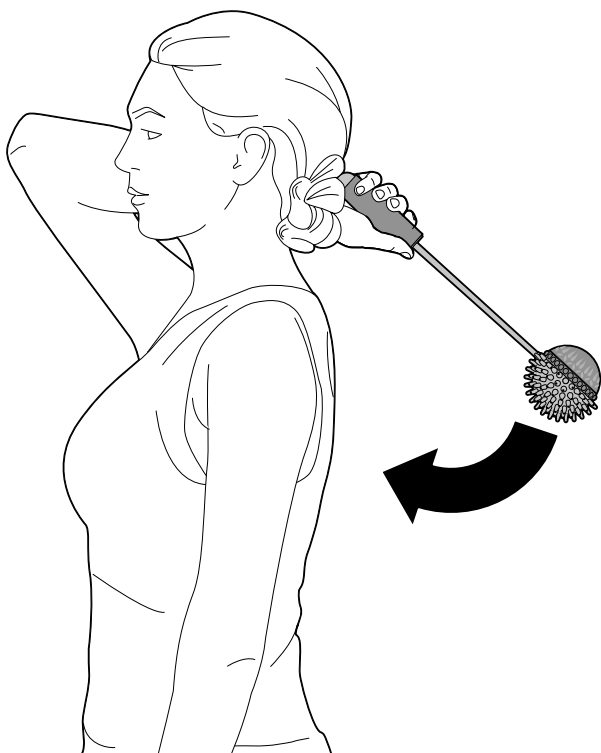
Použití

- ▷ Opatrně pohybujte masážním balónkem, začněte pomalu a jemně, pozvolna zvyšujte intenzitu - ale jen tak, aby Vám to bylo příjemné.
- ▷ Cilte přesně: Poklepávejte pouze na svaly, v žádném případě ne přímo na kosti nebo klouby.
- ▷ Vyzkoušejte obě strany koule tyče na poklepovou masáž a zjistěte, co je Vám příjemné.

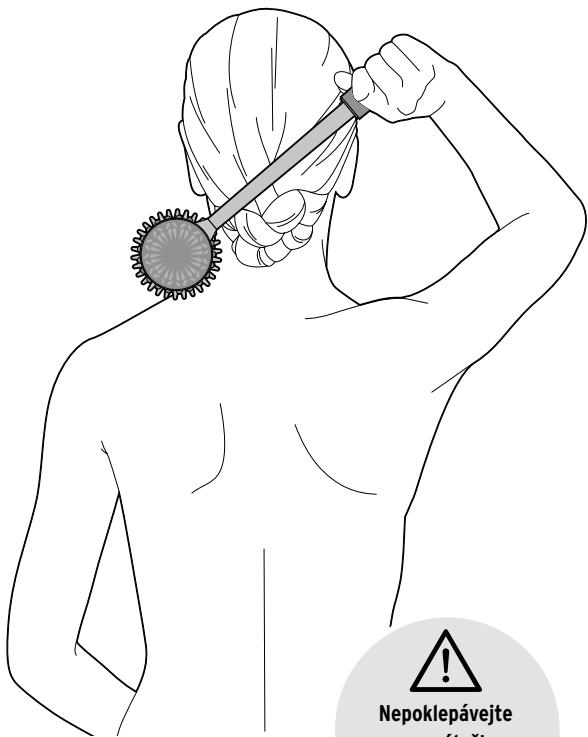
1. Záda



**Nepoklepávejte
na páteř ani na
ledviny!**



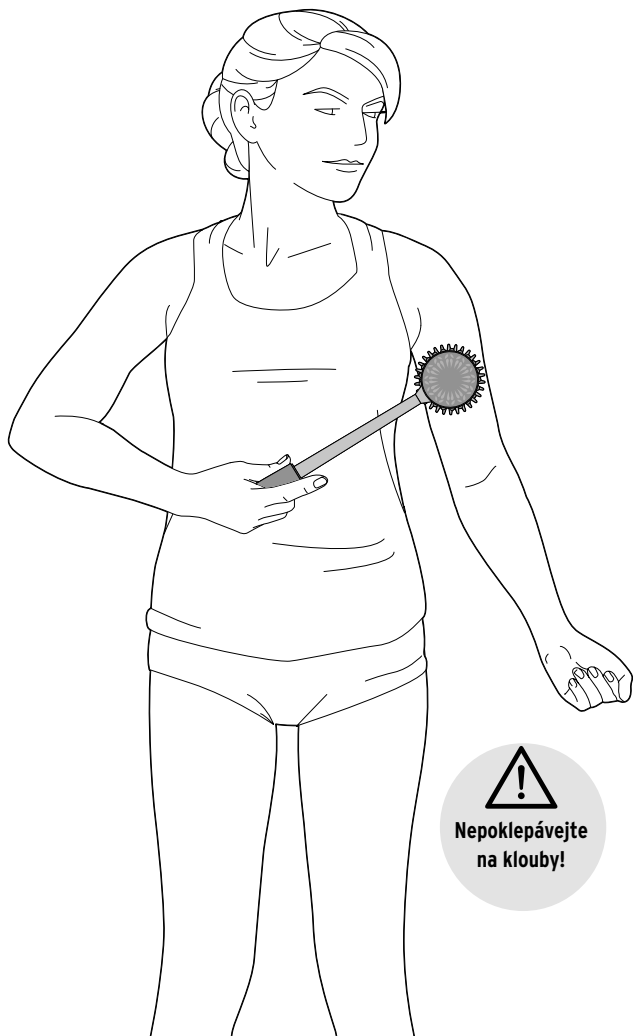
2. Ramena



**Nepokle pávejte
na páteř!**

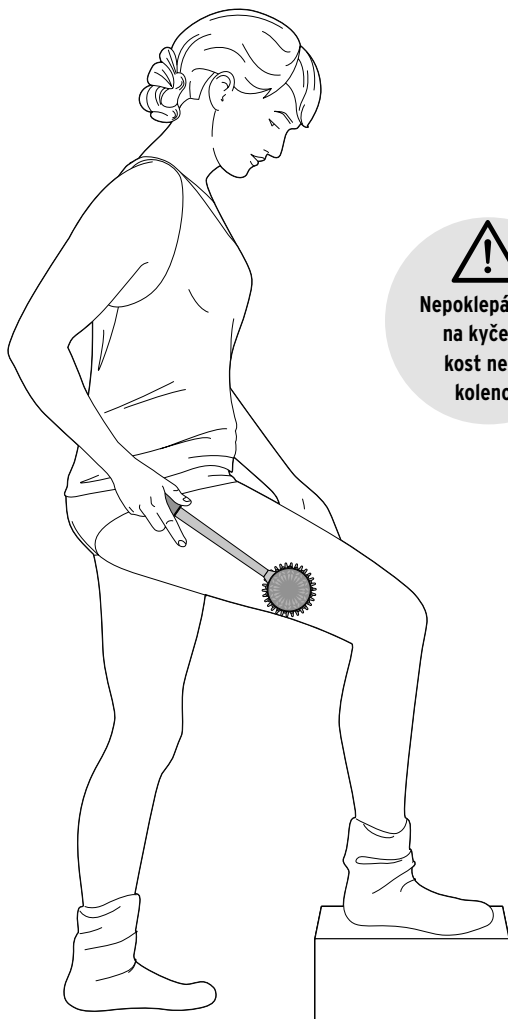
Opatrně na šíji!

3. Paže



**Nepoklepávejte
na klouby!**

4. Stehno



**Nepoklepávejte
na kyčelní
kost nebo
koleno!**

5. Lýtka



**Nepoklepávejte na
kolena nebo holenní
kost!**



Made exclusively for:
Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, www.tchibo.cz